

NOTA ORIENTATIVA:

# SALUD E HIGIENE MENSTRUAL PARA LAS NIÑAS Y LAS MUJERES CON DISCAPACIDAD

## Contexto

La menstruación es un hecho natural de la vida y un suceso que se repite cada mes para 1.800 millones de niñas y mujeres en edad reproductiva. Sin embargo, a millones de niñas y mujeres de todo el mundo que menstrúan se les priva del derecho a gestionar su ciclo menstrual de una manera digna y saludable<sup>1</sup>. Las niñas y las mujeres con discapacidad confrontan aún más dificultades para vivir su menstruación

de manera higiénica y digna, debido a que sufren un doble estigma que se debe tanto a las normas sociales sobre el género y la menstruación como al hecho de padecer una discapacidad. Un análisis metódico practicado en 2019 sobre las necesidades, los impedimentos y las estrategias en relación con la higiene menstrual de las personas con discapacidad concluía que los problemas relativos a la menstruación son motivo de vergüenza para las niñas y las

<sup>1</sup> A lo largo de este documento se suele emplear el término “niñas y mujeres” para aludir a todas las personas que menstrúan, con independencia de su identidad de género. Se utiliza esta fórmula abreviada para facilitar la lectura. Cumpliendo con el compromiso de igualdad que asume UNICEF y con los mandatos sobre los derechos humanos, los programas deberán incluir a las personas transgénero y personas no binarias que tienen necesidades en materia de salud e higiene menstrual.

mujeres con discapacidad, y acarrear consecuencias tales como el aislamiento social, e incluso la esterilización forzosa.<sup>2</sup>

Esta hoja de recomendaciones ofrece un marco para apoyar la salud y la higiene menstrual de las niñas y las mujeres con discapacidad que menstrúan, y propone puntos de entrada prácticos para responder a sus necesidades.

Se calcula que en todo el mundo existen más de 1.000 millones de personas con discapacidad; hasta un 10% de estas personas son niños.<sup>3</sup> Los niños de países de ingresos bajo y mediano tienen más probabilidades de padecer discapacidades que los niños de países de ingresos más altos.<sup>4</sup> Un estudio practicado en 15 países de ingresos bajos y medianos revelaba que solo algo más del 50% los niños con discapacidad asistían la escuela.<sup>5</sup>

- 2 Wilbur, Torondel, Hameed, Mahon y Kuper (2019) Systematic review of menstrual hygiene management requirements, its barriers and strategies for disabled people. Disponible en línea aquí: <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0210974>.
- 3 UNICEF (2007) Promoting the rights of children with disabilities. Florencia, Italia: Centro de Investigaciones Innocenti.
- 4 Organización Mundial de la Salud y Banco Mundial (2011). Informe Mundial sobre la discapacidad. Ginebra: OMS.
- 5 Mizunoya, Mitra y Yamasaki (2016). Towards Inclusive Education: The impact of disability on school attendance in developing countries. UNICEF. Disponible en línea aquí: <https://www.unicef-irc.org/publications/pdf/IWP3%20-%20Towards%20Inclusive%20Education.pdf>.

**Las niñas y las mujeres con discapacidad confrontan aún más dificultades para vivir su menstruación de manera higiénica y digna, debido a que sufren un doble estigma que se debe tanto a las normas sociales sobre el género y la menstruación como al hecho de padecer una discapacidad.**

Las mujeres y las niñas tienen más probabilidades de presentar una discapacidad, con una tasa de probabilidad del 19%, frente al 12% de los hombres y los niños. Según un informe emitido por el Secretario General de las Naciones Unidas en 2017 acerca de la situación de las mujeres y las niñas con discapacidad y el estatus de la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, se prevé que para 2015 la población mundial de mujeres y niñas con discapacidad llegue a los 700 millones.<sup>6</sup>

La inaccesibilidad de las instalaciones de WASH (agua, saneamiento e higiene) en comunidades, escuelas, establecimientos de salud y espacios públicos se suma a la larga lista de obstáculos que impiden a las niñas y las mujeres con discapacidad participar de lleno en la vida social y económica. La falta de instalaciones de WASH accesibles a las personas con discapacidad es también un obstáculo que impide a las niñas con discapacidad asistir a la escuela. Es de suma importancia ofrecer formación y apoyo en materia de salud e higiene menstrual, por medio tanto de programas escolares como extraescolares, para llegar a las niñas con discapacidad. A menudo se supone que las niñas con discapacidad no menstrúan, de modo que es necesario realizar tareas educativas a fin de disipar creencias erróneas en torno a la discapacidad y la menstruación.

Las niñas y las mujeres con discapacidad que menstrúan pueden presentar distintas necesidades en función del tipo de discapacidad que tengan. Por ejemplo, las niñas y las mujeres con impedimentos físicos en la parte superior del cuerpo y en los brazos quizás tengan dificultades para colocarse bien el material de higiene íntima, para lavarse, o para lavar su ropa o limpiar el material. Las que padecen impedimentos visuales (ceguera o poca visión) pueden tener dificultades para comprobar si se han limpiado bien; y aquellas que tienen impedimentos intelectuales o cognitivos pueden necesitar unos materiales accesibles y fáciles de leer, que estén pensados para ayudarlas a comunicar si sienten dolor, a informar de sus necesidades y a aprender sobre la salud y la higiene menstrual.

