



DERECHOS HUMANOS AL
AGUA Y AL SANEAMIENTO



HIGIENE MENSTRUAL

Y LOS DERECHOS HUMANOS AL AGUA Y EL SANEAMIENTO



UNA COMPILACIÓN DEL RELATOR ESPECIAL SOBRE LOS DERECHOS
HUMANOS AL AGUA Y AL SANEAMIENTO, LÉO HELLER

En 2016, el Relator Especial presentó un informe al Consejo de Derechos Humanos sobre la igualdad de género y los derechos humanos al agua y el saneamiento (A/HRC/33/49), en el que formuló recomendaciones destinadas a cuestionar las normas sociales, los estereotipos y los modelos intrafamiliares, atender a las necesidades materiales de las mujeres mejorando el acceso a productos menstruales asequibles y formular intervenciones sensibles a las cuestiones de género que den prioridad a la satisfacción de las necesidades específicas de las mujeres.

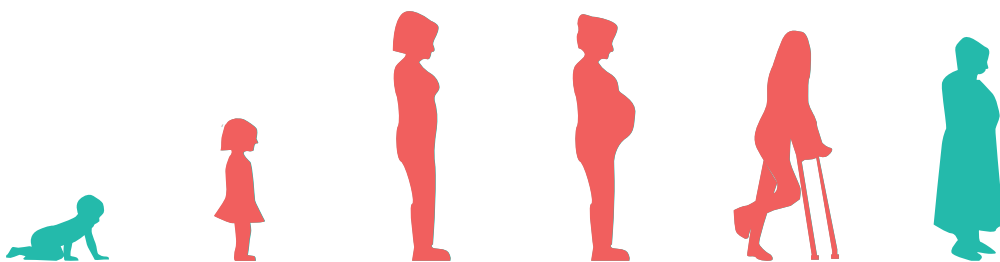
La menstruación es una parte natural e inevitable de la vida de las mujeres y las niñas.

La satisfacción de las necesidades menstruales es fundamental para los derechos humanos al agua potable y el saneamiento.

En una declaración conjunta emitida el 5 de marzo de 2019, el Relator Especial y otros expertos en derechos humanos de las Naciones Unidas pidieron a la comunidad internacional que rompiera el tabú que rodea a la salud menstrual y que adoptara medidas concretas para cambiar las actitudes discriminatorias y proteger la salud menstrual de las mujeres y las niñas.

"La persistencia de normas socioculturales perjudiciales, el estigma, las ideas erróneas y los tabúes en torno a la menstruación siguen provocando la exclusión y la discriminación de las mujeres y las niñas", dijeron los expertos en una declaración conjunta con motivo del Día Internacional de la Mujer, el 8 de marzo.

El derecho de las mujeres a la higiene no está protegido si se ve obligada a evitar ir al baño durante su período. Una niña que abandona la escuela al comienzo de la pubertad porque no tiene un acceso adecuado al agua y el saneamiento para gestionar su ciclo menstrual no disfruta plenamente de sus derechos humanos.



En todo el mundo, las chicas crecen sabiendo que deben mantener sus períodos en secreto, y se avergüenzan de este proceso natural. En Bolivia, maestros y maestras descubrieron que la simple introducción del tema de la menstruación avergüenzaba a las niñas y aumentaba las burlas a los niños (Informe sobre la igualdad entre los géneros, A/HRC/33/49, párr. 23). Como resultado, la falta de acceso a los retretes y al agua durante la menstruación es una experiencia extremadamente perjudicial para la vida de las mujeres y su capacidad de disfrutar plenamente de sus derechos. En un mundo en el que todos disfrutan de los derechos humanos al agua y el saneamiento, una mujer podría menstruar con seguridad y dignidad: con acceso a baños, productos de higiene, privacidad y un suministro seguro y continuo de agua.

Para que todas las mujeres y niñas puedan disfrutar de sus derechos, debemos centrarnos en la protección del contenido normativo de los derechos humanos al agua y el saneamiento: disponibilidad, accesibilidad, aceptabilidad, asequibilidad, seguridad y privacidad y dignidad.

DISPONIBILIDAD



¿Hay suficientes productos apropiados para la higiene menstrual?

