

Gestión de la higiene menstrual: ¿Qué hemos aprendido y cuánto hemos avanzado?

Resumen del seminario

Cordelia Lonsdale, Asesora Principal de Impacto en la Investigación, Investigación para la Salud en Crisis Humanitarias (Elrha)

Esta reunión, auspiciada por el programa R2HC de Elrha, congregó a expertos y profesionales humanitarios para examinar los avances y los retos actuales de la gestión de la higiene menstrual en situaciones de emergencia y debatir las necesidades y prioridades actuales del sector, especialmente en lo que respecta a la orientación y el intercambio de conocimientos para ayudar a generalizar las buenas prácticas. Alrededor de 350 personas asistieron al seminario web, con representación de todas las regiones del mundo. En esta nota se resumen las principales ideas extraídas de las presentaciones y del debate.

La profesora Marni Sommer, de la Universidad de Columbia (Presidenta), inauguró el seminario web afirmando que alrededor de 120 millones de personas están desplazadas en todo el mundo y que la mitad de ellas son mujeres y niñas que se enfrentan a dificultades para gestionar la menstruación de forma segura y digna. Muchas carecen de acceso a instalaciones privadas de agua, saneamiento e higiene, suministros menstruales e información sanitaria, lo que afecta a sus derechos a la educación y al trabajo, agravando las desigualdades. La investigación previa de la profesora Sommer, apoyada por R2HC, se centró en cómo respondían los profesionales humanitarios a las necesidades de salud menstrual de las mujeres y las adolescentes. Ello sirvió de base para la elaboración de una guía de buenas prácticas: el [conjunto de herramientas de Gestión de la Higiene Menstrual \(MHM\)](#), elaborado en colaboración con el Comité Internacional de Rescate (IRC).

A pesar de la mejora de la orientación, siguen existiendo obstáculos. Los esfuerzos humanitarios siguen careciendo de fondos suficientes y la capacidad para integrar la gestión de la menstruación en las respuestas es limitada. Un problema importante es que el personal sobre el terreno a veces se siente incómodo al abordar las necesidades relacionadas con la menstruación, y la integración de la gestión de la salud materna en los sectores de agua, saneamiento e higiene (WASH), educación, salud, protección, refugio y otros sectores o grupos de respuesta humanitaria sigue siendo insuficiente.

El profesor Sommer señaló que muchas de las organizaciones que participaron en el seminario web fueron clave en el desarrollo del conjunto de herramientas y han desempeñado un papel decisivo en el avance de las buenas prácticas en este campo.

Lecciones de la aplicación de la gestión de la salud materna en la respuesta humanitaria

El Sr. Bansaga Saga compartió sus impresiones sobre el trabajo del IRC en Nigeria, donde las mujeres y niñas desplazadas se enfrentan a importantes retos relacionados con la gestión de la higiene menstrual (MHM). Las normas y tabúes culturales, como la creencia de que los materiales menstruales pueden utilizarse para rituales malignos o que las mujeres que menstrúan no deben

cocinar ni participar en actividades religiosas, crean barreras. Estos tabúes dan lugar a la estigmatización, discriminación y exclusión de las mujeres de la vida comunitaria, lo que afecta a su salud, dignidad y educación. El IRC ha integrado la MHM en los programas de educación y protección, distribuyendo más de 25.000 kits de higiene menstrual y educando a más de 75.000 mujeres. Las reacciones muestran una reducción del estigma, una mejora de las prácticas seguras y saludables de MHM, una mayor comodidad al hablar de la menstruación, adaptaciones a las instalaciones sanitarias y una mejora de la asistencia escolar de las adolescentes. Sin embargo, la escasez de recursos hace que se compartan los kits de higiene, lo que pone de relieve la necesidad de un apoyo continuado.

Florence Uwineza habló de la respuesta de Oxfam al terremoto de 2023 en Siria, donde la catástrofe agravó los problemas de higiene menstrual existentes. Las mujeres y niñas de los refugios temporales carecían de materiales y espacios privados para la gestión de la menstruación, y persistía el estigma en torno a la menstruación. Oxfam distribuyó más de 10.000 kits de higiene, mejoró las instalaciones de agua, saneamiento e higiene e impartió educación sobre la gestión de la menstruación. También desarrollaron un módulo para educar a niños y padres, que ha ayudado a disipar ideas erróneas. Florence hizo hincapié en la necesidad de colaboración entre los sectores de agua, saneamiento e higiene, género y protección para garantizar una respuesta integral, y señaló que implicar a niños y hombres en los debates ayudaba a reducir el estigma.

