



**GUÍA PRÁCTICA PARA
INTEGRAR LA MANEJO DE
LA HIGIENE MENSTRUAL
(MHM) EN LA RESPUESTA
HUMANITARIA**

LA MINIGUÍA

ACRONIMOS

AGRADECIMIENTOS

Este proyecto de investigación está financiado por el programa de Investigación para la Salud en Crisis Humanitarias (Research for Health in Humanitarian Crisis, o R2HC, por sus siglas en inglés) de Elrha, cuyo objetivo es mejorar los resultados en materia de salud a través de la consolidación de la base de evidencias para las intervenciones de la salud pública en crisis humanitarias. El programa R2HC está financiado en partes iguales por el Wellcome Trust y el gobierno del Reino Unido. Visite www.elrha.org/r2hc para mayor información sobre el trabajo de Elrha tendiente a mejorar los resultados humanitarios a través de la investigación, innovación y alianzas.



CCCM	Coordinación y manejo de campamentos (CCCM por sus siglas en inglés)	IRC	Comité Internacional de Rescate
4 C	Coordinación, consulta, cultura, comunicación	KAP	Conocimiento, actitudes y prácticas (KAP por sus siglas en inglés)
PTE	Programas de transferencia de efectivo	M&E	Monitoreo y evaluación
OPD	Organización de Personas con discusiones de grupos focales	MHM	Manejo de la higiene menstrual
DGF	Debates con grupos selectos	NFI	Artículo no alimentario (NFI por sus siglas en inglés)
MGF	Mutilación genital femenina	NRC	Consejo Noruego para Refugiados
PDI	Personas Desplazadas Internas	SSR	Salud sexual y reproductiva
IEC	Información, educación, comunicación	FNUAP	El Fondo de Población de las Naciones Unidas
FICR	Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja	ACNUR	La Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados
INEE	Red Inter Agencial para la Educación en Situaciones de Emergencias (INEE por sus siglas en inglés)	UNICEF	El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia
		WASH	Agua, Saneamiento e Higiene
		OMS	Organización Mundial de la Salud

© 2017, Columbia University and International Rescue Committee. Todos los derechos reservados. Este material está protegido por los derechos de autor pero puede ser reproducido por cualquier medio para fines educativos por cualquier persona que trabaje para mejorar las vidas de niñas y mujeres desplazadas en contextos de emergencia y desarrollo, siempre que se haga referencia clara a la fuente. No se debe reproducir para la venta o con fines comerciales.

ÍNDICE

1



INTRODUCCIÓN

Página 7

2



**CAPACITACIÓN
DEL PERSONAL
EN MHM**

Página 11

3



**EVALUACIÓN
DE
NECESIDADES**

Página 12

4



**PROVISIÓN DE
MATERIALES Y
SUMINISTROS
PARA LA MHM**

Página 13

5



**MHM Y
TRÁNSITO**

Página 15

6



**MHM Y
ALOJAMIENTO**

Página 17

7



**MHM Y AGUA E
INSTALACIONES
SANITARIAS**

Página 18

8



**MHM,
ELIMINACIÓN Y
MANEJO DE LOS
DESECHOS**

Página 20

9



**MHM Y ACTIVIDADES
DE EDUCACIÓN
SANITARIA Y DE
PROMOCIÓN DE LA
HIGIENE**

Página 22

10



**MHM Y LAS
POBLACIONES
VULNERABLES**

Página 24

11



**MHM Y
EDUCACIÓN**

Página 26

12



MHM Y SALUD

Página 27

13



**MHM Y
PROTECCIÓN**

Página 28

14



**SEGUIMIENTO
Y EVALUACIÓN**

Página 29



VOLVER AL
ÍNDICE

- 1  Introducción
- 2  Capacitación de personal en MHM
- 3  Evaluación de necesidades
- 4  Provisión de materiales y suministros para la MHM
- 5  MHM y tránsito
- 6  MHM y alojamiento
- 7  MHM y agua e instalaciones sanitarias
- 8  MHM, eliminación y manejo de los desechos
- 9  MHM y actividades de educación sanitaria y de promoción de la higiene
- 10  MHM y las poblaciones vulnerables
- 11  MHM y educación
- 12  MHM y salud
- 13  MHM y protección
- 14  Seguimiento y evaluación

4

PRÓLOGO

La guía práctica para la manejo de la higiene menstrual (MHM, por sus siglas en inglés) en emergencias tiene como objetivo brindar una orientación simplificada para dar apoyo a organizaciones y agencias que buscan integrar rápidamente la MHM en programas existentes en todos los sectores y las fases de las emergencias. Esta guía práctica se basó en un extenso estudio preliminar, evaluaciones cualitativas con distintas organizaciones y actores humanitarios y conversaciones directas con niñas y mujeres que viven en contextos de emergencia y que son afectadas directamente por este tema.

A quien esta dirigida la guía: la guía práctica se diseñó para dar apoyo a diversos actores humanitarios involucrados en la planificación y las respuestas ante emergencias. Así, el objetivo de la guía es apoyar 1) al personal del programa que presta servicios directamente, 2) a los supervisores de programas y al personal a nivel país responsables de diseñar, coordinar y vigilar las actividades de campo y 3) al personal técnico centrado en proporcionar apoyo técnico y elaborar normas.

Formato del recurso: La guía práctica para la MHM en emergencias se compone de 2 secciones principales que cumplen funciones diferentes:

- **MHM EN EMERGENCIAS: LA MINIGUÍA.**

Este documento anexo proporciona un breve resumen de las acciones clave necesarias para abordar la MHM durante emergencias. Sirve como lectura rápida para tener un conocimiento básico de una respuesta completa sobre la MHM. **Sin embargo, se aconseja revisar la guía completa cuando se diseñen programas o se desarrollen actividades de respuesta.**

- **GUÍA PRÁCTICA PARA LA MHM EN EMERGENCIAS: LA GUÍA COMPLETA.**

Este documento sirve como recurso de orientación más amplio. La estructura de capítulos de esta guía sigue la misma estructura que las secciones en la miniguía y sin embargo, proporciona información mas profunda sobre cada tema, incluidas las preguntas de evaluación clave, estudios de caso a nivel mundial, consideraciones relativas al diseño, recursos para recopilación de seguimiento y retroalimentación, y enlaces a recursos adicionales.

El recurso ha sido elaborado conjuntamente por David Clatworthy (International Rescue Committee), Margaret Schmitt (Columbia University, Mailman School of Public Health) y la Dra. Marni Sommer (Columbia University, Mailman School of Public Health) con aportes de mujeres y niñas adolescentes desplazadas y organizaciones y profesionales de salud humanitarios ([ver los agradecimientos](#)).*

En caso de tener inquietudes u opiniones para compartir con el equipo de la guía práctica para la MHM en emergencias, contactar a la Dra. Marni Sommer a: marni.sommer@columbia.edu

Cita preferida: Sommer, M., Schmitt, M., Clatworthy, D.(2017). Guía práctica para integrar la manejo de la higiene menstrual (MHM) en la respuesta humanitaria. (Primera edición). Nueva York: Columbia University, Mailman School of Public Health and International Rescue Committee.

PUBLICADO POR:

 **COLUMBIA UNIVERSITY** | **MAILMAN SCHOOL of PUBLIC HEALTH**





VOLVER AL ÍNDICE

PUBLICADO CONJUNTAMENTE POR:



- 1 Introducción
- 2 Capacitación de personal en MHM
- 3 Evaluación de necesidades
- 4 Provisión de materiales y suministros para la MHM
- 5 MHM y tránsito
- 6 MHM y alojamiento
- 7 MHM y agua e instalaciones sanitarias
- 8 MHM, eliminación y manejo de los desechos
- 9 MHM y actividades de educación sanitaria y de promoción de la higiene
- 10 MHM y las poblaciones vulnerables
- 11 MHM y educación
- 12 MHM y salud
- 13 MHM y protección
- 14 Seguimiento y evaluación

SOLO LOS HECHOS: ENTENDER LA MENSTRUACIÓN

CONOCIMIENTOS BÁSICOS

¡LA MENSTRUACIÓN ES NORMAL! ES LA PÉRDIDA MENSUAL DE SANGRE Y TEJIDO UTERINO Y ES UNA PARTE IMPORTANTE DEL CICLO REPRODUCTIVO. NORMALMENTE, DURA

2 A 7 DÍAS



GENERALMENTE, LA CANTIDAD DE SANGRE

16

ES ENTRE 1 Y 16 CUCARADAS POR MES Y PUEDE SER MOLESTA.



ES COMÚN TENER DOLORES ABDOMINALES, NÁUSEAS, DIARREA Y DOLOR DE CABEZA ANTES Y DURANTE EL PERIODO.



¿POR QUÉ ES IMPORTANTE?

- Cuando la ropa de las niñas/adolescentes se mancha con sangre, a menudo son objeto de burlas por parte de los maestros, niños o de otras niñas/adolescentes.
- Las normas sociales pueden hacer sentir a las mujeres y niñas/adolescentes que la menstruación es algo sucio, vergonzoso o malo.
- Sin acceso a buenos materiales para la menstruación y a baños o cuartos de aseo privados para cambiarse, es probable que las mujeres y niñas/adolescentes no quieran irse lejos del hogar. Es posible que las maestras falten a la escuela, las trabajadoras sociales al trabajo y que las mujeres y niñas/adolescentes no asistan a la escuela, al mercado o esperen en la fila para recibir suministros.

La menstruación es muy personal.

Las mujeres y niñas/adolescentes a menudo no quieren que los demás sepan que están menstruando, incluso otras mujeres y niñas.

¿QUÉ ES LA MENARCA?

- La menarca es la primera menstruación. Generalmente, las niñas/adolescentes tienen su primer periodo entre los 11-15 años de edad, aunque en algunos casos puede ser antes o después.
- **¡El primer periodo por lo general las toma por sorpresa!** En ocasiones, las niñas/adolescentes tienen miedo o preocupación por estar enfermas. Es posible que no sepan a quién pedir consejo.
- A menudo, la información sobre la menstruación es transmitida por las madres, amigas, hermanas o tías y a menudo combina creencias culturales, superstición e información práctica que a veces es útil y a veces no.
- Es posible que en muchas culturas las madres se sientan incómodas para hablar con sus hijas sobre los periodos porque se los vincula a la sexualidad.



¿QUÉ NECESITAN?

- Se pueden usar distintos materiales para contener la sangre, que incluyen una toalla sanitaria (desechable o reutilizable), un tampón o un paño en su ropa interior.



- **Los periodos de menstruación son irregulares y pueden tomar por sorpresa a mujeres y niñas/adolescentes.** ¡Esto causa ansiedad por encontrar un baño y productos higiénicos rápidamente!
- ¡La menstruación puede ser molesta! Las mujeres y niñas/adolescentes necesitan un lugar privado con agua y jabón para lavarse y lavar los materiales manchados.

- Aún si usan buenos materiales para la menstruación, las mujeres y niñas/adolescentes pueden estar preocupadas por las manchas de sangre en su ropa.
- Las mujeres y niñas/adolescentes necesitan acceso a un espacio limpio privado (baño o cuarto de aseo) para cambiarse los materiales en el transcurso del día y la noche y para eliminar higiénicamente los desechos generados por la menstruación.

1 INTRODUCCIÓN



La **manejo de la menstruación en ámbitos de recursos escasos es a menudo un desafío, especialmente cuando se está fuera del hogar todo el día. Tales desafíos aumentan con los tabúes sociales, el hermetismo y la vergüenza en torno a la menstruación. Durante las emergencias, las mujeres y niñas/adolescentes enfrentan barreras aún mayores en la manejo de la menstruación debido a la pérdida de privacidad y seguridad a menudo asociada a estar viviendo en contextos de emergencia.**

La programación de la manejo de la higiene menstrual (MHM) en emergencias involucra adaptaciones y mejoras a una variedad de intervenciones sectoriales, incluida Agua, Saneamiento e Higiene (WASH por sus siglas en inglés), Protección, Salud reproductiva, Educación, Artículos no alimentarios (NFI) y Alojamiento. Aunque algunos componentes son específicos de la menstruación (tales como la provisión de toallas sanitarias), la mayoría de los componentes de la programación de la MHM tienen que ver con mejorar la seguridad, privacidad y dignidad con las que las mujeres y niñas/adolescentes pueden vivir en contextos de emergencia y, por lo tanto, son útiles para la calidad general de la provisión de servicios y conducen a mejores resultados, los cuales son esperados por todos los sectores mencionados anteriormente.

DESAFÍOS DE LA MHM QUE ENFRENTAN MUJERES Y NIÑAS/ADOLESCENTES EN LAS EMERGENCIAS



VOLVER AL ÍNDICE

- 1 Introducción
- 2 Capacitación de personal en MHM
- 3 Evaluación de necesidades
- 4 Provisión de materiales y suministros para la MHM
- 5 MHM y tránsito
- 6 MHM y alojamiento
- 7 MHM y agua e instalaciones sanitarias
- 8 MHM, eliminación y manejo de los desechos
- 9 MHM y actividades de educación sanitaria y de promoción de la higiene
- 10 MHM y las poblaciones vulnerables
- 11 MHM y educación
- 12 MHM y salud
- 13 MHM y protección
- 14 Seguimiento y evaluación



VOLVER AL ÍNDICE

- 1  **Introducción**
- 2  **Capacitación de personal en MHM**
- 3  **Evaluación de necesidades**
- 4  **Provisión de materiales y suministros para la MHM**
- 5  **MHM y tránsito**
- 6  **MHM y alojamiento**
- 7  **MHM y agua e instalaciones sanitarias**
- 8  **MHM, eliminación y manejo de los desechos**
- 9  **MHM y actividades de educación sanitaria y de promoción de la higiene**
- 10  **MHM y las poblaciones vulnerables**
- 11  **MHM y educación**
- 12  **MHM y salud**
- 13  **MHM y protección**
- 14  **Seguimiento y evaluación**

LAS 4 C DE LA PROGRAMACIÓN EFECTIVA DE LA MHM:

Las 4 C, que se intercalan en todos los sectores y actividades, mejorarán la cobertura, capacidad y completitud de una respuesta a la MHM. Las consideraciones de las 4 C incluyen lo siguiente:

COORDINACIÓN



- Presentar la MHM en reuniones interinstitucionales, reuniones de coordinación y manejo de campamentos, reuniones de grupos temáticos y directamente al personal de campo para generar una comprensión y consenso colectivos sobre la MHM.
- Asociarse con otras agencias, incluidas las entidades gubernamentales, para maximizar el impacto y minimizar brechas, superposiciones y malentendidos.
- Delegar a una o más personas focales en la MHM de WASH y Protección el seguimiento de la incorporación de la MHM en los sectores de WASH, Educación, Salud, Alojamiento y Protección.
- Elaborar una hoja de manejo de la información sobre la programación de la MHM basada en las 4 W (Quién/Qué/Dónde/Cuándo) para asegurar la consistencia y claridad en los roles.

