



**ORIGEN ES
DESTINO**

2025

LEY DE MENSTRUACIÓN DIGNA EN LA CIUDAD DE MÉXICO, ¿DÓNDE ESTAMOS?

STEPHANIE SALAS PÉREZ

LEY DE MENSTRUACIÓN DIGNA EN LA CIUDAD DE MÉXICO, ¿DÓNDE ESTAMOS?

Stephanie Salas Pérez

2025

RESUMEN

El siguiente documento se propone analizar la problemática que surge en torno a la menstruación en la Ciudad de México, a partir de los prejuicios y tabúes que se han creado, derivando una ola de desinformación y agregando valores negativos a un proceso natural. Para ello se tendrán en cuenta los debates en torno a la gratuidad de los productos menstruales en escuelas públicas a partir de un acercamiento educativo sobre el currículo escolar. Aunado a ello, a través de la investigación se discuten las problemáticas que se enfrentan debido a los patrones culturales y su acceso a reconocer la menstruación como un derecho humano debido a ser un proceso natural humano. Finalmente, se pondrá en la mesa del debate la cuestión de la pobreza menstrual, impuestos rosas e iniciativas a legislaciones para garantizar la dignidad y seguridad de todas las personas menstruantes.

Contenido

1.	Introducción: Menstruación, un asunto público.	1
2.	La MENSTRUACIÓN.	4
2.1.	Breve glosario para entender mejor la menstruación.....	7
2.2.	¿Qué más necesito saber?	9
3.	Normalizar la menstruación.....	11
4.	Vulnerabilidad y menstruación.	16
5.	Pobreza menstrual.	22
5.1.	Si es rosa ¿cuesta más?.....	26
5.2.	¿Por qué las mujeres pagan más? El impuesto que no deberías pagar.	37
5.3.	Ellas pagan más, aunque ganen menos.	43
5.4.	Ante los altos costos ¿qué puedo hacer?	48
6.	Publicidad y menstruación.	51
7.	En camino a la menstruación digna	55
7.1	Primera Encuesta Nacional de Gestión Menstrual.....	68
8.	Ciudad de México y la menstruación digna.....	72
9.	Menstruación digna y algunos contextos de vulnerabilidad	95
10.	Y ahora, ¿qué sigue?	102
11.	Bibliografía.....	108

1. Introducción: Menstruación, un asunto público.

Si damos una mirada al pasado es posible identificar que en diferentes momentos de la historia en torno a la menstruación se han construido todo tipo de tabúes y prejuicios, lo que la ha invisibilizado y generando desinformación y poca investigación sobre ella. Lo anterior ha llevado a que las niñas, mujeres y personas menstruantes tengan información limitada, además de que la oculten y/o se avergüencen de ella.

De acuerdo con la investigadora Patricia Rodríguez, socialmente se ha condicionado a pensar la menstruación como algo vergonzoso, un castigo o algo sucio. El testimonio de Wendy, una niña que comenzó a menstruar a los trece años —publicado en el sitio web *Corriente Alterna de Cultura UNAM*—, da cuenta de lo anterior. Ella narró que al llegar su menarquía (primera menstruación): “No le quise decir a mi mamá porque pienso que es algo muy personal. No confío en ella”, haciendo énfasis en el miedo constante de mancharse la ropa ya que para los demás es algo “sucio” (Ramírez y Reséndiz, 2021). Las palabras de Wendy también nos permiten identificar que se enseña que nadie debe saber cuándo estás menstruando, mucho menos los hombres (González, 2021).

A todo lo anterior se suma que un ciclo tan natural y cotidiano como respirar sea utilizado para burlarse o criticar a las mujeres, pues se hacen comentarios como “es que está en sus días, por eso está de mal humor”, “está de sangrona” o “es una menopáusica”, entre muchas otras expresiones. Este tipo de frases ofensivas se reservan para las mujeres, pese a que todos los cuerpos viven procesos biológicos, por ejemplo, no se dice: “Es un histérico andropáusico...”.

Frente a todo lo antes expuesto Rodríguez también ha señalado puede ser considerado un castigo social, al que se suma el hecho de que “las niñas y mujeres se enfrentan a un periodo condicionante durante la menstruación porque se prohíbe o se reduce la actividad física, no usan determinado tipo de ropa por temor a mancharla con su propia sangre, no van a fiestas, no hacen viajes largos, inclusive se deja de asistir a la escuela, entre otras limitaciones.” (González, 2021). Es decir,

se trazan caminos diferenciados dependiendo del sexo, ello a través de los colores, los juegos, las lecturas, la forma en que ocupan los espacios, la ropa, así como el tratamiento del cuerpo (de la Garza & Derbez, 2020, p. 23). La menstruación se percibe como algo sucio y negativo, en vez de un proceso natural y positivo, se trata de un proceso fisiológico que es atravesado por connotaciones sociales y culturales.

Además, las personas con diversas identidades de género, como lo son los hombres transgénero y las personas no binarias, “suelen enfrentar obstáculos adicionales para obtener información o suministros que les permitan manejar la menstruación de forma segura, obstáculos que incluyen posibles amenazas a su seguridad y su bienestar” (Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA), 2022).

Es por ello que la menstruación ha sido vivida por muchas niñas, mujeres y personas menstruantes como una experiencia traumática debido a la falta de información, además de que persisten creencias erróneas, las cuales parten de la consideración de que la sangre menstrual es impura, tóxica y/o sucia, características que la convierten en algo de lo que hay que avergonzarse y se tiene que ocultar. Además de que a lo anterior se suman condiciones de vulnerabilidad que pueden volver aún más compleja la experiencia de menstruar.

Para cambiar este contexto un primer paso es nombrar la menstruación. De acuerdo con Alejandra Collado Campos —especialista en Estudios de la Mujer—, del Centro de Investigaciones y Estudios de Género (CIEG) de la Universidad Nacional Autónoma de México, “ni la mercadotecnia la había nombrado hasta que lo hicieron colectivos de mujeres. Es un avance significativo nombrar a este ciclo natural que por años ha estado estigmatizado.” (Méndez & Mendoza, 2021).

