

Estrategia educativa y herramientas metodológicas para el abordaje de la higiene menstrual con niños, niñas y adolescentes en las escuelas rurales de Nicaragua



San José de Bocay - Jinotega
Octubre del 2017

Contenido

Presentación.....	2
Contexto.....	3
Metodología.....	4
Resultados.....	7
Estrategia educativa y herramientas metodológicas.....	12
Bibliografía.....	28



I. Presentación

La higiene menstrual es un tema que amerita la reflexión y acción para apoyar a las niñas que asisten a las escuelas, en vista que muchas veces sucede la Menarquía o primera menstruación durante las horas de clase y las personas que están en su entorno, no se encuentran preparadas para abordar esta situación.

Entre las acciones que ONGAWA desarrolla en los territorios de intervención se encuentra el componente de educación en prácticas de higiene, que es desarrollado bajo la estrategia metodológica de Educación Ambiental para el Saneamiento Integral “Familias, Escuelas y Comunidades Saludables (FECSA).

El contenido de FECSA está enfocado a la realización de buenas prácticas de higiene y saneamiento, en los tres ámbitos donde tiene alcance la metodología, a pesar de ello se observa que el abordaje en el tema de higiene menstrual en las escuelas es bastante limitado, por lo cual se hacía necesario desarrollar herramientas necesarias para profundizar en este tema, sobre todo en el ámbito escolar.

Para lo cual nos planteamos desarrollar un proceso de consulta, recopilación y validación de información con niñas, niños, padres y madres de familia y docentes de escuelas rurales del municipio de San José de Bocay, así como otros actores sociales que tienen competencia en el tema como el MINSA y Las Iglesias, para conocer sus experiencias en el tema de higiene menstrual y a partir de esa información, construir una “Estrategia Educativa y sus Herramientas Metodológicas”, para mejorar el abordaje del tema de Higiene Menstrual en la escuela y la familia.

“El objetivo de este trabajo es contribuir a la deconstrucción de mitos y creencias que aún persisten en el imaginario social de algunos sectores de la población rural en Nicaragua en torno a prácticas de higiene relacionadas a la menstruación, que contribuyan a prevenir enfermedades, disminuir el ausentismo escolar de las niñas y prevenir las acciones de bullying en las aulas de clase”.

II. Contexto

En Nicaragua, el tema de la higiene menstrual continúa siendo un asunto íntimo que está rodeado de tabúes y malas prácticas, sobre todo en la zona rural, y que están vinculadas a falta de cuidado personal de niñas, adolescentes y mujeres durante la menstruación, ya que se han perpetuado prácticas y creencias alrededor de impurezas de la sangre menstrual del cuerpo en esos días, limitando a las niñas en su vida cotidiana durante la menstruación.

ONGAWA en correspondencia con la meta de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), en especial el objetivo número seis “garantizar la disponibilidad de agua y su gestión sostenible y el saneamiento para todos” y en especial el 6.2 que propone “Para 2030, lograr el acceso equitativo a servicios de saneamiento e higiene adecuados para todos y poner fin a la defecación al aire libre, prestando especial atención a las necesidades de las mujeres, las niñas y las personas en situaciones vulnerables”, se ha propuesto a través del presente estudio, integrar el tema de higiene menstrual en las intervenciones

6 AGUA LIMPIA Y SANEAMIENTO



La meta de saneamiento e higiene en los ODS

Meta 6.2. Para 2030, lograr

Condiciones y prácticas que ayudan mantener la salud y prevenir la propagación de enfermedades; incluye el lavado de manos, el manejo de la higiene menstrual y la higiene de los alimentos.

III. Metodología

Es un estudio mixto que combina técnicas cuantitativas y cualitativas.

Según la finalidad: Es aplicada y descriptiva, en vista que pretende demostrar la incidencia de la percepción, creencias y el abordaje de la higiene menstrual, por parte de los docentes, padres y madres, niños y niñas.

Según el alcance temporal: está orientado a tomar información de contexto de forma temporal.

Según la profundidad u objetivo: El tipo de investigación es descriptiva porque detalla y explica la incidencia de las creencias, tabúes y juicios de valor acerca de la práctica de la higiene menstrual de niñas y adolescentes mujeres.





