



El estado de la salud e higiene menstrual en el JRS Informe 2025

**Hannah Vincent, Giacomo Concina, y el Equipo de Educación
Global del JRS**

Cita sugerida: Vincent, H., Concina, G., & the JRS Global Education Team (28 de mayo de 2025). El Estado de la Salud e Higiene Menstrual (SMH) en el JRS - Informe 2025. Servicio Jesuita a Refugiados.

Para más información sobre este informe o sobre MHH en el JRS, póngase en contacto con GRE@jrs.net.

Para más información sobre el Servicio Jesuita a Refugiados, visite [jrs.net](https://www.jrs.net).

Foto de portada: Estudiantes de secundaria en el campo de refugiados de Kakuma, Kenia.

Contenido

Agradecimientos.....	6
Acrónimos.....	7
Día de la Higiene Menstrual.....	8
El estado de la salud mental en el informe del JRS.....	8
Resumen ejecutivo.....	9
Objetivo e introducción del Informe 2025.....	10
Sección 1: Visión general de MHH.....	11
¿Qué es MHH?.....	11
Salud e higiene menstrual en diferentes contextos.....	12
MHH en la agenda mundial.....	13
Datos mundiales sobre salud e higiene menstrual.....	15
Un enfoque sensible a las cuestiones de género en los programas de salud materno-infantil.....	16
Sección 2: Pilares y prácticas prometedoras de MHH.....	17
Programación integral de MHH.....	17
Pilar I. Material y suministros menstruales.....	18
Material menstrual:.....	19
Material menstrual.....	19
Sensibilización y distribución de material y suministros para la salud mental en Nigeria.....	20
Pilar II. Instalaciones de apoyo de MHH.....	22
Por fin un espacio seguro: cómo una nueva letrina devolvió la dignidad a las niñas de St. Mary Assumpta en Uganda.....	23
Pilar III. Educación e información.....	25
Sensibilización sobre la higiene menstrual y distribución de materiales y suministros en Etiopía.....	26
El movimiento por la salud menstrual en Uganda da voz a las niñas.....	27

Sesiones de sensibilización de MHH en Siria.....	29
Sensibilización y distribución de material y suministros para la salud mental en Nigeria.....	30
La historia de una familia que conoció los nuevos materiales y suministros de salud menstrual en la India	Error! Bookmark not defined.
Sección 3: Especial atención al Pilar III - Información y educación sobre salud mental e implicación de hombres y niños	
Violencia de género	31
Violencia de género y MHH	32
Recurso destacado del Pilar III: Plan de estudios del Club de Niños del JRS	33
Del silencio al apoyo: Cómo la formación en salud menstrual está cambiando vidas en Uganda.....	35
Los chicos como aliados de la igualdad de género en Kenia	36
La historia de un marido que inicia a su mujer en el uso de compresas reutilizables en la India.....	37
PILAR III Recurso destacado: MHH Actividad de escritura de cartas.....	38
Actividades de envío de cartas en la Oficina Regional para Oriente Próximo y África del Norte.....	39
Actividades de envío de cartas y MHH en Venezuela.....	41
Sección 4: Personas atendidas por las actividades del JRS MHH	
Acerca de la encuesta.....	42
Personas atendidas.....	43
Referencias.....	45
Apéndice A: Lista de comprobación para la observación de aseos adaptados a la menstruación	48
Apéndice B: Kit de gestión de la higiene menstrual de UNFPA-ACNUR	49
Apéndice C: Datos sobre las personas atendidas por región y país.....	50

Agradecimientos

Los autores desean dar las gracias a todos aquellos que han apoyado el proceso de redacción y recopilación de datos. Un agradecimiento especial a los Coordinadores Regionales de Educación del JRS: Juanita Bedoya Palacio (América Latina y el Caribe), Parfait Léger Fouda (África Occidental y Grandes Lagos), Carly Morlock (Asia Pacífico), Batoul Moussa (Oriente Medio y Norte de África), Obed Obutu Ombuna (África Oriental) por todo el trabajo que han realizado para recopilar información sobre los programas de Salud e Higiene Menstrual (SMH) en las regiones en las que trabajan.

También nos gustaría expresar nuestra gratitud a los colegas del JRS en Etiopía, India, Líbano, Nigeria, Siria, Uganda y Venezuela, que recogieron datos cualitativos y compartieron prácticas prometedoras para el informe 2025, así como a las oficinas nacionales del JRS que informaron sobre los beneficiarios atendidos en los programas MHH. El JRS celebra los progresos realizados en la programación de MHH en toda la organización y agradece al personal sus esfuerzos tácticos e incansables. Estos esfuerzos permitieron a las niñas y mujeres desplazadas por la fuerza vivir vidas más plena al poder gestionar sus periodos de forma segura, protegida y con dignidad. Nuestra gratitud se extiende a los muchos donantes institucionales y privados que acompañan al JRS para acabar con el estigma, los conceptos erróneos y los tabúes que rodean a la menstruación.

Por último, damos las gracias a quienes viven y gestionan la menstruación en entornos frágiles, afectados por conflictos y violentos. Reconocemos su lucha y honramos a quienes soportan en silencio los retos relacionados con el periodo y a quienes lo denuncian con valentía. Dedicamos este informe a todas las personas desplazadas por la fuerza que menstrúan o que apoyan a las que lo hacen. Damos las gracias a quienes comparten abiertamente con nosotros sus experiencias menstruales y abogan por una menstruación segura y digna para todos. También hacemos extensivo nuestro agradecimiento a quienes guardan silencio por miedo a represalias o a la estigmatización. Gracias a todas por vuestra fuerza y resistencia.

Acrónimos

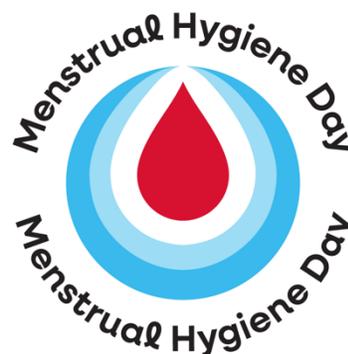
FCV	Frágiles, afectados por conflictos y violentos
GBV	Violencia basada en género
GRE	Educación con perspectiva de género
IPP	Paradigma Pedagógico Ignaciano
MHD	Día de la Higiene Menstrual
MHH	Salud e higiene menstrual
MHM	Gestión de la higiene menstrual
ODS	Objetivos de Desarrollo Sostenible
SDSR	Salud y derechos sexuales y reproductivos
ITS	Infecciones de transmisión sexual
UNICEF	Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia
LAVADO	Basuras, saneamiento e higiene
OMS	Organización Mundial de la Salud

Día de la Higiene Menstrual

El Día de la Higiene Menstrual (Día MH o MHD), lanzado por WASH United y celebrado por primera vez en 2014, aboga por un mundo en el que nadie sea retenido por menstruar. Celebrado anualmente el 28 de mayo, este día mundial de observancia cumple su 11º aniversario en 2025, reuniendo a millones de personas para incidir por un #PeriodFriendlyWorld.

El Día MH imagina un mundo en el que la higiene menstrual se gestione con seguridad y confianza, sin vergüenza, permitiendo a cada persona desarrollar todo su potencial.

Para más información sobre el Día MH, visite menstrualhygieneday.org.



El estado de la salud e higiene menstrual en el informe del JRS

Publicado anualmente en el Día de la Salud e Higiene Menstrual, **el informe sobre el Estado de la Salud e Higiene menstrual en el JRS es una celebración y una llamada a la acción.** Este año marca el tercer año de este informe que amplía aún más las actividades, la defensa y la programación en todo el JRS, que tienen como objetivo:

- Romper los tabúes y acabar con el estigma que rodea a la menstruación;
- Sensibilizar sobre los retos que plantea el acceso a los productos menstruales, a instalaciones sanitarias adaptadas al periodo y a la educación sobre la menstruación.
- Movilizar la financiación necesaria para una mayor acción y defensa a escala mundial.

El informe aplaude los importantes avances realizados en los programas de salud e higiene menstrual del JRS, que han capacitado a las niñas y mujeres desplazadas por la fuerza para gestionar su menstruación con seguridad y dignidad.

Resumen ejecutivo

Este informe es una oportunidad para reflexionar y celebrar cómo el JRS está trabajando para hacer frente a las barreras relacionadas con la menstruación en la educación y en otras áreas programáticas. El Resumen Ejecutivo comparte los puntos clave del informe 2025 sobre *el Estado de la Salud e Higiene Menstruales (SMH)*, publicado conjuntamente con un seminario web mundial organizado por el JRS el 28 de mayo de 2025 para dar vida al informe y a las historias. Animamos a todas las audiencias a crear un espacio y un tiempo para leer y reflexionar sobre el contenido de este informe, y a tomar medidas dentro de los contextos en los que trabajan.

En resumen, en todo el JRS se están llevando a cabo prácticas prometedoras en materia de salud menstrual y se han hecho progresos significativos desde el informe del año pasado. Los aspectos más destacados son:

Expansión mundial: Más países informaron de la realización de actividades MHH en 2024 en comparación con 2023. Este año, 17 de los 58 países (31%) en los que opera el JRS informaron de intervenciones MHH, frente a los 15 países del año anterior.

Aumento de personas atendidas: Desde el informe del año pasado, al menos 145.268 personas se beneficiaron de la programación MHH del JRS. En los datos globales para 2023 y 2024, el número de personas atendidas a través de la programación MHH del JRS ha crecido significativamente, con un notable aumento del 51% en personas atendidas. El mayor aumento de personas atendidas se produjo en el pilar II: centros de apoyo para personas con discapacidad.¹ Este cambio es digno de mención, dado el énfasis que el JRS puso en el pasado en los otros dos pilares.

Aumento del gasto: El gasto global varió entre los pilares de programación de la Ciudad de México, oscilando entre 76.677 USD y 441.882 USD.² Esto representa un aumento significativo en comparación con el informe del año pasado, que indicaba que el gasto global oscilaba entre 27.949 USD y 322.131 USD en los tres pilares.

¹ La programación integral en materia de salud sexual y reproductiva comprende tres áreas o pilares de intervención: 1) Materiales y suministros menstruales, 2) Instalaciones de apoyo a la salud sexual y reproductiva, y 3) Educación e información sobre salud sexual y reproductiva. Consulte la Sección II de este informe para obtener una visión completa.

² Nótese que algunas oficinas nacionales sólo informaron del número de personas atendidas en programas de salud menstrual y no del presupuesto asignado a actividades de salud menstrual.

