



19 de septiembre de 2023

Equidad y Salud Menstrual en España

(2020-2022)

Laura Medina Perucha
lmedina@idiapjgol.org

Institut de Recerca en Atenció Primària Jordi Gol i Gurina (IDIAJGol)



Shigeko Kubota (1965)

Judy Chicago (1972)

Gloria Steinem

If Men Could Menstruate

A white minority of the world has spent centuries conning us into thinking that a white skin makes people superior—even though the only thing it really does is make them more subject to ultraviolet rays and to wrinkles. Male human beings have built whole cultures around the idea that penis-envy is “natural” to women—though having such an unprotected organ might be said to make men vulnerable, and the power to give birth makes womb-envy at least as logical.

In short, the characteristics of the powerful, whatever they may be, are thought to be better than the characteristics of the powerless—and

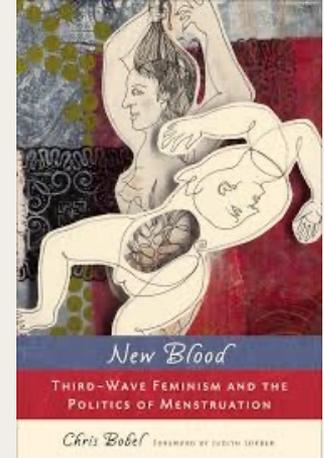
a-dope Pads, Joe Namath Jock Shields—“For Those Light Bachelor Days,” and Robert “Baretta” Blake Maxi-Pads.)

Military men, right-wing politicians, and religious fundamentalists would cite menstruation (“*men*-struation”) as proof that only men could serve in the Army (“you have to give blood to take blood”), occupy political office (“can women be aggressive without that steadfast cycle governed by the planet Mars?”), be priests and ministers (“how could a woman give her blood for our sins?”), or rabbis (“without the monthly loss of impurities, women remain unclean”).

Gloria Steinem (1978)



[C]uando las activistas de manera acrítica y deliberada se apropian de tradiciones culturales, practican una autotransformación que puede carecer de atractivo para los demás. En este caso, la política de la vida se convierte en autotransformación en beneficio de los privilegiados. Esta puede ser otra razón por la cual el movimiento feminista-espiritualista perdura pero permanece al margen. (Bobel, 2010:80)





“[El activismo] resignifica el ciclo menstrual como un espacio de resistencia al modelo médico-científico y al modelo cultural”
(Guillo Arakistain, 2013).

Women demonstrate in London in January to eliminate period poverty. Photograph: Jenny Matthews/Alamy
<https://www.theguardian.com/society/2010/mar/13/government-hammond-to-provide-free-sanitary-products-in-secondary-schools>

Mujeres mexicanas piden como consigna en las marchas feministas asegurar el acceso a la higiene menstrual 2 abril 2022. © Carol Estef Salas [CC-BY-SA 4.0](#)



United Nations | Department of Economic and Social Affairs
Sustainable Development

Home | [SDG Knowledge](#) | [Intergovernmental Processes](#) | [HLPF](#) | [SIDS](#) | [SDG Actions](#) | [Engage](#) | [News](#) | [About](#)

Events

Pushing menstrual health on the 2030 Agenda

Wed 11 Jul 2018, 10:00 am – Wed 03 Feb 2021, 10:30 am

📍 MILLENNIUM HILTON NEW YORK, 1 UN PLAZA

[Health Topics](#) | [Countries](#) | [Newsroom](#) | [Emergencies](#)

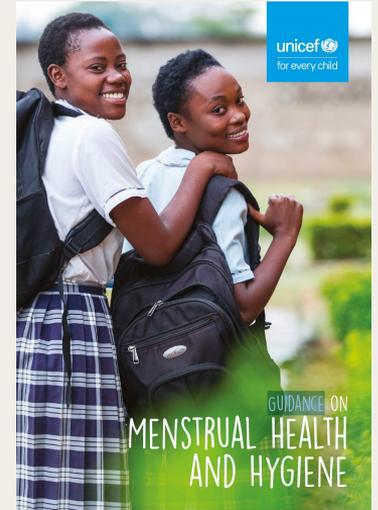
WHO statement on menstrual health and rights

50th session of the Human Rights Council Panel discussion on menstrual hygiene management, human rights and gender equality

22 June 2022 | Statement | Reading time: 2 min (622 words)

Menstrual Health is firmly on the global agenda today.