Para Collado Campos, el hecho de que, en el pleno de la Cámara de Diputados, en abril de 2020 se aprobara el dictamen de la *Ley de Menstruación Digna*, en el que se propone la gratuidad de los productos de gestión menstrual en las más de 198 mil escuelas públicas del país, se trató de un gran avance, pues se abrió el debate de un tema tabú (Méndez & Mendoza, 2021). En dicha ley también se incluyó que la educación menstrual debe ser parte de la educación sexual integral que debe impartirse por mandato constitucional. El reconocimiento de la menstruación como

un proceso fisiológico por el que pasa al menos la mitad de la población en México, así como de que la adecuada gestión menstrual se trata de un derecho humano y que tiene que ver con la dignidad, así como con otras garantías fundamentales, solo se logrará a través de un cambio cultural en el que la educación es fundamental.

Es por ello que *Wash United* (ONG y agencia creativa, con sede en Berlín, Alemania) lanzó la iniciativa del *Día Internacional de la Higiene Menstrual*, el cual se conmemora cada 28 de mayo, haciendo alusión al hecho de que un ciclo menstrual en promedio tiene una duración de 28 días. Su objetivo fue convertirse en un movimiento global para romper los estigmas, prejuicios y barreras entorno a la menstruación, además de procurar el acceso a los productos de gestión menstrual. En 2024 el lema del Día de la Higiene Menstrual fue: “Juntos por un #MundoRespetuosoConLaMenstruación”. Seguimos caminando hacia el día en que la menstruación no sea un tema vergonzoso y las niñas, mujeres y personas menstruantes tengan acceso a una menstruación digna.

Figura 1



Fuente: Menstruación Digna México | Menstruación Digna México. (2025, 14 de enero). ¿Qué más debimos hacer cuando se trata de nuestra menstruación? Facebook.

<https://www.facebook.com/MenstruacionDignaMexico/>

2. La MENSTRUACIÓN.

¿Qué es la menstruación? Aunque pudiera parecer una interrogante de la cual la mayoría de las personas conoce la respuesta resulta pertinente iniciar este apartado dando resolviendo esa pregunta. De acuerdo con el recurso virtual “La menstruación y los derechos humanos”, publicado por el Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA), la menstruación es

el proceso en el cual el útero desprende sangre y tejido a través de la vagina.

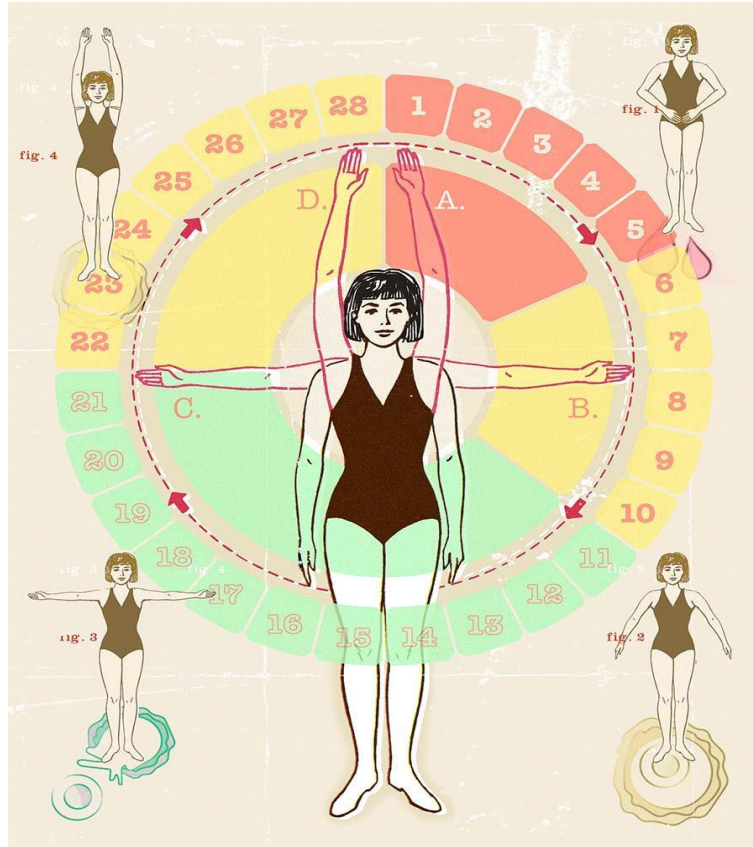
Es un proceso natural y sano [...] En las comunidades occidentales, a menudo se le llama el "periodo". Normalmente dura de 2 a 5 días, pero esto varía según la persona. (2022)

La primera menstruación se conoce como menarquia, y la edad en que se presenta varía según la persona. La menstruación es parte del ciclo menstrual, el cual dura aproximadamente 28 días, pero puede ser más corto o más largo. El ciclo menstrual comienza con la menstruación, y el día 1 se comienza a contabilizar con el inicio del sangrado, el cual responde al desprendimiento del revestimiento del útero y los restos del óvulo no fertilizado; tras la menstruación hay un aumento de la hormona estrógeno, lo que hace que el tejido de revestimiento del útero de nuevo se haga más grueso y esponjoso, lo que normalmente ocurre en los días 6 a 8. Aproximadamente en el día 14 uno de los ovarios libera un óvulo (ovulación), y entre el día posterior al 24 el óvulo pasa por las tubas uterinas hacia el útero. Sí el óvulo no es fertilizado no será implantado en la pared uterina, sino que se dividirá en pedazos disminuyendo los niveles de hormonas como el estrógeno y la progesterona, lo que da paso al inicio de un nuevo ciclo. (UNFPA, 2022)

Además, se debe considerar que, aunque los ciclos menstruales pueden tener una periodicidad coherente e incluso predecible, estos pueden variar o cambiar, especialmente en los primeros años posteriores a la menarquia. Otros factores que pueden tener un impacto en el tiempo de los ciclos menstruales puede ser el estrés,

problemas de nutrición y otros problemas de salud, así como el uso de anticonceptivos y la actividad física. (UNFPA, 2022)

Figura 2



Fuente: ¿Qué ocurre en nuestro cuerpo durante el ciclo menstrual? | Gélvez López, S. (2022). *¿Qué ocurre en nuestro cuerpo durante el ciclo menstrual?* [ilustración].

