



VALENCIA DEL 16 AL 18 DE NOVIEMBRE 2023
CONSTRUYENDO ESPACIOS SEGUROS
BUILDING SAFE SPACES
XXVI Congreso SEPS | XXXVIII Congreso ISSOP

Título	 PLAN DE EQUIDAD MENSTRUAL
Territorio	Cataluña
Resumen del PEM	<p>El Govern de la Generalitat de Catalunya, en el marco de la Estrategia Nacional de Derechos Sexuales y Reproductivos (ENDSIR), está implementando el Plan de Equidad Menstrual (PEM) con la finalidad de garantizar los derechos sexuales y reproductivos ya existentes, visibilizar un conjunto de nuevos derechos, como el de la equidad menstrual y la menstruación sostenible, y mejorar la salud afectiva, sexual y reproductiva, en especial de jóvenes y adolescentes.</p> <p>En una primera fase, el PEM impulsa, en los centros educativos de Cataluña, la equidad menstrual de todas las personas que menstrúan en 3º de Educación Secundaria Obligatoria (ESO). La estrategia fomenta, además, la concienciación medioambiental; facilita el acceso a los productos de higiene reutilizables (copas y bragas menstruales y compresas reutilizables); contribuye a la erradicación de la pobreza menstrual y utiliza la educación menstrual para cambiar la percepción social.</p> <p>El trabajo transversal e interdepartamental es fundamental para la implementación efectiva de las diferentes acciones del PEM: es pues una iniciativa conjunta de los Departamentos de Salut, Educació, Igualtat i Feminismes, Acció Climàtica, Alimentació i Agenda Rural a través de l'Agència de Residus de Catalunya.</p>
	