Objeto e introducción del Informe 2025

ACERCA DEL INFORME DE ESTE AÑO

El informe de este año sobre *el estado de la salud* y la higiene menstruales en el JRS, además de proporcionar información clave sobre los tres pilares de la salud y la higiene menstruales, presta especial atención a los hombres y los niños en la educación y la programación sobre salud e higiene menstruales. Esto está en consonancia con el enfoque de género del JRS y con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS). La programación sensible al género, especialmente en educación, está directamente relacionada con el ODS 4 (Educación de calidad) y el ODS 5 (Igualdad de género). La salud menstrual y reproductiva está relacionada con el ODS 6 (Agua potable y saneamiento), el ODS 3 (Buena salud y bienestar), así como con los ODS 4 y 5.

Promoviendo un enfoque holístico y sostenible, que incluya la participación de hombres y niños en los esfuerzos de MHH, el JRS no sólo aumenta la participación de niñas y mujeres en sus proyectos, sino que también avanza en la igualdad de género y desafía las normas perjudiciales:

Este tercer informe sobre *el estado de la salud menstrual en el JRS* amplía el informe de 2024, con el objetivo específico de:

1. Seguir promoviendo un lenguaje compartido y la comprensión de los programas integrales para los MHH a través de la educación, los medios de vida y otras áreas y actividades de los programas del JRS.
2. Compartir datos y conocimientos sobre las actividades y la defensa de los derechos humanos en todo el JRS y destacar las prácticas prometedoras en todos los contextos; y
3. Mantener la atención centrada en el Pilar III - Información y educación sobre salud menstrual - incluyendo recursos y herramientas para implicar a hombres y niños.

Cada sección de este informe ofrece una visión general de los progresos del JRS en cada uno de estos objetivos, centrándose especialmente este año en el Pilar III. La Sección 1 define los términos clave, esboza los principales conceptos, y comparte datos globales sobre MHH. La Sección 2 habla de los tres pilares de los programas de salud materna e infantil y destaca las prácticas e historias prometedoras de todo el mundo. La Sección 3 se centra en el Pilar III -Educación e Información sobre SMH- y en la participación

de hombres y niños. Por último, la Sección 4 ofrece datos globales e información sobre los programas de salud materna del JRS.

Sección 1: Visión general de MHH

¿QUÉ ES MHH?³

MHH representa una iteración en la evolución de otro concepto, Gestión de la Higiene Menstrual (MHM), que se utilizaba anteriormente para referirse a esta área de programación. Las definiciones y diferencias entre ambos conceptos se destacan en los recuadros siguientes.

La Gestión de la Salud Menstrual (MHM) se define como:

Las mujeres y las adolescentes utilizan materiales de gestión menstrual limpios para absorber o recoger la sangre menstrual, que pueden cambiarse en privado tantas veces como sea necesario, utilizan agua y jabón para lavarse el cuerpo cuando es necesario y tienen acceso a instalaciones seguras y convenientes para deshacerse de los materiales de gestión menstrual usados. Comprenden los hechos básicos relacionados con el ciclo menstrual y cómo gestionarlo con dignidad y sin molestias ni miedo.

Fuente: (Banco Mundial, 2022)

La Salud e Higiene Menstruales (SMH) engloba:

MHM y los factores sistémicos más amplios que vinculan la menstruación con la educación, el empoderamiento, la equidad, la igualdad de género, la salud, los derechos y el bienestar.

Estos factores sistemáticos incluyen: conocimientos precisos y oportunos, disponibilidad de materiales seguros y asequibles, profesionales bien informados y cómodos, derivación y acceso a servicios sanitarios, instalaciones de saneamiento y lavado, métodos de eliminación seguros e higiénicos, normas sociales positivas, y una defensa y una política sólidas.

Fuente: (UNICEF, 2019)

³ La información de esta sección se ha adaptado del curso en línea de la Universidad de Columbia, [Menstruation in a Global Context: Addressing Policy and Practice](#).

Salud e higiene menstrual en diferentes contextos

Periodos y protección

Tener la regla en contextos de fragilidad, conflicto y violencia (FCV) constituye un problema de protección. Con cada ciclo menstrual, quienes menstrúan -y sus familias- se enfrentan a decisiones y realidades difíciles relacionadas con la gestión de los períodos. La gestión de la menstruación no encaja perfectamente en un único sector de intervención humanitaria. Por lo tanto, estas decisiones y realidades plantean problemas de protección que a menudo se pasan por alto en los contextos humanitarios.

Menstruación en contextos de emergencia

A menudo, las emergencias provocan desplazamientos, y las personas en tránsito pueden no tener acceso regular a jabón o agua, productos para el periodo o intimidad. En los lugares donde hay productos menstruales disponibles, los precios suelen estar inflados, lo que dificulta que los desplazados forzados y las familias puedan comprar los suministros de HMH que necesitan. La escasez de materiales y suministros para la menstruación aumenta el riesgo de infecciones para quienes menstrúan, y puede llegar a ser mortal con un acceso limitado al agua potable y otros servicios.

Periodos en contextos de refugio prolongado

En situaciones de refugio prolongado, la escasez de financiación limita los servicios prestados por los actores humanitarios y de desarrollo. En un contexto ya de por sí difícil, la reciente evolución de la financiación humanitaria pone en grave peligro los logros alcanzados en la programación de MHH. Aunque a menudo se pasa por alto, la gestión de los recursos humanos es una prioridad porque influye directamente en el acceso a la educación, la salud, los medios de vida y otras oportunidades. Garantizar una salud menstrual y reproductiva integral puede mitigar la violencia basada en género, aliviar las presiones y los factores de estrés cotidianos y mejorar el bienestar general de la población refugiada.

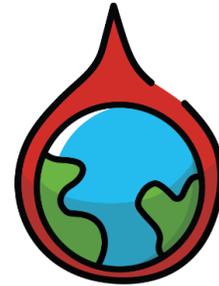
Periodos y estigma

El JRS trabaja con personas muy diversas en todo el mundo. En algunos de estos grupos, los mitos, estereotipos y tabúes relacionados con la menstruación influyen significativamente en la vida cotidiana. Las creencias tradicionales son aquellas mantenidas por los miembros de una comunidad durante largos periodos, a menudo durante generaciones. Algunas creencias tradicionales y prácticas afines son

beneficiosas para las comunidades; otras no tienen efectos nocivos, y otras pueden ser perjudiciales. Las creencias tradicionales perjudiciales son antiguas y no cambiarán con intervenciones puntuales. En cambio, abordar creencias, comportamientos y mentalidades profundamente arraigados en torno al estigma menstrual plantea un reto más difícil y requiere intervenciones estratégicas a largo plazo.

MHH EN LA AGENDA GLOBAL

La menstruación puede afectar a muchos aspectos de la vida de una persona: educación, estabilidad económica, salud, dignidad y participación en las comunidades sociales. En todo el mundo, se calcula que 500 millones de niñas y mujeres no tienen acceso a los artículos que necesitan para gestionar sus periodos de forma segura e higiénica, libres de vergüenza o, peor aún, de acoso o violencia (Plan Internacional, s.f.). Muchas adolescentes faltan a la escuela durante su periodo debido a la falta de instalaciones, suministros necesarios y otros factores. Todo el mundo tiene derecho a gestionar su salud menstrual de forma digna, mediante el acceso a instalaciones de lavado, productos sanitarios y mucho más.



"

Cuando la sociedad valora a las niñas, éstas desarrollan todo su potencial, sus familias se fortalecen, las comunidades prosperan y las economías prosperan.

"

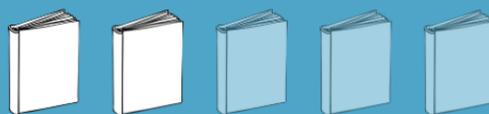
-UNICEF (2025)

DATOS MUNDIALES SOBRE SALUD E HIGIENE MENSTRUAL

A continuación se presentan las principales conclusiones del informe *Progress on drinking water, sanitation and hygiene in schools 2015-2023: special focus on menstrual health* publicado en 2024 por la Organización Mundial de la Salud (OMS) y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). Por primera vez, el informe muestra datos emergentes sobre HMS en las escuelas de todo el mundo, lo que demuestra la acuciante necesidad de abordar la HMS en los entornos educativos. A pesar de los esfuerzos realizados para hacer frente a esta necesidad, a nivel mundial, menos de la mitad de las escuelas encuestadas proporcionan información clave sobre los MHH. Además, en una de las principales áreas geográficas de intervención del JRS - África subsahariana - sólo una de cada ocho escuelas dispone de materiales sobre HMH para sus alumnos.

Globalmente

Aproximadamente **2 de cada 5 escuelas** brindan educación sobre la salud menstrual



Globalmente

Aproximadamente **1 de cada 3 escuelas** tienen contenedores para desechos menstruales en los baños de niñas.



Escuelas con contenedores disponibles para desechos menstruales en los baños de niñas:

Central and Southern Asia **35%**

Sub-Saharan Africa **11%**

Least Developed Countries **17%**

África subsahariana

Aproximadamente **1 de cada 8 escuelas** tienen materiales menstruales disponibles de forma gratuita o se pueden comprar



Datos y gráficos adaptados de UNICEF y OMS (2024)

UN ENFOQUE SENSIBLE A LAS CUESTIONES DE GÉNERO EN LOS PROGRAMAS DE SALUD MENSTRUAL

Una encuesta realizada por Plan International (2022) entre niños y hombres de cuatro países (Brasil, Indonesia, Países Bajos y Uganda) puso de relieve los tabúes y el estigma que persisten en torno a la menstruación. **Más de 1 de cada 3 niños y hombres (37%) cree que la menstruación debe mantenerse en secreto**, y la razón más mencionada para evitarla es que se trata de un "asunto privado" de niñas y mujeres. Los niños y los hombres también **asocian con frecuencia la menstruación con palabras como "sucia" (55%), "vergonzosa" (31%) y "repugnante" (38%)**. Estos resultados reafirman la necesidad de reforzar las actividades de educación e información sobre la HMH dirigidas a hombres y niños, y dan pie a que este informe se centre especialmente en la participación de hombres y niños.



A pesar de los tabúes y el estigma existentes, los chicos y hombres de la encuesta expresaron su deseo de aprender más sobre la salud menstrual. **El 92% de los participantes opina que la menstruación debería normalizarse**. Para responder a estas demandas y peticiones, los programas integrales de salud menstrual deberían ampliarse e incluir – cuando proceda – a niños y hombres, en consonancia con un enfoque que tenga en cuenta las cuestiones de género.

Sensible al género: Enfoque que tiene en cuenta las diferentes situaciones, funciones, necesidades e intereses de las mujeres, los hombres, las niñas y los niños en el diseño y la ejecución de actividades, políticas y programas. (INEE)

Sección 2: Pilares y prácticas prometedoras de MHH

PROGRAMACIÓN INTEGRAL DE MHH

Desestigmatizar la menstruación implica algo más que proporcionar educación e información a niñas y mujeres, y requiere la participación de todos, incluidos niños y hombres. Este informe pretende elevar e integrar los programas de salud sexual y reproductiva en toda la comunidad mediante intervenciones que tengan en cuenta las cuestiones de género y las transformen. Con este fin, se destacan varias prácticas prometedoras y recursos globales en el informe de este año *sobre el Estado de los Derechos Humanos en el JRS*, incluyendo un plan de estudios específico para el Club de Niños del JRS que empodera e involucra a los hombres en los niños.