BAKANICA.COM <https://bacanika.com/articulo/que-ocurre-en-nuestro-cuerpo-durante-el-ciclo-menstrual>

También se debe tener presente que algunos cambios en el ciclo menstrual son parte natural del envejecimiento, e inicialmente se presenta como la perimenopausia, que es el “periodo de un año que precede a la menopausia, durante el cual aparecen los signos endocrinológicos, biológicos y clínicos característicos de la cercanía de la menopausia.” (Chaby, 2001, p. 102), donde uno de los principales síntomas son los periodos menstruales irregulares y responde a las fluctuaciones hormonales. Se trata de una etapa de transición, da paso a la menopausia o climaterio,

es el periodo durante el cual la menstruación se interrumpe de manera definitiva. Ésta es una definición a posteriori pues, para afirmar que la interrupción es definitiva, debe transcurrir cierto tiempo sin que se presente menstruación alguna. El plazo fijado es de un año, pasado el cual es poco probable —aunque en ocasiones llega a suceder— que ésta regrese.

(Chaby, 2001, p. 13)

Se trata de otro proceso que natural que también requiere de cambios culturales, pero ese es un tema para otro texto.

2.1. Breve glosario para entender mejor la menstruación

Cuando se habla de menstruación es posible encontrarse con palabras que hacen referencia a procesos, momentos o elementos que pueden ser desconocidos, es por ello por lo que a continuación se presenta un glosario que dará cuenta de algunos de ellos.

Amenorrea: Falta de sangrado menstrual por tres o más meses.

Ciclos irregulares: También conocidos como irregularidades menstruales, se refieren a tener ciclos cortos y largos impredecibles con diversos niveles de pérdida de sangre y de dolor.

Dismenorrea: Dolor durante la menstruación, por ejemplo, dolor de espalda, dolor abdominal o calambres.

Endometrio: Mucosa que recubre el interior del útero.

Endometriosis: Proceso en el que tejido similar al que crece dentro del útero se desarrolla fuera de él, incluyendo en los ovarios, trompas uterinas, intestinos, recto, vejiga y, sobre otro, tejido en el área de la pelvis. Puede generar dolor, sangrado y problemas de fertilidad.

Estrógeno: Principal hormona femenina producida por los ovarios durante todo el ciclo menstrual. De él dependen los caracteres sexuales secundarios de la mujer.

Menarquía: Nombre de la primera menstruación. La edad en la que ocurre puede variar en cada persona, pudiendo ocurrir entre los 8 y los 17 años. También se conoce como “menarca”.

Menorragia: Sangrado excesivo, muy abundante y prolongado que puede provocar anemia, e incluso llegar a ser mortal si no se trata.

Progesterona: Hormona secretada por los ovarios después de la ovulación.

Síndrome premenstrual: Patrón de síntomas físicos y emocionales que responden en la mayoría de los casos a cambios hormonales y ocurren en la última parte del ciclo menstrual. Algunas personas pueden no notar ningún síntoma,

mientras en otras estos síntomas pueden incluir dolor, hinchazón o cambio de humor.

El glosario se construyó a partir del documento *La menstruación desde una perspectiva de derechos sexuales y derechos reproductivos*, del Fondo de Población de las Naciones Unidas (2022), y el libro *La Menopausia* de Lucien Chaby (2001).

2.2. ¿Qué más necesito saber?

La mayor presencia de las mujeres en el espacio público, así como en puestos de toma de decisiones, además de la institucionalización de la perspectiva de género y por lo tanto su inserción en la agenda pública han puesto sobre la mesa a la menstruación y su gestión, sacándola del espacio privado, lo que ha llevado al reconocimiento de su relación con los derechos humanos, impulsado una mayor responsabilidad política en esa materia.

En los últimos años la salud y gestión menstrual se han convertido en temas de interés y conversación entre defensores de las niñas, profesionales de la educación y la salud, expertos en materia de derechos humanos... Lo que ha llevado a entender que la menstruación es un tema público, y que exige diferentes requerimientos para que sea un proceso que se desarrolle de forma digna, como lo es:

- Acceso a productos de gestión menstrual, los cuales deben ser aceptables para las personas que los utilicen.
- Los productos de gestión menstrual deben ser seguros, eficaces y aceptables, es decir, que respondan a las necesidades culturales y logísticas.
- Posibilidad de cambiar el producto de gestión menstrual en un entorno seguro y privado, y tener un lugar para desechar los suministros usados o para higienizar los suministros reutilizables (copa y disco menstrual, toallas sanitarias de tela-reutilizables o calzones menstruales).
- Las personas menstruantes deben poder realizar su rutina de higiene (baño o aseo) de forma privada y segura.
- Acceso a educación menstrual.
- Acceso a información y cuidados de salud si se sufren trastornos relacionados con la menstruación. (UNFPA, 2022)

La menstruación es un proceso fisiológico por el que pasa al menos la mitad de la población mundial, y por ello debería abordarse como un derecho humano.

Figura 3



Fuente: Menstruación Digna México | Menstruación Digna México. (2020, 21 de agosto).

#MenstruaciónAsuntoPúblico. Facebook.

<https://www.facebook.com/MenstruacionDignaMexico/>

En 2021, se estimó que en México solo el 5% de los padres y madres hablaban con sus hijas e hijos adolescentes sobre este tema, mientras que el personal de salud solo incide sobre un 5% de las menores (Sánchez, 2022). Lo anterior representa una limitante en el acceso a la información para muchas niñas y adolescentes, lo que puede provocar miedos, inseguridades y rechazo, así como la perpetuidad de mitos y tabús que alimentan los estigmas que rodean a la menstruación (Sánchez, 2022). Aún son muchos los obstáculos que se tienen para vivir una menstruación digna, pero, se está trabajando para alcanzar la menstruación digna en México.