Establecer alianzas con las mujeres y las niñas discapacitadas, así como con las organizaciones de personas discapacitadas, a lo largo de todo el ciclo de programación sobre salud e higiene menstrual permitirá determinar las necesidades de las niñas y mujeres con discapacidad, y diseñar o adaptar los programas de salud e higiene menstrual para que sean inclusivos.

6 Informe del Secretario General sobre la "Situación de las mujeres y las niñas con discapacidad y la situación de la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad y su Protocolo Facultativo," septiembre de 2017 <<https://www.un.org/development/desa/disabilities/news/dspd/women-and-girls-with-disabilities-crpd.html>>



© UNICEF/UN0425723/SOKOL

## Marco y puntos de entrada prácticos para llegar a las niñas con discapacidad

El marco para la salud y la higiene menstrual comprende cuatro pilares de programación que se sustentan en unos principios orientados a lograr que todas las mujeres y las niñas puedan gestionar la menstruación de manera digna y segura.<sup>7</sup> Como piedras angulares de las intervenciones de salud e higiene menstrual, los cuatro pilares –apoyo social, conocimientos y aptitudes, instalaciones y servicios, y materiales que propicien la obtención de resultados en cuatro ámbitos clave– pueden contribuir en su conjunto a que las niñas con discapacidad vivan su menstruación de manera segura y digna.

Un entorno propicio, o una serie de condiciones que promueven la eficacia, la ampliación, la sostenibilidad y la replicación de intervenciones y resultados de salud e higiene menstrual que tienen en cuenta la discapacidad.

- ✓ Asegurar que se incluye a las niñas y las mujeres con discapacidad en la generación de pruebas y en el aprendizaje sobre la salud y la higiene menstrual.

7 UNICEF (2019) Manual sobre salud e higiene menstrual. <https://www.unicef.org/wash/files/UNICEF-Guidance-menstrual-health-higiene-2019.pdf>

- ✓ Incluir en los grupos de trabajo sobre salud e higiene menstrual a las oficinas de protección de los derechos de la infancia y a las entidades que trabajan para las niñas y las mujeres con discapacidad.
- ✓ Capacitar a los profesionales de la salud, la educación y el agua, el saneamiento y la higiene para comunicarse con las niñas y las mujeres con discapacidad acerca de la salud y la higiene menstrual; por ejemplo, introduciendo módulos para personas discapacitadas en las instalaciones escolares de WASH e impartiendo formación sobre la salud y la higiene menstrual.
- ✓ Abordar los estigmas y la discriminación, y empoderar a los miembros de la familia para que ayuden a las niñas con discapacidad a gestionar su menstruación de manera digna y segura.
- ✓ Las normas y directrices del sector de WASH en las escuelas incluyen disposiciones referidas al género y la discapacidad; asimismo contemplan las preocupaciones de las niñas y las mujeres con discapacidad y son accesibles y fáciles de leer.
- ✓ Los organismos asignan recursos específicos en el ámbito de la salud y la higiene menstrual para que se incluya a las personas con discapacidad.

PILAR	APOYO SOCIAL	CONOCIMIENTOS Y APTITUDES	INSTALACIONES Y SERVICIOS	MATERIALES
<b>Objetivo</b>	Combatir los estigmas y la discriminación mediante la aplicación de estrategias de comunicación para el cambio social y de comportamiento.	Acceso a información precisa y oportuna. Inclusión de imágenes de niñas/niños con discapacidad en los materiales de salud e higiene menstrual.	Acceso a infraestructuras y suministros seguros, fiables y de uso privado, en especial transporte accesible.	Acceso a materiales de higiene femenina asequibles y adecuados.
<b>Consideraciones básicas para llegar a las niñas con discapacidad</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Las intervenciones de salud e higiene menstrual abarcan a las escuelas especiales e inclusivas.</li> <li>Las intervenciones en las escuelas se acompañan con actividades de extensión para llegar a las niñas en edad escolar.</li> <li>Contactar con las oficinas de protección de los derechos de la infancia y las asociaciones informales de padres de niños con discapacidad.</li> <li>Implicar a las familias de las niñas con discapacidad y dotarlas de los medios necesarios para que las puedan ayudar a manejar la menstruación de manera segura y digna.</li> <li>Convocar a los niños, los hombres y otras personas no afectadas por el proceso de la menstruación para que combatan los estereotipos asociados a la menstruación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Los materiales educativos se encuentran disponibles en dos formatos distintos como mínimo (por ejemplo, versiones de audio/ lenguaje Braille/de lectura fácil). Véase el estudio monográfico a continuación.</li> <li>Los datos se desglosan por sexo y género, edad y discapacidad.</li> <li>Los procesos de monitoreo y retroinformación incluyen a las niñas y las mujeres con discapacidad, y los mecanismos de retroinformación se adaptan/diseñan para responder a sus distintas necesidades de comunicación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Las niñas y las mujeres con discapacidad participan en el diseño de instalaciones y servicios de WASH sensibles a las necesidades de los géneros y accesibles a las personas con discapacidad.</li> <li>Diseñar o adaptar las instalaciones de WASH para que respondan a las necesidades de los géneros, sean accesibles a las personas con discapacidad, y satisfagan los criterios de accesibilidad nacionales e internacionales.</li> <li>En los controles de seguridad e idoneidad de las instalaciones participan niñas y mujeres con distintos tipos de discapacidad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Las niñas y las mujeres con discapacidad intervienen en la elección de los materiales adecuados. La elección se basa en el tipo de discapacidad, en la comodidad y en la facilidad de uso.</li> <li>Los materiales y suministros tales como el jabón se sitúan a una altura accesible a las niñas y las mujeres que usan silla de ruedas (se recomienda una altura de entre 60 y 70 cm del suelo).</li> <li>Las niñas y mujeres con discapacidad participan en el control y la supervisión del uso de los materiales y suministros.</li> </ul>