CONSULTA



- Consultar a las mujeres/niñas/adolescentes de la población beneficiaria sobre las actividades de respuesta a la MHM que han sido propuestas (por ejemplo: suministros, instalaciones, información).
- El o los coordinadores para la MHM comparten las conclusiones de las consultas realizadas en todos los sectores relevantes.
- Después de la implementación continuar con la consulta directa a mujeres/niñas/adolescentes de la población beneficiaria (por ejemplo, seguimiento posterior a la distribución, entrevistas, discusiones de grupos focales) sobre las actividades de respuestas a la MHM para el seguimiento y la mejora.
- El o los coordinadores para la MHM comparten lo aprendido de los esfuerzos de vigilancia en todos los sectores relevantes.

CULTURA



- Evaluar los niveles de confort y las sensibilidades culturales acerca de la MHM y desarrollar capacitaciones adecuadas para el fortalecimiento de capacidades.
- Evaluar las sensibilidades culturales y normas sociales en torno a la MHM dentro de la población beneficiaria, incluidas sus implicaciones en los tipos de materiales, el diseño de las instalaciones, métodos de eliminación de desechos y necesidades de lavado, secado y privacidad.

COMUNICACIÓN



- Mantener comunicaciones continuas con los coordinadores de la MHM y con los grupos de trabajo en todos los sectores relevantes, que incluya la actualización constante sobre la programación de la MHM, la retroalimentación de los beneficiarios, las lecciones aprendidas y los desafíos.
- La capacitación constante del personal es una herramienta clave para incorporar la MHM en emergencias.
- Comunicarse directamente con los beneficiarios sobre la programación de la MHM y asegurarse de que entiendan cómo usar los suministros de higiene menstrual, cómo eliminar los desechos generados por la menstruación y que tengan acceso a la educación básica sobre higiene y salud menstrual.

LA JERARQUÍA DE LAS NECESIDADES DE MHM

Proveer una respuesta a la MHM requiere que una variedad de sectores identifiquen qué elementos o actividades pueden caer en sus mandatos. La Figura 1 muestra la variedad de consideraciones sobre la MHM (por ejemplo materiales y suministros básicos, información, instalaciones, seguridad, privacidad y dignidad) y cómo estos pueden caer bajo la responsabilidad de varios actores sectoriales. La coordinación y comunicación efectivas en todos los sectores es fundamental. La responsabilidad sectorial puede variar considerablemente de un contexto a otro.

DIGNIDAD

Normas culturales perjudiciales afrontadas; un entorno propicio; acceso a información sobre la pubertad, salud reproductiva; participación de niños y hombres.

PRIVACIDAD

Capacidad para gestionar la menstruación de manera privada, incluido lavarse, secarse y/o eliminar los materiales desechables por separado.

SEGURIDAD

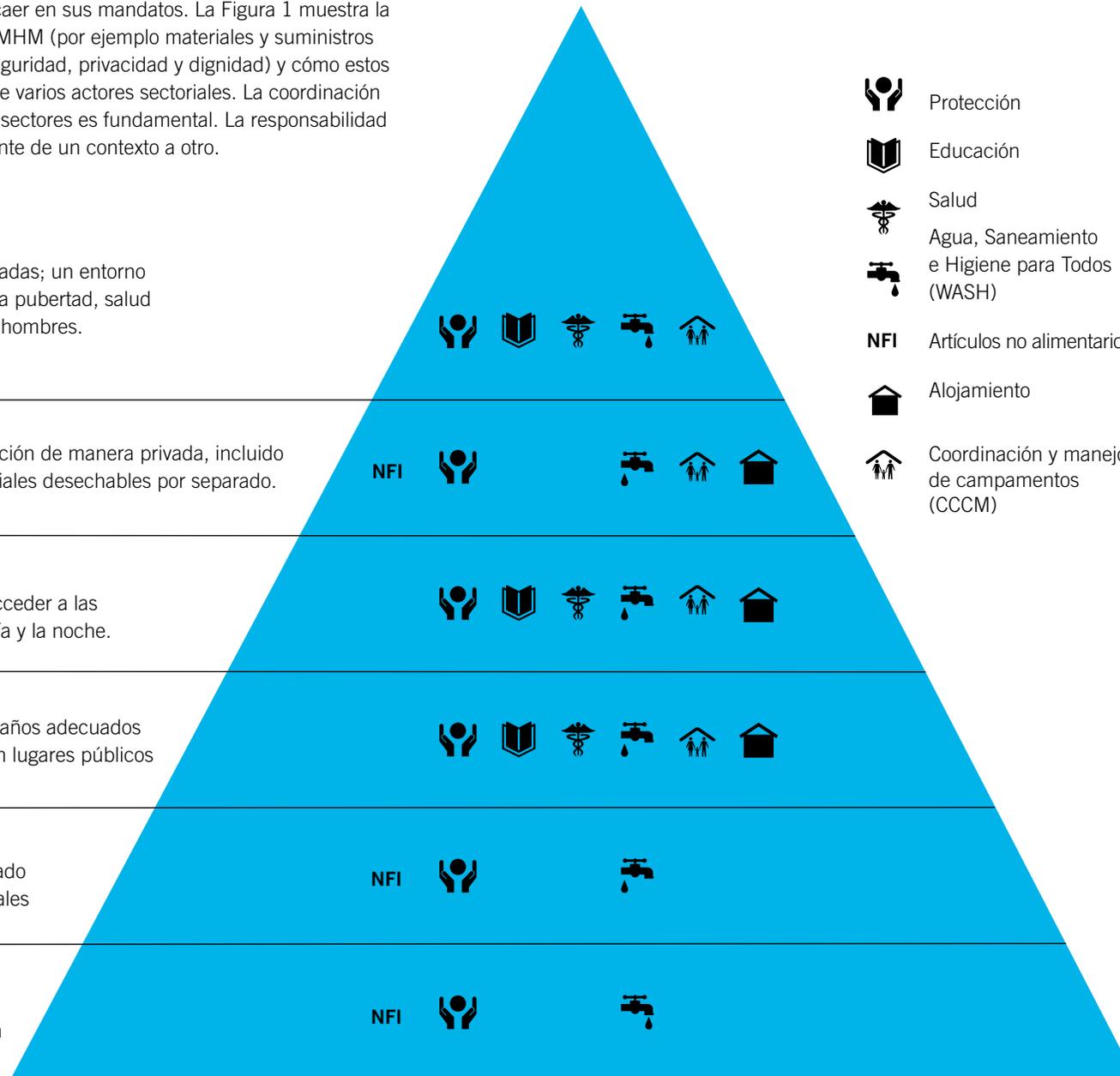
Un entorno seguro, capacidad para acceder a las instalaciones de elección durante el día y la noche.

INSTALACIONES Cuartos de aseo y baños adecuados para mujeres privados en el hogar y en lugares públicos e institucionales.

INFORMACIÓN

Información práctica sobre el uso, lavado y eliminación de los materiales materiales suministrados.

SUMINISTROS Y MATERIALES BÁSICOS Toallas, ropa interior y jabón



-  Protección
-  Educación
-  Salud
-  Agua, Saneamiento e Higiene para Todos (WASH)
- NFI** Artículos no alimentarios
-  Alojamiento
-  Coordinación y manejo de campamentos (CCCM)



VOLVER AL ÍNDICE

-  **1** **Introducción**
-  **2** Capacitación de personal en MHM
-  **3** Evaluación de necesidades
-  **4** Provisión de materiales y suministros para la MHM
-  **5** MHM y tránsito
-  **6** MHM y alojamiento
-  **7** MHM y agua e instalaciones sanitarias
-  **8** MHM, eliminación y manejo de los desechos
-  **9** MHM y actividades de educación sanitaria y de promoción de la higiene
-  **10** MHM y las poblaciones vulnerables
-  **11** MHM y educación
-  **12** MHM y salud
-  **13** MHM y protección
-  **14** Seguimiento y evaluación



VOLVER AL ÍNDICE

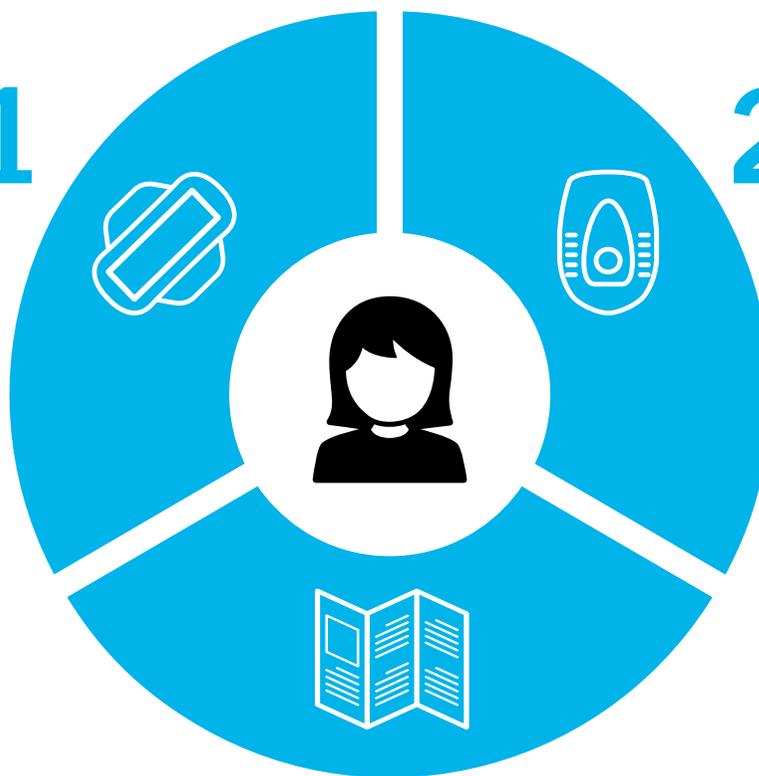
- 1 **Introducción**
- 2 **Capacitación de personal en MHM**
- 3 **Evaluación de necesidades**
- 4 **Provisión de materiales y suministros para la MHM**
- 5 **MHM y tránsito**
- 6 **MHM y alojamiento**
- 7 **MHM y agua e instalaciones sanitarias**
- 8 **MHM, eliminación y manejo de los desechos**
- 9 **MHM y actividades de educación sanitaria y de promoción de la higiene**
- 10 **MHM y las poblaciones vulnerables**
- 11 **MHM y educación**
- 12 **MHM y salud**
- 13 **MHM y protección**
- 14 **Seguimiento y evaluación**

TRES COMPONENTES ESENCIALES DE UNA RESPUESTA HUMANITARIA COMPLETA PARA LA MHM

La MHM es una cuestión intersectorial. A fin de dar una respuesta efectiva, los distintos sectores deben trabajar en coordinación para asegurarse de que los tres componentes centrales sean abordados.

SUMINISTROS Y MATERIALES PARA LA MHM 1

- Los materiales apropiados para la menstruación (toallas, paños, ropa interior).
- Los materiales de higiene adicionales (por ejemplo jabón, balde) para almacenamiento, lavado y secado.
- Demostración de cómo usar materiales para la MHM.



2 INSTALACIONES DE APOYO A LA MHM

- Instalaciones sanitarias seguras y privadas con agua para cambiarse, lavar y secar los materiales para la menstruación.
- Opciones de eliminación convenientes y privadas para los desechos generados por la menstruación.
- Implementar sistemas de manejo de los desechos generados por la menstruación.

3 INFORMACIÓN SOBRE LA MHM

- Educación y promoción de la higiene menstrual básica.
- Educación sanitaria básica sobre la menstruación (especialmente para niñas púberes).
- Abordar normas perjudiciales culturales o sociales relacionadas con la menstruación.



La capacitación es la única herramienta más efectiva para incorporar la MHM a las respuestas multisectoriales en casos de emergencia.

1

QUIÉN:

Todo el personal (masculino y femenino) debe tener conocimiento y sentirse cómodo al debatir sobre la MHM. Aunque el personal masculino en la mayoría de los contextos no debiera debatir directamente con las beneficiarias sobre la MHM, puede participar en la planificación e implementación de las actividades de MHM. Esto incluye personal de todos los sectores que pueden estar involucrados en la programación de la MHM (incluido WASH, Salud, Educación, Protección y NFI).

Capacitar al personal con más experiencia ayuda a asegurar que la MHM sea incorporada a la planificación y coordinación del programa mientras que capacitar al personal de campo ayuda a asegurar la programación efectiva día a día.

EL PERSONAL DEBE:

- Conocer la información básica de la MHM.
- Ser capaz de hablar profesionalmente sobre la MHM.
- Estar familiarizado con los aspectos culturales específicos de la MHM para un contexto dado de emergencia.

2

QUÉ:

Se debe llevar a cabo una breve capacitación en MHM para sensibilizar a todo el personal del programa y brindar orientación respecto a cómo debatir de manera adecuada y con confianza sobre la MHM, tanto con la población destinataria como con sus colegas. Para revisar un recurso de capacitación sobre conocimientos básicos relativos a la menstruación, haga clic [aquí](#).

Más allá de brindar información, los debates en las capacitaciones a menudo son una buena oportunidad para recopilar información del personal de campo sobre los desafíos que las mujeres y niñas/adolescentes experimentan en ese contexto.

3

CUÁNDO:

Se debe capacitar al personal en los conocimientos básicos de MHM al inicio de la emergencia (o lo antes posible). Cuanto antes se familiaricen con los temas, tendrán más probabilidades de responder eficazmente a las necesidades de MHM de las mujeres y niñas/adolescentes. En una emergencia prolongada, puede ser necesario dar cursos de actualización o hacer seguimiento a las capacitaciones a fin de mantener los niveles de conocimiento y considerar la rotación del personal.

TEMAS CLAVE QUE SE DEBEN CUBRIR:

- Conocimientos básicos de menstruación, inclusive: ¿Qué es la menstruación? ¿Cuánto dura el periodo de menstruación? ¿Cuáles son sus síntomas? ¿A qué edad comienza la menstruación? ¿A qué edad termina?
- ¿Cómo manejan la menstruación en este contexto las mujeres y niñas/adolescentes?
- ¿Cuáles son los desafíos que experimentan las mujeres y niñas/adolescentes en el manejo de la menstruación?
- ¿Cuáles son los tabúes y mitos culturales locales que existen en torno al manejo de la menstruación? ¿Cómo impactan en mujeres y niñas/adolescentes?
- ¿Cuál es el espectro completo de las necesidades de MHM de las mujeres y niñas/adolescentes que viven en situaciones de emergencia?
- ¿Cuáles son los distintos roles sectoriales en el apoyo a la MHM?
- ¿De qué manera puede el personal del programa debatir respetuosa y profesionalmente sobre la MHM con las beneficiarias?
- ¿Dónde puede el personal encontrar información y recursos adicionales sobre MHM?
- ¿Enfrentan alguna restricción las mujeres y niñas/adolescentes para acceder a los servicios básicos mientras menstrúan (por ejemplo acceso a NFI)?

1	Introducción
2	Capacitación de personal en MHM
3	Evaluación de necesidades
4	Provisión de materiales y suministros para la MHM
5	MHM y tránsito
6	MHM y alojamiento
7	MHM y agua e instalaciones sanitarias
8	MHM, eliminación y manejo de los desechos
9	MHM y actividades de educación sanitaria y de promoción de la higiene
10	MHM y las poblaciones vulnerables
11	MHM y educación
12	MHM y salud
13	MHM y protección
14	Seguimiento y evaluación

En caso de planificar o facilitar una capacitación sobre MHM, consultar el Capítulo 2 (Capacitación del personal en MHM) en la Guía completa.