3. Normalizar la menstruación.

*SI ALGO SE VA A NORMALIZAR QUE SEA ROMPER
CON LOS TABUS SOBRE MENSTRUACIÓN.
LO MENSTRUAL ES POLÍTICO.*

Fragmento del fanzine *Luchar contra el silencio*.

El arte se presenta como una posibilidad de hacer intervención activa en la sociedad por lo que ha sido utilizado como un recurso para abrir la discusión social que busca normalizar la menstruación. El concepto de “arte menstrual” es relativamente nuevo, aunque no se debe perder de vista que los fluidos corporales ya se usaban en las *performance* de los años setenta. En México, sus antecedentes están en el trabajo de artistas como Mónica Mayer, Maris Bustamante, Herminia Dosal y Lorena Wolfffer, quienes a lo largo de la segunda mitad del siglo XX llevaron los temas de género y la corporalidad femenina al escenario del arte y abrieron brecha para que hoy cientos de creadoras puedan abordar el tema (Vargas *et. al*, 2021).

En 2021 se había estimado que etiquetas como #artemenstrual y #menstrualart sumaban alrededor de 8,500 publicaciones en la red social de Instagram, etiquetas bajo las cuales se muestran todo tipo de piezas, por ejemplo, pinturas e ilustraciones realizadas con sangre menstrual, series fotográficas que capturan las manchas que deja “la regla” en calzones y sábanas, así como collages que evocan entrepiernas manchadas de rojo (Vargas *et. al*, 2021), o fanzines que narran experiencias menstruales o que exponen algunas piezas del arte antes mencionado, entre otras muchas expresiones.

Pese al alcance y cantidad de las obras de arte menstrual han sido y son criticadas dentro y fuera de las redes sociales. Un caso que atrajo el interés de propios y extraños fue el mural autobiográfico que pintó la cantante y compositora chilena Mon Laferte, en Valparaíso, Chile, en el que representó sus emociones durante el ciclo menstrual (Vargas *et. al*, 2021); y es que, Constance Harvey, entonces secretaria de Cultura, Arte y Patrimonio de la localidad, la tachó de “egoísta e individualista” por tocar el tema de manera pública (Vargas *et. al*, 2021).

Y en México la historia no es diferente. En el verano de 2017 en el Museo de la Mujer de la Ciudad de México se presentó la exposición de arte menstrual “Fluir en tinta roja”, enfrentando un desdén similar (Vargas *et. al*, 2021). Yaredh Marín coordinó la exposición conformada por 27 piezas, y surgida del primer Concurso Nacional de Dibujo y Pintura Menstrual, realizado en 2014 por la distribuidora de productos de higiene femenina Alternativas Ecológicas de México, para promover “una visión natural, abierta, informada y creativa” sobre el ciclo menstrual (Vargas *et. al*, 2021).

Fue ante esa recepción que Marín explicó que el arte por sí mismo no transforma, sino que “necesita una disposición para cuestionar lo establecido, para pensar por qué algo genera miedo, asco o repulsión. Ahí está la vocación disruptiva del arte menstrual” (como se citó en Vargas *et. al*, 2021). Para ella el arte menstrual es una expresión que transgrede y quebranta “la costumbre de ocultar las manchas rojas en las impolutas sábanas blancas y atreverse a llamarlas por su nombre: menstruación” (como se citó en Vargas *et. al*, 2021). Por ejemplo,

una de las piezas ganadoras, Sabiduría, fue realizada con la sangre menstrual de Alejandra López, quien con su proyecto “Luna sin manchas” promueve alternativas de gestión menstrual naturales y amigables con el medio ambiente; el pintor es su esposo, Eduardo Talledos. (Vargas *et. al*, 2021)

La intención del primer concurso de arte menstrual fue abrir la conversación y normalizar la menstruación, mientras que el propósito de Alternativas Ecológicas de México era llamar la atención sobre uno de sus productos: la copa menstrual (Vargas *et. al*, 2021). Por lo tanto, no se debe perder de vista que el auge del arte menstrual también estuvo - está atravesado por el mercado, la moda de consumo y la disponibilidad de las tecnologías para difundirlo (Vargas *et. al*, 2021).

Figuras 4 y 5



Fuente: Exposición Fluir en tinta roja. | Museo de la Mujer. (2017). Fluir en tinta roja. Facebook.

<https://www.facebook.com/photo?fbid=1746478798698901&set=a.362149770465151>

Antes de continuar, resulta pertinente hacer un paréntesis sobre la copa menstrual con una “historia chiquita”: en 1930 L.J. Goddard presentó la primera copa menstrual, y siete años después Leona Chalmers patentó el “receptor catamenial” fabricado con caucho vulcanizado. Para 1950 Chalmers desarrolló una nueva versión de la copa “Tassette”, pero en esa misma época surgió la empresa Tampax, que con sus productos desplazó a la copa menstrual.