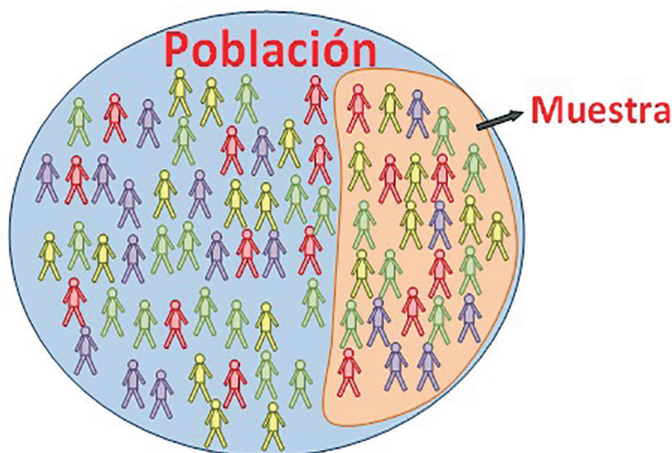
Técnicas que fueron aplicadas: Para acceder a la información primaria en el campo, se realizó recolección directa de información que fue empleada para analizar el fenómeno en estudio.

- **Encuesta;** Considerada como una técnica destinada a obtener información primaria, para proyectar sus resultados sobre la población total, en este caso se aplicó encuesta de opinión a los siguientes grupos de interés; estudiantes mujeres y varones de cuarto a séptimo grado, madres y padres de familia de los estudiantes que cursan esos niveles, docentes que imparten clases de cuarto a séptimo grado.
- **Entrevistas a informantes claves;** Se realizaron entrevistas ampliadas con personas que tienen alguna vinculación con el tema estudiado, entre las cuales participaron, los directores de los centros escolares, delegado municipal del ministerio de educación, funcionarios del ministerio de salud y líderes religiosos de las iglesias evangélicas y católica.

- **Grupos focales;** Igualmente tienen la finalidad de obtener información y se realizan con grupos de interés ya definidos, para lo cual se desarrolla una guía de trabajo en el tema específico, en este caso los grupos fueron los siguientes.
 - ☀ Grupo de niñas y adolescentes mujeres que cursan de cuarto a séptimo grados.
 - ☀ Grupo de niños y adolescentes varones que cursan de cuarto a séptimo grados.
 - ☀ Grupo de madres y padres de familia que tienen hijos estudiando en la escuela.

- **Observación directa e indirecta,** Esta técnica permite reafirmar de una manera directa las aseveraciones y/o preguntas formuladas a los sujetos de estudio, así como comprobar la veracidad y falsedad de la información brindada.

La muestra poblacional para cada una de las técnicas aplicadas, ha sido definida aplicando una formula estadística que asegure la representatividad.



Resultados del diagnóstico

En total se consultaron 125 personas de las cuales 78% fueron mujeres y 22% hombres; el 60% de los consultados fueron adultos y 40% fueron niños, niñas y adolescentes.

Esto permitió triangular la información de estudiantes, docentes y padres, madres de familia, para corroborar la información obtenida de cualquiera de los tres actores en consulta.

Por otra parte la opinión del liderazgo local, promotoras de agua y saneamiento y funcionarios de las dos instituciones claves como son el MINED y el MINSa para el tema de la higiene menstrual en las escuelas, permitió crear un estado de opinión favorable al estudio, conocer la disposición de los mismos para realizar una estrategia educativa como resultado de este diagnóstico y conocer la dinámica cultural de la región en relación a este tema específico.

Las niñas y adolescentes mujeres consultadas se encontraban en edades entre 10 a 15 años, las mismas refirieron que cuidan y quieren su cuerpo a través del aseo personal, alimentación balanceada, queriendo y aceptando su cuerpo como es.



Entre los resultados más importantes destacan los siguientes...

1. Si bien perciben la menstruación como un proceso biológico natural en la mujer, existen factores sociales y culturales que limitan la realización de una adecuada higiene menstrual.

Acordate que tu abuelita dice que es malo que te bañes con la regla

¿Por que?