¿Hay suficientes baños disponibles?

¿Hay suficiente acceso al agua para cubrir las necesidades menstruales ?

Las instalaciones higiénicas deben estar disponibles dondequiera que haya retretes o letrinas.

Muchas niñas no pueden controlar sus períodos menstruales mientras están en la escuela y se ven obligadas a abandonar la escuela por completo porque los retretes de las escuelas no están equipados con instalaciones de higiene menstrual o no se mantienen adecuadamente. Los lugares de trabajo sin instalaciones sanitarias adecuadas exponen a las mujeres al mismo problema, exacerbando las desigualdades económicas y sociales.

ACCESIBILIDAD



¿Qué tan lejos tienen que viajar las mujeres y las niñas para llegar al baño?

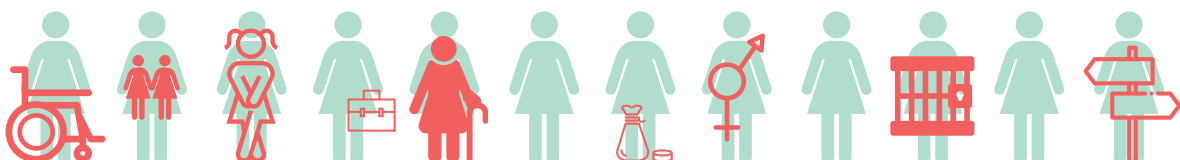
¿Están seguras cuando lo hacen?

¿Se niega a alguien el acceso a las instalaciones de higiene por motivos discriminatorios?

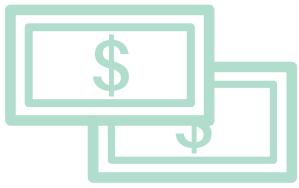
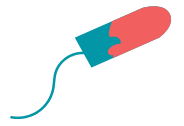
¿El estigma asociado a la menstruación impide que las mujeres utilicen las instalaciones de higiene durante la menstruación?

Las instalaciones de higiene deben ser físicamente accesibles a todas las mujeres y niñas en o en las inmediaciones de cada hogar, establecimiento sanitario o educativo, institución y lugar público, así como en el lugar de trabajo. Las instalaciones de higiene deben ser accesibles de manera fiable y continua para satisfacer todas las necesidades a lo largo del día. El acceso debe ser seguro y cómodo para todas las usuarias, incluidas las niñas y mujeres con discapacidad, las embarazadas, y las personas con enfermedades crónicas que puedan tener necesidades especiales de higiene.

Cuando las mujeres y las niñas no tienen un acceso adecuado al agua y el saneamiento, pueden al mismo tiempo sufrir de pobreza, vivir con una discapacidad, sufrir de incontinencia, vivir en zonas remotas, carecer de seguridad de tenencia, estar encarceladas o no tener hogar. En esos casos, es más probable que carezcan de acceso a instalaciones adecuadas, que se enfrenten a la exclusión o que experimenten vulnerabilidad y riesgos adicionales para la salud. Factores sociales como la casta, la edad, el estado civil, la ocupación, la orientación sexual y la identidad de género pueden agravar y multiplicar los obstáculos a los que se enfrentan las mujeres que menstrúan para hacer realidad sus derechos humanos al agua y el saneamiento.



ASEQUIBILIDAD



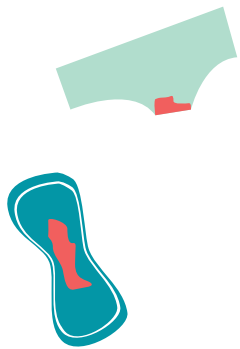
¿Pueden las mujeres y las niñas comprar productos sanitarios?

¿Hay que pagar por usar el baño?

¿Pueden las mujeres trabajar y obtener ingresos durante la menstruación?

¿Proporcionan las escuelas productos sanitarios a las niñas?

El uso de las instalaciones y servicios de higiene debe estar disponible a un precio asequible para todas las personas. Los principales gastos, aparte de los relacionados con la instalación, están relacionados con el suministro de agua, jabón y productos de limpieza para el lavado de manos, la higiene de los alimentos, la higiene personal y el lavado de la ropa, así como las toallas sanitarias u otros productos necesarios para la higiene menstrual. Se debe prestar asistencia a los hogares o a las personas que no pueden permitirse comprar jabón y productos de limpieza, o productos sanitarios para mujeres y niñas.