VOLVER AL ÍNDICE

- 1 Introducción
- 2 Capacitación de personal en MHM
- 3 Evaluación de necesidades
- 4 Provisión de materiales y suministros para la MHM
- 5 MHM y tránsito
- 6 MHM y alojamiento
- 7 MHM y agua e instalaciones sanitarias
- 8 MHM, eliminación y manejo de los desechos
- 9 MHM y actividades de educación sanitaria y de promoción de la higiene
- 10 MHM y las poblaciones vulnerables
- 11 MHM y educación
- 12 MHM y salud
- 13 MHM y protección
- 14 Seguimiento y evaluación

3

EVALUACIÓN DE NECESIDADES DE MHM



Las estrategias de las mujeres y adolescentes para manejar la menstruación varían enormemente entre países y culturas. Entender las prácticas locales de la MHM es esencial para integrarla de manera eficiente a la respuesta en situaciones de emergencia.

1

¿QUÉ HAY QUE SABER?

Durante una emergencia crítica o prolongada, algunas preguntas clave sobre MHM pueden servir como herramienta rápida e informativa para integrar la MHM a la programación en los sectores relevantes:

MATERIALES Y SUMINISTROS



1. ¿PREFERENCIAS?

¿Qué materiales para la menstruación prefieren las mujeres y niñas/adolescentes? ¿Qué es viable en este contexto? ¿Hay algún tipo o marca específicos?

2. ¿POBLACIÓN DESTINATARIA?

¿Quiénes deberían recibir suministros y materiales para la MHM (identificar escala de necesidad)?

3. ¿DISTRIBUCIÓN?

¿Cómo se deberían distribuir los suministros y materiales para la MHM de manera segura y privada a la población destinataria?

INSTALACIONES



4. ¿INSTALACIONES?

¿Qué desean o necesitan las mujeres y niñas/adolescentes en cuanto a instalaciones para manejar la menstruación?

5. ¿ELIMINACIÓN Y LAVADO?

¿De qué manera las mujeres y niñas/adolescentes pueden eliminar o lavar y secar los materiales una vez usados?

INFORMACIÓN



6. ¿BRECHAS DE CONOCIMIENTO?

¿Están familiarizadas las mujeres y niñas/adolescentes con los suministros y materiales para la MHM, las opciones de eliminación y buenas prácticas de higiene?

2

CONSULTA CON NIÑAS ADOLESCENTES Y MUJERES

Las evaluaciones de necesidad en torno a la MHM son ampliamente cualitativas pero se pueden complementar con observaciones directas.

También consultar:

- Capítulo 3 (Capacitación de personal en MHM).
- Capítulo 13 (Seguimiento y evaluación)

Métodos cualitativos:

- Discusiones de grupos focales (DGF) con mujeres y niñas/adolescentes.
- Entrevistas estructuradas con personas clave (por ejemplo miembros del comité de WASH, mujeres y niñas/adolescentes, personal del programa, etc.).
- Debates con personal local (si son de la misma población que los beneficiarios)

Métodos de observación:

- Listas de verificación (por ejemplo inspecciones físicas de las instalaciones).
- Transitar por instalaciones tales como baños públicos con algunas mujeres o niña/adolescente que estén usando la instalación, para obtener información.
- Evaluaciones de mercado para investigar la disponibilidad de productos en los mercados locales e informarse sobre las normas existentes.

3

CAPACITAR Y SENSIBILIZAR AL PERSONAL EN MHM:

El personal que realiza actividades de evaluación de necesidades debe tener conocimiento sobre la MHM y sentirse cómodo para conversar sobre esta. El personal masculino no debería conversar directamente sobre la MHM con las beneficiarias pero puede participar en la planificación.

Para una orientación más amplia sobre la evaluación de necesidades para la MHM, consultar el: **Capítulo 3 (Evaluación de necesidades) en la Guía completa.**

4

PROVISIÓN DE MATERIALES Y SUMINISTROS PARA LA MHM



Al comprar y planificar una distribución de productos para la MHM, es importante considerar la fase de la emergencia, el tipo de emergencia (conflicto, desastre natural), el clima (seco/lluvioso), la población y el entorno (campamentos, áreas urbanas, asentamientos informales). Por ejemplo, en muchos entornos, encontrar espacios privados para lavar y secar los materiales reutilizables puede ser un desafío importante. Al elegir las toallas o paños para la menstruación, es importante considerar el ciclo de vida de uso (compra, distribución, uso, lavado/secado, eliminación y manejo de desechos).

1 CONSULTA CON NIÑAS ADOLESCENTES Y MUJERES:

Evaluar las preferencias de materiales (paños, toallas reusables o desechables). Llevar materiales para la menstruación de muestra a los debates para permitir a las beneficiarias tomar decisiones informadas.

- Considerar las consecuencias para eliminar y/o lavar y secar los materiales reutilizables.
- Determinar las formas de llegar al número total de mujeres y niñas adolescentes en la comunidad.
- Evaluar la disponibilidad y viabilidad de proveedores locales versus internacionales. También considerar la sostenibilidad del suministro.

Evaluar qué otras distribuciones se efectúan y **coordinar** con otros sectores y socios (por ejemplo puntos fronterizos, centros de recepción, escuelas, centros de protección).

MÁS ALLÁ DE LAS TOALLAS: LA VARIEDAD DE SUMINISTROS QUE NECESITAN MUJERES Y NIÑAS/ADOLESCENTES

Materiales para la menstruación

Se refiere a los materiales que se usan para contener la sangre. Estos pueden ser una toalla, un paño, un tampón, una copa o cualquier otro método preferido.

Suministros para la menstruación

Se refiere a los demás artículos necesarios para apoyar la higiene en la menstruación.



VOLVER AL ÍNDICE

- 1 Introducción
- 2 Capacitación de personal en MHM
- 3 Evaluación de necesidades
- 4 **Provisión de materiales y suministros para la MHM**
- 5 MHM y tránsito
- 6 MHM y alojamiento
- 7 MHM y agua e instalaciones sanitarias
- 8 MHM, eliminación y manejo de los desechos
- 9 MHM y actividades de educación sanitaria y de promoción de la higiene
- 10 MHM y las poblaciones vulnerables
- 11 MHM y educación
- 12 MHM y salud
- 13 MHM y protección
- 14 Seguimiento y evaluación



VOLVER AL ÍNDICE

- 1 Introducción
- 2 Capacitación de personal en MHM
- 3 Evaluación de necesidades
- 4 **Provisión de materiales y suministros para la MHM**
- 5 MHM y tránsito
- 6 MHM y alojamiento
- 7 MHM y agua e instalaciones sanitarias
- 8 MHM, eliminación y manejo de los desechos
- 9 MHM y actividades de educación sanitaria y de promoción de la higiene
- 10 MHM y las poblaciones vulnerables
- 11 MHM y educación
- 12 MHM y salud
- 13 MHM y protección
- 14 Seguimiento y evaluación

2

SELECCIONAR LOS MATERIALES Y SUMINISTROS PARA LA MENSTRUACIÓN ADECUADOS

El material seleccionado tiene implicaciones en el agua y en las instalaciones sanitarias, el alojamiento, la protección, los sistemas de eliminación y manejo de desechos, los NFI y en la higiene y promoción de la salud. Las preferencias de las mujeres y niñas/adolescentes pueden variar en un grupo de beneficiarias y requerir la selección de más de un tipo de material.

3

COMPRAR LOS MATERIALES Y SUMINISTROS PARA LA MENSTRUACIÓN

Los suministros para la menstruación deben considerar el número total de mujeres en edad reproductiva en cada hogar. Algunos artículos, como jabón y toallas desechables, necesitarán reabastecimiento mensual.

4

DISTRIBUIR Y MOSTRAR LOS MATERIALES PARA LA MENSTRUACIÓN MEDIANTE ACTIVIDADES DE PROMOCIÓN DE LA HIGIENE

El personal femenino debe estar disponible durante las distribuciones para poder enseñar y responder preguntas sobre los contenidos:

- No asumir que las beneficiarias saben cómo usar los artículos sanitarios que se están distribuyendo. El personal debe hacer demostraciones sobre cómo usar los artículos durante las distribuciones.
- Proporcionar educación sanitaria sobre la menstruación y de promoción de la higiene menstrual durante las distribuciones.

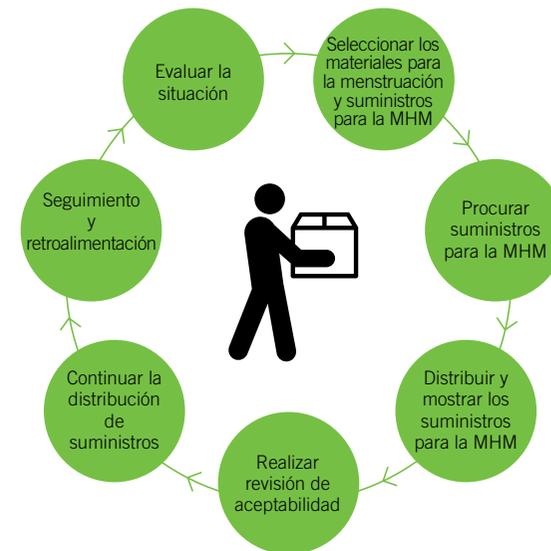
5

SEGUIMIENTO Y RETROALIMENTACIÓN

Se debe establecer de inmediato un plan de seguimiento de las distribuciones de material para la MHM y se puede realizar combinando los siguientes métodos, incluidas las entrevistas individuales, DGF con mujeres y niñas/adolescentes y seguimiento posterior a la distribución. El seguimiento es útil para evaluar la aceptación de los materiales, la cobertura y las brechas de conocimiento. Para revisar indicadores relevantes de muestra, ver el [enlace](#).



CICLO DEL PROYECTO PARA LA DISTRIBUCIÓN DE LA MHM



Para una orientación más amplia sobre la provisión de suministros y materiales para la MHM, consultar el: **Capítulo 4 (Provisión de materiales y suministros para la MHM) en la Guía completa.**

- Otros capítulos relevantes:
- Capítulo 2 (Evaluación de necesidades)
 - Capítulo 13 (Seguimiento y evaluación)



VOLVER AL ÍNDICE

1

DESAFÍOS DE LA MHM EN TRÁNSITO

Después de dejar sus hogares y mientras viajan hacia un lugar seguro, es posible que las mujeres y niñas/adolescentes:

- No tengan ningún material de higiene para manejar la sangre;
- No tengan baños o cuartos de aseo para cambiarse los materiales y lavarse mientras viajan largas distancias;
- Tengan que entrar al bosque, a un callejón, etc., intentando encontrar privacidad, lo cual crea preocupaciones de seguridad;
- No puedan lavar y secar los materiales para la menstruación o la ropa manchada;
- Tienen poca capacidad para llevar exceso de suministros.

A lo largo de las rutas de tránsito y puntos de parada, en lugar de realizar distribución de mantas, las respuestas para la MHM en tránsito a menudo están dirigidas a las mujeres y niñas/adolescentes que más necesiten materiales para la menstruación. Consultar la Figura 1 para ver un resumen de los principales desafíos que enfrentan las mujeres y niñas en tránsito.

2

PROPORCIONAR UNA RESPUESTA BÁSICA PARA ABORDAR TODAS LAS NECESIDADES DE LA MHM EN TRÁNSITO

Las mujeres y niñas/adolescentes que llegan a su lugar de destino (por ejemplo aquellas que llegan a un punto fronterizo, una estación de tren, centro de tránsito, etc.) pueden sentir vergüenza si su ropa está manchada con sangre pudiendo quedar en riesgo de explotación a cambio de productos básicos. Es posible que tengan necesidad urgente de disponer de un lugar seguro y privado para manejar su menstruación y aseo.

La respuesta debe:

- **Proporcionar materiales básicos para la menstruación** incluidas toallas, ropa interior y jabón.
- **Asegurar la disponibilidad de agua e instalaciones sanitarias adecuadas para mujeres** en tránsito, de ser posible, y en los puntos fronterizos, centros de recepción, alojamientos transitorios, etc., ya que las mujeres y niñas/adolescentes necesitarán un lugar para cambiarse sus materiales, lavarse o lavar su ropa y, en algunos casos, recobrar su higiene básica y su dignidad después del viaje.

3

ASEGURAR QUE LAS MUJERES Y NIÑAS/ADOLESCENTES EN NECESIDAD REVISEN LOS MATERIALES PARA LA MHM

Se pueden emplear distintos métodos para hacer una evaluación rápida sobre quién puede necesitar asistencia con más urgencia. La discreción y la sensibilidad son esenciales, especialmente si se tiene en cuenta que las mujeres y niñas/adolescentes pueden estar cansadas del viaje y sentirse avergonzadas por su menstruación. Algunos de los posibles métodos para identificar las necesidades y métodos utilizados por las mujeres y niñas/adolescentes incluyen:

- Incorporar una pregunta sobre la menstruación en el examen médico o de protección una vez que llegan a los puntos fronterizos o centros de recepción.
- Los actores femeninos involucrados en la protección pueden organizar pequeños círculos de mujeres para conversar sobre la menstruación (entre otros temas de debate relacionados con la protección, como por ejemplo la violencia contra la mujer).
- Si la población desplazada es alfabeta, se pueden colocar letreros informativos indicando a las mujeres y niñas/adolescentes dónde pueden solicitar o retirar discretamente materiales para la higiene.

Para una orientación más amplia sobre las consideraciones para la MHM para mujeres y niñas/adolescentes en tránsito revisar el Capítulo 6 (MHM en tránsito) en la Guía completa.

1	Introducción
2	Capacitación de personal en MHM
3	Evaluación de necesidades
4	Provisión de materiales y suministros para la MHM
5	MHM y tránsito
6	MHM y alojamiento
7	MHM y agua e instalaciones sanitarias
8	MHM, eliminación y manejo de los desechos
9	MHM y actividades de educación sanitaria y de promoción de la higiene
10	MHM y las poblaciones vulnerables
11	MHM y educación
12	MHM y salud
13	MHM y protección
14	Seguimiento y evaluación



VOLVER AL ÍNDICE

- 1 Introducción
- 2 Capacitación de personal en MHM
- 3 Evaluación de necesidades
- 4 Provisión de materiales y suministros para la MHM
- 5 **MHM y tránsito**
- 6 MHM y alojamiento
- 7 MHM y agua e instalaciones sanitarias
- 8 MHM, eliminación y manejo de los desechos
- 9 MHM y actividades de educación sanitaria y de promoción de la higiene
- 10 MHM y las poblaciones vulnerables
- 11 MHM y educación
- 12 MHM y salud
- 13 MHM y protección
- 14 Seguimiento y evaluación

FIGURA 1: DESAFÍOS DE LA MHM QUE ENFRENTAN MUJERES Y NIÑAS EN TRÁNSITO



LUEGO DE DEJAR SUS HOGARES Y MIENTRAS SE TRASLADAN HACIA UN LUGAR SEGURO, ES POSIBLE QUE LAS MUJERES Y NIÑAS...