2. Cuando las niñas reciben clase con un profesor varón, y se les presenta la menstruación **entonces no le dicen lo que les pasa, por pena, sino que piden permiso justificándose como enfermas** o bien no asisten a clases en los siguientes días y se reportan como enfermas.

El grupo maneja como información, que la higiene es necesaria y se debe realizar el aseo personal completo en los días de la menstruación, sin embargo en el abordaje individual que se hizo con algunas entrevistadas manifestaron **"no realizar el aseo en la zona íntima porque hace daño, agarra hielo la mujer"** siendo esta una creencia que lo helado provoca los dolores.





También hacían referencia en cuanto a algunas creencias relacionadas a la alimentación durante los días de menstruación, las entrevistadas afirman que se les ha transmitido en el hogar que, en esos días no se debe consumir huevo, frijoles, crema, leche, porque son alimentos dañinos que generan cólicos, tampoco deben comer cosas heladas.

Otras niñas manifiestan que durante la menstruación, en su casa les recomiendan no realizar ejercicios físicos, así que para la clase de educación física se reportan enfermas y no participan en clase, esto genera un complejo en la niña porque emocionalmente la hace sentirse enferma y tienen que guardar reposo, la creencia es en cuanto a esto es que el flujo puede ser más abundante y el dolor más intenso.



Las escuelas no disponen de condiciones que garanticen la privacidad y el acceso al agua y jabón para realizar una adecuada higiene menstrual, así como también carecen de un botiquín con insumos para atender esta situación (toalla sanitaria, pastillas para el dolor, líquido desinfectante de manos, entre otros).



Las niñas cuando tienen su periodo, no pasan a la pizarra porque les da miedo que se manchen y que todos los compañeros las vean, expresan que los varones se ríen de ellas sí se dan cuenta que están con la menstruación y que algunas amigas también se burlan o les dicen a los varones para que se rían de ellas.



Los padres y madres de familia manifiestan un fuerte temor en cuanto a la información que se les transmite a sus hijas en la escuela, les parece bien que se aborde el tema de higiene menstrual, pero tienen temor en el abordaje que se hace de otros temas como la sexualidad y la planificación familiar.



En el caso de los profesores varones, expresan que para ellos son temas un tanto incómodos, porque las niñas se sienten apenadas, pero tratan de apoyarse en las docentes mujeres que tienen cercanas.



Para los docentes hombres y mujeres el abordaje del tema de la higiene menstrual es todo un reto porque tienen que lidiar con sus propios prejuicios, temores y limitaciones de información sobre la temática de higiene menstrual.



Según algunos sondeos a los que hizo referencia el ministerio de salud (MINSA), no se está realizando de manera adecuada la higiene menstrual, esta apreciación es respecto a las mujeres que acuden a la unidades de salud, las cuales en su mayoría son del área rural y las mismas expresan que no realizan su higiene menstrual por las creencias que existen, especialmente de que es malo asear sus partes íntimas en esos días. Por tanto, para el MINSA, el abordaje de la higiene menstrual es vital a desarrollarse en las escuelas y dotar a los docentes de mejores materiales para que puedan motivar a las estudiantes al cambio de actitud y el cuidado personal en los días de la menstruación.



La mayoría de los padres de familia varones, atribuyen el rol de orientar a las niñas sobre el tema de la menstruación, como una tarea que deben realizar las madres de familia y no los hombres, ***"no es un tema para hombres, porque no sabemos que podemos decir"***