Como descubrió la anterior Relatora Especial durante su visita a Kiribati en julio de 2012, las adolescentes suelen perder tres días de escuela al mes porque las toallas sanitarias son inasequibles para muchas familias. Además, los productos sanitarios son caros y a menudo tienen un precio elevado en las comunidades pobres y rurales. En Kiribati es cada vez más frecuente que las mujeres y las niñas utilicen pañales desechables durante sus períodos menstruales porque duran más y son más baratos. En las zonas donde el agua es escasa y en los barrios marginales de Kenya, las niñas no podían lavar su único par de ropa interior durante la menstruación (Informe sobre la visita a Kenya en julio de 2014, A/HRC/30/39/Add.2).

CALIDAD Y SEGURIDAD



¿Es seguro el uso de las toallas sanitarias?

¿Están libres de sustancias químicas tóxicas?

¿Son seguros los artículos de higiene femenina reutilizables?

Las instalaciones de higiene, como los puestos de lavado de manos o las unidades de eliminación de desechos sanitarios, deben ser seguras y fáciles de limpiar. Las instalaciones sanitarias deben garantizar el acceso al agua potable para el lavado de manos, la higiene menstrual y la limpieza anal y genital. También deben incluir mecanismos para la eliminación higiénica de los productos de higiene menstrual.

Esta estigmatización de la menstruación tiene un impacto considerable en los derechos humanos de las mujeres y las niñas. Los datos recogidos en Senegal muestran que, por vergüenza, los productos menstruales, una vez lavados, se secan principalmente en lugares aislados, privados y oscuros, como habitaciones embaldosadas o incluso bajo almohadas, en lugar de exponerlos a la luz solar directa, lo que reduciría el riesgo de infección al impedir la proliferación de patógenos (Informe sobre la visita al Senegal en 2011, A/HRC/33/49, párr. 23).

PRIVACIDAD Y DIGNIDAD



¿Son las mujeres y las niñas capaces de manejar sus períodos menstruales de forma higiénica?

¿Se estigmatiza y excluye a las mujeres durante la menstruación?

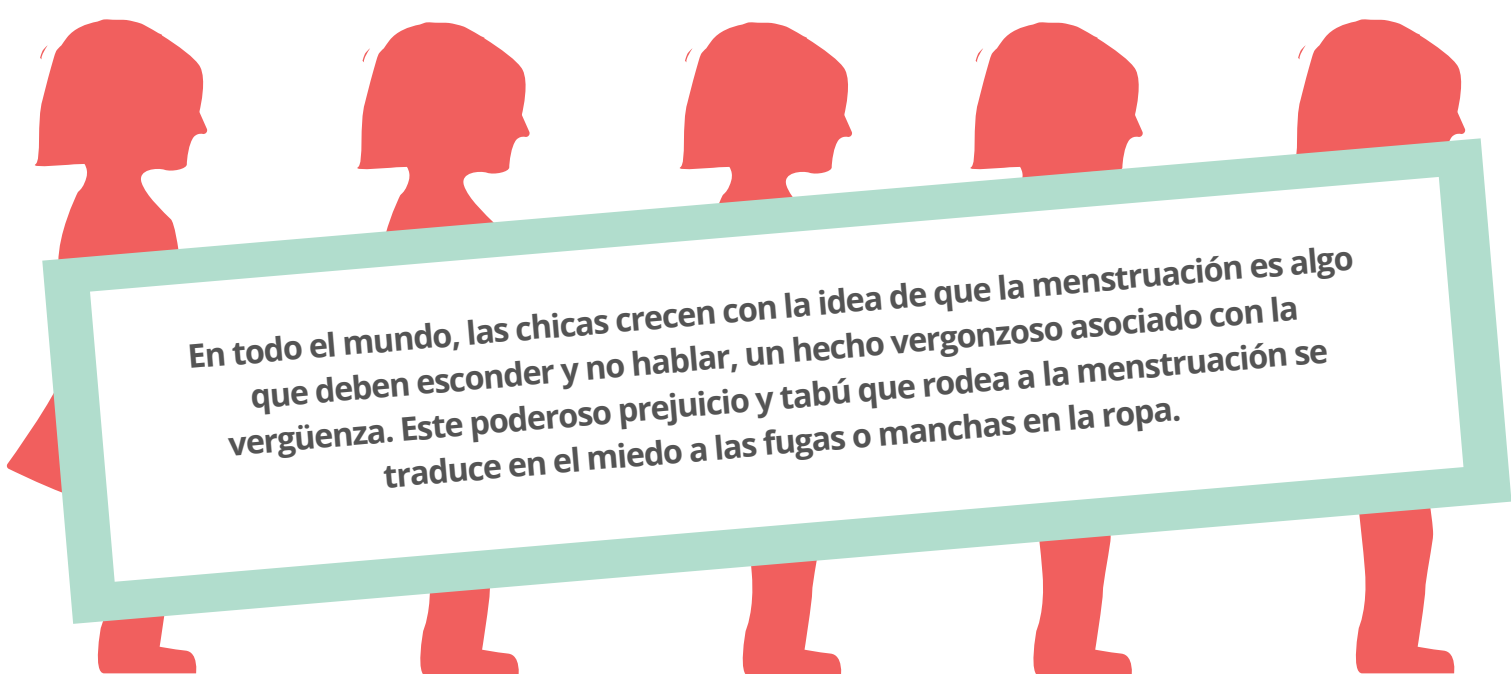
¿Se ven obligadas a ocultar sus períodos?