Menstrual Health was not on the agenda of the International Conference on the Population and Development or the Millennium Declaration. Nor it is explicitly stated in the Sustainable Development Goals targets for goals 3 (health), 5 (gender equality) or 6 (water and sanitation). However, it has been placed on the global health, education, human rights, and gender equality/equity agendas by grass-roots workers and activists from the global South, drawing attention to reports of women's and girls' experiences of shame and embarrassment, and the barriers they face in managing their period because they do not have the means to do so, with consequences for their life opportunities including their rights to education, work, water and sanitation, non-discrimination and gender equality – and ultimately to health. WHO salutes the grass-roots workers and activists, notably those from the global South, who have doggedly championed menstrual health, and welcomes the inclusion of Menstrual Health in the Human Rights Council agenda.





LEGISLACIÓN CONSOLIDADA

Ley Orgánica 1/2023, de 28 de febrero, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2010, de 3 de marzo, de salud sexual y reproductiva y de la interrupción voluntaria del embarazo.

Jefatura del Estado
«BOE» núm. 51, de 01 de marzo de 2023
Referencia: BOE-A-2023-5364

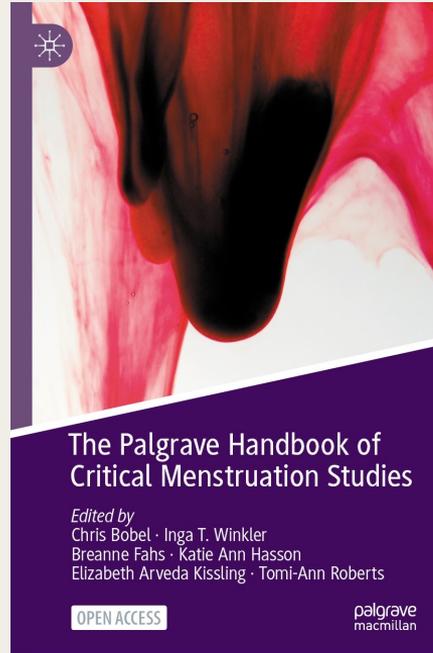


Legislación y acciones políticas en España





Esteban Galarza, M. L. (2001). *Re-Producción del Cuerpo Femenino. Discursos y Prácticas acerca de la Salud*. Tercera Prensa.