Alexandra Machado Soergel, de la Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja (FICR), compartió los avances en sus intervenciones de gestión de la salud materna, que comenzaron en 2017, inspiradas en el conjunto de herramientas y recursos de la Universidad de Columbia, adaptando y poniendo en práctica estas directrices para su uso organizativo, incluidas las directrices específicas de cada país. En Bangladesh, la FICR trabajó en instalaciones femeninas de agua, saneamiento e higiene, participación comunitaria y rendición de cuentas, y adaptó kits de higiene menstrual basados en la retroalimentación de la comunidad. Del mismo modo, en respuesta a los huracanes de 2020 en América Central, la FICR distribuyó rápidamente suministros para la gestión de la higiene y la incontinencia. Alexandra hizo hincapié en la importancia de la preparación y de las intervenciones sostenibles a largo plazo adaptadas a las necesidades locales, en lugar de centrarse únicamente en las respuestas de emergencia, y en la inclusión de voluntarios comunitarios motivados y comprometidos.

Raissa Azzalini, Asesora de Salud Pública de Oxfam, y Tom Ogello, Asesor Técnico de Salud Medioambiental para la región de Asia del Comité Internacional de Rescate, se unieron al diálogo, y el grupo debatió las principales lecciones aprendidas sobre el terreno y las necesidades y prioridades pendientes para mejorar la respuesta en materia de gestión de la salud materna.

Lo que funciona y las lecciones aprendidas:

- **Los "tres pilares" de la gestión de la salud materna:** es importante reconocer, a la hora de diseñar una respuesta, que la gestión de la salud materna no consiste únicamente en la distribución de compresas, sino que debe tener en cuenta "los suministros, las instalaciones y la información (o educación) que involucra a las comunidades".
- **Coordinación intersectorial:** Los oradores hicieron hincapié en que la programación eficaz de la gestión de la menstruación requiere la coordinación entre los sectores de agua, saneamiento e higiene, protección, género, salud, educación y otros sectores clave. La colaboración intersectorial ayuda a garantizar una respuesta integral a las necesidades de las mujeres y niñas que menstrúan. Sin embargo, debido a la falta de apropiación, a veces la gestión de la menstruación se queda "en el tintero" durante una respuesta.

- **Sensibilidad cultural:** Las intervenciones de gestión de la salud materna deben adaptarse a los contextos locales, teniendo en cuenta las creencias culturales, los tabúes y los recursos disponibles. La consulta a la comunidad es clave para comprender las preferencias y necesidades de las poblaciones afectadas y puede ayudar a fomentar la comprensión y reducir la estigmatización.
- **Inclusión de niños y hombres:** Involucrar a niños y hombres en las conversaciones sobre la menstruación también puede promover un entorno más propicio para las mujeres y las niñas. Los proyectos piloto han demostrado que los niños y los hombres a menudo están dispuestos a participar cuando se les aborda de la manera correcta, articulando ejemplos de funciones que pueden desempeñar y apreciando participar en las conversaciones.
- **Gestión de residuos:** Se trata de un reto constante. En la mayoría de los contextos, las letrinas de pozo siguen siendo la solución, aunque no son preferibles, sobre todo cuando se utilizan materiales desechables. También pueden ensayarse métodos que reduzcan los residuos, como la ropa interior reutilizable que puede lavarse. Sin embargo, la gestión de residuos sigue estando infrafinanciada y presenta dificultades técnicas, por lo que requiere más innovación y consultas a la comunidad. Es necesario seguir investigando para comprender mejor las necesidades de agua en torno a la ropa interior reutilizable.

Conclusiones

En general, aunque se han hecho progresos significativos, aún queda mucho camino por recorrer para integrar plenamente la gestión de la menstruación en la respuesta de emergencia, y se necesita financiación y capacitación continuas para garantizar que las mujeres y las niñas puedan gestionar la menstruación de forma segura y con dignidad durante las crisis. Los profesionales y el personal de los programas siguen necesitando orientación y apoyo para integrar la gestión de la menstruación en la respuesta humanitaria. El nivel de participación en el seminario web fue significativo, tanto en asistencia como en variedad de preguntas, lo que sugiere una demanda de aprendizaje sobre este tema, aunque algunas cuestiones siguen sin investigarse lo suficiente.

No obstante, el panel también hizo hincapié en los recursos existentes para ayudar a los actores humanitarios a diseñar y poner en práctica una respuesta intersectorial integral en materia de gestión de la salud materna: no es necesario empezar de cero. Los recursos están enlazados a continuación, y muchos están disponibles en varios idiomas.

Recursos mencionados en el seminario web

- Caja de herramientas y miniguía [sobre la menstruación en situaciones de emergencia](#) disponibles en inglés, español, francés y árabe.
- [Rastreador de la percepción de la comunidad | Recursos WASH de Oxfam](#)
- [Eliminación menstrual, gestión de residuos y blanqueo en situaciones de emergencia: Compendio](#)
- [FICR Gestión de la higiene menstrual - Asistente de misión Watsan](#)
- [Ensayo de productos de gestión de la higiene menstrual en contextos de alta gravedad](#)
- [Integración de la gestión de la salud materna en la respuesta al ébola](#)

Diapositivas (PDF)