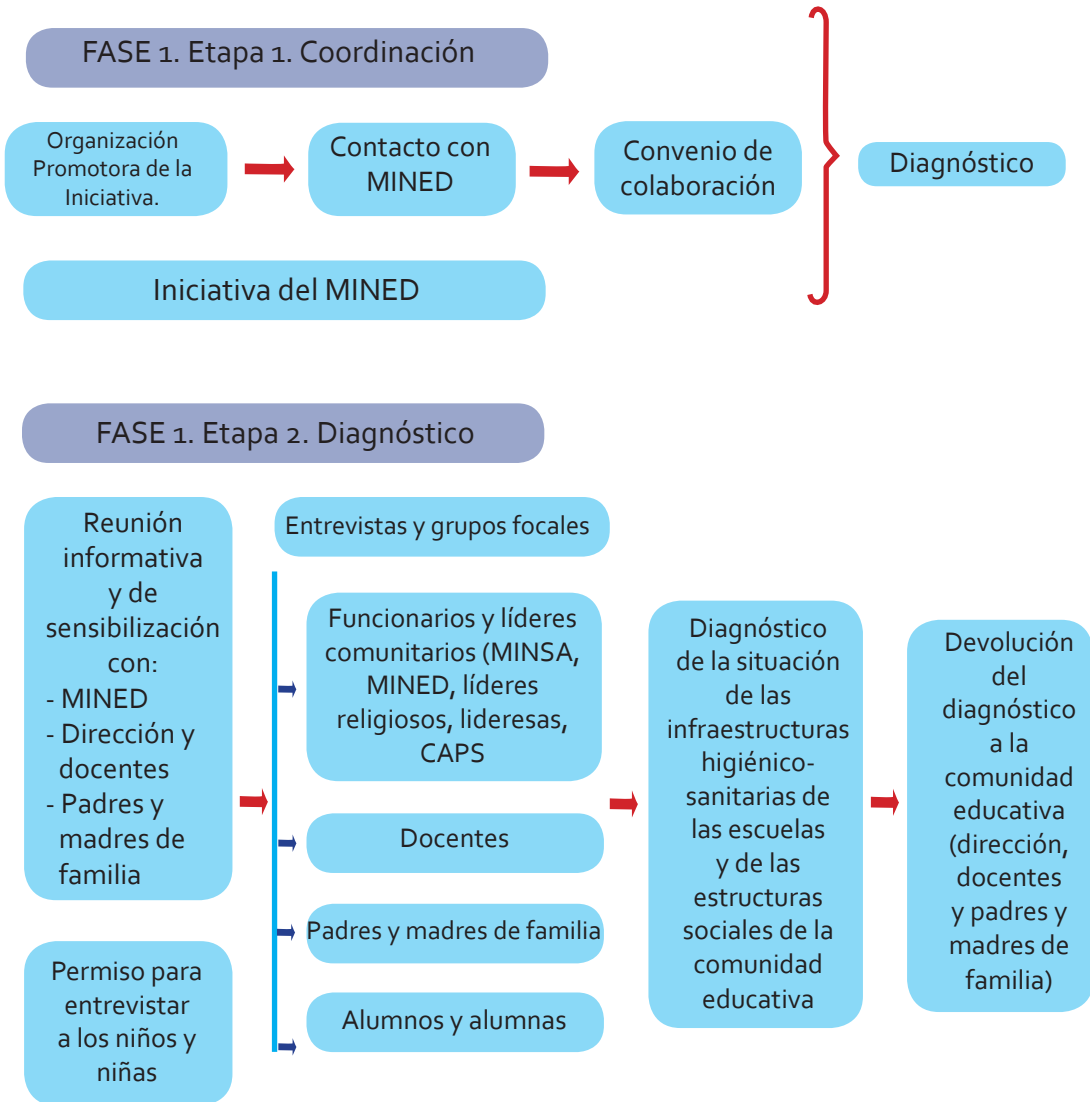


IV. Estrategia educativa y sus herramientas metodológicas para el abordaje de la higiene menstrual con niños, niñas y adolescentes en las escuelas