La programación integral de MHH comprende tres ámbitos de intervención

- I. Material y suministros menstruales
- II. MHH-Instalaciones de apoyo
- III. MHH Educación e Información



Diagrama adaptado del Grupo del Banco Mundial

PILAR I. MATERIAL Y SUMINISTROS MENSTRUALES

¿Qué es?

El primer pilar de los programas integrales de salud menstrual se refiere al acceso a los materiales y suministros menstruales necesarios para gestionar los periodos con comodidad, confianza y dignidad, de modo que las personas que menstrúan puedan llevar su vida cotidiana con la mayor normalidad posible. Los productos menstruales incluyen compresas, tampones, paños, ropa interior y otros (véase el Apéndice B). Otros materiales pueden ser agua, jabón y baldes. La falta de productos menstruales impide que las niñas y las mujeres participen en las actividades cotidianas, y el estrés emocional y físico derivado de esta incapacidad para participar puede repercutir negativamente en su bienestar general. Las consecuencias de la falta de material y suministros menstruales son especialmente significativas para las niñas y mujeres que viven en contextos de desplazamiento y emergencia y que también se enfrentan a importantes obstáculos para acceder a otros servicios básicos y esenciales.

Cuando las niñas y las mujeres tienen acceso a productos sanitarios y menstruales seguros y asequibles, el riesgo de contraer infecciones disminuye. Esto puede tener un efecto dominó positivo en la salud sexual y reproductiva en general al impulsar la reducción de los embarazos en adolescentes, mejorar los resultados maternos y apoyar la fertilidad (Kelin Kenya, 2017). Por el contrario, una higiene menstrual deficiente puede plantear graves riesgos para la salud, como infecciones reproductivas y del tracto urinario, que pueden provocar infertilidad y complicaciones en el parto en el futuro. Además, no lavarse las manos después de cambiar los productos menstruales puede propagar infecciones como la hepatitis B y la candidiasis bucal (Sweetman y Medland, 2017).



Materiales menstruales : Se refiere a los productos o artículos utilizados externa o internamente para absorber o recoger la sangre y el tejido que sale de la vagina durante la menstruación. Incluyen paños, compresas desechables o reutilizables, tampones, copas menstruales o ropa interior para el periodo.

Los suministros menstruales , en cambio, son herramientas de apoyo necesarias para una gestión eficaz e higiénica del periodo menstrual. Estas herramientas incluyen jabón y un cubo para lavar las compresas reutilizables, ropa interior, compresas reutilizables o desechables, y una bolsa para guardar las

Sensibilización y distribución de materiales y suministros de salud menstrual en Nigeria



Estado del Borno

En 2024, se distribuyeron 1.440 kits de Salud e Higiene Menstrual en dos localidades clave de Nigeria: Monguno y Dikwa. Cada localidad recibió 720 kits MHH.

Antes de la distribución de los kits, se llevó a cabo una campaña de sensibilización y concienciación para educar a la comunidad sobre la higiene menstrual, la importancia de la higiene personal y el uso correcto de los kits. El objetivo de esta iniciativa era ayudar tanto a las que aun no habían empezado a menstruar como a las que ya lo habían hecho, asegurándose de que dispusieran de los conocimientos y las herramientas necesarias para gestionar su salud menstrual de forma eficaz.



Voces del terreno

Los profesores dijeron...

- Han observado que más niñas se sienten cómodas para asistir a la escuela durante la menstruación.
- Hay un mayor conocimiento de las prácticas de higiene y una mayor comodidad en el uso de los kits MHH entre las estudiantes.

Los estudiantes dijeron...

- Se sienten cómodas utilizando los kits MHH con la información que aprendieron en las actividades de concienciación y previas a la distribución.
- Recibir los kits MHH ha normalizado el uso de materiales y suministros menstruales en el entorno escolar.

Sensibilización y distribución de material y suministros para la salud menstrual en Nigeria



Estado de Adamawa



Niñas y mujeres recibieron suministros MHH y participaron en una sesión de concienciación en el área de gobierno local de Bidi Michika, en el noreste del estado de Adamawa.

Intercambio de información y verificación durante las actividades de concienciación y distribución de MHH.



Niñas y mujeres con suministros MHH en una sesión de sensibilización en Wuro Harde, Mubi Norte, Estado de Adamawa.

Los hombres ayudaron a preparar los suministros MHH para su distribución en el estado de Adamawa.



Por fin un espacio seguro: cómo una nueva letrina devolvió la dignidad a las niñas de St. Mary Assumpta en Uganda

En 2024, en la Escuela Secundaria Femenina Santa María Assumpta ocurrió algo muy importante. Se construyó una nueva letrina, pero no una cualquiera, sino una diseñada pensando en las niñas. Financiada por Mísean Cara y construida por el Servicio Jesuita a Refugiados (JRS), esta instalación adaptada a las mujeres ha hecho algo más que mejorar el saneamiento. Ha devuelto la confianza, la dignidad y la concentración a niñas que antes se enfrentaban a retos abrumadores durante la menstruación.



Para Marutia, una estudiante de segundo curso, los recuerdos del pasado aún están frescos. "Las letrinas tradicionales carecían de intimidad, y la incineradora está lejos de la letrina, lo que dificulta deshacerse de las compresas usadas. Además, el olor era insoportable y nos hacía sentir incómodas", recuerda.

El problema no era sólo una incomodidad momentánea; era una cuestión de lucha diaria. Las niñas carecían de un espacio seguro e higiénico durante la menstruación. Según la Sra. Tibesigwa, profesora titular de la escuela, muchas alumnas empezaron a tirar las compresas usadas directamente en las fosas de los retretes para evitar el largo camino hasta la incineradora.

"Las chicas solían tirar las compresas usadas en los retretes porque no querían caminar hasta la incineradora. Esto hacía que las fosas se llenaran rápidamente y creaba problemas de higiene adicionales". Pero todo cambió con la nueva letrina. Hoy, un tranquilo sentimiento de orgullo ha sustituido a aquel miedo. La instalación, equipada con espejos, incineradores internos y agua corriente, da a las niñas algo que se les ha negado durante mucho tiempo: control y comodidad.



La letrina recién construida y adaptada a las mujeres

"Los espejos de la letrina han cambiado mucho mi vida. Puedo comprobar mi aspecto y asegurarme de que voy bien vestida antes de ir a clase. Además, la letrina está cubierta, por lo que no huele mal, y hay agua suficiente para limpiarla. Es muy cómodo, sobre todo durante la menstruación", dice Marutia.



Vista interior de la letrina adaptada a las mujeres

El acceso a las instalaciones fue muy útil en un momento crítico. "Durante una clase de matemáticas, me di cuenta de que me había manchado la falda de sangre. Mi compañera me cubrió con su jersey y fui directamente a la nueva letrina. Pude bañarme, cambiarme la compresa y deshacerme de ella en privado. Volví a clase con confianza y concentrada", añadió Marutia.

Fomento de la confianza y la participación



Madam Tibesigwa,
senior woman teacher

Según la Sra. Tibesigwa, la nueva letrina ha tenido un impacto medible. Las quejas por infecciones urinarias han disminuido. Ahora las niñas no faltan a clase. Ya no faltan a los exámenes debido a la menstruación.



El estigma en torno a la menstruación también está desapareciendo. "Las niñas se sienten más seguras y apoyadas, lo que repercute directamente en su bienestar general y, por extensión, en su rendimiento académico", añade.

Estos esfuerzos van más allá de la higiene; tienen que ver con la dignidad. La Sra. Tibesigwa afirma: "Las instalaciones que tienen en cuenta las cuestiones de género no son sólo una cuestión de higiene, sino de dignidad e igualdad. Garantizan que las niñas puedan centrarse en su educación sin miedo ni vergüenza. Estas iniciativas crean un entorno más propicio para las niñas, especialmente durante la menstruación."



Ya no tenemos que preocuparnos por el embarazo o la incomodidad. Wg puede centrarse en nuestros estudios y nuestro futuro.

-Marutia



Marutia, estudiante

Pasos hacia un futuro mejor



Vista de la letrina y la incineradora desde atrás

Al atender las necesidades únicas de las niñas, el JRS y sus socios están creando un espacio donde las jóvenes puedan prosperar académica y personalmente.

En el JRS creemos que la dignidad es un derecho fundamental. Al proporcionar instalaciones sensibles al género, no sólo estamos construyendo letrinas; estamos fomentando la confianza, rompiendo barreras y creando oportunidades para que las niñas prosperen. Este proyecto es un paso hacia un futuro en el que ninguna niña se vea reprimida por su menstruación.

PILAR III. EDUCACIÓN E INFORMACIÓN

¿Qué es?

La concientización y la educación sobre la salud e higiene menstrual son fundamentales para que las niñas se sientan lo suficientemente seguras como para ir a la escuela cuando tienen la regla. El suministro de materiales e instalaciones de apoyo no basta para garantizar una gestión higiénica y digna de la menstruación. Muchas niñas dicen sentirse confundidas o asustadas ante su primera menstruación, a menudo porque no saben qué le pasa a su cuerpo. En muchas culturas, la menstruación está rodeada de silencio y estigma, lo que deja a las niñas sin la información crucial que necesitan para entender y gestionar sus periodos. Esta falta de conocimiento, unida a los tabúes culturales, provoca sentimientos de vergüenza y pudor, dejando a las niñas sin preparación.

Dotando a las niñas y mujeres de la información que necesitan, las comunidades pueden ayudarlas a sentirse más seguras y preparadas para gestionar sus periodos. La educación sobre la menstruación informa y capacita a las niñas para que se sientan más cómodas con sus periodos y cuiden de su salud. Sin embargo, para acabar de verdad con el estigma que rodea a la menstruación, es necesario incluir a toda la comunidad -incluidos niños y hombres- en los programas de MHH, centrándose específicamente en la educación y la información. Sólo involucrando a toda la comunidad podremos acabar con los estigmas y tabúes que rodean a la menstruación y que limitan la libertad y la autorrealización de niñas y mujeres dentro y fuera de la escuela.

La importancia de involucrar a los niños y a los hombres en la programación y, sobre todo, en la sensibilización, es clave en el Informe sobre *el Estado de la Salud e Higiene menstrual en el JRS* de este año y será el tema central de la próxima sección del informe.