Volviendo al arte menstrual, de acuerdo con Mayra Rojo,

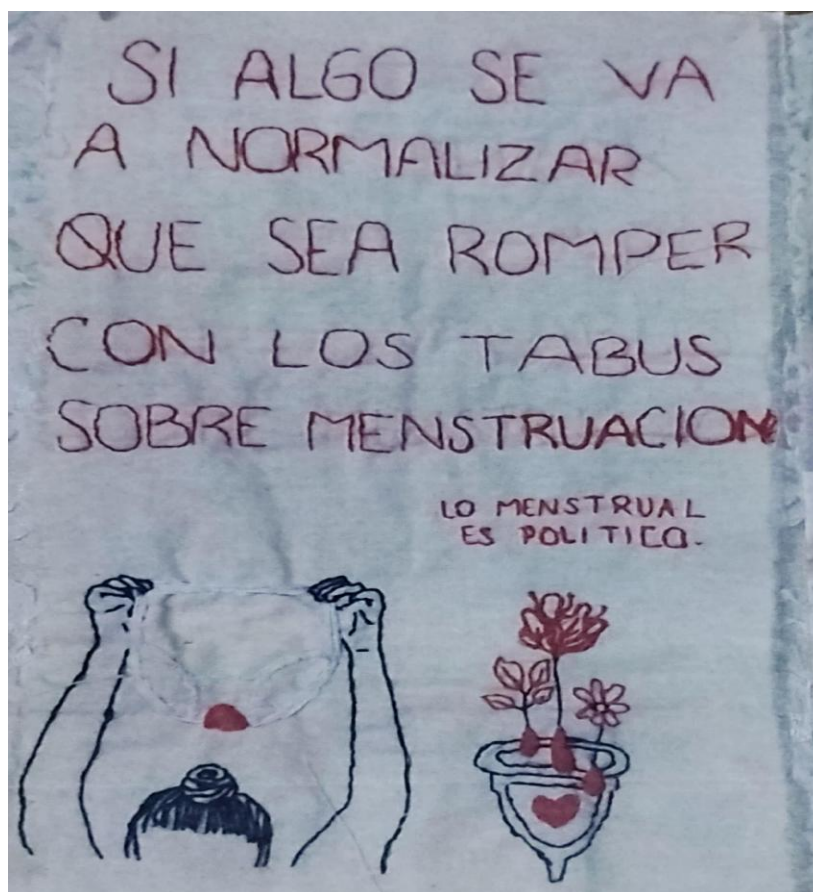
la presencia de la menstruación en la historia del arte ha sido como un símbolo de transición, del paso de la mujer de un estado a otro. “Se dice por ahí el ‘ya te convertiste en mujer’ y eso es un mito que tiene que ver con la religión y con cómo ‘debería ser’ la sexualidad de la mujer”, explica. “Hablar sobre la sangre y, después, la menstruación, es hablar sobre un mundo super complejo de la sexualidad: desde lo simbólico hasta lo médico y científico que va conformando la discursividad propia del cuerpo y de los fluidos”.

Con el paso de los años, ese discurso se ha transformado en manos de artistas con una conciencia social vinculada a la liberación femenina y a los movimientos feministas. El debate, sin embargo, corre el riesgo de banalizarse cuando se convierte en hashtag. (Vargas *et. al*, 2021)

A la fecha distintas artistas han mantenido la producción de arte menstrual y sobre menstruación como una apuesta política que continúa en la búsqueda de romper los tabús y estigmas alrededor de la menstruación y el ciclo menstrual, además de reivindicar el cuerpo y sus procesos naturales. En América Latina algunas de las mujeres que siguen apostando por esa reflexión son Gisselle Dessavre (México), Silvia Ramos (Colombia), Melissa Alfaro (Costa Rica), Pamela Labiano (Argentina)

y Ana María Alarcón (Colombia) (Dávila, 2021). A través de diferentes técnicas y prácticas artísticas ellas reflexionan sobre las opresiones y vulnerabilidades que atraviesan a los cuerpos menstruantes, además de desplegar reivindicaciones en torno a dicho proceso.

Figura 6



Fuente: Lo menstrual es político. | Fragmento del fanzine *Luchar contra el silencio*.

4. Vulnerabilidad y menstruación.

En 2014 se instauró el Día Mundial de la Higiene Menstrual (28 de mayo) que tiene como objetivo “concienciar sobre la importancia de construir sociedades donde las niñas [mujeres y personas menstruantes] puedan convivir con su menstruación de una forma digna, segura y privada. Busca también hablar abiertamente sobre la regla y dejar atrás los tabúes o prácticas discriminatorias.” (Alonso del Val, 2022).

La menstruación no es la que vulnera sino la percepción que hay entorno a ella, se cree que es sucia y/o vergonzosa, también que debido a los ciclos menstruales las niñas y mujeres tienen menor capacidad física y emocional, lo que resulta en restricciones que son culturales, por ejemplo, la prohibición sobre la manipulación de alimentos o la entrada a espacios religiosos; aunque hay otras que son auto impuestas pues se teme participar en actividades escolares, deportivas o reuniones sociales, lo que puede resultar en la percepción de menor derecho en el uso del espacio público (UNFPA, 2022).

Además, la llegada de la menarquia en muchos lugares del mundo se considera como el indicador de que las niñas están listas para el matrimonio o la actividad sexual, esto hace que queden expuestas a un sin número de abusos, incluidos el matrimonio infantil y la violencia sexual (UNFPA, 2022). Olvidando que las niñas no dejan de ser niñas por comenzar a menstruar. Son estas construcciones culturales y prejuicios los que alimentan violaciones a los derechos humanos de las niñas, las mujeres y las personas menstruantes.

- Violaciones al derecho a la no discriminación

Las normas, los roles y los estereotipos asociados a la menstruación refuerzan la discriminación y la desigualdad de género, ya que imponen obstáculos para el libre desarrollo de la vida, la salud, los proyectos, la movilidad y la dignidad de las niñas, adolescentes, mujeres y otras personas menstruantes.

Debido a la creencia de que la menstruación es sucia y vergonzosa, las niñas y adolescentes se cohiben de participar en actividades de la vida pública,

como, por ejemplo, asistir a la escuela por el miedo a participar en actividades físicas o sociales. Culturalmente, muchas mujeres se ven excluidas de espacios públicos y religiosos. Incluso, son alejadas de tareas domésticas que han sido asumidas por ellas, siendo el único momento en que no deben cumplir con estas expectativas. (UNFPA, 2022, p. 9)

- Violaciones al derecho a la salud

En situaciones de pobreza y crisis, las niñas, adolescentes y mujeres se enfrentan a desafíos para gestionar su menstruación, ya que su acceso a insumos como toallas higiénicas, copas menstruales o tampones, así como a infraestructura sanitaria adecuada, se puede ver limitado. En ocasiones deben recurrir al uso de trapos, papel, periódicos, corazas de árboles y otros elementos improvisados.