Las instalaciones higiénicas deben ser privadas, no compartidas con los hombres. La estigmatización de la menstruación no debe impedir que las mujeres obtengan productos sanitarios, vayan a la escuela o trabajen. Las instalaciones privadas y adecuadas para la higiene menstrual son un factor clave para garantizar la dignidad de las mujeres y las niñas. Además del estigma y los problemas prácticos, muchas mujeres son cada vez más vulnerables a la violencia y el acoso durante su ciclo menstrual. Muchas mujeres y niñas de Kibera (Kenya) expresaron a la Relatora Especial su temor a la violencia, incluida la violencia sexual, cuando utilizaban los baños públicos por la noche (Informe sobre la visita a Kenya en 2014, A/HRC/30/39/Add.2, párr. 81).

Las prácticas y creencias son diferentes en cada cultura, pero en general, la menstruación se considera impura o sucia y el contacto entre hombres y mujeres durante la menstruación se considera algo que debe evitarse. A veces no se permite a las chicas y mujeres usar los mismos baños que los hombres.

En muchas culturas, las niñas son consideradas adultas después de su primera menstruación y pueden abandonar la escuela, casarse y comenzar a tener hijos. El mal manejo de la menstruación tiene graves consecuencias para la sociedad en su conjunto, y la falta de conocimiento de las mujeres y los hombres refuerza los tabúes sobre el tema.

Deberían diseñarse campañas de sensibilización destinadas a informar y cambiar las actitudes y mentalidades de hombres y mujeres utilizando todos los medios disponibles, incluidos los medios de comunicación, a nivel comunitario y en las escuelas, con la participación de la sociedad civil.



En todo el mundo, las chicas crecen con la idea de que la menstruación es algo que deben esconder y no hablar, un hecho vergonzoso asociado con la vergüenza. Este poderoso prejuicio y tabú que rodea a la menstruación se traduce en el miedo a las fugas o manchas en la ropa.

En algunos países, las mujeres y las niñas que menstrúan se consideran contaminadas e inmundas, y se les imponen restricciones, como la de no poder tocar el agua o cocinar, asistir a ceremonias religiosas y culturales o entrar en sitios religiosos o culturales, o participar en actividades comunitarias. Las niñas que menstrúan pueden incluso ser desterradas a chozas al aire libre, donde sufren de frío y aislamiento, a menudo con riesgo de enfermedades y ataques de animales. Junto con el estigma y la vergüenza que pueden sentir las mujeres y las niñas durante este período, es una verdadera pérdida de autonomía.