Enfoque del PEM	Educación afectiva y sexual
Finalidad general y objetivos específicos	 <ul style="list-style-type: none">✓ Garantizar el acceso a la atención anticipada de problemas relacionados con la salud psicoafectiva y dar respuesta mediante acciones de promoción de la salud.✓ Reforzar las intervenciones de salud emocional en el área de salud afectiva, sexual y reproductiva dentro del Programa Salut i Escola (PSiE).✓ Promover la educación menstrual en la ESO, mediante el conocimiento del ciclo menstrual, del propio cuerpo y del autocuidado.✓ Impulsar la educación menstrual para conseguir un cambio de comportamiento en la percepción social de la menstruación.✓ Fomentar el uso de productos menstruales sostenibles y reutilizables, manteniendo un compromiso con el medio ambiente y la sostenibilidad.✓ Conocer los tabúes y prejuicios de la menstruación para prevenir cualquier tipo de discriminación sexista.
Centros y edad	Centros educativos, públicos y concertados, en áreas urbanas, suburbanas y rurales. Participación de alumnado de 14-15 años (tercer curso de la ESO)
Número de alumnos	85.384
Entorno socioeconómico	Todos
Descripción del PEM: motivación, evolución y actividades	<p>El PEM, surgido de la ENDSIR, comprende un conjunto de acciones cuyo objetivo es garantizar la equidad menstrual en el entorno de la educación y la salud.</p> <p>La iniciativa, surgida en el curso escolar 21-22, prevé un conjunto de intervenciones educativas y define los objetivos, contenidos y estrategias didácticas para realizar una intervención participativa del alumnado. También contempla las necesidades de los productos menstruales sostenibles que se requerirán para la intervención (copas, bragas menstruales y compresas reutilizables), los materiales didácticos para las escuelas (cartelería, documentos para educadores...), así como otros materiales divulgativos dirigidos a personas que no menstrúan.</p> <p>En una primera fase, en la que participaron 24 escuelas en 24 municipios, se evaluaron los contenidos y estrategias educativas, así como la satisfacción del sector adolescente objeto del Plan. En esta intervención piloto participaron un total de 2.205 alumnos (1.001 chicas y jóvenes que menstrúan y 1.204 chicos y jóvenes que no menstrúan). En la segunda fase, entre enero y junio de 2023, el PME se ha implementado en 1.123 escuelas, con la participación de 3.044 grupos de jóvenes entre 14-15 años.</p> <p>En 2022, se efectuaron 3 webinars formativos para los profesionales sanitarios que intervienen en los centros educativos: matronas y enfermeras del PSiE. En estas formaciones, también participaron profesionales de Educació e Igualtat i Feminismes.</p>
Partners : profesionales sanitarios y docentes involucrados en el PEM	<p>En la implementación del PEM intervienen profesionales de:</p> <ul style="list-style-type: none">✓ La dirección de servicios de salud: Salut Pública del Departament de Salut, Atenció a la Salut Sexual i Reproductiva (ASSIR) y PSiE.✓ La Secretaria d'Igualtat i Feminismes.✓ La Subdirecció general d'Orientació, Participació i Benestar de l'Alumnat.✓ La dirección y técnicos de l'Agència de Residus de Catalunya. <p>En los centros educativos participan profesionales de:</p> <ul style="list-style-type: none">✓ Enfermería del PSiE y matronas de los Serveis de Salut Sexual i Reproductiva. Se trata de profesionales del ámbito de la Atención Primaria de Salud del sistema público.✓ La dirección y el profesorado de los centros educativos que imparten el tercer curso de ESO.
Resultados del PEM	<p>En cada escuela participante, entre el alumnado que menstrúa, se entregó un neceser de productos menstruales (copa menstrual, compresa sanitaria reutilizable y braga menstrual), junto con las instrucciones de cómo usar estos productos, y a los profesionales de la salud, además, se les proporcionó información didáctica sobre el ciclo menstrual, los productos menstruales y la metodología sobre cómo implementar el taller, la Guía de implementación de la intervención y una presentación con contenidos y actividades a desarrollar.</p> <p>Destacar entre los resultados:</p> <ul style="list-style-type: none">✓ El impacto positivo del conocimiento menstrual de la alumna sobre el ciclo menstrual y la menstruación y del alumnado en general.✓ Deconstrucción de mitos y tabúes en torno a la menstruación.✓ Mejora del conocimiento y uso de productos menstruales reutilizables.✓ Concienciar sobre los desechos menstruales que generan los productos menstruales de un solo uso en el medio ambiente.
Evaluación del PEM: encuesta de satisfacción, progresos, inconvenientes y traspaso de la experiencia	<p>Evaluación:</p> <ul style="list-style-type: none">✓ Se realizó una encuesta de satisfacción entre los participantes (jóvenes de 3º curso de la ESO y personas menstruantes), mediante un enlace dirigido a los centros educativos. Respuestas registradas: 6.564, a 31 de mayo de 2023. <p>Progresos:</p> <ul style="list-style-type: none">✓ Mejora del conocimiento de la diversidad de productos menstruales.✓ Mejor comprensión de la menstruación, sin tabúes, en todos los géneros. <p>Obstáculos al trabajo intersectorial:</p> <ul style="list-style-type: none">✓ Dilación en la obtención de los productos menstruales del PEM, como consecuencia del tipo de contratación (Ley de Contratación del Sector Público)✓ Elevado número de recursos humanos para la realización de los talleres.✓ Dificultad para coordinar los talleres en las agendas de los profesionales sanitarios con la planificación del centro educativo. <p>Consejo para alguien que quisiera establecer una colaboración similar:</p> <ul style="list-style-type: none">✓ Imprescindible colaboración interdepartamental, con distribución de funciones.✓ Creación de una red de trabajo transversal y vertical, así como de circuitos de incidencias.
Webgrafía i Bibliografía	<ol style="list-style-type: none">https://lesmevesregles.cat/Experiences of menstrual inequity and menstrual health among women and people who menstruate in the Barcelona area (Spain): a qualitative study https://reproductive-health-journal.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12978-022-01354-5Self-Reported Menstrual Alterations During the COVID-19 Pandemic in Spain: A Cross-Sectional Study https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35444473/Committee on Adolescent Health Care. (2006). ACOG Committee Opinion No. 349, November 2006: Menstruation in girls and adolescents: using the menstrual cycle as a vital sign. <i>Obstetrics and gynecology</i>, 108(5), 1323-1328.Van Eijk, A. M., Jayasinghe, N., Zulaika, G., Mason, L., Sivakami, M., Unger, H. W., & Phillips-Howard, P. A. (2021). Exploring menstrual products: A systematic review and meta-analysis of reusable menstrual pads for public health internationally. <i>PloS one</i>, 16(9), e0257610. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0257610Van Eijk, A. M., Zulaika, G., Lenchner, M., Mason, L., Sivakami, M., Nyothach, E., Unger, H., Laserson, K., & Phillips-Howard, P. A. (2019). Menstrual cup use, leakage, acceptability, safety, and availability: a systematic review and meta-analysis. <i>The Lancet. Public health</i>, 4(8), e376–e393. https://doi.org/10.1016/S2468-2667(19)30111-2Medina-Perucha, L., López-Jiménez, T., Holst, A. S., Jacques-Aviñó, C., Munrós-Feliu, J., Martínez-Bueno, C., Valls-Llobet, C., Pinzón Sanabria, D., Vicente-Hernández, M. M., & Berenguera, A. (2022). Use and perceptions on reusable and non-reusable menstrual products in Spain: A mixed-methods study. <i>PloS one</i>, 17(3), e0265646. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0265646United Nations Environment Programme (2021). Single-use menstrual products and their alternatives: Recommendations from Life Cycle Assessments [pdf]. Disponible a: https://www.lifecycleinitiative.org/wp-content/uploads/2021/07/UNEP-LCI-Single-use-vs-reusable-Menstrual-Products-Meta-study.pdf [Accés Abril 2022]Agència Catalana de Residus (2022) [Comunicació personal] 25 Abril 2022
Autoría	<p>Blanca Prats Viedma (1), Anna Marchal Torralbo (2), Glòria Rodríguez Antolín (1), Aina Pi Sánchez (3), Gemma Turallas Fontseca (4), Cristina Martínez Bueno (5)</p> <p>(1) Servei de Salut Maternoinfantil, Subdirecció general de Promoció de la Salut, Agència de Salut Pública de Catalunya, Departament de Salut, Generalitat de Catalunya blanca.prats@gencat.cat; g.rodriquez@gencat.cat</p> <p>(2) Direcció d'Atenció Primària Metropolitana Nord, Institut Català de la Salut, Departament de Salut, Generalitat de Catalunya amarchal.bnm.ics@gencat.cat</p> <p>(3) Secretaria de Feminismes, Departament d'Igualtat i Feminismes, Generalitat de Catalunya aina.pi@gencat.cat</p> <p>(4) Servei d'Orientació Educativa i Participació de l'Alumnat, Subdirecció General d'Orientació, Participació i Benestar de l'Alumnat, Direcció General d'Alumnat, Departament d'Educació, Generalitat de Catalunya gemma.turallas@gencat.cat</p> <p>(5) Direcció Assistencial d'Atenció Primària i a la Comunitat, Institut Català de la Salut, Departament de Salut, Generalitat de Catalunya cmartinezbu@gencat.cat</p>