Las niñas, adolescentes, mujeres y personas menstruantes tienen mayor riesgo de infecciones cuando no tienen acceso a insumos y servicios para su gestión menstrual. Adicionalmente, por vergüenza, estigma o la inexistencia de servicios, las niñas no buscan tratamientos médicos para tratar síntomas como la dismenorrea, menorragia, endometriosis, fibromas (brotes abultados en el útero), o trastornos como el síndrome de ovario poliquístico, irregularidades menstruales, entre otros. Esto afecta su salud física y mental, e incluso pone en riesgo su vida. (UNFPA, 2022, p. 9)

- Violaciones al derecho a la educación

Cuando las niñas, adolescentes y personas menstruantes no cuentan con infraestructura adecuada y segura para gestionar su menstruación, así como tratamientos para el dolor asociado, tienen mayor riesgo de ausentarse de las escuelas y colegios, y/o de disminuir su rendimiento académico.

La carencia en información de calidad y educación en sexualidad y temas relacionados con la salud sexual y reproductiva, que incluya el abordaje de la menstruación desde una perspectiva de salud, autonomía y derechos, representa una limitante para que las mujeres y personas menstruantes

identifiquen, reconozcan y gestionen los cambios en su cuerpo, su bienestar, su salud y el manejo de la menstruación. Estos retos se exacerban cuando existen creencias estigmatizantes y situaciones de vulnerabilidad; por ejemplo, las niñas, adolescentes y mujeres con discapacidad se enfrentan a mayores retos para acceder a educación sexual que incluya información sobre la menstruación adecuada y basada en evidencia, debido a la falta de reconocimiento de la sexualidad de las personas en condición de discapacidad y de sus derechos sexuales y reproductivos.

Esta falta de información genera desconocimiento, estigma y vergüenza, factores que pueden también afectar la participación de personas menstruantes no solo en espacios educativos, sino también en los demás ámbitos de su vida. (UNFPA, 2022, pp. 9-10)

Sobre este punto vale la pena señalar que en el país se sigue educando para ocultar la menstruación y se aborda desde una mirada reduccionista que la describe como un fluido corporal, olvidando que es un proceso que también impacta socialmente a quién le sucede y a quienes le rodean. En la edición de los libros de texto elaborados por la Secretaría de Educación Pública (SEP) de 2021, la información que se presentaba sobre la menstruación solo abarcaba cinco párrafos en el libro de quinto grado de primaria, en los que se definió a la menstruación como “la expulsión de un ‘desecho’ a través de la vagina, acompañado de un ‘poco de sangre’ y de ‘un poco de dolor’. Se trata, incluye la SEP, sólo de un proceso orgánico durante el cual ‘las mujeres siguen con sus actividades cotidianas de manera normal’” (Ramírez & Reséndiz, 2021).

Carolina Ramírez Vázquez, fundadora del proyecto educativo Princesas Menstruantes, advierte que “la narrativa de la educación en México, particularmente en las escuelas, a la menstruación se le presenta como la capacidad de maternar, ‘explicación que es lejana, distante, fría y que genera vergüenza hasta en las mismas profesoras’” (Ramírez & Reséndiz, 2021).

- Violaciones al derecho al trabajo

La falta de acceso a información, insumos, infraestructura y servicios médicos adecuados para la gestión menstrual también impacta negativamente el acceso y la permanencia en empleos en condiciones dignas y en igualdad de condiciones particularmente a las mujeres de todas las edades y personas menstruantes. Esto puede llevar a la pérdida de oportunidades para acceder y realizar ciertos trabajos y labores, o la obligación a renunciar a horas y jornadas de trabajo y, consecuentemente, a la reducción del ingreso económico de las mujeres. Sumado a esto, pueden enfrentar discriminación como consecuencia de estereotipos asociados a que la menstruación es relacionada con la falta de higiene o la suciedad.

Muchas personas consideran que las niñas, adolescentes y mujeres tienen menores capacidades físicas y emocionales durante la menstruación, lo cual puede llevar a limitar sus opciones de acceder a desempeñar ciertos roles o puestos de liderazgo. (UNFPA, 2022, p.10)

- Violaciones al derecho a agua y saneamiento

Para las niñas, adolescentes, mujeres y personas menstruantes, es indispensable contar con infraestructura de agua y saneamiento de calidad (baños y suministros de agua), privadas, seguras y culturalmente acordes con sus necesidades para gestión menstrual. No contar con estos derechos pone en riesgo su integridad y su salud, además de su libre desarrollo de la personalidad. (UNFPA, 2022, p.10)

- Violaciones al derecho a una vida libre de violencias basadas en género

Existen creencias culturales que consideran que cuando las niñas inician la fase de la menstruación (menarquia), se encuentran listas para tener relaciones sexuales, para la reproducción o para unirse o contraer matrimonio. Estas creencias ponen a las niñas en situaciones de riesgo, de violencias por razones de género incluida la violencia sexual, embarazo en la infancia y la adolescencia, y morbilidad y mortalidad materna. (UNFPA, mayo 2022, p.11)

- **Intersecciones con otros ejes de vulnerabilidad**

Las barreras que enfrentan las personas menstruantes debido a creencias negativas alrededor de la menstruación se exacerban cuando se intersectan con otros factores de vulnerabilidad y desigualdad. Por ejemplo:

- Las personas con identidades de género diversas se enfrentan a patrones de discriminación y violencia adicionales a los que padecen las mujeres cisgénero y heterosexuales, por lo que es frecuente que se tengan mayores obstáculos para obtener información e insumos para su gestión menstrual. Las personas trans menstruantes pueden ser víctimas de violencia al usar baños públicos. Los hombres trans no tienen acceso a la infraestructura y servicios para higiene menstrual que se encuentran en los baños para mujeres, y muchas veces los niños y adolescentes trans pueden ser excluidos de los programas de información sobre menstruación disponibles.
- Las mujeres migrantes, refugiadas o aquellas que viven en situaciones de pobreza se pueden ver obligadas a tomar decisiones frente a su supervivencia, teniendo que decidir entre comprar alimentos para ellas y sus familias o adquirir insumos para gestionar su menstruación.
- Las personas con discapacidad tienen barreras adicionales para acceder a materiales e infraestructura adecuada para la higiene menstrual, ya que están afectadas desproporcionadamente a la falta de información, disponibilidad de baño y espacios privados y accesibles con agua y materiales para el manejo de su periodo. (UNFPA, 2022, p.11)