- No tengan ningún material para manejar la sangre.
- No tengan baños o cuartos de aseo para cambiarse los materiales y lavarse.
- Tengan que entrar al bosque, a un callejón, etc., intentando encontrar privacidad, lo cual crea preocupaciones de seguridad.
- No puedan lavar los materiales para la menstruación, la ropa o no puedan encontrar agua.

MIENTRAS SE LES REALIZA EL CONTROL EN EL SIGUIENTE PUNTO TRANSFRONTERIZO, ES POSIBLE QUE...

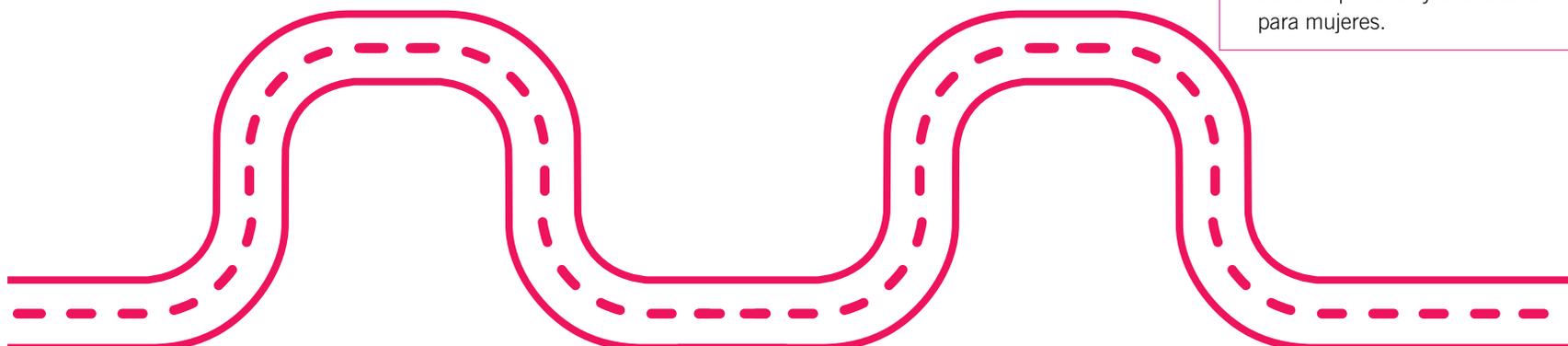
- Sientan vergüenza si su ropa se ha manchado con sangre..
- Necesiten suministros básicos de higiene menstrual (es decir, toallas, ropa interior, jabón)
- Necesiten acceder a baños y espacios para bañarse privados y adecuados para mujeres, para cambiarse e higienizarse.

AL LLEGAR A LOS CENTROS DE TRÁNSITO O DE RECEPCIÓN ES POSIBLE QUE...

- Necesiten provisión continua de materiales básicos para la menstruación (por ejemplo toallas, ropa interior, jabón).
- Necesiten acceder a baños y espacios de baño privados y adecuados para mujeres, para cambiarse e higienizarse.

AL LLEGAR AL CAMPAMENTO O A UN NUEVO ALOJAMIENTO ES POSIBLE QUE...

- Sea necesario consultarles sobre sus preferencia y necesidades de MHM.
- Necesiten soluciones de más largo plazo para seguir teniendo acceso a los materiales para la MHM (es decir, provisión de materiales desechables, mantener la distribución frecuente de materiales desechables, etc.).
- Necesiten una nueva infraestructura sanitaria que integre los estándares mínimos para baños y espacios para bañarse privados y adecuados para mujeres.



6 MHM Y ALOJAMIENTO



Las condiciones de hacinamiento en áreas urbanas, situaciones de campamento o asentamientos informales pueden intensificar los desafíos de mujeres y niñas adolescentes para encontrar espacios seguros y privados para manejar la menstruación. Esto puede ser más difícil al vivir en tiendas de campaña, viviendas de hogares múltiples, edificios sin terminar o espacios comunitarios. Las mujeres y niñas/adolescentes tienen distintas preferencias con respecto a dónde cambiarse los materiales para la menstruación. Algunas prefieren instalaciones sanitarias y otras prefieren cambiarse en sus hogares. En muchos contextos, los alojamientos y las instalaciones no están diseñados para satisfacer estas necesidades.

1 CONSULTAR CON MUJERES Y NIÑAS/ ADOLESCENTES

Antes de iniciar cualquier actividad de MHM, es importante saber:

- ¿Dónde y cómo mujeres y niñas/adolescentes se cambian, eliminan, lavan y secan los materiales para la menstruación?
- ¿Qué preocupaciones de seguridad y privacidad tienen las mujeres y niña/adolescentes en relación con el manejo de la menstruación en el contexto?

Coordinar con otros sectores, especialmente WASH y Protección, compartiendo la información obtenida de las consultas a las beneficiarias.



2 CAPACITAR EN MHM AL PERSONAL DEL ALOJAMIENTO

El personal que trabaja en el alojamiento, tanto masculino como femenino, debe estar informado y tener conocimiento de las necesidades y prácticas de MHM básicas de las mujeres y niñas/adolescentes que viven en ese contexto de emergencia (Ver Capítulo 2).

3 ASEGURAR EL ACCESO AL AGUA E INSTALACIONES SANITARIAS ADECUADAS PARA MUJERES QUE INCLUYA ATENCIÓN A LA MANEJO DE DESECHOS

En coordinación con los actores de WASH, todos los baños y espacios para bañarse y de lavado deben adaptarse a las necesidades de MHM de las mujeres y niñas/adolescentes. Ver un ejemplo de baño adecuado para mujeres en la página 19.

4 CONSTRUIR ESTRUCTURAS DE ALOJAMIENTO QUE ASEGUREN LA PRIVACIDAD Y SEGURIDAD PARA LAS NECESIDADES DE MHM

Como en las situaciones de emergencias hay una variedad de estructuras de alojamiento, se deben tener en cuenta algunas consideraciones para la MHM al construir o mejorar los espacios:

- **Medidas de seguridad:** Las puertas y ventanas deben estar provistas de cerraduras internas.
- **Tabiques para la privacidad:** Cuando corresponda por motivos de género, edad o culturales, se deben instalar tabiques de separación para familias o para hombres y mujeres.
- **Iluminación:** Se debe proporcionar iluminación tanto interior como para el sector. Luego de consultar con las beneficiarias, se deben proporcionar linternas según necesidad.
- **Alojamientos grupales:** Se debe prestar consideración especial a las necesidades de privacidad de mujeres y niñas/adolescentes que están en alojamientos grupales (e.j. con familias múltiples). Por ejemplo, puede ser necesario proveer un área pequeña dividida adecuadamente con tabiques para cambiarse la ropa.

5 SEGUIMIENTO Y RETROALIMENTACIÓN

Se deben integrar las preguntas clave sobre la MHM a las actividades existentes de control del alojamiento para asegurar que se aborden las preocupaciones de privacidad y seguridad de las mujeres y niñas/adolescentes que están menstruando. Esto se puede realizar mediante una combinación de métodos, incluidas entrevistas y DGF con mujeres y niñas/adolescentes y la observación directa de las estructuras del alojamiento y de las instalaciones de WASH.



VOLVER AL ÍNDICE

- 1 Introducción
- 2 Capacitación de personal en MHM
- 3 Evaluación de necesidades
- 4 Provisión de materiales y suministros para la MHM
- 5 MHM y tránsito
- 6 **MHM y alojamiento**
- 7 MHM y agua e instalaciones sanitarias
- 8 MHM, eliminación y manejo de los desechos
- 9 MHM y actividades de educación sanitaria y de promoción de la higiene
- 10 MHM y las poblaciones vulnerables
- 11 MHM y educación
- 12 MHM y salud
- 13 MHM y protección
- 14 Seguimiento y evaluación



VOLVER AL ÍNDICE

- 1 Introducción
- 2 Capacitación de personal en MHM
- 3 Evaluación de necesidades
- 4 Provisión de materiales y suministros para la MHM
- 5 MHM y tránsito
- 6 MHM y alojamiento
- 7 **MHM y agua e instalaciones sanitarias**
- 8 MHM, eliminación y manejo de los desechos
- 9 MHM y actividades de educación sanitaria y de promoción de la higiene
- 10 MHM y las poblaciones vulnerables
- 11 MHM y educación
- 12 MHM y salud
- 13 MHM y protección
- 14 Seguimiento y evaluación

7

MHM Y AGUA E INSTALACIONES SANITARIAS



Mantener la seguridad y la dignidad mientras se accede a las instalaciones sanitarias sigue siendo un desafío generalizado en los contextos humanitarios. Las mujeres y las niñas/adolescentes necesitan más privacidad para el saneamiento que los hombres y niños, especialmente cuando están manejando su menstruación. La mayoría de las necesidades en la MHM de las mujeres y niñas/adolescentes son similares a las necesidades básicas de higiene y saneamiento. Estas incluyen las siguientes:

- Un lugar seguro y privado para cambiar sus productos de higiene menstrual (al menos 3 veces por día), inclusive durante la noche.
- Un lugar para lavarse las manos de manera privada con jabón y agua después de cambiarse los productos de higiene menstrual.
- Un lugar seguro y privado para bañarse, generalmente una vez al día.

1

CONSULTAR Y COORDINAR:

- **Consultar con mujeres y niñas/adolescentes.** Se les debe consultar directamente a ellas sobre la ubicación y el diseño de las instalaciones sanitarias. Podrán aportar importantes sugerencias sobre privacidad, seguridad y conveniencia.
- **Coordinar con otros sectores** que implementen instalaciones de WASH para asegurar que en el diseño se incorpore lo recabado en las consultas.
- La cultura tiene una fuerte influencia en las prácticas y necesidades de la menstruación.

2

CONSTRUIR INSTALACIONES SANITARIAS ADECUADAS PARA MUJERES

Construir instalaciones en hogares y en instituciones (es decir, escuelas, establecimientos sanitarios y espacios de protección). Ver un ejemplo en la página siguiente.

3

PROVEER INFORMACIÓN Y SUMINISTROS DE APOYO PARA LAVADO Y SECADO DE LOS PRODUCTOS DE HIGIENE MENSTRUAL

Lavar y secar los productos de higiene menstrual a menudo es un desafío. Las mujeres y las niñas/adolescentes pueden tener distintas preferencias sobre dónde prefieren hacer esto. Algunas pueden preferir cuartos de aseo comunitarios, hogares, baños, cuarto de baño u otros espacios. Las consideraciones clave incluyen:

- **Cuartos de aseo comunitarios:** proporcionar cubículos privados para la privacidad (con losa de lavado) y drenaje discreto (para que la sangre menstrual no se pueda ver).
- **Lavado en el hogar:** proporcionar suministros para lavar y bañarse relacionados con la MHM, incluido el jabón para la ropa y para bañarse, cuerda para la ropa y un lavabo (ya que es posible que mujeres y niñas/adolescentes no quieran usar los mismos contenedores para cocinar o para lavar otra ropa).

- **Provisiones para secar los materiales para la menstruación:** proveer una cuerda para la ropa, un tendedero o áreas controladas en espacios públicos de lavandería para colgar los paños o toallas reutilizables.
- **Promoción de la higiene:** Integrar la promoción de la higiene menstrual a las actividades existentes de distribución y educación.



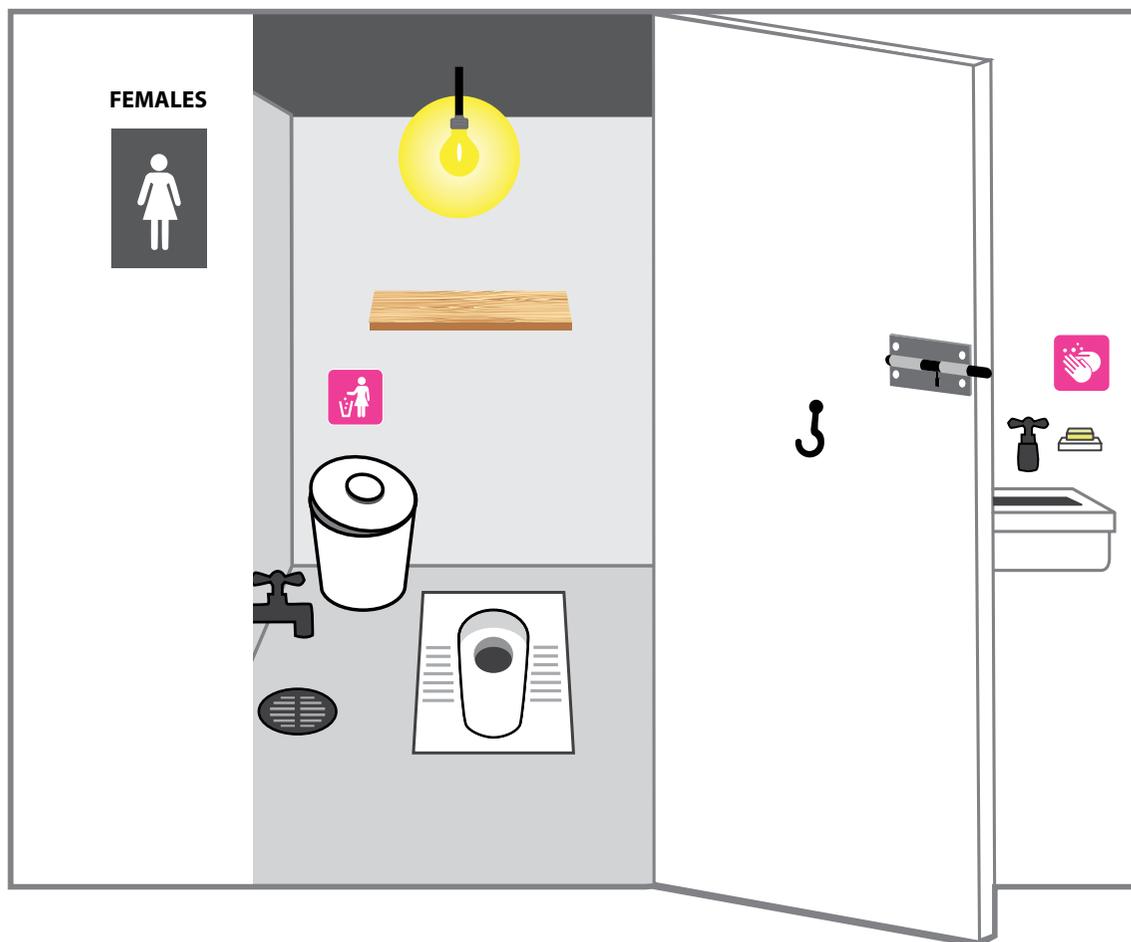
4

MONITOREO Y RETROALIMENTACIÓN

El monitoreo del acceso y la cobertura se puede sumar a las consultas regulares con mujeres y niñas/adolescentes para obtener retroalimentación y asegurarse de que los sistemas se entiendan y se usen según lo planificado. Revisar indicadores de muestra relevantes.