Sensibilización sobre la higiene menstrual y distribución de materiales y suministros en Etiopía

En 2024 se pusieron en marcha actividades educativas sobre salud e higiene menstruales en las escuelas de primaria, preescolar y secundaria Hibret Fire y Adwar de Addis Abeba (Etiopía), dirigidas tanto a las comunidades de refugiados como de acogida. Las actividades se centraron en educar a los alumnos sobre la salud y la higiene menstruales, promover conversaciones abiertas sobre la menstruación y proporcionar materiales educativos para reforzar el aprendizaje.



El primer objetivo era proporcionar a las niñas conocimientos esenciales sobre salud e higiene menstruales. Mediante sesiones de aprendizaje interactivo, como debates en grupo y juegos de rol, las participantes adquirieron una comprensión más profunda de la menstruación y su importancia. El segundo objetivo era fomentar el diálogo abierto y acabar con el estigma que rodea a la menstruación. Estas sesiones capacitaron a las participantes para hablar libremente sobre la menstruación, un tema a menudo rodeado de silencio y vergüenza. El tercer objetivo era distribuir materiales educativos que ayudaran a consolidar los puntos clave de la formación y sirvieran como valiosos recursos para el aprendizaje continuo.

Las actividades arrojaron resultados positivos: las encuestas realizadas antes y después de las sesiones mostraron un fuerte aumento de los conocimientos y un notable cambio de actitud. La comprensión del ciclo menstrual por parte de las niñas aumentó del 30% al 85%, los conocimientos sobre prácticas de higiene mejoraron del 25% al 90% y la incomodidad al hablar de la menstruación descendió del 40% al 10%, lo que pone de manifiesto una reducción significativa del estigma en torno a la menstruación.



Más allá del aumento de conocimientos, esta intervención empoderó a las niñas, aumentando su confianza y animándolas a compartir lo aprendido con sus compañeras y familias. Los comentarios de profesores y padres subrayaron el valor de educar tanto a los alumnos como a las familias para fomentar un entorno de apoyo. El éxito de esta iniciativa se debió a su enfoque interactivo y culturalmente sensible, a la fuerte implicación de la comunidad y a la celebración de sesiones de seguimiento posteriores. La implicación de los padres reforzó aún más el impacto en el hogar.

El movimiento por la salud menstrual en Uganda da voz a las niñas

La menstruación sigue siendo un tema tabú en muchas partes de Uganda. En los hogares apenas se habla de ella. En las aulas, a menudo se ignora. Como resultado, las niñas que se enfrentan a su primera menstruación se quedan a oscuras. El silencio puede provocar desinformación, angustia emocional e incluso problemas de salud física. Cloella, una estudiante de segundo curso de la Universidad de Kisubi, recuerda su primera experiencia con la menstruación vívidamente, pero no con cariño. "Mi madre nunca me habló de la menstruación", recuerda. "Cuando tuve mi primera regla, no tenía ni idea de lo que estaba pasando. Ni siquiera sabía cómo usar una compresa. Me sentía avergonzada y asustada".



Las estudiantes del programa de apadrinamiento del JRS recibieron artículos de MHH en sus paquetes de vuelta al cole.

Mientras que muchas niñas sufren en silencio, otras se benefician de entornos de apoyo. Sanvura, una estudiante de St. Joseph Mapeera, se siente afortunada de que su familia hablara abiertamente del tema. "No me sorprendí ni me asusté cuando tuve mi primera regla. Estaba preparada", afirma.

Anita da crédito a sus profesores por ayudarla a prepararse, mientras que Gloria cree que se puede hacer más en las escuelas para normalizar la menstruación. "Herramientas visuales como folletos y pancartas podrían ayudar mucho", sugiere. "Deberíamos implicar también al personal masculino y a los estudiantes; forman parte de nuestro sistema de apoyo".

De hecho, la participación de niños y hombres está ganando terreno. Vakole, una estudiante que asistió a una formación sobre salud menstrual impartida por el JRS, subraya este punto: "Si los chicos entienden la menstruación, a veces pueden apoyar a sus hermanas, incluso ayudando a comprar compresas".

Reconociendo la urgente necesidad de un cambio, el JRS ha puesto en marcha una iniciativa para mejorar la educación en salud e higiene menstrual en las escuelas. La organización ofrece formación para el personal docente y no docente y lleva a cabo campañas de sensibilización en las escuelas primarias, donde estos temas a menudo se pasan por alto en el currículo formal. El objetivo es doble: dotar a las niñas de los conocimientos y herramientas que necesitan, y fomentar un entorno de empatía y diálogo abierto.

Edna y Niyonshuti, estudiantes de segundo curso de educación en la Universidad de Kisubi, son algunas de las muchas futuras maestras que ahora están capacitadas para transmitir este mensaje. "Esta formación nos ha preparado para tratar con confianza los temas de salud menstrual durante nuestras sesiones de prácticas escolares", afirman.

Aunque la educación en salud menstrual es crucial, el acceso a los productos de higiene es igualmente importante. Muchas niñas tienen dificultades para permitirse productos menstruales de calidad, y recurren a lo que sea más barato o esté más disponible. Para algunas, esto tiene graves consecuencias. "Mi madre suele comprar las compresas más baratas", dice Gloria. "Causan molestias e incluso infecciones. Desde que recibo suministros a través del JRS, he podido mantenerme limpia y sentirme más segura durante mi período."



Estudiantes de la Universidad de Kisubi recibieron material sanitario como parte del programa de extensión y patrocinio del JRS.

En las zonas más remotas, los retos relacionados con el HMH pueden ser más complejos. En el campamento de Rhino, la escasez de agua obliga a niñas como Rose a caminar 45 minutos para buscar agua, lo que hace casi imposible limpiar adecuadamente las compresas reutilizables. Incluso en las escuelas y universidades urbanas, las instalaciones son insuficientes. Las estudiantes denuncian la falta de vestuarios o lavabos donde las chicas puedan asearse durante el día. "A veces pasamos todo el día sin cambiarnos", cuenta una alumna. "Simplemente esperas a llegar a casa". Esta realidad puede afectar de forma muy tangible al rendimiento académico, la autoestima y la asistencia a clase, reforzando así la desigualdad educativa entre niños y niñas.

A pesar de estos retos, hay una revolución en marcha. Talleres, programas de concienciación e iniciativas de promoción dirigidas por jóvenes están cambiando la forma de ver y tratar la menstruación en Uganda. Desde las aulas hasta los campos de refugiados, las niñas se atreven a hablar. Los profesores dan un paso al frente. Los padres aprenden a escuchar. Y los niños también se están uniendo a la conversación.

Sesiones de sensibilización de MHH en Siria



En Siria se celebraron sesiones de concienciación sobre salud e higiene menstruales para adolescentes de 12 a 14 años. Siga leyendo para conocer una de estas sesiones, titulada: "Cuanto más crecemos, más florecemos".

La sesión comenzó con una actividad para romper el hielo, seguida de una serie de preguntas relacionadas con la pubertad y los cambios físicos y psicológicos asociados a ella.



"Es muy importante que le ayudes a tus hijas e hijos a generar conciencia sobre esto. Sabemos que esta conversación es importante y reconocemos eso porque todavía no nos sentimos cómodas haciéndolo nosotras mismas"

Padre de una participante

Las preguntas se escribieron en una cartulina y se colocaron en la pizarra. Después, las niñas vieron un cortometraje titulado "Mientras crecemos", en el que se explicaban los cambios que se producen durante la pubertad -en particular, la menstruación- y se destacaban las prácticas adecuadas durante la menstruación, especialmente en lo relativo a la higiene.

A continuación, se les pidió que relacionaran cada pregunta con las respuestas preparadas en la pizarra. En la actividad final, cada participante escribió un consejo que daría a una hermana o amiga en una nota adhesiva y la colocó en un árbol de consejos prediseñado.

Al principio de la sesión, las chicas se mostraron visiblemente tímidas, dando muestras de incomodidad y confusión. Sin embargo, después de ver el vídeo, las chicas empezaron a mostrar signos de alivio. Algunas que antes no sabían mucho sobre la menstruación dijeron que ya no tenían miedo, que entendían qué hacer y que pensaban compartir estos conocimientos con sus hermanas y madres en casa. También escribieron consejos para sus amigas sobre la higiene personal y la importancia de no tener miedo a hacer preguntas o sentirse avergonzadas por el tema. Tras la sesión, el personal observó que las niñas se sentían más cómodas para acercarse a la oficina de la escuela y pedir productos de higiene menstrual.

Sensibilización y distribución de material y suministros para la salud menstrual en Nigeria



Estado de Zamfara

La oficina sobre el terreno de Zamfara celebró sesiones de concienciación sobre la salud menstrual en el area de gobierno local de Talata Mafara con 30 niñas de la Escuela Secundaria Femenina Gubernamental de Yalwa. Durante la sesión, las participantes aprendieron prácticas de higiene adecuadas y el uso de materiales menstruales. Al final de la sesión, se distribuyeron compresas a todas las participantes.

Se compartieron temas importantes como la denuncia de problemas relacionados con la protección y la confidencialidad en la denuncia de problemas relacionados con la protección. Los estudiantes demostraron una gran comprensión del tema, se mostraron muy participativos en todo momento y formularon preguntas perspicaces.



Sección 3: Enfoque especial en el Pilar III - Información y educación sobre salud menstrual e implicación de hombres y niños

VIOLENCIA BASADA EN GÉNERO

La violencia basada género, que incluye las agresiones sexuales, el acoso, el matrimonio infantil, la trata y otras prácticas nocivas, no es inevitable, pero puede y debe prevenirse (ACNUR, 2020). Al proporcionar información y formación para la vida, las comunidades pueden dotar tanto a las niñas como a los niños de los conocimientos y las herramientas necesarias para desafiar las normas nocivas y reducir el riesgo de violencia basada en género. Esta educación mejora el bienestar psicosocial de las niñas, refuerza sus redes de apoyo social y fomenta entornos más seguros para todos (Parkes et al., 2020) .⁴ Los sistemas educativos desempeñan un papel fundamental en la lucha contra la violencia basada en género. Adoptando un enfoque de Educación con Perspectiva de Género , las escuelas pueden promover la igualdad de género, garantizar que tanto las niñas como los niños comprendan sus derechos y crear una cultura de respeto y apoyo.

Educar a los niños como participantes activos, defensores y aliados en la prevención de la violencia basada en género es fundamental para cambiar las actitudes y los comportamientos sociales. En muchas culturas y comunidades, los niños y los hombres tienen más poder que las mujeres. La violencia sexual y de género refuerza la dinámica de poder estereotipada sobre una persona (Consejo de Europa, s.f.). Cuando se educa a los niños para que cuestionen las normas de género tradicionales, pueden desempeñar un papel esencial en la creación de una sociedad en la que la violencia basada en género contra las mujeres deje de tolerarse. Al implicar a los niños y a los hombres en esta labor, no sólo les capacitamos para contribuir a una sociedad más igualitaria, sino que también ayudamos a reducir la violencia y a fomentar relaciones más sanas entre todos los géneros.