<https://link.springer.com/book/10.1007/978-981-15-0614-7>



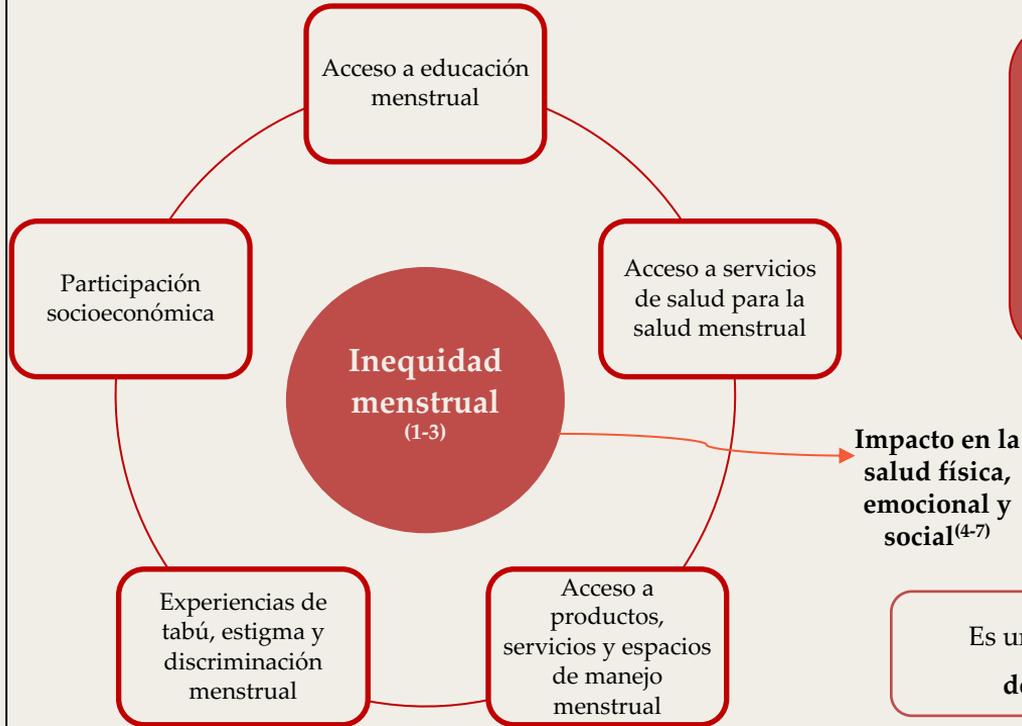
García-Egea A, Jacques-Aviñó C, Berenguera A, López-Jiménez T, Holst AS, Martínez-Bueno C, Valls-Llobet C, Pinzón-Sanabria D, Munrós-Feliu J, Vicente-Hernández MM, Medina-Perucha L. **Informe Equidad y Salud Menstrual en España (2020-2022)**. Barcelona: Institut de Recerca en Atenció Primària Jordi Gol i Gurina, 2023.



¿Qué es la inequidad menstrual?



Inequidad Menstrual



La **Salud Menstrual**⁽¹⁰⁾ no hace solamente referencia a los patrones físicos sino a la *salud y bienestar emocional y social* relacionado con tener un ciclo menstrual y menstruar.

Es un signo vital de salud y herramienta para la promoción de la salud.

Es una forma de **inequidad social** y de **género**, una cuestión de **derechos humanos** y a abordar desde la **salud pública**^(8,9)



Equidad y Salud Menstrual en España

Objetivo general

Evaluar y explorar la (in)equidad y salud menstrual (18-55 años) en España.

El proyecto se divide en cuatro estudios (2020-2022):

1. Estudio transversal mujeres y personas que menstrúan (N=22.823)
2. Estudio cualitativo mujeres y personas que menstrúan (N=34)
3. Estudio cualitativo hombres (N=17)
4. Estudio cualitativo (expertas) (N=22)





Equidad y Salud Menstrual en España

Objetivo general

Evaluar y explorar la (in)equidad y salud menstrual (18-55 años) en España.

El proyecto se divide en cuatro estudios (2020-2022):

1. **Estudio transversal mujeres y personas que menstrúan (N=22.823)**
2. **Estudio cualitativo mujeres y personas que menstrúan (N=34)**
3. Estudio cualitativo hombres (N=17)
4. Estudio cualitativo (expertas) (N=22)





Equidad y Salud Menstrual en España

Estudio Transversal (N=22,823)	
Mujer Género disidente	96.8% 1.4% (no binario) 0.8% (trans)
Edad	18-55 (M=33.2)
Nacidas en España	93.5%
Nacionalidad española	95.9%
Empleo remunerado	47.5%
Estudios universitarios	69.2%
Problemas económicos <12 meses	42.8%

Estudio Cualitativo (N=34)	
Mujer Género disidente	N=31 N=3 (no binario/duda) N=3 (trans/duda)
Edad	18-47 años
Nacidas en España	N=29
Nacionalidad española	N=30
Empleo remunerado	N=26
Estudios universitarios	N=19
Problemas económicos <12 meses	N=13



Acceso a servicios sanitarios

- 60,5% han accedido a servicios de salud para la menstruación
- 7,7% a medicina alternativa y complementaria
- Desatención general de la salud menstrual
- Medicalización del ciclo menstrual y la menstruación