HACER MODIFICACIONES A TIEMPO ES MUCHO MÁS FÁCIL QUE CORREGIR ERRORES DESPUÉS DE QUE LA INFRAESTRUCTURA ESTÉ CONSTRUIDA.

EJEMPLO DE UN BAÑO ADECUADO PARA MUJERES



Número adecuado de baños ubicados en un lugar seguro (claramente señalizados) y separados de las instalaciones para hombres.



Baños seguros y privados con cerrojo interior de la puerta.



Letreros claros con instrucciones para que mujeres y niñas/adolescentes eliminen los desechos de la menstruación en el cesto de basura.



Una repisa y un gancho para guardar higiénicamente las pertenencias durante el uso.



Fuente de luz durante la noche tanto dentro como fuera de los baños.



Fácil acceso al agua (idealmente dentro del cubículo) para que las mujeres y niñas puedan lavarse y lavar los materiales de higiene.



Cestos de basura (con tapas) para eliminar los productos de higiene menstrual una vez que fueron usados.



Las paredes, la puerta y el techo están hechos de materiales no transparentes sin huecos o espacios.



Algunas unidades deben ser accesibles para personas con discapacidades.



VOLVER AL ÍNDICE

- 1 Introducción
- 2 Capacitación de personal en MHM
- 3 Evaluación de necesidades
- 4 Provisión de materiales y suministros para la MHM
- 5 MHM y tránsito
- 6 MHM y alojamiento
- 7 **MHM y agua e instalaciones sanitarias**
- 8 MHM, eliminación y manejo de los desechos
- 9 MHM y actividades de educación sanitaria y de promoción de la higiene
- 10 MHM y las poblaciones vulnerables
- 11 MHM y educación
- 12 MHM y salud
- 13 MHM y protección
- 14 Seguimiento y evaluación

Para una orientación más amplia sobre el desarrollo de agua e instalaciones sanitarias que apoyen la MHM, consultar el: Capítulo 7 (MHM y agua e instalaciones sanitarias) en la Guía completa.

Otros indicadores relevantes incluyen:

- Capítulo 3 (Capacitación de personal en MHM).
- Capítulo 14 (Seguimiento y evaluación).



VOLVER AL ÍNDICE

- 1 Introducción
- 2 Capacitación de personal en MHM
- 3 Evaluación de necesidades
- 4 Provisión de materiales y suministros para la MHM
- 5 MHM y tránsito
- 6 MHM y alojamiento
- 7 MHM y agua e instalaciones sanitarias
- 8 **MHM, eliminación y manejo de los desechos**
- 9 MHM y actividades de educación sanitaria y de promoción de la higiene
- 10 MHM y las poblaciones vulnerables
- 11 MHM y educación
- 12 MHM y salud
- 13 MHM y protección
- 14 Seguimiento y evaluación

8

MHM, ELIMINACIÓN Y MANEJO DE LOS DESECHOS



Los materiales para la menstruación ya usados generan un caudal importante de desechos en los campamentos u otros contextos. Las consideraciones clave incluyen:

- A menudo, los desechos generados por la menstruación causan vergüenza y pueden existir grandes tabúes acerca de cómo manejarlos.
- En los casos en que las mujeres y niñas/adolescentes usen materiales sanitarios desechables, tienen que poder eliminarlos de manera discreta y segura una vez usados.
- La manejo de desechos en baños públicos e institucionales podría ser diferente a la de los baños familiares o compartidos. Cada contexto debe considerarse por separado.
- Es común que las mujeres y niñas/adolescentes eliminen los desechos generados por la menstruación directamente en el inodoro. En el caso de letrinas con caída directa al pozo, este método podría ser viable pero dificulta el saneamiento. En otros baños, es probable que esto cause obstrucciones extendidas y problemas de mantenimiento.

1 CONSULTAR CON MUJERES Y NIÑAS/ADOLESCENTES



- Antes de iniciar una respuesta a la MHM, preguntar directamente a las mujeres y niñas/adolescentes sobre sus preferencias para eliminar los desechos generados por la menstruación.
- Normalmente las mujeres y niñas/adolescentes no quieren que nadie (incluidas otras mujeres y niñas/adolescentes) vean sus materiales para la menstruación, una vez que fueron usados.

- También podrían existir tabúes respecto al manejo de los desechos generados por la menstruación; por lo tanto, es necesario hacer una consulta para garantizar que los sistemas de recolección estén siendo utilizados.
- Podrían existir fuertes tabúes respecto a la incineración de los desechos generados por la menstruación, por lo que es esencial hacer una consulta en caso de planificar el uso de incineradores.
- **Coordinar con los sectores relevantes:** compartir el aprendizaje con los sectores relevantes (incluidos los de educación, salud, alojamiento, protección) ya que sus propias instalaciones sanitarias institucionales necesitarán considerar las implicancias de la manejo de los desechos generados por la menstruación. El sistema de manejo de desechos deberá cubrir tanto a las instituciones como a los hogares.

2 BRINDAR OPCIONES PARA LA ELIMINACIÓN DE LOS DESECHOS GENERADOS POR LA MENSTRUACIÓN EN BAÑOS Y CUARTOS DE ASEO

- **Cubo de desechos con tapa en baños y cuartos de aseo públicos y en hogares.** Es posible que sea necesario mostrar los comportamientos esperados para la correcta eliminación de los desechos a través de demostraciones o carteles ilustrativos.



Cubo de desechos de la MHM (Oxfam-Nepal)

- **Sistema de desecho por un tobogán.** Un tobogán es una opción mediante la cual las toallas pueden depositarse directamente en un cubo cerrado con llave o en un pozo profundo tapado afuera de un baño.

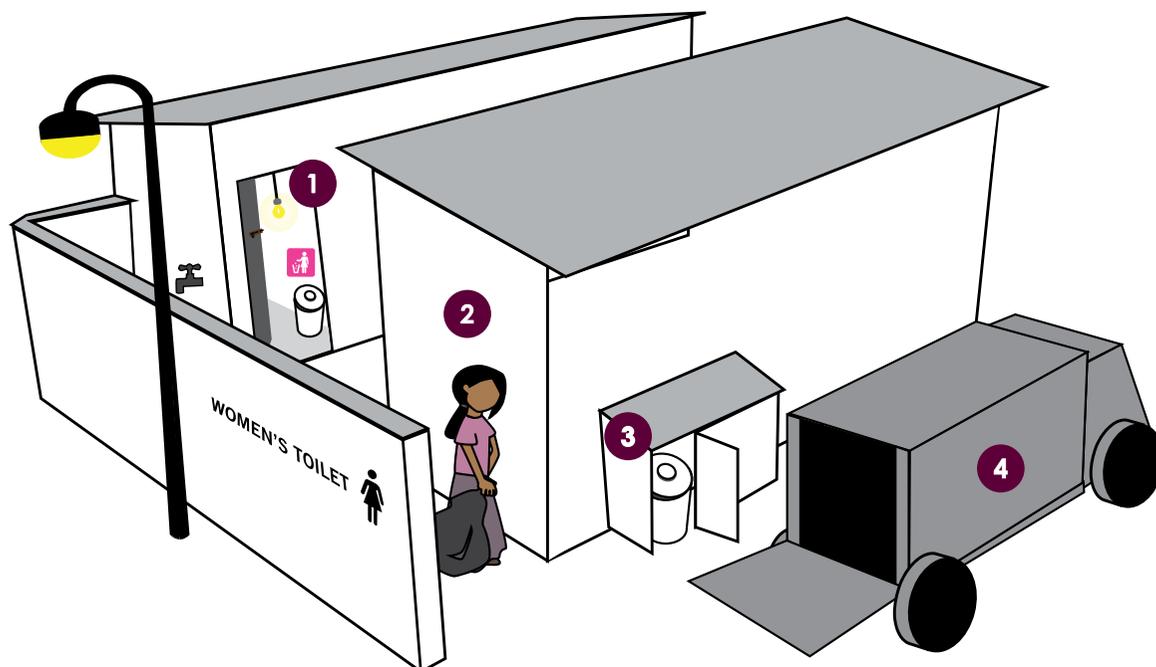


Tobogán para la eliminación de desechos de la MHM (Oxfam-Nepal)

3 ESTABLECER SISTEMAS DE MANEJO DE LOS DESECHOS GENERADOS POR LA MENSTRUACIÓN

- Todos los hogares e instituciones (escuelas, establecimientos de salud, espacios de protección) deberían estar contemplados por los sistemas de recolección de desechos que puedan incluir discretamente los desechos generados por la menstruación.
- Educar y comprometer a los beneficiarios y al personal de la institución en el proceso de recolección de desechos, incluidos dónde poner los desechos y el calendario de recolección de dichos desechos.
- Los desechos generados por la menstruación pueden ser recolectados con otros desechos no peligrosos y eliminados usando los mismos métodos tales como vertederos o incineración controlada, siempre que los beneficiarios entiendan y se sientan a gusto con estas prácticas.

SISTEMA DE DESECHOS GENERADOS POR LA MENSTRUACIÓN



1

CUBOS, TOBOGÁN Y OTROS MÉTODOS DE DESECHO

- BAÑOS FAMILIARES
- BAÑOS PÚBLICOS
- BAÑOS INSTITUCIONALES

2

Las personas que cuidan los hogares y las que limpian los baños regularmente vacían los cubos y llevan los desechos a un punto de recolección de desechos designado

3

PUNTO DE RECOLECCIÓN DESIGNADO

- EN UN PUNTO DE RECOLECCIÓN PRESTAN SERVICIO LOS TRABAJADORES SANITARIOS

4

Los trabajadores sanitarios regularmente limpian el punto de recolección de desechos y transportan los desechos al punto final de eliminación de desechos

5

PUNTO FINAL DE ELIMINACIÓN DE DESECHOS

- VERTEDEROS, POZOS DE ENTERRAMIENTO, INCINERADORES, ETC.

4

SEGUIMIENTO Y RETROALIMENTACIÓN

El seguimiento debería hacerse de manera rutinaria y medir el uso y el nivel de aceptación así como la cobertura. Para revisar indicadores relevantes de muestra, ver el [enlace](#).

Para una orientación más amplia sobre cómo desarrollar soluciones para la eliminación y manejo de los desechos, consultar: **Capítulo 8 (MHM, eliminación y manejo de los desechos)** en la Guía completa.

Otros capítulos relevantes:

- Capítulo 2 (Evaluación de necesidades)
- Capítulo 14 (Seguimiento y evaluación)

COMPROMETERSE CON LA COMUNIDAD AL DESARROLLAR UNA SOLUCIÓN PARA ASEGURARSE DE QUE SEA ACEPTABLE SEGÚN LAS PREFERENCIAS DE ELIMINACIÓN DE DESECHOS DE LA POBLACIÓN Y DE QUE ABORDE EL ESTÁNDAR WASH PARA EL CONTEXTO.



VOLVER AL ÍNDICE

- 1 Introducción
- 2 Capacitación de personal en MHM
- 3 Evaluación de necesidades
- 4 Provisión de materiales y suministros para la MHM
- 5 MHM y tránsito
- 6 MHM y alojamiento
- 7 MHM y agua e instalaciones sanitarias
- 8 **MHM, eliminación y manejo de los desechos**
- 9 MHM y actividades de educación sanitaria y de promoción de la higiene
- 10 MHM y las poblaciones vulnerables
- 11 MHM y educación
- 12 MHM y salud
- 13 MHM y protección
- 14 Seguimiento y evaluación



VOLVER AL ÍNDICE

9

MHM Y ACTIVIDADES DE EDUCACIÓN SANITARIA Y DE PROMOCIÓN DE LA HIGIENE



- 1 Introducción
- 2 Capacitación de personal en MHM
- 3 Evaluación de necesidades
- 4 Provisión de materiales y suministros para la MHM
- 5 MHM y tránsito
- 6 MHM y alojamiento
- 7 MHM y agua e instalaciones sanitarias
- 8 MHM, eliminación y manejo de los desechos
- 9 MHM y actividades de educación sanitaria y de promoción de la higiene**
- 10 MHM y las poblaciones vulnerables
- 11 MHM y educación
- 12 MHM y salud
- 13 MHM y protección
- 14 Seguimiento y evaluación

El personal que trabaja en emergencias debe identificar los enfoques correctos para compartir la educación sanitaria básica sobre la menstruación y promover la higiene menstrual con las adolescentes y mujeres. Es importante tener en cuenta las creencias culturales, las preocupaciones relativas a la privacidad en las instalaciones de WASH y a la forma de eliminar los materiales usados. Este aprendizaje contextual debería integrarse a las actividades de educación sanitaria y de promoción de la higiene existentes. Es importante considerar que es probable que algunas mujeres y niñas/adolescentes nunca hayan conversado abiertamente sobre el tema de la menstruación con anterioridad.

1

CONSULTAR Y COORDINAR:



- **Consultar a mujeres y niñas/adolescentes:** antes de desarrollar o adaptar los materiales de educación sanitaria sobre la menstruación y de promoción de la higiene menstrual, consultar a las mujeres y niñas/adolescentes para identificar las creencias culturales, brechas de conocimiento y preocupaciones relativas a la privacidad que tienen sobre la menstruación y su manejo.

• Coordinar con los sectores relevantes:

la educación sanitaria y de higiene sobre la menstruación puede ser integrada a programas sectoriales existentes, incluidos los de educación, salud y protección.



PROMOCIÓN DE LA HIGIENE MENSTRUAL



Formación y demostraciones sobre prácticas higiénicas para el manejo de la menstruación (limpieza, cambios, lavado, etc.)

- Brindarla en distribuciones de NFI, en escuelas, en centros de protección y en la comunidad.

Información y demostración sobre el lavado y secado de los materiales

- Alentar a los promotores de higiene a trabajar de manera cercana con el personal de equipos físicos de WASH para integrar la MHM.

Información y demostración sobre la eliminación higiénica de los materiales para la menstruación

- Usar información específica al contexto al brindar mensajes sobre los materiales para la MHM, las preferencias culturales y el diseño de instalaciones sanitarias y de aseo.

EDUCACIÓN SANITARIA SOBRE LA MENSTRUACIÓN



Educación sobre información básica relativa a la pubertad y al ciclo menstrual

- Integrar a las actividades de educación sobre SSR, que se brindan a las mujeres y niñas/adolescentes, incluidas las actividades de extensión sanitaria de rutina y las basadas en la simulación clínica.

Información y demostración sobre prácticas saludables de manejo de la menstruación

- Incluir una trabajadora sanitaria en las distribuciones de NFI capaz de responder preguntas sobre salud menstrual que pudieran surgir en las actividades de promoción de la higiene.

Educación para disipar tabúes y mitos culturales perjudiciales

- Brindar educación en las escuelas y en los centros juveniles a las niñas/adolescentes púberes sobre la menarca, la menstruación y los tabúes sobre el tema.

Nota: La promoción de la higiene menstrual y la educación sobre salud menstrual deberían ser conducidas por personal femenino en espacios privados sin la presencia de hombres ni niños.