⁴ El JRS reconoce que los niños también pueden ser víctimas de la violencia basada en género, pero, a efectos de este informe, nos centramos en el impacto de la violencia basada en género sólo en las mujeres.

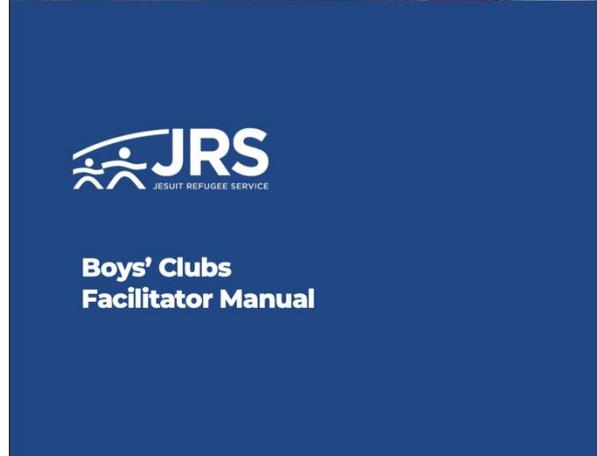
VIOLENCIA BASADA EN GÉNERO Y MHH

La violencia basada en género afecta a todos los géneros, y para prevenirla es necesario educar tanto a las niñas como a los niños. En un contexto de refugiados, esto implica no sólo educar a las niñas sobre sus derechos, sino también educar a los niños sobre los derechos que asisten a las niñas. La salud y la higiene menstruales son un problema persistente y, en demasiados contextos, la menstruación sigue siendo causa de estigmatización, discriminación, acoso y aislamiento para las niñas, lo que en última instancia se traduce en diversas formas de violencia basada en género. Todo ello repercute negativamente en la matriculación, la asistencia y el rendimiento escolar de las niñas. Por lo tanto, abordar las barreras a la educación relacionadas con la menstruación es clave para garantizar el respeto de los derechos de las niñas.

Sin embargo, para lograr un cambio duradero y significativo en la escuela y en la comunidad en general, es esencial implicar a niños y hombres en la educación sobre SMH para combatir el estigma y los conceptos erróneos que rodean a la menstruación y fomentar comunidades solidarias. La participación de los niños y los hombres también promueve resultados reproductivos más saludables, mejores entornos escolares y una mayor concientización sobre la pubertad y la salud sexual tanto para los niños como para las niñas (Nirere, 2023).

Recurso destacado del Pilar III: JRS Boys' Club Curriculum

El plan de estudios del Club de Chicos del JRS es un club extraescolar desarrollado según el Paradigma Pedagógico Ignaciano (PPI). Basado en este enfoque jesuita transformador de la educación, el plan de estudios abarca una amplia gama de temas esenciales, como la pubertad, la protección de la infancia, las infecciones de transmisión sexual (ITS) y la violencia de género. Estas lecciones son cruciales para fomentar actitudes y comportamientos responsables, especialmente en entornos de alto riesgo como los campos de refugiados y las emergencias humanitarias, donde el acceso a la información sobre salud y derechos sexuales y reproductivos (SDSR) es a menudo limitado y las desigualdades de género suelen ser más significativas.



64
65

Session 20: Gender Norms & Stereotypes

Objectives: Participants will be able to...

- Define Gender Stereotypes.
- Recognize the difference between expectations of Boys and young women as opposed to boys and young men.

PRE-Lesson: 10 minutes. Make sure all the materials you need for the session are ready. | Arrange classroom setting for the session | Arrange the snack they will share at the end of the session | Welcome students as they are arriving (By name)

10 minutes: Pre-lesson
60 minutes: LESSON
20 minutes: Post-lesson
Flip chart, markers, paper, participants' workbooks, pens.

LESSON

1	CONTEXT 5 minutes	EXPERIENCE	REFLECTION	ACTION	EVALUATION
1.	Review the Ground Rules from the first session.				
2.	Review: Have participants stand in a circle. Toss a ball around the circle, in no particular order. As each participant catches the ball, ask them one thing they remember from the previous session. Emphasize that they should try to come up with unique ideas or memories.				
3.	Display or write objective on the board.				
4.	Read the session objective(s) out loud as a group.				

2 **CONTEXT** **EXPERIENCE 25 minutes** **REFLECTION** **ACTION** **EVALUATION**

Part #1 | 20 minutes | Activity: Stereotypes of men and women

- Hang 5 sheets of flip-chart paper around the room. Write a different setting at the top of each paper (school, family, friends, community, partner). Divide each paper into two columns: one should have the title 'boys/young men' and the other should have the title 'girls/young women'.
- Tell participants to take 10 minutes to write on each paper what they believe is expected or demanded from boys/young men in each setting, and then what is demanded from girls/young women in each setting. Emphasize that they should do this individually.
- Divide the participants into 5 groups and have each group take one of the flip-chart papers. Each group takes 10 minutes to read and discuss what has been written on the paper based on the following questions:
 - "What differences do you see between what is written below boys/young men and girls/young women?"
 - "What similarities do you see?"
- Ask for volunteers from each group to share with the larger group for 5 minutes.
- Introduce the concept of Gender Stereotype using the Facilitator Background Notes.

3	CONTEXT	EXPERIENCE	REFLECTION 10 minutes	ACTION	EVALUATION
1.	Ask participants to reflect:				
	a. "Have you ever challenged gender expectations or norms?"				
	b. "Do you feel prepared to challenge gender expectations or norms in the future?"				
2.	Ask 2 to 3 participants to briefly share their thoughts.				

4	CONTEXT	EXPERIENCE	REFLECTION	ACTION 15 minutes	EVALUATION
1.	Direct the students to the designated section for the topic in their workbooks.				
2.	In the workbook they will find two columns. The first one to write down in what way they have felt victims of gender stereotypes; in the second one, times when they have stereotyped others because of their gender.				
3.	Encourage them to be 10 minutes working in the exercise.				
4.	Then, ask them to share in pairs their answers.				

5	CONTEXT	EXPERIENCE	REFLECTION	ACTION	EVALUATION 5 minutes
1.	Ask the students to respond to one of the following questions in their workbooks. Allow 3 minutes for this activity:				
	a. What have we learned as a group today?				
	b. What have I learned?				
	c. What would have made this session a better one?				
	d. What is my commitment for the next session? (Next session I will...)				
2.	Invite three to five participants to share, freely, the answer to one of the questions aloud.				

POST-Lesson: 20 minutes: Share snack | Arrange the classroom for next activity with the help of the participants, leaving the space better than when you arrived | Say goodbye to each participant by name.

Facilitator Background Notes

Stereotype is defined as "a set idea that people have about what someone or something is like"

Taken from the Cambridge Dictionary

Gender stereotypes, more specifically, refer to "a generalized view or preconception about attributes or characteristics, or the roles that are or ought to be possessed, or performed by, women and men.

Gender stereotypes, more specifically a generalized view or preconception about attributes or characteristics, or the roles that are or ought to be possessed by, or performed by, women and men"

Taken from the OIGD

Gender stereotypes can be dangerous for the full development of the personality of both women and men, but gender stereotypes can also prevent them from fully pursuing their professional career aspirations. Examples of gender stereotypes:

- Boys should play with dolls and boys should play with trucks.
- Boys' color is blue. Boys' color is pink.
- It's normal for boys to have fights.
- Boys are not good at scientific subjects.
- The use of violence on the part of boys is a proof of their strength and manliness.
- Boys should be thin and beautiful in order to be liked by boys.
- Boys never cry.
- Boys and women get easily carried away by emotions.
- Men who cry are not real men.
- Men were born to be leaders.
- Women should take care of all the house duties.
- Only men can do technical jobs.
- Women are too emotional to have certain jobs.
- Men are stronger and smarter than women and their opinion is more important than that of women.

Lección de muestra del Manual del facilitador del Club de Niños del JRS

33

El plan de estudios de 25 lecciones comienza con temas sobre la capacitación de los jóvenes en aptitudes para la vida, como la confianza en sí mismos, la toma de decisiones y la validación de las emociones. Las sesiones intermedias profundizan en temas como la violencia basada en género, la pubertad, decir no a las relaciones sexuales no deseadas, el embarazo precoz y las infecciones de transmisión sexual. En general, el plan de estudios pretende dotar a los chicos de habilidades para la vida que puedan tener un impacto positivo en su vida cotidiana, al tiempo que les proporciona conocimientos e información clave para romper los estigmas y estereotipos de género que limitan la igualdad de género, aumentan la incidencia de la violencia basada en género contra las chicas y limitan el propio desarrollo libre y pleno de los chicos como individuos.

33

Date: _____

Session 20: Gender Norms & Stereotypes

By the end of this session, you will be able to...

- Define Gender Stereotypes.
- Recognize the difference between expectations of girls and young women as opposed to boys and young men.

Recognizing Gender Stereotyping

Below you will find two columns. In **Column 1**, write down examples of ways you have been a victim of gender stereotyping. In **Column 2**, write down examples of when you have stereotyped others based on their gender.

Column 1	Column 2

Self-Evaluation

Quietly reflect on **one** of the following questions:

- What have we learned as a group today?
- What have I learned?
- What would have made this session better?
- What is my commitment for the next session? (Next session I will...)

Write your answer on the lines below.

34

Date: _____

Session 21: Characteristics of Men and Women

By the end of this session, you will be able to...

- Identify similarities and differences between the characteristics of men and women.
- Become aware of the characteristics that make women and men equal.

Let's Reflect!

Respond to the following questions.

- Have you ever thought about men and women sharing characteristics? Explain
- Do you share characteristics that you like with your mom, sisters, or girlfriends? Which ones?

Write your answers on the lines below.

Self-Evaluation

Quietly reflect on **one** of the following questions:

- What have we learned as a group today?
- What have I learned?
- What would have made this session better?
- What is my commitment for the next session? (Next session I will...)

Write your answer on the lines below.

Páginas de muestra del libro de ejercicios del Club de Niños del JRS

Los materiales de programación del Club de Niños del JRS - junto con los materiales del Club de Niñas presentados en el Informe sobre *el Estado de Salud e Higiene Menstrual en el JRS* del año pasado - están disponibles para todo el personal del JRS en la página interna de SharePoint de Educación Global del JRS. Además del currículo completo en forma de manual para facilitadores, hay materiales complementarios como un cuaderno de trabajo para los participantes y formularios de evaluación para facilitadores y participantes.