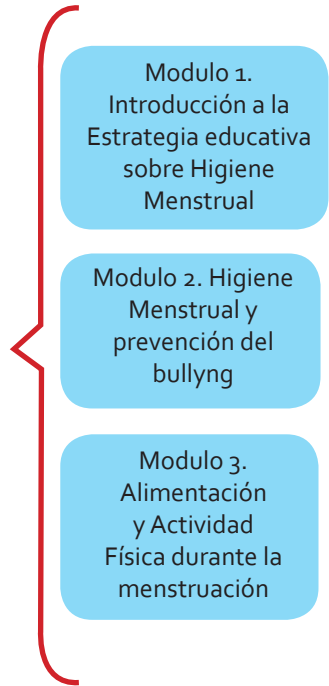
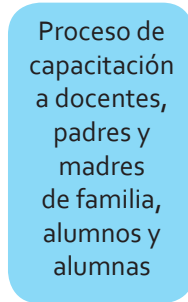
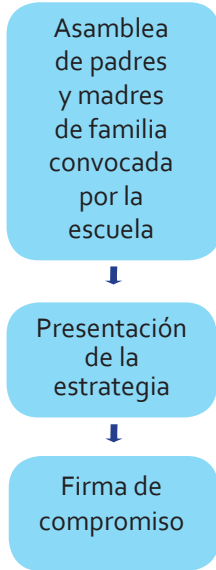
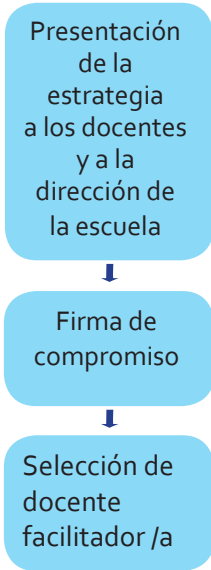
La puesta en práctica de la estrategia educativa estaría resumida de la siguiente manera:

- Coordinación entre la Organización Promotora de la Iniciativa, proponente y autoridades del MINED, es un proceso de armonización de voluntades puede ser ratificado a través de la firma de un convenio de colaboración.
- Diagnóstico de situación sobre la higiene menstrual en las escuelas seleccionadas.
- Devolución de los resultados a la comunidad educativa (docentes, alumnos y padres de familias).
- Presentación de la estrategia educativa en higiene menstrual a la comunidad educativa, las partes asumen compromisos para la implementación.
- Formación a los docentes y referentes de cuarto a sexto grado.
- Desarrollo de las actividades contempladas en los tres módulos educativos, por parte de los docentes comprometidos.

Diagrama para la puesta en práctica de la estrategia educativa:



FASE 2. Implementación



Como se muestra en el diagrama, el proceso de implementación de la estrategia se resume en dos etapas las cuales se describen a continuación.

FASE 1. Etapa 1. Coordinación



Cuando la implantación de la estrategia metodológica en la escuela, sea liderada por una Organización Promotora de la Iniciativa., es necesario contar con la aprobación del Ministerio de Educación, debido que implicara tiempo y dedicación de los docentes y directores para la formación, coordinación y el desarrollar los temas en las aulas de clase, se debe tener un Aval de la Delegación Municipal del MINED. En caso que sea el ministerio de educación el que decida implementar la metodología por cuenta propia, entonces el aval y la etapa de coordinación no

FASE 1. Etapa 2. Diagnóstico

Para tener mayor efectividad en la implementación de la metodología, es necesario conocer algunos factores que incidirán en este proceso, estos pueden ser, socioculturales, interpersonales y personales, biológicos y factores medio ambientales. Con el interés de tener mayor información para poder orientar la metodología en el rumbo correcto, es que se realiza un diagnóstico. En este diagnóstico es importante obtener información de todos los implicado como, niñas y niños que cursan de 4° a 6° grado, padres y madres de familia de estos niños y niñas, personal docente de las escuelas, así como otros actores



FASE 2. Implementación



La implementación de la estrategia, es el proceso por medio del cual, los facilitadores y docentes, desarrollan las diferentes actividades planteadas con los grupos meta, lo cual implica acciones de sensibilización, educación, motivación y evaluación. Los principales pasos en el proceso de implementación son los siguientes.

1. Presentación de la estrategia con personal de la escuela.

Tiene como objetivo lograr el compromiso de la dirección y de los docentes de implementar una estrategia educativa.

Se trata de generar un diálogo con el personal docente para que comprendan este propósito y para generar confianza, además para que comprendan la vinculación de este tema con los contenidos que ellos tienen la obligación de desarrollar, especialmente en las asignatura de Ciencias Naturales y Educación Física, de tal manera que no implica una carga adicional de trabajo para el docente. De este primer paso se obtiene como producto la firma de compromisos y la selección del docente facilitador.