VOLVER AL ÍNDICE

- 1 Introducción
- 2 Capacitación de personal en MHM
- 3 Evaluación de necesidades
- 4 Provisión de materiales y suministros para la MHM
- 5 MHM y tránsito
- 6 MHM y alojamiento
- 7 MHM y agua e instalaciones sanitarias
- 8 MHM, eliminación y manejo de los desechos
- 9 MHM y actividades de educación sanitaria y de promoción de la higiene**
- 10 MHM y las poblaciones vulnerables
- 11 MHM y educación
- 12 MHM y salud
- 13 MHM y protección
- 14 Seguimiento y evaluación

2

DESARROLLAR O ADAPTAR LOS MATERIALES DE IEC APROPIADOS

Desarrollar o adaptar los materiales de Información Educación Comunicación (IEC) apropiados: Las conclusiones de las consultas pueden identificar brechas de conocimiento sobre la MHM o tabúes culturales dentro de la comunidad. Integrar estas conclusiones a las actividades de educación sanitaria y de promoción de la higiene existentes. Las consideraciones incluyen:

- **Durante la fase aguda,** los materiales IEC deberían acompañar las distribuciones de NFI con suministros y materiales para la menstruación. Pueden ser modificados a partir de materiales existentes mediante consultas al personal femenino o a grupos de mujeres existentes.
- **Durante la fase crónica,** se pueden usar metodologías participativas para involucrar a mujeres y niñas/adolescentes en el desarrollo y adaptación cultural de materiales educativos, ayudas visuales, obras de teatro de la comunidad o películas que planteen situaciones relacionadas con la MHM.



DEMOSTRAR CÓMO SE USAN LOS MATERIALES PARA LA MENSTRUACIÓN ES CLAVE PARA ASEGURAR SU CORRECTO USO.

Para una orientación más amplia sobre cómo integrar la MHM con las actividades de educación sanitaria y de promoción de la higiene, consultar el Capítulo 9 (Integrar MHM con las actividades de educación sanitaria y de promoción de la higiene) en la Guía completa.

Otros capítulos relevantes:

- Capítulo 2 (Evaluación de necesidades)
- Capítulo 14 (Seguimiento y evaluación)

3

SEGUIMIENTO Y RETROALIMENTACIÓN

Continuar recolectando retroalimentación de las mujeres y niñas/adolescentes sobre la pertinencia y utilidad de las actividades de educación sanitaria sobre la menstruación y de promoción de la higiene menstrual a través de consultas con mujeres y niñas/adolescentes. Para revisar indicadores relevantes de muestra, ver el [enlace](#).



VOLVER AL ÍNDICE

- 1 Introducción
- 2 Capacitación de personal en MHM
- 3 Evaluación de necesidades
- 4 Provisión de materiales y suministros para la MHM
- 5 MHM y tránsito
- 6 MHM y alojamiento
- 7 MHM y agua e instalaciones sanitarias
- 8 MHM, eliminación y manejo de los desechos
- 9 MHM y actividades de educación sanitaria y de promoción de la higiene
- 10 MHM y las poblaciones vulnerables**
- 11 MHM y educación
- 12 MHM y salud
- 13 MHM y protección
- 14 Seguimiento y evaluación

10 MHM Y LAS POBLACIONES VULNERABLES



Las mujeres y niñas/adolescentes vulnerables son aquellas personas que están expuestas a un mayor riesgo en un contexto dado. Esto incluye a las mujeres y niñas/adolescentes que viven en la pobreza, que son huérfanas, que provienen de grupos minoritarios o indígenas o que tienen discapacidades físicas o trastornos del desarrollo.

Estas poblaciones pueden experimentar desafíos particulares relativos a la MHM durante las emergencias:

- Fondos limitados para comprar suministros para la menstruación.
- Acceso reducido a las instalaciones de WASH debido a la ubicación, accesibilidad o restricciones sociales relacionadas con su uso.
- Menor alfabetización y acceso reducido a información escrita sobre la MHM.
- Posible aumento de las restricciones a la higiene menstrual debido a las creencias culturales o tradicionales.
- Redes de apoyo social reducidas.
- Mayor riesgo de explotación y otras formas de violencia de género.

DESAFÍOS DE LA MHM PARA LAS MUJERES Y NIÑAS/ADOLESCENTES CON DISCAPACIDADES

Discapacidades físicas:

- Podrían necesitar ayuda para cambiarse y lavar los materiales para la menstruación.
- Las instalaciones de WASH podrían no ser accesibles.

Discapacidades visuales:

- Imposibilidad de ver filtraciones o alcance de la sangre
- Podrían necesitar ayuda para cambiarse y lavar los materiales para la menstruación.
- Podrían no tener capacidad de ver o leer información sobre la MHM.

Trastornos del desarrollo:

- Podrían no tener capacidad de comunicar una molestia o dolor.
- Podrían necesitar ayuda para cambiarse y lavar los materiales para la menstruación.
- Podrían cambiarse en lugares inadecuados.
- Podrían no entender las actividades y la educación sobre la MHM.

(WaterAid/Menstrual Hygiene Matters, 2012)

1

IDENTIFICAR, CONSULTAR Y COORDINAR:

- **Identificar a mujeres y niñas/adolescentes vulnerables**, lo cual puede ser difícil dado sus movimientos restringidos. Utilizar los esfuerzos continuos de monitoreo, incluidas las encuestas a hogares, seguimiento posterior a la distribución, las distribuciones de NFI y las conversaciones con los informantes clave.
- Involucrarse en grupos de la comunidad (por ejemplo, organizaciones de personas discapacitadas, asociaciones de padres [para niños con discapacidades] u organizaciones religiosas) puede ayudar a identificar y, en definitiva, a apoyar a mujeres y niñas/adolescentes vulnerables y a sus cuidadores y mejorar la cobertura y distribución de servicios de la MHM.

Consultar a las mujeres y niñas/adolescentes y cuidadores (cuando corresponda) para saber:

- Sobre sus experiencias y desafíos singulares respecto del manejo de la menstruación
- De qué manera las organizaciones pueden apoyarlos mejor para abordar estas necesidades de la MHM, incluidas las relacionadas con suministros, acceso a las instalaciones de WASH y necesidades de información.



INVOLUCRARSE CON GRUPOS COMUNITARIOS PUEDE AYUDAR A IDENTIFICAR A LAS MUJERES Y NIÑAS/ADOLESCENTES VULNERABLES Y A SUS CUIDADORES.

- Coordinar con otros sectores, especialmente WASH y Protección, compartiendo la información obtenida mediante las consultas a los beneficiarios.



2

PROVEER MATERIALES Y SUMINISTROS PARA MHM

Un desafío clave para las poblaciones vulnerables podría ser que tengan acceso de manera regular a la MHM, a las distribuciones de NFI y a otros servicios relacionados con la MHM. Es importante:

- Proveer suministros adicionales de materiales sanitarios (toallas, paños, etc.) y jabón (para aseo personal y lavado de ropa). En algunos casos, deberán proveerse otros artículos, como un recipiente adicional de agua o una capa protectora para la cama.
- Garantizar que los centros de distribución (o cualquier recinto que se use para las distribuciones) sean accesibles para las personas con discapacidades físicas o que sean adecuados a las culturas de las mujeres y niñas/adolescentes marginadas que asisten.

3

CONSTRUIR INFRAESTRUCTURA WASH ACCESIBLE Y ADECUADA PARA MUJERES

Debido a que las mujeres y niñas/adolescentes con discapacidades físicas podrían ser incapaces de acceder de manera cómoda e higiénica a las instalaciones de WASH, deberían proveerse suministros y apoyo alternativos. Las consideraciones incluyen:

- Desarrollar instalaciones que aborden mejor sus necesidades particulares y que estén diseñadas mediante la consulta directa con las mujeres y niñas/adolescentes con discapacidades y con sus cuidadores.
- Las modificaciones pueden incluir puertas más anchas, picaportes más grandes, pasamanos, mayor espacio en el baño (accesible para una mujer/niña/adolescente junto con su cuidadora si fuese necesario), sillas o banquetas dentro del baño, pisos antideslizantes y el uso de pendientes o rampas en los ingresos.

4

BRINDAR INFORMACIÓN SOBRE LA MHM

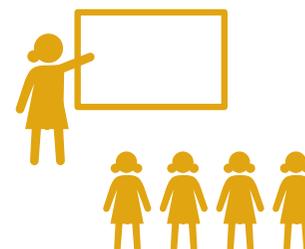
Es posible que la educación sobre la MHM y la promoción de la higiene tengan que ser adaptadas según el nivel de desarrollo de las mujeres y niñas/adolescentes vulnerables. Estas poblaciones a menudo están excluidas de las oportunidades educativas y podrían tener menos conocimiento sobre la menstruación, pubertad y salud reproductiva.

- Es posible que sea necesario adaptar los formatos de los mensajes para ciertas discapacidades.
- Es posible que los trabajadores de la higiene y de la salud tengan que ponerse en contacto directo con los hogares de mujeres y niñas/adolescentes con discapacidades o con jóvenes que ya no asistan a la escuela.
- Involucrar a los cuidadores de mujeres y niñas/adolescentes con discapacidades físicas o trastornos del desarrollo que podrían depender de ellos para recibir el apoyo para la MHM. Debería proveerse educación de manera directa a los cuidadores sobre cómo pueden apoyar la MHM de manera segura y sensible.

5

SEGUIMIENTO Y RETROALIMENTACIÓN

Como las niñas/adolescentes y mujeres vulnerables podrían no ser captadas mediante las actividades de seguimiento y evaluación de rutina debido a su movimiento y visibilidad limitados, el personal debería hacer un seguimiento proactivo con ellas o con sus cuidadores. Este aprendizaje puede ser usado para mejorar los programas y para abogar por las necesidades de las mujeres y niñas/adolescentes vulnerables (y sus cuidadores) en todas las organizaciones, grupos de trabajo y otros foros relevantes.



GARANTIZAR QUE LAS DISTRIBUCIONES DE LA MHM SEAN ACCESIBLES Y ADECUADAS A LA CULTURA DE LAS MUJERES MARGINADAS O CON DISCAPACIDADES QUE ASISTEN.



VOLVER AL ÍNDICE

- 1 Introducción
- 2 Capacitación de personal en MHM
- 3 Evaluación de necesidades
- 4 Provisión de materiales y suministros para la MHM
- 5 MHM y tránsito
- 6 MHM y alojamiento
- 7 MHM y agua e instalaciones sanitarias
- 8 MHM, eliminación y manejo de los desechos
- 9 MHM y actividades de educación sanitaria y de promoción de la higiene
- 10 MHM y las poblaciones vulnerables
- 11 MHM y educación
- 12 MHM y salud
- 13 MHM y protección
- 14 Seguimiento y evaluación

Para una orientación más amplia sobre cómo desarrollar la MHM en poblaciones vulnerables, consultar el Capítulo 10 (MHM y las poblaciones vulnerables) en la Guía completa.



VOLVER AL ÍNDICE

- 1 Introducción
- 2 Capacitación de personal en MHM
- 3 Evaluación de necesidades
- 4 Provisión de materiales y suministros para la MHM
- 5 MHM y tránsito
- 6 MHM y alojamiento
- 7 MHM y agua e instalaciones sanitarias
- 8 MHM, eliminación y manejo de los desechos
- 9 MHM y actividades de educación sanitaria y de promoción de la higiene
- 10 MHM y las poblaciones vulnerables
- 11 **MHM y educación**
- 12 MHM y salud
- 13 MHM y protección
- 14 Seguimiento y evaluación

11 MHM Y EDUCACIÓN



En muchos ámbitos de recursos escasos, la menstruación puede impactar negativamente en la educación de una niñas/adolescentes. Esto sucede especialmente en las emergencias, cuando no hay disponibilidad de baños seguros y privados, de suministros y materiales para la menstruación y de información sobre la MHM (incluida la menarca) que, en conjunto, impactan negativamente en la capacidad de que una niñas/adolescentes asista a la escuela.

1 CONSULTAR Y COLABORAR

- **Consultar con niñas/adolescentes y maestras.** Antes de iniciar una respuesta de MHM, consultar directamente con niñas adolescentes estudiantes y con maestras sobre los desafíos y necesidades para la MHM. Consultar con las niñas/adolescentes también va a permitir saber qué tipos de toallas proveer (por ejemplo, toallas desechables, toallas reutilizables o paños).
- **Coordinar con los actores de WASH** sobre el diseño y construcción de baños y de actividades WASH en la escuela (incluida la promoción de la higiene).

LOS BAÑOS DE LA ESCUELA DEBERÍAN PROMOVER LA PRIVACIDAD, DIGNIDAD Y SEGURIDAD DE LAS ESTUDIANTES Y DEL PERSONAL.

Para una orientación más amplia sobre cómo integrar la MHM dentro de los espacios educativos, consultar el Capítulo 11 (MHM y educación) en la Guía completa.

2 ASEGURAR DE QUE HAYA BAÑOS ADECUADOS PARA MUJERES

Las instalaciones sanitarias escolares deberían promover la privacidad, dignidad y seguridad de las estudiantes y del personal. Para ver un ejemplo de un baño adecuado para mujeres, hacer clic en el [enlace](#).

3 STOCK DE EMERGENCIA DE MATERIALES PARA LA MENSTRUACIÓN

Debería contarse con una reserva de emergencia (por ejemplo, de toallas, ropa interior) para las niñas/adolescentes que carecen de dichos suministros o que no están preparadas para un período menstrual durante la escuela.

- La comunidad escolar debería involucrarse para garantizar que las toallas se guarden para las niñas/adolescentes, y que no se entreguen ni se vendan, y que la niñas/adolescentes se sientan cómodas para pedir los materiales cuando los necesiten. (Por ejemplo, las maestras también podrían necesitar suministros).
- De igual manera que las estudiantes, las maestras y el personal de la escuela también podrían necesitar materiales para la menstruación para poder enseñar de manera efectiva durante toda la jornada escolar sin temor a las filtraciones.

Otros capítulos relevantes:

- Capítulo 2 (Evaluación de necesidades)
- Capítulo 3 (Capacitación de personal en MHM)

4 BRINDAR INFORMACIÓN SOBRE LA MHM

La promoción de la higiene menstrual y la educación sanitaria sobre la menstruación deberían ser provistas a las estudiantes por una facilitadora en espacios privados y seguros.

- Prestar atención a las creencias y puntos de vista locales sobre la MHM (aprendidas a través de las consultas a las niñas/adolescentes), incluidos los tabúes sobre la menstruación.
- En caso de que no hubiera maestras disponibles, las sesiones pueden ser conducidas por una trabajadora de la salud, un miembro femenino del personal de protección o una mujer de confianza de la comunidad.

5 SEGUIMIENTO Y RETROALIMENTACIÓN

La retroalimentación de las estudiantes y maestras puede usarse para vigilar el acceso a las instalaciones, la disponibilidad de materiales y la provisión de información. Adicionalmente, esto puede apoyarse mediante la observación directa de las instalaciones y la revisión de los documentos de seguimiento. Revisar indicadores de muestra relevantes.