Del silencio al apoyo: Cómo la formación en salud menstrual está cambiando vidas en Uganda



Jauch,
alumna del tercer
curso



Sr. Vuchiri,
profesor de último
curso



Bunia,
estudiante de
último curso



En las escuelas secundarias de Mungula y Nyumanzi, en Adjumani (Uganda), la menstruación era antes un tema envuelto en el silencio y el estigma. Pero hoy, gracias a la formación en Salud e Higiene Menstrual (SMH) facilitada por el JRS, ese silencio está siendo sustituido por confianza, compasión y empoderamiento.

Los estudiantes varones han participado en estos cursos, al igual que las niñas. Jauch, un estudiante de Senior Three en Mungula, admite: "Solía creer mitos sobre la menstruación, como que las chicas con la regla no debían cocinar porque la comida te envenenaba". Ahora, apoya a su hermana en casa trayendo agua y comprándole compresas sin dudarlo. En la escuela, cuando una compañera manchaba su uniforme, "le daba mi jersey y le traía agua para que se limpiara".

Los chicos de Mungula mantienen ahora debates semanales para encontrar formas de apoyar a las chicas durante la menstruación. En Nyumanzi, John, alumno del segundo curso, cuenta: "La formación me ayudó a entender que la menstruación es natural. Ya no me río de las chicas, sino que las apoyo. Si veo a una niña con una mancha, la remito a la profesora de último curso para que la ayude".

La formación de MHH no sólo ha cambiado las mentalidades, sino también los comportamientos. Ahora las chicas pueden gestionar su menstruación de forma más higiénica y abierta, y los chicos se están convirtiendo en aliados. "Antes de la formación, algunos chicos se burlaban de las chicas durante la menstruación, pero ahora las apoyan más", dice Bunia, una alumna de tercero.

Los profesores también se han convertido en defensores. Vuchiri, un profesor de Mungula, dice: "Esta formación no sólo me ha transformado como profesor, sino también como padre. Tengo dos hermanos que viven conmigo y solía dejar los problemas de la menstruación en manos de mi mujer. Sin embargo, después de la formación, empecé a comprarles compresas y fomenté conversaciones abiertas sobre sus necesidades durante la menstruación."

"Incluso animé a los padres a apoyar a sus hijas comprando compresas", añade. En Nyumanzi, la directora Apio Monica ha visto un cambio real. La asistencia de las niñas ha aumentado, y tanto el personal como las alumnas participan en la concienciación sobre la salud menstrual. Pero sigue habiendo problemas. Algunas niñas siguen sin tener acceso a compresas y ropa interior limpia. Persisten creencias culturales nocivas, como el temor a que quemar las compresas usadas afecte a la fertilidad.

Esther señala que algunas alumnas nuevas siguen sintiéndose tímidas a la hora de pedir ayuda a los profesores durante la menstruación. John también reflexiona sobre esto: "Algunas chicas me desafían, preguntándome cómo puedo aconsejarlas sin haber experimentado la menstruación". Aun así, mantiene su compromiso: "Estoy orgulloso de apoyar a mis compañeras. La formación me ha enseñado que la menstruación es natural, y me comprometo a concienciar y romper el estigma".

Los chicos como aliados de la igualdad de género en Kenia

En el campamento de refugiados de Kakuma, donde los retos educativos se ven amplificados por el desplazamiento y las barreras socioculturales, el JRS Kenia ha dado pasos significativos para promover la Educación Sensible al Género. Gestionando siete escuelas de secundaria en el campamento, el JRS trabaja para mejorar el acceso a la educación de más de 15.000 estudiantes, con especial atención al aumento de las tasas de matriculación y permanencia de las niñas.



A pesar de estos esfuerzos, las niñas de Kakuma todavía se enfrentan a obstáculos importantes, como los matrimonios precoces, el acceso limitado a los recursos de salud menstrual, y las normas sociales que desalientan la educación femenina. El proyecto de Educación Sensible al Género del JRS trata de abordar estas cuestiones a través de iniciativas como los programas de sensibilización sobre la salud menstrual, el suministro de productos sanitarios, y el empoderamiento de los niños como aliados.

En muchas comunidades del campamento de refugiados de Kakuma, la menstruación está rodeada de estigma, desinformación y exclusión, lo que supone un reto para las niñas en la escuela. La falta de concienciación entre los chicos es un aspecto que a menudo contribuye a las burlas, la vergüenza y a un entorno escolar poco propicio para las chicas durante la menstruación. Sin embargo, en las escuelas secundarias de Kakuma, 27 chicos han recibido formación sobre salud menstrual y se han convertido en paladines del cambio al desafiar los estigmas, abogar por recursos y crear espacios seguros.



Al implicar a los chicos en los debates sobre la salud menstrual, las escuelas fomentan ahora un entorno más integrador en el que ambos sexos se apoyan mutuamente en sus necesidades, lo que mejora los resultados generales de la educación. A través de proyectos como Empowering African Girls to Learn and Excel in School in Kakuma (EAGLES_K), el JRS está trabajando por un futuro en el que tanto los niños como las niñas puedan prosperar académicamente, libres de estigma y discriminación. Este proyecto apoya la formación de estudiantes en Gestión de la Salud Menstrual (MHM), el suministro de kits menstruales a las niñas, la construcción de incineradoras y su mantenimiento.

Para que la igualdad de género se haga realidad en comunidades de refugiados como Kakuma, los hombres y los niños deben ser reconocidos como socios en la lucha por los derechos de las niñas y la igualdad de oportunidades. Involucrándolos activamente en los debates sobre salud menstrual e inclusión de género, podemos crear una cultura de respeto, apoyo y empoderamiento dentro de las comunidades y las escuelas. Las escuelas, los maestros y las organizaciones como el JRS desempeñan un papel fundamental para garantizar que los niños no sean espectadores, sino que contribuyan activamente a un cambio positivo. Juntos, podemos construir un sistema educativo en el que todos los alumnos, independientemente de su sexo, tengan las mismas oportunidades para tener éxito y alcanzar su pleno potencial.

La historia de un marido que inicia a su mujer en el uso de compresas reutilizables en la India

Soy Rahul*, un pintor de 36 años del campo de rehabilitación de Boganallur, en el distrito de Tenkasi. La vida aquí es sencilla, pero está llena de historias que dan forma a nuestras perspectivas. Vivo con mi mujer, Anvita*, una dedicada profesora de un colegio privado, y nuestros dos maravillosos hijos: nuestro hijo mayor en cuarto curso y nuestra hija pequeña en el primer ciclo de preescolar.



En febrero de 2024, tuvo lugar un acontecimiento que afectaría profundamente a mis pensamientos y elecciones. El personal del JRS, profesores y un grupo de mujeres de la rehabilitación de Thappathi llevaron a cabo una sesión de sensibilización sobre salud e higiene menstrual a través de una iniciativa del JRS. Estas mujeres, impulsadas por su determinación, se habían embarcado en un viaje para producir compresas reutilizables. Su historia era algo más que un negocio: se trataba de resiliencia, empoderamiento y coraje para crear un cambio.

Contaron cómo empezaron a coser y vender estas compresas reutilizables con acceso a espacios de trabajo específicos y máquinas de coser de alta calidad. Las sesiones de formación les habían dotado de los conocimientos necesarios no sólo para producir las compresas reutilizables, sino también para comercializar sus productos con eficacia. Su trabajo se había convertido en una fuente de ingresos, confianza e independencia que les permitía contribuir de forma significativa a sus comunidades.

Sin embargo, a pesar de su duro trabajo y de la calidad superior de sus productos, seguían enfrentándose a importantes retos a la hora de comercializarlos. En un mercado dominado por grandes marcas con enormes presupuestos publicitarios, llegar a un público más amplio era difícil. Sin embargo, este reto también creó una oportunidad para hablar de las ventajas de las compresas reutilizables, que muchas grandes marcas no ofrecían.

A medida que se desarrollaba la sesión, escuchaba atentamente. El impacto medioambiental, las ventajas para la salud y el aspecto sostenible de las compresas reutilizables resonaron en mí. A diferencia de las compresas desechables, que a menudo conllevan costes ocultos y consecuencias medioambientales, las reutilizables ofrecen una alternativa más sana y ecológica. Reducen los residuos plásticos, promueven una vida sostenible y potencian a los productores locales.

Compartí estas ideas con mi mujer. Al principio tuvo sus reservas, como muchos cuando se enfrentan a algo desconocido. Pero después de entender los beneficios, se abrió a la idea. Inspirado por el viaje de las mujeres y el impacto positivo de su trabajo, decidí apoyarlas personalmente. En febrero de 2024 compré una bolsa de compresas reutilizables para mi mujer, no sólo como producto, sino como símbolo de apoyo a estas mujeres y a su misión. Esta experiencia me abrió los ojos al poder de la concienciación y el apoyo comunitario. Creo que difundir el conocimiento sobre las compresas reutilizables en los campamentos es vital. No se trata sólo de salud y medio ambiente; se trata de empoderar a las mujeres, apoyar las iniciativas locales y crear un efecto dominó de cambio positivo.

* Se han cambiado los nombres para proteger la identidad de la persona

PILAR III RECURSO DESTACADO: MHH ACTIVIDAD DE ESCRITURA DE CARTAS

Este año, el JRS siguió ampliando una actividad de escritura de cartas, centrándose en la participación de hombres y niños. La actividad de redacción de cartas fue diseñada para participantes de todos los géneros e incluyó la participación del personal y los beneficiarios del JRS. Las plantillas están disponibles en la página SharePoint de Educación Global del JRS en árabe, inglés, francés y español.

Este año se han elaborado dos modelos de cartas:

1. **Carta a mi madre, hermana o amiga:** Esta plantilla invita a los hombres a reflexionar sobre lo que saben acerca de la menstruación y cómo ésta afecta a las niñas y mujeres de sus vidas. La segunda parte de la actividad consiste en escribir una carta sobre las formas de apoyar a las niñas y mujeres en sus vidas en torno a la menstruación.
2. **Carta a mi padre, hermano o amigo varón:** Esta plantilla pide a las niñas y mujeres que piensen en lo que les gustaría que las figuras masculinas de su vida supieran sobre la menstruación y cómo desean que las apoyen durante su periodo. La segunda parte de la actividad consiste en escribir una carta sobre cómo les gustaría que se comprendiera mejor la menstruación y cómo desean que se les apoye en torno a ella.

JRS
JORDAN REFUGEE SERVICE

Name:
Age:
Gender:
School:

Letter to My Mother, Sister, or Friend

What do you know about menstruation?
Describe what you know in a few sentences below:

How does menstruation affect the girls and women in your life?
Describe your thoughts below:

Date:

Directions: How can you support the girls and women you know during menstruation? Write a letter to your mother, sister, or female friend about ways you wish to support her during her period.