2. Presentación de la estrategia a los padres y madres de familia.

Se realiza una asamblea con padres y madres de familia, la cual tiene como objetivo principal informar a los padres y tutores de los niños en cuanto al contenido de la estrategia de higiene menstrual que se desarrollara con sus hijos, lo que se busca es contar con su aceptación y apoyo para el abordaje de la estrategia en la escuela.

Quien facilita esta reunión debe procurar la reflexión, la conversación y la sensibilización hacia los padres de familia en cuanto a la importancia de abordar la higiene personal y menstrual con sus hijos.

Una vez que se ha conseguido que los docentes, padres y madres de familia estén de acuerdo en desarrollar esta estrategia educativa sobre el tema de la higiene menstrual significa que se han sentado las bases para desarrollar los contenidos de capacitación con docentes, las charlas a padres y madres de familia y las actividades educativas con los estudiantes.





3. Capacitación a los docentes.

Los módulos de capacitación contemplan diferentes temas vinculados a la higiene menstrual, estos serán impartidos a los docentes y estos a su vez los desarrollarán con padres, madres y estudiantes.

Los temas son una guía para que el docente se oriente y desarrolle un proceso educativo de enseñanza aprendizaje, que alcance un conocimiento y contribuya a mejorar la higiene menstrual de las niñas en el desarrollo de su identidad femenina.

Los docentes podrán ampliar la información e integrar otras técnicas educativas con los grupos de estudiantes y padres de familia.

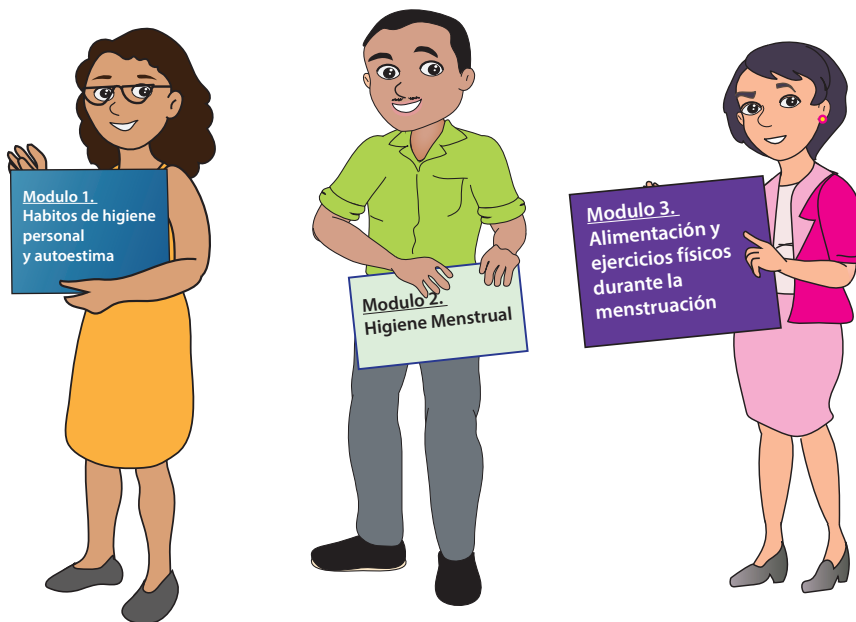
4. Desarrollo de los tres módulos educativos con los estudiantes.

Cada uno de los docentes desarrollara los tres módulos educativos con los contenidos definidos para cada uno de ellos, para lo cual se podrán auxiliar de las herramientas metodológicas que se proponen en la estrategia.

- a) **Módulo 1. Hábitos de higiene personal y auto estima.**
- b) **Módulo 2. Higiene menstrual.**
- c) **Módulo 3. Alimentación y ejercicios físicos durante la menstruación.**

En la medida que se desarrollen los módulos educativos se deberá monitorear la mejora en los conocimientos por parte de los alumnos, para lo cual la metodología propone herramientas de seguimiento y evaluación, los cuales deben ser ajustados en base a los indicadores que se plantee.

En este paso se debe elegir la niña referente por cada aula de clase.