EXTRACTO DE UN ESTUDIO MONOGRÁFICO:

## Abordar la salud y la higiene menstrual de los niños con discapacidad de Kirguistán

(Guía de UNICEF sobre salud e higiene menstrual, 2019, página 67)

“En 2018, UNICEF y la Fundación Plus Public establecieron una alianza con el fin de producir materiales de formación sobre la higiene menstrual, la seguridad en la escuela y los derechos de la infancia en formatos alternativos para niños con discapacidades visuales y auditivas. La finalidad del proyecto era que los niños con discapacidades visuales y auditivas tuvieran acceso a información fundamental sobre los derechos de la infancia y la higiene y la seguridad de las niñas. Se reprodujeron en lenguaje Braille y en formatos de audio tres publicaciones sobre la salud y la higiene menstrual editadas en idioma kirguís y ruso (“Crecer y desarrollarse” y “Akyai está creciendo”, que son libros sobre la pubertad dirigidos a las niñas, y “Hablar con tu hija”, una guía para los progenitores). La guía en kirguís sobre WASH en las escuelas y una publicación para estudiantes acerca de los comportamientos seguros se reprodujeron en formato de video con subtítulos e interpretación en lenguaje de signos. Los niños y los progenitores pueden acceder a estos materiales por medio de dos escuelas especializadas; en el futuro, se pondrán a disposición de un público más amplio por medio del sitio web [wins4girls.org](http://wins4girls.org)”.

Para todas las personas que menstrúan es fundamental poder gestionar la menstruación de manera segura y digna. Mujeres y niñas de todo el mundo confrontan la estigmatización, la ignorancia y la exclusión debido a que menstrúan. Las niñas con discapacidad a menudo sufren una doble discriminación, motivada tanto por su género como por el hecho de padecer una discapacidad. El estigma adicional de la menstruación hace que las niñas con discapacidad tengan muchas menos probabilidades de acceder a la información, los suministros y el apoyo que precisan para cuidar de su salud y de su higiene

menstrual. La estigmatización, las creencias erróneas y la exclusión pueden llevar a que se realicen prácticas nocivas: un estudio sistemático acerca de la discapacidad, la salud y la higiene menstrual mostraba indicios de que en numerosos lugares –desde Australia a los Estados Unidos y la India– se habían practicado esterilizaciones forzosas en niñas con discapacidades cognitivas a fin de eliminar la menstruación.

Además de vulnerabilidades, las niñas con discapacidad tienen también habilidades que les permiten hacer frente diariamente a dificultades considerables.<sup>8</sup> Aplicando unos programas de salud e higiene menstrual más inclusivos y brindando más apoyo a las niñas con discapacidad, es posible dotar a las niñas de los medios necesarios para que puedan gestionar su menstruación de manera digna y saludable. Y además, las otras personas a quienes el proceso de la menstruación no concierne pueden aprender sobre el mismo con el fin de combatir estereotipos, estigmas y prejuicios conexos.

8 SHARE & WaterAid (2012) Menstrual Hygiene Matters: A resource for improving menstrual hygiene around the world. Disponible en línea aquí: <http://www.wateraid.org/what-we-do/our-approach/research-and-publications/view-publication?id=02309d73-8e41-4d04-b2ef-6641f6616a4f>.



© UNICEF/UNI315165/ADRILKO

### PRINCIPALES RECURSOS

- UNICEF (2019) Manual sobre salud e higiene menstrual. Nueva York, Estados Unidos: UNICEF.
- UNICEF (2017) Salud e higiene menstrual para las niñas con discapacidad – seminario web. Nueva York, Estados Unidos: UNICEF.
- UNICEF (2018) Informe inicial para el manual sobre salud e higiene menstrual. Nueva York, Estados Unidos: UNICEF.