UNA MIRADA AL CHHAUPADI

"Habiendo visitado comunidades en Nepal donde se sigue practicando el *chhaupadi*, las mujeres y niñas que conocí se aferraban a una superstición muy arraigada de que si no se adhieren a la práctica, los miembros de su familia corren el riesgo de enfermarse o hacerse daño."

La Relatora Especial sobre la violencia contra la mujer, sus causas y consecuencias,
Sra. Dubravka Šimonovic

[Visita a Nepal \(19 a 29 de noviembre de 2018\)](#)

El *chhaupadi* es una práctica tradicional por la cual las mujeres y niñas menstruantes, consideradas impuras e intocables, son desterradas del hogar familiar y obligadas a vivir en un establo o cabaña *chhaupadi* de cinco a siete días cada mes. Las mujeres y las niñas que viven en las chozas de *chhaupadi* se exponen regularmente al frío y corren un mayor riesgo de sufrir violencia sexual o de morir por hipotermia, asfixia o ataques de animales.

A pesar de la penalización explícita del *chhaupadi* en Nepal, sigue practicándose en algunas zonas. Estas formas de violencia de género contra la mujer están profundamente arraigadas en la sociedad y deben abordarse mediante la educación, dirigida tanto a las niñas como a los niños. Los dirigentes religiosos también deben desempeñar un papel importante en la información a las comunidades sobre las nuevas leyes que prohíben esta práctica nociva.



LA HIGIENE MENSTRUAL Y LOS DESPLAZADOS FORZOSOS

INFORME SOBRE LAS PERSONAS DESPLAZADAS POR LA FUERZA DEL RELATOR ESPECIAL SOBRE LOS DERECHOS HUMANOS EN MATERIA DE AGUA Y SANEAMIENTO

En su informe sobre desplazamientos forzados, el Relator Especial sobre los derechos humanos al agua y el saneamiento señala que en las respuestas de emergencia a menudo no se tienen en cuenta las necesidades específicas de las mujeres en materia de abastecimiento de agua y saneamiento.

Aunque la higiene menstrual no se considera una cuestión "vital", sí lo es para las adolescentes y mujeres que se ven obligadas a manejarla en situaciones de emergencia, poniendo en peligro no sólo su dignidad sino también su seguridad. Los estudios han demostrado que las consultas sencillas y rápidas a la población afectada pueden tener un efecto positivo sin causar retrasos en la ejecución de las intervenciones humanitarias. Además, algunas cuestiones pueden abordarse antes de que se produzca una emergencia si se adoptan medidas de preparación participativas; por ejemplo, las mujeres refugiadas sirias del campamento de Za'atari en Jordania informaron de que las toallas sanitarias que se les habían proporcionado originalmente no podían utilizarse debido a su carácter inapropiado y a su calidad insuficiente (A/HRC/27/55/Add.2, párr. 53). Esas mejoras podrían hacerse antes de la afluencia de personas desplazadas por la fuerza.

[A/HRC/39/55, para. 26](#)



Las personas desplazadas por la fuerza que viven fuera de los campamentos organizados suelen estar dispersas o escondidas en las comunidades de acogida, lo que dificulta su acceso. La determinación de las necesidades a nivel individual dentro de un hogar (comunidad de acogida) es un reto debido a la falta de datos; por ejemplo, la gestión de la higiene menstrual dirigida específicamente a las adolescentes que viven en un hogar plantea un desafío que todavía no se ha abordado adecuadamente en lo que respecta a la elaboración de directrices o planes de acción y la aplicación por los agentes que intervienen en esas situaciones.

[A/HRC/55/39, para. 31](#)

La gestión de la higiene menstrual es la más atrasada en lo que respecta a la elaboración de normas y un enfoque integral, que incluiría, entre otras cosas, escuchar las voces de las adolescentes, respetar su intimidad y dignidad y combatir los tabúes y la discriminación. Por lo tanto, la cuestión se enfrenta a retos similares a los del saneamiento, pero se complica por el hecho de que afecta a la intimidad de las mujeres. No es casualidad que el acceso al saneamiento y la gestión de la higiene menstrual no reciban la atención necesaria y prioritaria en el contexto humanitario.

[A/HRC/39/55, para. 60](#)