Relación acceso con factores socioeconómicos

*«Los ginecólogos, y mi madre es una de ellos, no siempre explican bien cómo los anticonceptivos funcionan en el cuerpo, ¿verdad? Y la verdad es que es importante que sea explicado, porque **cuando sabes cómo funciona, tú decides**» – 35 años.*

*«Si tienes dinero te lo puedes permitir (...) **las diferencias económicas llevan a diferencias en salud, por tanto, te puedes cuidar más o menos** (...) Puedes acceder a una consulta porque tienes menos preocupaciones en relación a la obtención de comida o vivienda adecuada, por tanto, al mismo tiempo puedes comprar productos de mejor calidad o adaptar mejor tu menstruación» –28 años.*



Educación menstrual

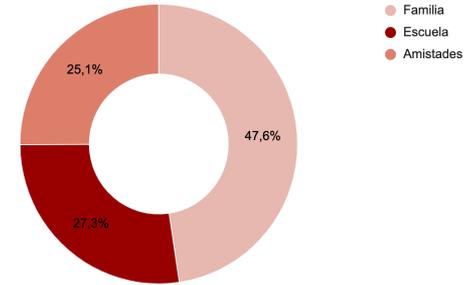
En el momento de la menarquia...

Relación con edad y país de nacimiento

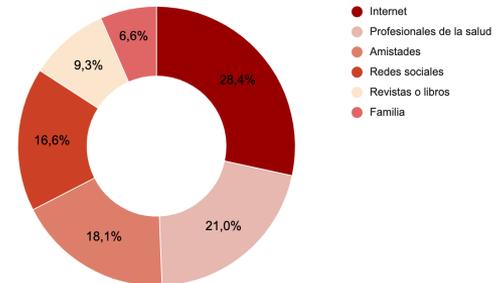
- **45,3%** reportaron haber tenido información parcial sobre la menstruación y el ciclo menstrual
- **12,5%** indicaba no saber qué era la menstruación y el ciclo menstrual
- **50,4%** no se sintieron preparadas para empezar a menstruar

«Sí, regla, regla, regla, no me han explicado bien (...) hasta que yo busco “¿por qué me sale sangre de ahí abajo?”, a mí nadie nunca me lo explicó esto» -22 años.

Primeros aprendizajes



Aprendizajes actuales





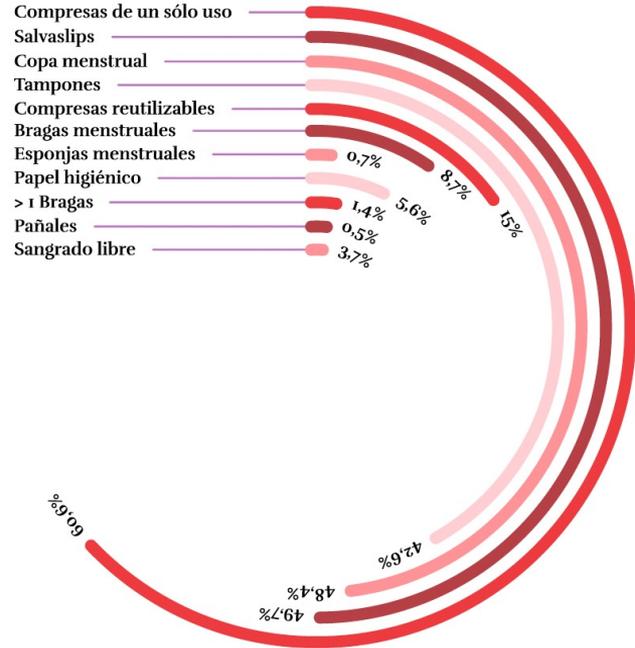
Uso de productos menstruales

- Combinación de productos menstruales
- 69,7% productos no reutilizables
- 54,9% productos reutilizables

Relación con nivel educativo, problemas económicos, personas género disidente y personas trans que menstrúan

Importancia de poder escoger

«Me daba un poco de cosa con los tampones. Me llevó un tiempo atreverme. También porque no se utilizan en Jordania» –25 años.