5. Desarrollo de charlas a los padres y madres de familia (incluye actividades conjuntas).

Aprovechando los espacios que se tiene en las escuelas para interactuar con los padres de familia, como son las consejerías de las comunidades educativas, la metodología propone que los docentes realicen charlas educativas en los temas relacionados a la higiene menstrual, esto con el fin que se refuerce en la casa los conocimientos que se transmiten en la escuela.

Las actividades conjuntas se proponen como acciones en los que tantos padres de familia, docentes y estudiantes puedan interactuar, desarrollando de manera conjunta actividades lúdicas, que permitan complementar y reforzar los contenidos planteados en los módulos educativos.

6. Equipamiento a las escuelas para la implementación de la metodología.

Si el diagnóstico de la situación de las unidades de saneamiento, indica que las mismas no prestan las condiciones propicias para la realización de la higiene menstrual, se debe elaborar e implementar un plan de acción con la comunidad educativa, con la finalidad de sumar esfuerzos para realizar las mejoras necesarias, ejemplo construcción de unidades de saneamiento, garantizar el abastecimiento de agua en la escuela, mejorar las condiciones de privacidad de las unidades de saneamiento, entre otras. También se debe considerar el suministro permanente de material y accesorios para la limpieza de las unidades de saneamiento como un compromiso de los padres y madres de familia.

Es necesario reforzar el botiquín de la escuela, con materiales como toallas sanitarias y pastillas para dolores menstruales con la finalidad de poder dar respuesta en una situación de emergencia.



Contenidos a desarrollar durante el proceso de implementación de la estrategia educativa

Módulos de capacitación	Temas a desarrollar
I. Introducción de la estrategia de higiene menstrual	Sesión 1 <ul style="list-style-type: none">- Pre test de conocimientos.- Reflexión sobre mitos y tabúes para el abordaje de la higiene menstrual en la escuela.- Análisis y reflexión sobre la estrategia educativa en higiene menstrual.- Tema 1: El cuidado del cuerpo: La higiene personal.- Tema 2: Me cuido porque me quiero: La autoestima
II. Higiene Menstrual	Sesión 2 <ul style="list-style-type: none">- Tema 1: Desarrollo biológico de las niñas: La menstruación.- Tema 2: Medidas de higiene durante la menstruación.- Tema 3: Prevención del bullying a las niñas durante la menstruación (un enfoque de género).
III. Alimentación y actividad física durante la menstruación	Sesión 3 <ul style="list-style-type: none">- Tema 1: La alimentación durante la menstruación.- Tema 2: Los ejercicios físicos durante la menstruación.- Aplicación de post test

Indicadores propuestos



1. **% de niñas** que participan en el proceso de formación en higiene menstrual mejoran sus conocimientos en este tema con relación a un test inicial.
2. **El sistema de saneamiento de la escuela, cumple con las condiciones básicas para la realización de la higiene menstrual** (privacidad, acceso al agua, higiene, recipiente con tapadera el manejo de los desechos sólidos).

Nota. En el caso que se trabaje con varias escuelas este indicador se podría reformular de la siguiente manera.

Número de escuelas en las que sus sistemas de saneamiento cumplen con las condiciones básicas para la realización de la higiene menstrual (privacidad, acceso al agua, higiene, recipiente con tapadera el manejo de los desechos sólidos).

3. **Número de escuelas** en las que padres de familia cumplen con el compromiso de garantizar el kit básico de higiene menstrual.
4. **Número de escuelas** en las que el Ministerio de Educación garantiza un kit básico de higiene menstrual. **Nota (este indicador aplicaría solamente en el caso que la responsabilidad del suministro del kit sea directa del ministerio de educación).**
5. Formada por cada una de las aulas de cuarto a sexto grado de primaria, **una niña referente, con capacidades para orientar y apoyar** a sus compañeritas en el tema de higiene menstrual.
6. **% de docentes** que participan en el proceso de educación en higiene menstrual, y que desarrollan el contenido programático de higiene menstrual con los estudiantes.
7. **Número de escuelas** que elaboran e implementan un rol de limpieza de las unidades de saneamiento, en las que se involucran toda la comunidad educativa.
8. **Número de escuelas** que realizan al menos una actividad al año con toda la comunidad educativa para la promoción de prácticas de higiene menstrual.
9. **% de docentes que** establecen e implementan mecanismos para identificar y monitorear las ausencias de las niñas vinculadas a la ocurrencia del periodo menstrual.
10. **Número de casos de bullying** vinculados a la ocurrencia de la menstruación en las niñas que han sido reportados y que han recibido atención por parte de los docentes o comités de padres de familia.
11. **Número de escuelas que** implementan acciones para contrarrestar el ausentismo escolar y el bullying hacia las niñas por la ocurrencia de la menstruación.