12 MHM Y SALUD



En la mayoría de los contextos, los establecimientos de salud son vistos como espacios “adecuados para la mujer”, que las mujeres visitan para una variedad de servicios de salud para sí mismas y para sus familias. Por lo tanto, los establecimientos de salud brindan una oportunidad importante de llegar a las mujeres y niñas/adolescentes para proveerles información, materiales y apoyo para la MHM.

1 CONSULTAR Y COLABORAR

- **Consultar a las mujeres y niñas/adolescentes** para determinar los desafíos en torno a la menstruación.
- **Coordinar con los actores de WASH** sobre la provisión de baños adecuados para mujeres, eliminación de desechos de la menstruación y promoción de la higiene menstrual.

2 GARANTIZAR EL ACCESO A BAÑOS ADECUADOS PARA MUJERES (Y DONDE SEA NECESARIO, ESPACIOS PARA BAÑARSE) EN LOS ESTABLECIMIENTOS DE SALUD.

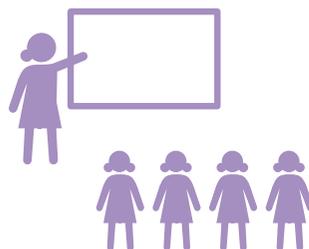
Las mujeres y niñas/adolescentes podrían pasar muchas horas esperando o estar hospitalizadas y, por lo tanto, requerir el acceso a baños adecuados para mujeres. Además, brindar baños adecuados para el personal permite a las trabajadoras de la salud manejar

mejor su menstruación durante la jornada laboral. Ver diagrama de baño adecuado para mujeres en la página 19.

3 PROVEER UN STOCK DE EMERGENCIA DE MATERIALES PARA LA MENSTRUACIÓN:

El establecimiento de salud debería mantener un stock de emergencia de materiales para la MHM (por ejemplo, toallas, ropa interior) que sea adecuado para el contexto local. Los materiales deberían estar disponibles para:

- Mujeres y niñas/adolescentes que esperan por algún servicio y que podrían no estar preparadas para el período menstrual.
- Mujeres y niñas/adolescentes con ciertas indicaciones clínicas que podrían requerir materiales adicionales para la MHM (por ejemplo, sangrado postparto, sangrado intermenstrual relacionado con anticonceptivos, sangrado postaborto o incontinencia).



Para una orientación más amplia sobre cómo integrar la MHM a los establecimientos de salud, consultar el: **Capítulo 12 (MHM y salud) en la Guía completa.**

Otros capítulos relevantes:

- Capítulo 2 (Evaluación de necesidades)
- Capítulo 3 (Capacitación de personal en MHM)

4 INCORPORAR LA SALUD MENSTRUAL A LAS ACTIVIDADES EDUCATIVAS SOBRE SALUD:

Las educadoras de salud que conducen sesiones en las áreas de espera del establecimiento o durante las actividades regulares de divulgación pueden integrar la MHM a las sesiones educativas existentes. Las consideraciones clave incluyen:

- Las mujeres y niñas/adolescentes deberían ser reunidas de manera privada para recibir educación sobre la MHM (por ejemplo, clases, materiales de IEC)
- La colaboración con otros sectores puede crear oportunidades o escenarios adicionales para la educación sanitaria sobre la MHM, tales como las distribuciones de NFI, grupos de mujeres, centros juveniles y escuelas.
- La población de niñas/adolescentes que se aproxima a la menarca debería ser un objetivo clave para la educación sanitaria sobre la menstruación.

5 SEGUIMIENTO Y RETROALIMENTACIÓN

Esto puede lograrse mediante la consulta a mujeres y niñas/adolescentes, la observación directa de baños (y espacios para bañarse) y la revisión de los informes de monitoreo de seguimiento de los suministros. Para revisar indicadores relevantes de muestra, ver el [enlace](#).



VOLVER AL ÍNDICE

- 1 Introducción
- 2 Capacitación de personal en MHM
- 3 Evaluación de necesidades
- 4 Provisión de materiales y suministros para la MHM
- 5 MHM y tránsito
- 6 MHM y alojamiento
- 7 MHM y agua e instalaciones sanitarias
- 8 MHM, eliminación y manejo de los desechos
- 9 MHM y actividades de educación sanitaria y de promoción de la higiene
- 10 MHM y las poblaciones vulnerables
- 11 MHM y educación
- 12 MHM y salud
- 13 MHM y protección
- 14 Seguimiento y evaluación



VOLVER AL ÍNDICE

- 1 Introducción
- 2 Capacitación de personal en MHM
- 3 Evaluación de necesidades
- 4 Provisión de materiales y suministros para la MHM
- 5 MHM y tránsito
- 6 MHM y alojamiento
- 7 MHM y agua e instalaciones sanitarias
- 8 MHM, eliminación y manejo de los desechos
- 9 MHM y actividades de educación sanitaria y de promoción de la higiene
- 10 MHM y las poblaciones vulnerables
- 11 MHM y educación
- 12 MHM y salud
- 13 MHM y protección**
- 14 Seguimiento y evaluación

13 MHM Y PROTECCIÓN



A menudo, los espacios de protección en emergencias son los puntos de ingreso más seguros para que las mujeres y niñas/adolescentes accedan a algunos tipos de servicios e información sobre la MHM. Porque la menstruación puede impactar la capacidad de una mujer o niñas/adolescente de moverse cómodamente dentro de un entorno de emergencia, como la capacidad de acceder a programas y recursos de apoyo. Esto puede incluir los servicios disponibles a través de los espacios seguros para las mujeres, los espacios adaptados a los niños/niñas y los centros juveniles.

1 CONSULTAR Y COLABORAR

• Debería consultar a las mujeres y niñas/adolescentes:

Debería hacerse una consulta breve antes de iniciar cualquier actividad de MHM. Las mujeres y niñas/adolescentes deberían ser consultadas por separado para aumentar su nivel de comodidad.



• **Coordinar:** Como las mujeres y niñas/adolescentes podrían estar más cómodas conversando sobre la MHM en espacios de protección, es esencial que los actores de Protección cumplan el rol de defensores. Esto incluye compartir estas preocupaciones con los sectores relevantes como los de WASH, Educación y NFI.



2 ASEGURAR DE QUE HAYA INSTALACIONES SANITARIAS ADECUADAS PARA MUJERES

Mediante la colaboración con los actores de WASH, garantizar que las instalaciones sanitarias diseñadas y construidas en los espacios adaptados a los niños/niñas/adolescentes, centros juveniles o espacios seguros para mujeres incorporen las medidas necesarias para adecuarse a las mujeres. Además, brindar baños adecuados para el personal permite a las trabajadoras de protección manejar mejor su menstruación durante la jornada laboral. Ver un ejemplo del diseño de un baño adecuado para mujeres en la página 19.

3 PROVEER UN STOCK DE EMERGENCIA DE MATERIALES PARA LA MENSTRUACIÓN:

Mantener stocks de emergencia de materiales para la menstruación (incluida la ropa interior) para las mujeres y niñas/adolescentes que no tienen acceso a dichos suministros o no están preparadas para el periodo menstrual mientras visitan los espacios. Los espacios adaptados a los niños/niñas/adolescentes, centros juveniles y espacios seguros para las mujeres también pueden usarse para distribuir y demostrar cómo usar los suministros y materiales para la MHM, especialmente cuando están dirigidos a las poblaciones vulnerables (como las niñas adolescentes).

4 BRINDAR EDUCACIÓN SANITARIA Y PROMOCIÓN DE LA HIGIENE MENSTRUAL

Los espacios de protección pueden ser entornos útiles para brindar educación sanitaria, promoción de la higiene e información básica sobre la MHM a mujeres y niñas/adolescentes.

- Todas las sesiones deberían ser conducidas en un espacio seguro y privado (sin la presencia de hombres ni niños)
- Analizar si las sesiones deberían ser conducidas de manera separada o conjunta entre mujeres y niñas adolescentes.
- Si no hubiera disponibilidad de personal femenino, coordinar para que una trabajadora de la salud o promotora de la higiene brinde esta instrucción a las mujeres y niñas/adolescentes en el espacio de protección.

5 SEGUIMIENTO Y RETROALIMENTACIÓN

Esto puede lograrse mediante la consulta a mujeres y niñas/adolescentes, la observación directa de baños y la revisión de los reportes de seguimiento de los suministros. Para revisar indicadores relevantes de muestra, ver la página 27.

Para una orientación más amplia sobre cómo integrar la MHM dentro de los espacios de protección, consultar el Capítulo 13 (MHM y protección) en la Guía completa.

Otros capítulos relevantes:

- Capítulo 2 (Evaluación de necesidades)
- Capítulo 3 (Capacitación de personal en MHM)



Para garantizar que el programa de MHM sea diseñado, sostenido y mejorado de manera apropiada, debería realizarse el Monitoreo y Evaluación (M&E) de manera regular y continua. Cuando sea posible, la M&E de la MHM debería integrarse a las actividades de M&E en curso.

1

ÁREAS DE APRENDIZAJE CLAVE DE M&E:

- ¿Los enfoques usados para distribuir y hacer demostraciones sobre el uso de los materiales y suministros para la MHM fueron efectivos para llegar a todas las niñas/adolescentes y mujeres? (¿Por qué? o ¿por qué no?)
- ¿Los materiales para la higiene menstrual fueron aceptables en su diseño y adecuados en su cantidad?
- ¿Todas las niñas/adolescentes tienen acceso a instalaciones adecuadas para el manejo de la menstruación (baño, espacio para bañarse o espacio en sus hogares)?
- ¿Las mujeres y niñas/adolescentes se sienten seguras y cómodas para manejar la menstruación en las instalaciones sanitarias o para bañarse ya existentes y disponibles para ellas? (¿Por qué? o ¿por qué no?)

- ¿Las mujeres y niñas/adolescentes se sienten seguras y cómodas al lavar los materiales reutilizables para la menstruación en las instalaciones existentes para lavar o en sus hogares/alojamientos? (¿Por qué? o ¿por qué no?)
- ¿Cómo secan las mujeres y niñas/adolescentes los materiales reutilizables para la menstruación?
- ¿Cómo eliminan las mujeres y niñas/adolescentes los materiales para la higiene menstrual ya usados?
- ¿Se les brindó a las mujeres y niñas/adolescentes educación sobre la MHM? ¿La información les resultó útil? ¿De qué manera se podría mejorar?



2

TIPOS DE MÉTODOS

Un plan de M&E debería usar una combinación de métodos de evaluación cuantitativos y cualitativos.

MÉTODOS CUALITATIVOS

Además de la evaluación de necesidades, los métodos cualitativos pueden ser usados para reunir la retroalimentación continua de las mujeres y niñas/adolescentes sobre sus percepciones de la respuesta, desafíos, barreras y oportunidades de mejora.

MÉTODOS CUANTITATIVOS

Las preguntas sobre MHM deberían incorporarse a las actividades de M&E existentes o introducidas como una nueva actividad si fuese necesario. Esto puede brindar un aprendizaje explícito sobre la cantidad, calidad y alcance de las actividades de respuesta.



VOLVER AL ÍNDICE

- 1 Introducción
- 2 Capacitación de personal en MHM
- 3 Evaluación de necesidades
- 4 Provisión de materiales y suministros para la MHM
- 5 MHM y tránsito
- 6 MHM y alojamiento
- 7 MHM y agua e instalaciones sanitarias
- 8 MHM, eliminación y manejo de los desechos
- 9 MHM y actividades de educación sanitaria y de promoción de la higiene
- 10 MHM y las poblaciones vulnerables
- 11 MHM y educación
- 12 MHM y salud
- 13 MHM y protección
- 14 Seguimiento y evaluación



VOLVER AL ÍNDICE

- 1 Introducción
- 2 Capacitación de personal en MHM
- 3 Evaluación de necesidades
- 4 Provisión de materiales y suministros para la MHM
- 5 MHM y tránsito
- 6 MHM y alojamiento
- 7 MHM y agua e instalaciones sanitarias
- 8 MHM, eliminación y manejo de los desechos
- 9 MHM y actividades de educación sanitaria y de promoción de la higiene
- 10 MHM y las poblaciones vulnerables
- 11 MHM y educación
- 12 MHM y salud
- 13 MHM y protección
- 14 Seguimiento y evaluación

Se pueden usar una variedad de métodos (a menudo en combinación) para informar o mejorar la respuesta de MHM. Ver un resumen de los métodos clave a continuación:



MÉTODOS DE EVALUACIÓN	
DISCUSIÓN CON GRUPOS FOCALES	<p>Los DGF son un método ideal para discutir sobre temas sensibles como la MHM. Las consideraciones clave incluyen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Juntar grupos de 8-10 participantes femeninas en un espacio privado y seguro. • Hacerlo (si es culturalmente adecuado) con grupos segmentados por edad (es decir, niñas/adolescentes [12-18 años] y mujeres [19-45 años]). Es posible que sea necesario hacer segmentaciones adicionales. • El personal femenino debería conducir los DGF, junto con alguien del contexto local, en un espacio privado y seguro. • Usar muestras dirigidas o selectivas durante la fase aguda. Los criterios de selección deberían representar tanto a los casos estándares (respuesta promedio) como a los más vulnerables (es decir, niñas adolescentes, discapacitadas, en situación de pobreza). A medida que las condiciones se estabilizan, se podrían usar muestras de probabilidad.
ENTREVISTAS INDIVIDUALES	<p>Entrevistas con informantes clave Conducirlas con personas tales como miembros femeninos del Comité WASH o del personal que trabajen extensamente con mujeres y niñas/adolescentes en la comunidad y que podrían tener una comprensión de los problemas que enfrenta la comunidad.</p> <p>Entrevistas semiestructuradas: Conducirlas con un número selecto de mujeres y niñas adolescentes que podrían no sentirse cómodas conversando sobre la MHM en grupos o que podrían brindar una comprensión más profunda en un entorno privado.</p> <p>Las consideraciones clave incluyen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conducirlas con personas clave, como miembros del comité WASH, y con un número selecto de mujeres y niñas/adolescentes de la población destinataria. • Conducir suficientes entrevistas para garantizar que se capten una variedad de perspectivas (especialmente si no se usan otros métodos de evaluación). • El personal femenino debería conducir, junto con alguien del contexto local, en un espacio privado y seguro.
VOTACIÓN	<p>Un método participativo para evaluar las preferencias de las personas en un formato interactivo y privado en el que se les pide que “voten” de manera anónima. A menudo se usa de manera asociada con los DGF. Cuando sea posible, usar imágenes o dibujos para representar una actividad o artículo. Esta técnica es útil para temas sensibles relacionados con la MHM y WASH.</p>

MÉTODOS DE EVALUACIÓN	
MAPEO PARTICIPATIVO	<p>Un método participativo en el que pequeños grupos de participantes dibujan mapas de sus comunidades (incluidas las instalaciones sanitarias y de lavado) y dibujan en los mapas dónde se sienten seguras y dónde no. Conducir una conversación directamente después de un período corto de dibujo, durante el cual las participantes explican la lógica de cada uno de los mapas.</p>
LISTA DE VERIFICACIÓN OBSERVACIONAL	<p>Un método rápido para evaluar el contexto situacional o si varios componentes de la respuesta de la MHM han sido implementados o mantenidos en el tiempo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Agregar preguntas de la lista de verificación centrada en la MHM a las listas de verificación existentes de M&E que estén siendo usadas por varios sectores (tales como los de WASH, Educación, etc.). • Usar listas de verificación observacionales en diferentes fases de la respuesta, incluido el inicio de una emergencia para evaluar la situación o capacidad y más tarde durante las actividades de M&E.
ENCUESTAS	<p>Un método para evaluar la programación, incluidas las encuestas sobre monitoreo posterior a la distribución o Conocimiento, actitudes y prácticas (KAP). Unas pocas preguntas básicas centradas en la MHM pueden ser agregadas a herramientas existentes de encuestas de sectores.</p> <p>Las consideraciones clave incluyen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Considerar si la cultura de la población es lo suficientemente abierta sobre la MHM como para que las respuestas sean realistas e imparciales. • Al entrenar a los recolectores de datos, sensibilizar tanto a hombres y mujeres sobre cómo hacer preguntas relacionadas con la MHM de manera profesional. Sin embargo, siempre es preferible que las mujeres hagan todas las preguntas relacionadas con la MHM durante las actividades de encuestas. • Considerar si el lugar donde se hace la encuesta brinda suficiente privacidad para obtener la información necesaria.