Pobreza menstrual

- El **22,2%** de las encuestadas revelaron haber tenido problemas económicos para adquirir productos menstruales
- El **39,9%** habían sufrido dificultades económicas para adquirir los productos menstruales de su elección

Relación con dificultades económicas, nivel educativo, país de nacimiento y situación administrativa



«No compro las compresas sin marca. Compro los tampones sin marca. Quizás por eso duele (...) Los tampons (de marca) son más caros que las compresas (de marca). Comprar las dos cosas (de marca) no es factible para mi la verdad» -25 años.



Manejo menstrual

- 75,2% indicaron que este sobreuso de productos menstruales se debía a la falta de acceso a espacios de manejo menstrual
- 75,5% había tenido síntomas vulvares/vaginales asociados a utilizar productos menstruales (<6 meses)

«Sé que estoy más cómoda en casa (...), me cambio más a menudo, pero si estoy en el trabajo, sé que no me puedo levantar tan a menudo e ir al baño» –23 años.

Relación con situación laboral, dificultades económicas, edad

«Bien, instalaciones en espacios públicos (...) Aquí en España por ejemplo no hay muchos baños públicos como en otros países (...) Y un baño equipado, ¿verdad? En caso que lleves la copa, poder limpiarla o con productos que sean accesibles» – 26 años.



Tabú, estigma y discriminación menstrual

- 83,3% han sentido miedo a manchar de sangre menstrual en público
- 58,5% han escondido tener la menstruación
- 42,6% se han sentido discriminadas o juzgadas por tener la menstruación
- 19,2% sienten vergüenza de hablar sobre la menstruación

Relación con identificación género disidente

«La mujer menstruante es igual a histérica y descontrol hormonal (...) puede haber una desregulación hormonal (...) pero esto no significa que no sepa controlarme (...) Creo que todo esto es un problema estructural» – 28 años.



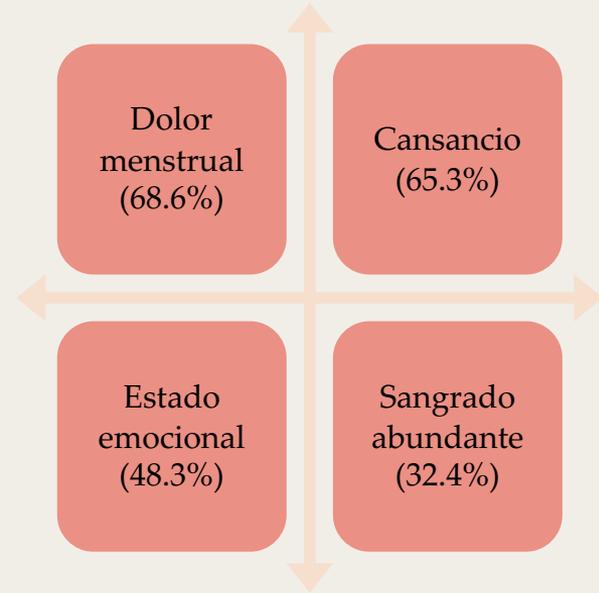
Participación social, comunitaria y económica

- **18,3%** absentismo laboral

Relación con situación administrativa irregular, problemas económicos

- **56,6%** absentismo escolar
- **53,8%** dejar de hacer planes sociales

«Cuando me siento con un poco de dolor, me tomo alguna cosa, porque si no, ya sé que no estaré bien para poder trabajar, ¿sabes? (...) Sé que no debería hacerlo así. Pero si no lo hago... Cada mes faltaría dos días en el trabajo, ¿sabes?» – 25 años.