Figura 7



Fuente: Menstruar no es un lujo es un derecho. | Infobae Perú. (2024). Ley que garantiza la higiene menstrual de mujeres vulnerables lleva 3 años sin implementarse por falta de documento técnico. *Infobae*. <https://www.infobae.com/peru/2024/06/08/ley-que-garantiza-la-higiene-menstrual-de-mujeres-vulnerables-lleva-3-anos-sin-implementarse-por-falta-de-documento-tecnico/>

5. Pobreza menstrual.

No poder adquirir productos de gestión menstrual como pueden ser toallas sanitarias, tampones o compas menstruales por falta de recursos económicos es lo que se conoce como pobreza menstrual o del periodo. Se ha estimado que la pobreza menstrual es una realidad que afecta a una de cada cinco niñas en el mundo, siendo el precio de los productos de gestión menstrual una de las principales razones de su alcance, razón por la que algunos países que han bajado, reducido o eliminado los impuestos sobre artículos para la gestión menstrual (Alonso del Val, 2022). En 2023 se tenía registro de 26 países que habían aplicado cero por ciento de impuestos para el suministro de productos menstruales (Santes Simbrón, 2023).

De acuerdo con el Fondo de Población de las Naciones Unidas, la pobreza menstrual o del período

describe la lucha que enfrentan muchas mujeres y niñas de bajos ingresos al intentar adquirir productos menstruales. El término también se refiere al aumento de la vulnerabilidad económica que enfrentan mujeres y niñas debido a la carga financiera planteada por los suministros para la menstruación. Estos incluyen no sólo toallas sanitarias y tampones, sino también gastos conexos tales como analgésicos y ropa interior.

La pobreza del período no sólo afecta a las mujeres y niñas de los países en desarrollo, sino que también afecta a las mujeres en los países ricos e industrializados [...] La pobreza del período no es sólo una cuestión económica, sino también social y política. (UNFPA, 2022)

En el curso de la vida de una mujer u otra persona menstruante en promedio pasa 3,000 días de su vida menstruando, es decir, poco más de ocho años, y es probable que alrededor del mundo 800 millones de personas tengan simultáneamente su

período; cifras que ayudan a dimensionar que la pobreza menstrual, así como la discriminación, exclusión o descuido a causa de la menstruación no es un problema menor (UNFPA, 2022).

Además, ante los contextos causados por la pandemia por la COVID-19, el Fondo de Población de las Naciones Unidas ha apuntado que hubo —y aún hay— un impacto sobre la capacidad de algunas

personas para manejar su menstruación de manera segura y con dignidad.

Lo anterior pudo deberse a situaciones como deficiencias en la prestación de servicios de agua y saneamiento, como lo son la interrupción del suministro de agua; desabastecimiento y perturbaciones de la cadena de suministro, por las que comunidades pudieron perder o ver limitado el acceso a tampones, toallas sanitarias y otros materiales de gestión menstrual; asimismo, pudo haber un aumento de los precios de tales productos por fallas en la cadena de suministro y otros factores como las compras de pánico; las personas en aislamiento que hayan contraído o estado en contacto con alguien que haya enfermado de COVID-19 pudieron enfrentar acceso limitado a productos menstruales o agua corriente; y el estrés económico en las familias, pudo hacer que en los hogares se priorizarán otras necesidades básicas. (UNFPA, 2022)

En pocas palabras la pandemia por la COVID-19 cambió la forma en que las personas experimentaron y pensaron la menstruación, fue un contexto en el que hubo más casos en que se tuvo que elegir entre comprar alimentos o algún producto de gestión menstrual.

Otro factor a considerar es la falta de conocimiento de la menarquia y la menstruación, el cual aumentó debido al cierre de las escuelas en el periodo más complejo de la pandemia, la interrupción de los servicios de salud normales y el

acceso limitado a las tecnologías y por lo tanto al servicio de internet; y es que, la falta de conocimiento sobre este ciclo contribuye al estrés y la ansiedad (UNFPA, 2022). Aún en tiempos de crisis globales es indispensable garantizar el acceso a información, productos e instalaciones para proteger la dignidad y salud menstrual (UNFPA, 2022).

Pero, la pobreza menstrual no es un fenómeno reciente, el testimonio de Luz María da cuenta de lo anterior, “Yo siempre usé trapos, los doblaba varias veces, pero por más que me ponía y me cuidaba, siempre me manchaba. No sabía que había otras cosas para protegerse” (como se citó en Santes Simbrón, 2023). Y de acuerdo con la Primera Encuesta Nacional de Gestión Menstrual, publicada en 2022, las toallas de tela fueron el tercer producto más usado para gestionar la menstruación, precedidas por las toallas desechables y los tampones; destacando el hecho de que el 32% de quienes usaban toallas de tela lo hacían porque era su única opción disponible y 40% señaló que eran hechas con retazos de tela que tenían en casa (Santes Simbrón, 2023).

Y es que, la misma encuesta dio cuenta de que el 45% de las encuestadas habían tenido dificultades económicas en sus hogares para comprar toallas desechables, 12% había tenido que renunciar a comprar o adquirir otros productos o servicios, como pudieron ser alimentos o medicamentos, por comprar dicho producto de gestión menstrual (Santes Simbrón, 2023).