- Describe what you know about menstruation.
- Come up with two ways you hope to support your sister, mother, or friend manage her period with dignity.
- Mention anything else you think is important!

Plantilla de carta de muestra

Actividades de envío de cartas en la Oficina Regional para Oriente Próximo y África del Norte



En la oficina regional de Oriente Medio y Norte de África, el personal participó en una actividad de redacción de cartas. Un modelo consistía en que las mujeres escribieran una carta a su padre, hermano u otro amigo varon en la que compartieran las formas en que desean a en torno a la menstruacion. Lee a la continuación la carta de una miembro del personal a los hombres de su vida.

Queridos hombres:

Como mujeres, pasamos por un ciclo un poco difícil cada mes, lo cual es muy frecuente. Como hombres, necesitamos que estén más informados sobre este tema y que sepan cómo afrontarlo. Por favor, no ignoren nuestro dolor, ya que nuestro cuerpo atraviesa cambios enormes que resultan físicamente, mentalmente y emocionalmente agotadores.

Por favor, sean nuestro apoyo durante este tiempo y no hagan las cosas más difíciles para nosotras. Traten de ser comprensivos tanto como puedan. Además, por favor investiguen más sobre este tema para entender mejor los cambios por los que estamos pasando.

*Miembro del personal femenino de
JRS, MENA*



Queridos hombres:

Hacer un esfuerzo por entender cómo funciona la menstruación es la primera señal de respeto que un hombre puede mostrar hacia una mujer. Si tienen dudas, infórmense por internet o pregunten a su amiga, hermana o pareja para que les explique y los acompañe en su proceso de toma de conciencia.

Además, los síntomas menstruales como el dolor y los cambios de humor son incontrolables y, en algunos casos, inesperados, y algunas mujeres no pueden concentrarse bien en sus tareas diarias o laborales. Así que traten de ser comprensivos y flexibles con eso.

Por último, hagan algo lindo por la mujer que tienen al frente: ofrezcan hacerle un té, llenar una bolsa de agua caliente, darle chocolate o simplemente pregúntenle qué podrían hacer para apoyarla y hacerla sentir mejor. Un gesto de amabilidad siempre es bienvenido.

*Miembro del personal femenino
de JRS, MENA*

Actividades de envío de cartas y MHH en Venezuela



Voces desde el terreno Venezuela

"En 2024, nos reunimos para hablar de salud e higiene menstrual. Era la primera vez que hablábamos de este tema aquí porque es algo de lo que se habla poco. Fue la primera vez que supimos que había alternativas a las compresas higiénicas, como la copa menstrual o los tampones. Desde entonces, hemos comprendido la importancia de hablar de este tema con nuestras hijas. A nuestras hijas les daba vergüenza hablar de la menstruación; temían ser estigmatizadas en el colegio. Hemos reforzado nuestro vínculo con ellas, ahora hay más confianza, y nos cuentan cuando les pasa algo, cuando no entienden algo, y se sienten apoyadas. Nunca habíamos tenido un espacio seguro para hablar de nuestras propias experiencias con la menstruación. Desde nuestra cultura y tradiciones indígenas wayuu, estábamos muy restringidas. Cuando menstruábamos por primera vez, nos cortaban el pelo y nos encerraban durante un año. Durante ese año, aprendimos a hacer artesanías tradicionales como el chinchorro.

Sobre el tema de 2025 y la importancia de involucrar a los hombres, decimos: es muy importante involucrarlos para que sepan cómo nos sentimos. Nos gusta que nos apoyen cuidándonos. Por ejemplo, nuestros maridos pueden ayudarnos cocinando y cuidando de nuestros hijos mientras nosotras descansamos para sentirnos mejor."

-Participante en las actividades de MHH en Venezuela

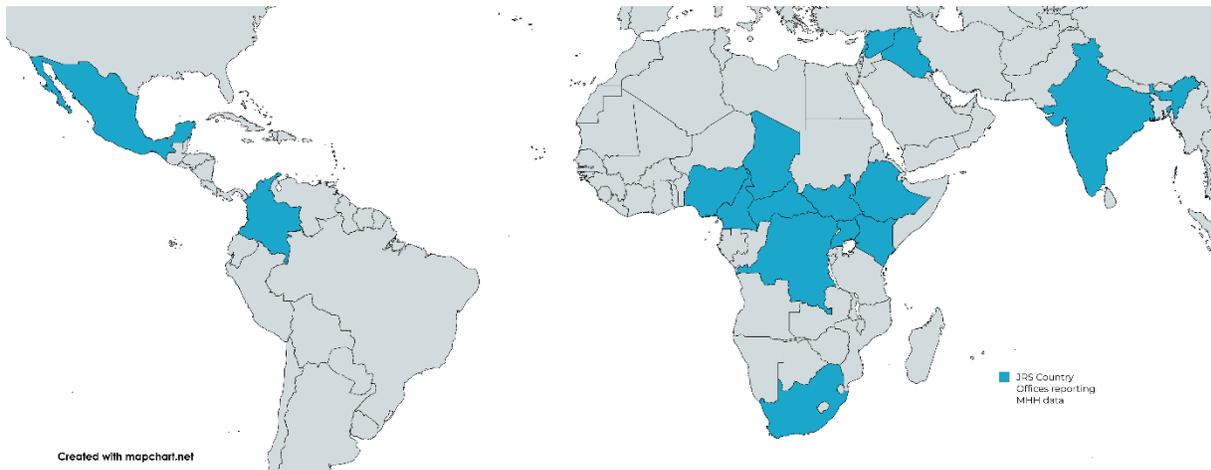


Sección 4: Personas atendidas por las actividades de Salud e Higiene Menstrual del JRS

ACERCA DE LA ENCUESTA

Los datos de esta sección se recopilieron a través de una encuesta anual, global y online sobre los programas de SMH en el JRS. La encuesta se organizó en torno a los tres pilares de MHH descritos en las secciones anteriores de este informe. El objetivo de la encuesta era recoger información sobre las actividades implementadas, el presupuesto asignado y las personas atendidas (desglosadas por género) para cada pilar de MHH. Los informes de la encuesta se realizaron entre febrero y abril de 2025, y 17 equipos de país facilitaron datos sobre la salud menstrual en el hogar a partir de 2024.⁵

Para evitar el doble recuento, este informe no incluye datos sobre el número total de personas atendidas en todos los pilares de MHH, ya que algunas personas atendidas en un pilar también pueden haber sido atendidas en otros pilares. Los autores reconocen esta limitación del informe sobre *el estado de la salud materna en el JRS*.



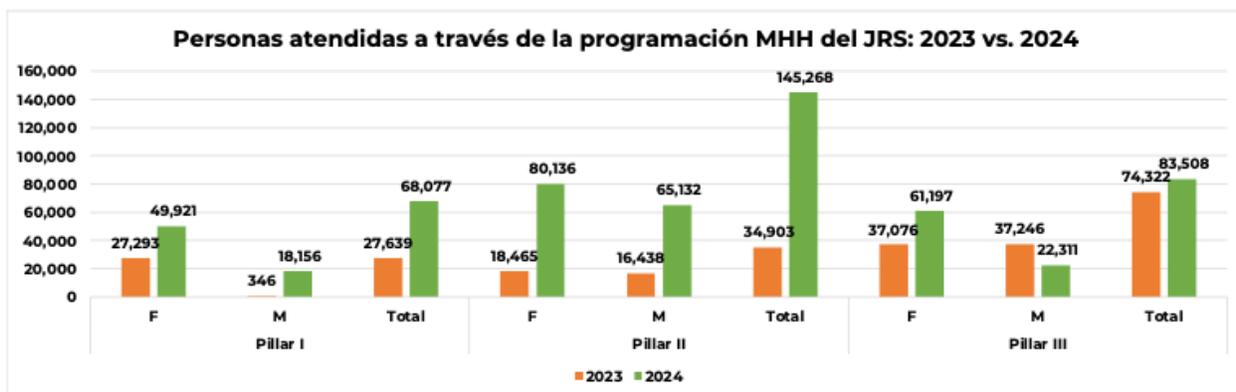
Este mapa destaca las oficinas nacionales del JRS que informaron sobre actividades de salud e higiene menstrual. El apéndice ofrece información detallada sobre el

⁵ Por favor, tenga en cuenta que las cifras y la información presentadas no reflejan necesariamente todos los programas de MHH del JRS, sino que reflejan la información que hemos podido recopilar.

número de personas atendidas por región y país, desglosado por género y pilar de la salud menstrual y reproductiva.

VISIÓN GENERAL DE LAS PERSONAS ATENDIDAS

Al menos 145.268 personas se beneficiaron de los programas MHH del JRS en 2024. El mayor número de personas atendidas en los programas de salud menstrual recibió apoyo del Pilar II - Instalaciones de apoyo para la salud menstrual, seguido del Pilar III - Educación e información sobre salud menstrual, y luego del Pilar I - Materiales y suministros menstruales.



Observando los datos globales para 2023 y 2024, la cifra de personas atendidas a través de los programas de MHH del JRS creció significativamente, pasando de al menos 74.322 personas en 2023 a al menos 145.268 personas en 2024. Esto supone un notable aumento del 51% en la cifra de personas atendidas.

El aumento más significativo se produjo en el Pilar II - Instalaciones de Apoyo MHH, con un incremento del 316% de personas atendidas en comparación con el año pasado. Este aumento podría deberse a la mejora en la recogida de datos y en la presentación de informes en todas las oficinas nacionales del JRS, con más equipos informando de datos MHH este año (17) en comparación con el año pasado (15) (ver Apéndice C para datos sobre personas atendidas por región y país). El Pilar I - Materiales y Suministros Menstruales experimentó un aumento del 146% en personas atendidas, mientras que el Pilar III - Educación e Información MHH experimentó un aumento del 12% en el número de personas atendidas de 2023 a 2024.

Al comparar los 11 países que comunicaron datos sobre salud sexual y reproductiva tanto en 2023 como en 2024, se produjeron aumentos significativos en el Pilar I - Materiales y suministros menstruales (121%) y en el Pilar II - Instalaciones de apoyo para

la salud sexual y reproductiva (268%). Por último, el Pilar III - Educación e información sobre salud sexual y reproductiva disminuyó un 27% en los países que informaron tanto en 2023 como en 2024.

En general, estas cifras sugieren un progreso significativo en la programación y la presentación de datos sobre salud menstrual. 17 equipos nacionales informaron de actividades relacionadas con la salud menstrual en 2024, lo que deja la oportunidad de seguir aumentando la importancia de la salud menstrual en el JRS. El SMH es un tema crítico que requiere un enfoque a largo plazo y transformador de género en la programación para disipar los mitos, estigmas, estereotipos y tabúes relacionados con la menstruación. Un enfoque que tenga en cuenta el género seguirá siendo importante, sobre todo para implicar a los hombres y a los niños en la educación y la información sobre la menstruación.