Recomendaciones

Políticas y acciones comunitarias en salud y equidad menstrual

- Políticas estructurales, integrales e interseccionales
- Foco en los cuidados menstruales
- Considerar necesidades de poblaciones específicas

Sensibilización y educación menstrual

- Comunidad y profesionales
- Tabú, estigma y discriminación

Acceso y calidad servicios sanitarios

- El ciclo menstrual como indicador de salud
- Desmedicalización del ciclo menstrual
- Desnormalización del dolor menstrual
- Deshomogenización de las experiencias menstruales

Manejo menstrual

- Acceso y asequibilidad productos menstruales
- Espacios públicos de gestión menstrual
- Espacios para cuidados menstruales

Investigación con perspectiva de género y de inequidades sociales

- Proyectos interdisciplinarios e intersectoriales
- Perspectiva interseccional





Listado de publicaciones

García-Egea A, Jacques-Aviñó C, Berenguera A, López-Jiménez T, Holst AS, Martínez-Bueno C, Valls-Llobet C, Pinzón-Sanabria D, Munrós-Feliu J, Vicente-Hernández MM, Medina-Perucha L. **Informe Equidad y Salud Menstrual en España (2020-2022)**. Barcelona: Institut de Recerca en Atenció Primària Jordi Gol i Gurina, 2023.

Medina-Perucha L, López-Jiménez T, Jacques-Aviñó C, et al. **Menstruation and social inequities in Spain: a cross-sectional online survey-based study**. *Int J Equity Health*. 2023;22(1):92. Published 2023 May 17. doi:10.1186/s12939-023-01904-8

Holst AS, Jacques-Aviñó C, Berenguera A, et al. **Experiences of menstrual inequity and menstrual health among women and people who menstruate in the Barcelona area (Spain): a qualitative study**. *Reprod Health*. 2022;19(1):45. Published 2022 Feb 19. doi:10.1186/s12978-022-01354-5

Medina-Perucha L, López-Jiménez T, Holst AS, et al. **Use and perceptions on reusable and non-reusable menstrual products in Spain: A mixed-methods study**. *PLoS One*. 2022;17(3):e0265646. Published 2022 Mar 17. doi:10.1371/journal.pone.0265646

Holst AS, Jacques-Aviñó C, Berenguera A, et al. **Menstrual health and management during the COVID-19 syndemic in the Barcelona area (Spain): A qualitative study**. *Womens Health (Lond)*. 2023;19:17455057231166644. doi:10.1177/17455057231166644

Medina-Perucha L, López-Jiménez T, Holst AS, et al. **Self-Reported Menstrual Alterations During the COVID-19 Syndemic in Spain: A Cross-Sectional Study**. *Int J Womens Health*. 2022;14:529-544. Published 2022 Apr 13. doi:10.2147/IJWH.S354655

Medina-Perucha et al.
International Journal for Equity in Health (2023) 22:92
<https://doi.org/10.1186/s12939-023-01904-8>

International Journal for
Equity in Health

RESEARCH

Open Access

Menstruation and social inequities in Spain: a cross-sectional online survey-based study



Laura Medina-Perucha^{1,2*}, Tomàs López-Jiménez^{1,2}, Constanza Jacques-Aviñó^{1,2}, Anna Sofie Holst^{1,3}, Carme Valls-Llobet⁴, Jordina Munrós-Feliu^{5,6}, Cristina Martínez-Bueno^{6,7,8}, Diana Pinzón-Sanabria⁹, M^a Mercedes Vicente-Hernández⁶ and Anna Berenguera^{1,2,10}

Holst et al. *Reproductive Health* (2022) 19:45
<https://doi.org/10.1186/s12978-022-01354-5>

Reproductive Health

RESEARCH

Open Access

Experiences of menstrual inequity and menstrual health among women and people who menstruate in the Barcelona area (Spain): a qualitative study



Anna Sofie Holst^{1,2}, Constanza Jacques-Aviñó^{1,3}, Anna Berenguera^{1,3,4}, Diana Pinzón-Sanabria^{3,5}, Carme Valls-Llobet⁶, Jordina Munrós-Feliu⁷, Cristina Martínez-Bueno^{8,9}, Tomàs López-Jiménez^{1,3}, M^a Mercedes Vicente-Hernández⁹ and Laura Medina-Perucha^{1,3*}



19 de septiembre de 2023

Equidad y Salud Menstrual en España

(2020-2022)

Laura Medina Perucha
lmedina@idiapjgol.org

Institut de Recerca en Atenció Primària Jordi Gol i Gurina (IDIAJGol)