Recursos adicionales: La Guía completa brinda información más amplia y herramientas para métodos de evaluación.

Esto se incluye en el Capítulo 14: Seguimiento y evaluación de la MHM

CITAS

1. Bishop, E., Dunn, J., Gregory, L., Murphy, E., Romero-Amaya, D., & Spector, A. (2014). Sanitary Kit Distribution within NRC Education Programs: Supporting Girls' Education in Ethiopia, Kenya, Somalia and South Sudan (Distribución del kit sanitario dentro de los programas educativos del NRC: Apoyo a la educación de las niñas en Etiopía, Kenia, Somalia y Sudán del Sur). New York City.
2. Hayden, T. (2012). Menstrual Hygiene Management in Emergencies: Taking stock of support from UNICEF and partners. (Manejo de la higiene menstrual en emergencias: Evaluar el apoyo del UNICEF y socios). New York City. Extraído de: https://www.unicef.org/wash/schools/files/MHM_in_Emergencies-vConf.pdf
3. House, S., Mahon, T., & Cavil, S. (2012). Menstrual Hygiene Matters: A resource for improving menstrual hygiene around the world. (La higiene menstrual importa: Un recurso para mejorar la higiene menstrual en el mundo). (First Edit). London: WaterAid. Extraído de: <http://www.wateraid.org/what-we-do/our-approach/research-and-publications/view-publication?id=02309d73-8e41-4d04-b2ef-6641f6616a4f>
4. House (2016). Considerations for selecting sanitary protection and incontinence materials for refugee contexts by S. ACNUR: Geneva. (Consideraciones para seleccionar la protección sanitaria y los materiales para la incontinencia en el contexto de los refugiados por S. ACNUR: Ginebra). Extraído de: <http://wash.ACNUR.org/download/considerations-for-selecting-sanitary-protection-and-incontinence-materials-for-refugee-contexts/>
5. House (2013). Course Report: ToT in Menstrual Hygiene Management (MHM) in Emergencies for Emergency WASH Trainers. (Informe del curso: Formación para formadores en Manejo de la Higiene Menstrual (MHM) en emergencias para los entrenadores de WASH para emergencias. (April), 1–21.
6. International Federation of the Red Cross and Red Crescent Societies (FICR) (2013). Menstrual Hygiene: What's the fuss? Piloting menstrual hygiene management (MHM) kits for emergencies in Bwagiriza refugee camp, Burundi. Geneva. Higiene menstrual: ¿Cuál es el problema? Prueba piloto de los kits para la gestión de la higiene menstrual (MHM) para emergencias en el campamento de refugiados de Bwagiriza, Burundi. Extraído de: https://watsanmissionassistant.wikispaces.com/file/view/FICR_MHM+Kits+for+Emergencies_Case+Study_Final.pdf
7. International Federation of the Red Cross and Red Crescent Societies (FICR). (2013). Operational research on menstrual hygiene management (MHM) kits for emergencies. Bwagiriza. (Investigación operativa sobre los kits para la gestión de la higiene menstrual (MHM) para emergencias. Bwagiriza). Extraído de: <http://www.elrha.org/researchdatabase/final-report-operational-research-menstrual-hygiene-management-kit-emergencies/>
8. Inter-agency Network for Education in Emergencies (INEE) Gender Task Team. (n.d.). Gender Responsive School Sanitation, Health and Hygiene. (Higiene, salud y saneamiento escolar con perspectiva de género). New York City: Inter-agency Network for Education in Emergencies (INEE). Extraído de http://toolkit.ineesite.org/toolkit/INEEcms/uploads/1042/Gender_Strategies_in_Emergencies.PDF
9. Nawaz, J., Lal, S., Raza, S., & House, S. (2006). Screened Toilet, Bathing and Menstruation Units for the Earthquake Response in NWFP, 1 Pakistan (pp. 514–517). (Unidades protegidas para baño, aseo y menstruación para la respuesta a terremoto en la Provincia de la Frontera del Noroeste [NWFP], 1 Pakistán [páginas 514–517]). Colombo: 32nd WEDC International Conference. Extraído de: <http://wedc.lboro.ac.uk/resources/conference/32/Nawaz.pdf>
10. Oxfam GB. (2008). Vulnerability and socio-cultural considerations for PHE in emergencies (Vol. 2). (Vulnerabilidad y consideraciones socio-culturales para la PHE en emergencias [Vol. 2]). London. Extraído de <http://policy-practice.oxfam.org.uk/publications/vulnerability-and-socio-cultural-considerations-for-phe-in-emergencies-126713>
11. Oxfam GB. (2011). Women's Menstrual Hygiene Needs in Emergencies. (Necesidades relacionadas con la higiene menstrual para mujeres en emergencias). London. Extraído de <http://policy-practice.oxfam.org.uk/publications/womens-menstrual-hygiene-needs-in-emergencies-298990>
12. Save the Children. (2015). Menstrual Hygiene Management Operational Guidelines. (Guías operativas para la Manejo de la higiene menstrual). Extraído de http://www.savethechildren.org/atf/cf/%7B9def2ebe-10ae-432c-9bd0-df91d2eba74a%7D/MENSTRUAL_HYGIENE_MANAGEMENT_OPERATIONAL_GUIDELINES.PDF
13. Sommer, M., Ferron, S., Cavill, S., House, S. (2014). Violence, gender and WASH: Making water, sanitation and hygiene safer through improved programming and services (A practitioner's toolkit). (Violencia, género y WASH: lograr que el agua, el saneamiento y la higiene sean más seguros mediante la mejora de los programas y servicios [guía práctica para profesionales]). London: WaterAid. Extraído de: <http://violence-wash.lboro.ac.uk/>
14. Sommer, M., Schmitt, M. L., Clatworthy, D., Bramucci, G., Wheeler, E., & Ratnayake, R. (2016). What is the scope for addressing menstrual hygiene management in complex humanitarian emergencies? A global review. (¿Cuál es el alcance para abordar la gestión de la higiene menstrual en emergencias humanitarias complejas? Revisión global. Waterlines, 35(3), 245–264. Extraído de <http://dx.doi.org/10.3362/1756-3488.2016.024>
15. Tucker, M., & Yamakoshi, B. (2017). MHM for girls with disabilities webinar. (Seminario web sobre la MHM para niñas con discapacidades). New York City: United Nations Children's Fund (UNICEF).



VOLVER AL ÍNDICE

- 1  Introducción
- 2  Capacitación de personal en MHM
- 3  Evaluación de necesidades
- 4  Provisión de materiales y suministros para la MHM
- 5  MHM y tránsito
- 6  MHM y alojamiento
- 7  MHM y agua e instalaciones sanitarias
- 8  MHM, eliminación y manejo de los desechos
- 9  MHM y actividades de educación sanitaria y de promoción de la higiene
- 10  MHM y las poblaciones vulnerables
- 11  MHM y educación
- 12  MHM y salud
- 13  MHM y protección
- 14  Seguimiento y evaluación



VOLVER AL ÍNDICE

- 1  **Introducción**
- 2  **Capacitación de personal en MHM**
- 3  **Evaluación de necesidades**
- 4  **Provisión de materiales y suministros para la MHM**
- 5  **MHM y tránsito**
- 6  **MHM y alojamiento**
- 7  **MHM y agua e instalaciones sanitarias**
- 8  **MHM, eliminación y manejo de los desechos**
- 9  **MHM y actividades de educación sanitaria y de promoción de la higiene**
- 10  **MHM y las poblaciones vulnerables**
- 11  **MHM y educación**
- 12  **MHM y salud**
- 13  **MHM y protección**
- 14  **Seguimiento y evaluación**

AGRADECIMIENTOS

Esta publicación se ha beneficiado de la valiosa experiencia y energía de un amplio grupo de actores e investigadores humanitarios. El desarrollo de la guía fue el resultado de una fuerte asociación entre el International Rescue Committee (IRC) y la Mailman School of Public Health de la Universidad de Columbia (CU) y se basa en los hallazgos del programa R2HC. La Dra. Marni Sommer (CU), Margaret Schmitt (CU) y David Clatworthy (IRC) son coautores de las pautas con la contribución de la investigación y de los enfoques de evaluación y Seguimiento de Ruwan Ratnayake (IRC) y de Erin Wheeler (IRC). Un equipo dinámico de ambas instituciones brindó el apoyo crucial durante todo el proceso de investigación y desarrollo, formado entre otros por: Penninah Mathenge (IRC), Nicole Klaesener-Metzner (IRC), Gina Bramucci (IRC), Elisabeth Roesch (IRC), Mobolaji Ibitoye (CU), Samantha Khandakji (CU) y Grace Lee (CU).

La investigación y actividades piloto fueron posibles gracias al tiempo y apoyo de los líderes y del personal de las oficinas del IRC en Myanmar, Líbano y Tanzania. Agradecemos a todas las mujeres y niñas adolescentes de Líbano, Myanmar y Tanzania que estuvieron dispuestas a conversar abiertamente sobre este tema sensible y a compartir sus percepciones personales y consejos con nosotros. También agradecemos al numeroso personal humanitario de cada uno de estos contextos (de las distintas organizaciones) quienes brindaron generosamente su tiempo y su retroalimentación sincera, a pesar de sus demandantes actividades. Nos gustaría expresar especialmente nuestra gratitud a la oficina de Tanzania, responsable de poner a prueba la guía, incluidos Giorgio Faedo y Paul Timothy Mwebe. La prueba piloto, que generó muchísimo

aprendizaje y valor para la guía final y los productos de investigación, no hubiera sido posible sin los esfuerzos incansables del equipo piloto de MHM, especialmente del coordinador del piloto, Tom Ogello, y de la funcionaria del programa, Magdalena Mark.

Gracias especiales a todas las organizaciones y al personal en Tanzania que apoyaron los esfuerzos para el piloto y la evaluación, incluidos Burton Twisa (UNICEF), Majaliwa Mabula (TWESA), Noreen Omondi (DRC), Christina Msonge (IRC), Justine Luinael (IRC), Subira Lendaiga (IRC), Hashim Hatibu (Oxfam), Florence Uwineza (Oxfam), Heri Ntoke, (IRC), Violeth Chihimba (PLAN), Yuseph Bahayuri (Tanganyika Christian Refugee Service [TCRS]), Sam Nkolo (IRC), Jonia Karuruma (IRC), Frank Bigira Kaliyo (IRC), Conchesta Vedasto (TCRS) y Simon Peche (ACNUR).

En 2016 se realizó un taller en Nueva York con un grupo global de profesionales humanitarios intersectoriales que hicieron revisiones y brindaron retroalimentación crítica para el documento preliminar. Nos gustaría extender nuestro agradecimiento especial a las siguientes personas: Sarah House (independiente), Chelsea Giles-Hensen (FICR), Benedicte Hafskjold (NCA), Henia Daddak (FNUAP), Sandra Krause (WRC), Jenn Schlecht (WRC), Vinay Sadavarte (FICR), Jamal Shah (UNICEF), Michelle Farrington (Oxfam), Francesca Rivelli (FNUAP), Minja Peuschel (Save the Children), Jacquelyn Haver (Save the Children), Claudia Perlongo (ACNUR), Marjolein Roelandt (ACNUR), Devanna De La Puerte (ONU), Meghan Greeley (IMC), Biserka Pop-Stefanija (MSF-B), Jessica Hjarrand (INEE), Deborah Nicol (IRC) and Patricia Gray (IRC).

También agradecemos a los siguientes profesionales y revisores de pares: Dominique Porteaud (UNICEF), Murray Burt (ACNUR), Colin Rogers (Plan International), Nicholas Brookes (CARE), Janet Meyers (IMC), Melissa Opryszko (USAID), May Maloney (FICR), Danielle Spencer, Pema Lhaki (NFCC-Nepal), Libertad Gonzalez (Cruz Roja Países Bajos), Marion O'Reilly (Oxfam), Helen Hawkings, Anushka Kalyanpur (IMC), Kate Brogan (IMC), Osama Abu Eita (FNUAP), Brian Kae Enriquez (Cruz Roja Filipinas), Therese Mahon (WaterAid), Brooke Yamakoshi (UNICEF), Bibi Lamond (IRC), Alisa Phillips (WRC), Lara Quarterman (DFID), James Robertson (UNICEF), Crystal Stewart (IRC), Boram Lee (WRC), Jennifer Rosenberg (WRC), Anna Reichenberg (OIM), Nicolas Villeminot (ACF), and Tom Wildman (USAID).

Nuestra sincera gratitud para [Adam Cohen](#) por el diseño gráfico de la guía práctica para la MHM en emergencias.

Por último, nuestro agradecimiento extraordinario a los “pioneros de la MHM” en todo el mundo que han sentado las bases sobre este tema por muchos años y cuyas contribuciones para impulsar esta agenda hizo posible el desarrollo de esta guía práctica.

GUÍA PRÁCTICA PARA INTEGRAR LA MANEJO DE LA HIGIENE MENSTRUAL (MHM) EN LA RESPUESTA HUMANITARIA

Marni Sommer, Margaret Schmitt y David Clatworthy

Este recurso multisectorial sobre la MHM en emergencias brinda:

- Una guía estratégica sobre las mejores prácticas y consideraciones del proyecto para integrar la MHM en todas las actividades de respuesta.
- Preguntas clave para evaluaciones, casos de estudio, herramientas para el entrenamiento del personal y recursos adicionales para poner en funcionamiento a la MHM y plasmarla en la planificación y la prestación de servicios.
- Información proveniente de las evaluaciones e indicadores de muestra para garantizar que la MHM sea integrada a los sistemas de retroalimentación y seguimiento existentes.

La guía práctica se diseñó para dar apoyo a diversos actores humanitarios, de una variedad de sectores, involucrados en la planificación y la prestación de respuestas ante emergencias. Esto incluye actores de sectores de agua, saneamiento e higiene (WASH), salud, educación, protección, coordinación y manejo de campamentos (CCCM), artículos no alimentarios (NFI) y alojamiento.