Metodología APA





Para el desarrollo de estos temas de capacitación con los docentes, estudiantes y padres y madres de familia se ha contemplado la metodología APA:

- **Aprendo. • Practico. • Aplico (APA).**

Estas fases permiten un trabajo por proceso, facilitando la construcción de nuevos saberes y el intercambio de experiencia docente.

- **Aprendo:** comprende la motivación y el aprendizaje de la nueva temática. Se partirá en cada tema de sus experiencias, conocimientos sobre su práctica cotidiana, a través de una serie de preguntas detonantes que realiza el facilitador y/o docente, que facilite a la persona participante reflexionar y diagnosticar sus propias experiencias.
- **Practico:** tiene como función promover la consolidación del contenido a través de la ejercitación. Se promueve el intercambio de experiencias, se aclaran y consolidan conceptos, se teoriza y se identifican alternativas de solución a la problemática general de los centros de estudios.
- **Aplico:** se desarrollan actividades que permiten pasar de la teoría a la práctica, ajustando las alternativas de solución identificadas, a la realidad que vive el participante.

En conjunto, estos pasos metodológicos conllevan a:

-  Estimular el intercambio de experiencias en relación con el aprendizaje de los estudiantes.
-  Promueven el trabajo de equipo, docente-facilitador.
-  Ayudan a los docentes a descubrir y valorar nuevos conocimientos.
-  Apoyan la toma de decisiones pedagógicas de los docentes.

Esta metodología es flexible, se concreta a través de la organización de la estructura modular, que facilita ir dando las combinaciones y variaciones necesarias para la autoformación. Tal estrategia facilita a las y los participantes su autorregulación aspecto esencial para que la formación responda a las necesidades e intereses de las y los participantes.

Con los grupos de alumnos y alumnas en cada grado se abordaran los temas de acuerdo al currículo y aprovechando diferentes espacios como la hora guiada y en actividades fuera del aula a través de juegos, concursos, ferias, actividades prácticas, clases de Educación Física y en la clase de Expresión Cultural y Artística (ECA).



Bibliografía

- Higiene, salud y saneamiento escolar, Presentación elaborada por el Grupo de saneamiento ambiental y UNICEF.
- Agua, Saneamiento e Higiene en la Escuela Fortalece la Educación de las Niñas Adolescentes en la zona rural de Cochabamba, Bolivia: Estudio del Manejo de la Higiene Menstrual en las Escuelas. UNICEF Bolivia 2008.
- Trabajo de Graduación Estudio Conocimientos, Actitudes y Prácticas de Higiene y Salud Sexual de los adolescentes en los Centros de Educación Secundaria de Matagalpa, autora Melania Chavarría Centeno, 2015.
- Guía Metodológica para maestros y maestras, FECSA Plus Familias, Escuelas y Comunidades Saludables, ONGAWA.
- Plan de encuentros con madres y padres de familias de primaria y secundaria Mined 2017
- Manejo de Higiene Menstrual y Educación para la Pubertad. Save The Children International en Bolivia.

Agradecimientos:

A la delegación municipal del ministerio de educación en San José de Bocay, por el respaldo y el apoyo brindado en la construcción de la estrategia.

A la comunidad educativa de las escuelas de primaria: Alfonso Cortez, Las Américas, San Luis de Francia y el instituto de secundaria José Antonio Valle de la micro región de Ayapal en San José de Bocay departamento de Jinotega, Nicaragua, quienes aportaron información valiosa para la definición de la estrategia.

Al Ministerio de Salud, a los líderes y lideresas comunitarias de la micro región de Ayapal que formaron parte del grupo de trabajo, compartiendo saberes y experiencias en torno a este tema.