Referencias

- Universidad de Colombia: Escuela Mailman de Salud Pública. (2024). *Menstrual Friendly Public Toilet (MFPT) Toolkit Guidance Note*.
<https://www.publichealth.columbia.edu/research/programs/gate/our-work/menstrual-friendly-public-toilets>
- Universidad de Colombia: Escuela Mailman de Salud Pública. (2017, 30 de septiembre). *Caja de herramientas para integrar el manejo de la higiene menstrual (MHM) en la respuesta humanitaria*.
<https://reliefweb.int/report/world/toolkit-integrating-menstrual-hygiene-management-mhm-humanitarian-response>
- Consejo de Europa. (s.f.). *¿Cuáles son las causas de la violencia basada en género?* Gender Matters.
<https://www.coe.int/en/web/gender-matters/what-causes-gender-based-violence>
- Gensch, R., Ferron, S., Sandison, P., Bindel, A., Coerver, A., Cottafavi, L., Deniel, K., Ewers, L., Friedrich, M., Harter, M., Hoffmann, O., Lloyd, A., Machado, A., Shrinivasan, S., & Vallis, S. (2022). *Compendio de promoción de la higiene en emergencias* (1ª ed.). Emergency Wash.
<https://www.emergency-wash.org/hygiene/en/>
- Jayamohan, A., y Tomar, S. P. (2024). Menstruation and masculinity: Exploring the relationship between boys and menstruation. *Journal of family medicine and primary care*, 13(10), 4331-4335. https://doi.org/10.4103/jfmprc.jfmprc_297_24
- Kelin Kenia. (2024, 28 de mayo). *Rompiendo barreras: Abordar la salud y el bienestar menstruales como derechos humanos*.
<https://www.kelinkenya.org/breaking-barriers-addressing-menstrual-health-and-wellbeing-as-human-rights/>
- Nirere, G. (2023, 19 de junio). *Why boys and men need to be included in menstrual health and hygiene discussions*. AFRI pads.
<https://www.afripads.com/blog/why-boys-and-men-need-to-be-included-in-menstrual-health-and-hygiene-discussions/>
- Parkes, J., Ross, F. J., & Heslop, J. (2020). The ebbs and flows of policy enactments on school-related gender-based violence: Insights from Ethiopia, Zambia, Côte

- d'Ivoire and Togo. *International Journal of Educational Development*, 72, 102133. <https://doi.org/10.1016/j.ijedudev.2019.102133>
- Period Posse Presenta: Serie de seminarios web. (2023, 28 de septiembre). Bringing Boys into MHH: Insights from Research & Programming [Webinar]. Escuela de Salud Pública Mailman de Columbia.
<https://www.publichealth.columbia.edu/research/programs/gate/resources/period-posse-presents-webinar-series>
- Period Posse Presenta: Webinar Series. (2020, 12 de mayo). *Engaging men and boys in the design and delivery of menstrual programming* [Webinar]. Escuela de Salud Pública Columbia Mailman.
<https://www.publichealth.columbia.edu/research/programs/gate/resources/period-posse-presents-webinar-series>
- Plan International (2022, 25 de mayo). Una nueva encuesta muestra tabúes "profundamente arraigados" en torno a la menstruación.
<https://plan-international.org/news/2022/05/25/new-survey-shows-deep-rooted-taboos-around-periods/>
- Plan Internacional. (s.f.) *Salud y derechos sexuales y reproductivos: Menstruación*.
<https://plan-international.org/srhr/menstruation/>
- Sommer, M., Schmitt, M., Clatworthy, D. (2017). Un conjunto de herramientas para integrar la Gestión de la Higiene Menstrual (MHM) en la respuesta humanitaria. (Primera edición). Nueva York: Universidad de Columbia, Escuela Mailman de Salud Pública y Comité Internacional de Rescate.
- Sweetman, C., y Medland, L. (2017). Introducción: género y agua, saneamiento e higiene. *Gender & Development*, 25(2), 153-166.
<https://doi.org/10.1080/13552074.2017.1349867>
- Banco Mundial. (2022, 12 de mayo). *Salud e higiene menstrual*.
<https://www.worldbank.org/en/topic/water/brief/menstrual-healthand-hygiene>
- Thomas, T. (2019, 16 de octubre). *Mitos sobre la menstruación que impiden a las niñas ir a la escuela*. Fondo Malala.
<https://assembly.malala.org/stories/myths-about-menstruation>
- Unidad de Gestión de la Cadena de Suministro del UNFPA. (2023). *UNFPA-ACNUR Kit de gestión de la higiene menstrual (MHM)*. Fondo de Población de las

Naciones Unidas. <https://www.unfpa.org/resources/unfpa-unhcr-menstrual-higiene-management-kit-mhm>

ACNUR. (2020). *UNHCR Policy on the Prevention of, Risk Mitigation and Response to Gender-Based Violence*. <https://www.unhcr.org/media/unhcr-policy-prevention-risk-mitigation-and-response-gender-based-violence-2020>

UNICEF Y OMS. (2024). *Progresos en materia de agua potable, saneamiento e higiene en las escuelas 2015-2023: Special Focus on Menstrual Health*. Programa Conjunto OMS/UNICEF de Monitoreo del Abastecimiento de Agua, del Saneamiento y de la Higiene 2024. <https://data.unicef.org/resour ces/jmp-wash-in-schools-2024/>

UNICEF. (2024). *Informe de promoción: Salud e higiene menstrual: Transformando vidas y comunidades*. <https://knowledge.unicef.org/resource/advocacy-brief-menstrual-health-and-higiene-transforming-lives-and-communities>.

UNICEF. (2025). *Five game-changing solutions with and for adolescent girls*. <https://www.unicef.org/documents/five-game-changing-solutions-and-adolescent-girls>

UNICEF. (2019). *Orientaciones sobre salud e higiene menstrual*. Nueva York. <https://www.unicef.org/media/91341/file/UNICEFGuidance-menstrual-health-higiene-2019.pdf>

Apéndice A: Lista de comprobación para la observación de aseos adaptados a la menstruación

MHM-supportive measures to check		Yes/No	Action
To be informed by direct observation:			
1.	 Are there adequate number of safely located and secured toilets? <i>** Sphere guidelines for school toilets call for one toilet for every 30 girls and one toilet for every 60 boys.</i>	Yes <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>	
2.	 Are girls and boys using separate toilet blocks or separate sides of the privacy wall? Is there clear signage?	Yes <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>	
3.	 Are there working locks on the inside of the toilet?	Yes <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>	
4.	 Are walls, door, and roof made of non-transparent materials with no gaps or spaces?	Yes <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>	
5.	 Are there private handwashing facilities?	Yes <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>	
6.	 Is water easily accessible (ideally inside the latrine)? Is there a means for girls to bring water into individual stalls (e.g. a bucket)?	Yes <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>	
7.	 Is there soap available at the toilet?	Yes <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>	
8.	 Is there a shelf and hook for hygienically storing belonging during usage?	Yes <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>	
9.	 Is there a light source inside of the toilets?	Yes <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>	
10.	 Is there a mirror inside the toilet?	Yes <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>	
11.	 Are used menstrual materials disposed of in the toilet or through another method of collection and disposal?	Yes <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>	
12.	 Is there a waste bin available for disposal of used menstrual materials?	Yes <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>	
13.	 Are some units accessible to people with disabilities?	Yes <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>	
14.	 Does the school have an emergency stock of menstrual materials (including underwear) available for girls to manage their menstruation if it starts unexpectedly or they lack access to materials? What is required for girls to access these materials?	Yes <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>	
15.	Other:	Yes <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>	

Fuente: (Sommer & Clatworthy, 2017)

Apéndice B: Kit de gestión de la higiene menstrual de UNFPA-ACNUR

UNFPA-UNHCR

Menstrual hygiene management kit (MHM)

One kit contains the essential menstrual hygiene items to cover the needs of a menstruating person for up to three months.

Standard content

		
<i>Disposable sanitary pads</i>	<i>Female underwear (panty)</i>	<i>Detergent/ Washing Powder</i>
		
<i>Clothes pegs + string</i>	<i>Bath soap + plastic holder</i>	<i>Leaflet</i>

Variable content

			
<i>Disposable sanitary pads</i>	<i>Reusable menstrual Pads</i>	<i>Menstrual cups</i>	<i>Tampons</i>

May 2023

UNFPA Supply Chain Management Unit
unfpa.org/supplychain



Fuente: (UNFPA Supply Chain Management Unit, 2023)

Apéndice C: Datos sobre las personas atendidas por región y país

By region/country	Pillar I			Pillar II			Pillar III		
	Total	F	M	Total	F	M	Total	F	M
Asia Pacific (APR)	11,866	6,263	5,603	32,529	16,234	16,295			
Eastern Africa (EAR)									
Burundi	-								
Ethiopia	486	471	15				50	50	
Kenya	520	520		14,536	9,523	5,013	935	892	43
Tanzania	-								
Uganda	3,835	1,405	2,430	680	680		1,542	920	622
South Sudan	3,694	3,424	270	192	192				
Total EAR	8,535	5,820	2,715	15,408	10,395	5,013	2,527	1,862	665
South Africa (SAF)									
Angola									
Malawi									
Mozambique									
South Africa	156	93	63				1,051	495	556
Zimbabwe									
Total SAF	156	93	63	-	-	-	1,051	495	556
West Africa & Great Lakes (WAF)									
Cameroon	193	114	79	193	114	79	193	114	79
Central African Republic	4,800	4,800		16,462	6,752	9,710	21,286	11,564	9,722
Democratic Republic of Congo	1,416	1,416		-			1,416	1,416	-
Chad	12,057	12,057		24,377	12,352	12,025	10,269	9,625	644
Nigeria	26,680	16,984	9,696	35,316	20,738	14,578	39,874	30,178	9,696
Total WAF	45,146	35,371	9,775	76,348	39,956	36,392	73,038	52,897	20,141
Middle East and North Africa (MENA)									
Iraq	600	600					30	30	
Jordan									
Lebanon	142	142		3,579	1,921	1,658	129	129	
Syria	292	292		17,404	11,630	5,774	713	713	
Total MENA	1,034	1,034	-	20,983	13,551	7,432	872	872	-
Latin American & Caribbean (LAC)									
Colombia	798	798					-		
Mexico	234	234					-		
Total LAC	1,032	1,032	-	-	-	-	-	-	-
South Asia (SAR)									
Afghanistan	-								
Bangladesh	-								
India	308	308					6,020	5,071	949
Total- SAR	308	308	-	-	-	-	6,020	5,071	949
Total	68,077	49,921	18,156	145,268	80,136	65,132	83,508	61,197	22,311