Figura 8



Fuente: Sin título. | Imagen recuperada de Santes Simbrón, L.Y. (2023, 18 de noviembre).
Panorama rojo: México avanza lento hacia la justicia menstrual. *Corriente Alterna*.
<https://corrientealterna.unam.mx/reportaje/panorama-rojo-mexico-avanza-lento-hacia-la-justicia-menstrual/>

5.1. Si es rosa ¿cuesta más?

A la pobreza menstrual se suma el hecho de que algunos productos de uso común entre hombres y mujeres cuya calidad y finalidad es la misma presentan mayores costos en las versiones femeninas, lo que se conoce como “impuesto rosa” o “*pink tax*”, pero, se debe tener claro que su nombre no debe tomarse como algo literal, ya que los productos no tienen por qué ser necesariamente de color rosa, aunque en muchos de los casos lo son. Algunos de los productos en los que se observa el impuesto rosa son los de higiene, como rastrillos, cremas, jabones o shampoo, “Lo anterior genera una problemática [de importancia] debido a que son considerados productos básicos y la brecha de precios provoca un desequilibrio en el poder adquisitivo entre los géneros.” (Govea Franco, 2021).

Lo anterior responde a que el enfoque para el mercado femenino requiere mayores esfuerzos económicos en la producción, distribución y comercialización de los productos, ejemplo de ello es la decoración y diseño de los aparadores, ya que suele ser más vistosa e incluso hay mayores montos publicitarios focalizados al sector de las mujeres, características por las que supuestamente se justifican los costos elevados (Govea Franco, 2021). Asimismo, se debe insistir en que, pese a ser llamado impuesto no debe entenderse propiamente como un impuesto, se trata de un sobreprecio “aplicado por estrategias mercadológicas, consecuencia de la estrecha vinculación entre la mujer y el hogar, lo que explicaría su mayor peso en las decisiones de compra (como se citó en CONDUSEF, s.f.).

Para entender mejor el impacto del impuesto rosa se deben considerar aspectos como lo son la brecha salarial y las mayores dificultades que experimentan las mujeres para posicionarse en el mercado laboral, las cuales son situaciones que al día de hoy persisten. Por lo tanto, hay una fuerte pérdida de la capacidad adquisitiva de las mujeres, y considerando que en el país poco más de la mitad de la población pertenece a ese sector, la suma de tales factores se refleja de forma negativa en la economía general, “se ha comprobado que los países que cuentan con un escenario con mayor participación laboral femenina y menores brechas en los gastos básicos,

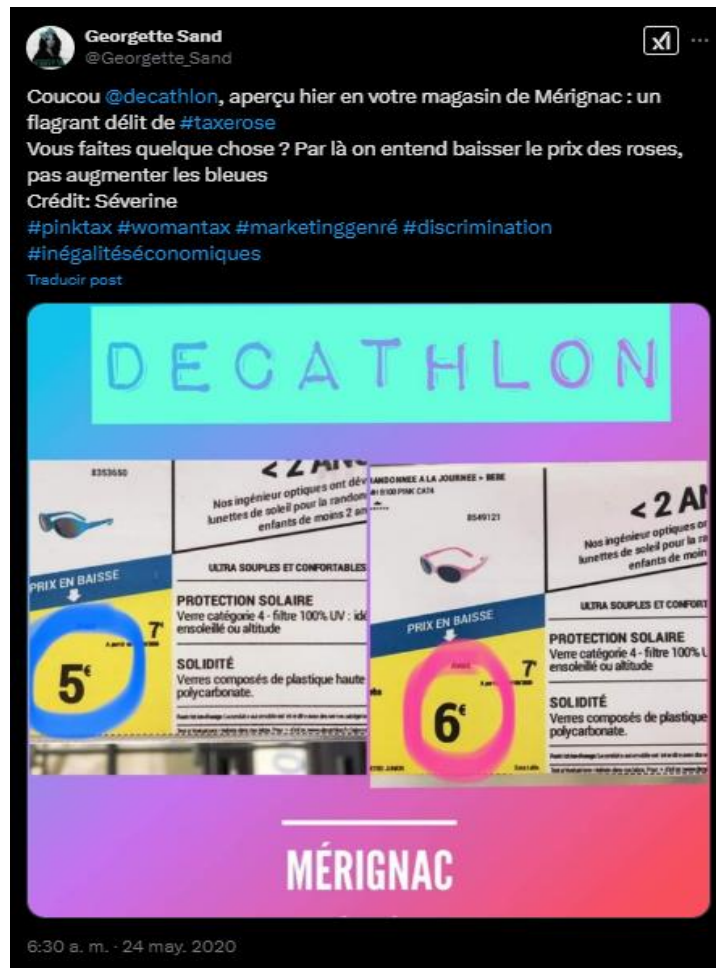
tienen mayor crecimiento económico comparado con los que cuentan con una tendencia contraria.” (Govea Franco, 2021).

Ha hasta años recientes que el fenómeno del impuesto rosa ha comenzado a recibir mayor atención, por lo que la literatura al respecto aún es escasa, sin embargo, existen algunos estudios a nivel internacional de importancia y concluyentes. En 1995, en California, Estados Unidos, un estudio reveló que las mujeres pagaban hasta 1.351 dólares más al año por la versión femenina de algunos productos (Womenalia, 2017); y ante una realidad no tan diferente en 2014 en Francia surgió una iniciativa del grupo feminista *Georgette Sand*, se encargaron de poner en el debate público el impacto del impuesto rosa: “las mujeres americanas pagan al año 1.300 dólares más que los hombres por productos similares” (*El País*, 2014), invitando a la población a que compartiera fotos en redes sociales con ejemplos que demostrarán el impuesto rosa.

Con el ejercicio de comparar precios se puso en evidencia la existencia de un costo diferenciado debido al sexo. La actividad se mantuvo gracias al canal abierto que ofrecía Twitter ahora X, bajo la etiqueta #womantax usuarias y algunos usuarios de dicha red social siguieron añadiendo comparaciones de distintos productos, además de publicar sus opiniones sobre el tema. Resulta pertinente señalar que en el perfil de X de la colectiva la publicación más reciente que se identificó sobre el tema fue en mayo de 2020.

Este ejercicio se replicó en otros países, aunque se realizó desde los medios de comunicación e instituciones gubernamentales. Por ejemplo, en 2015 en la ciudad de Nueva York se publicó un informe en el que se compararon los precios de versiones femeninas y masculinas de aproximadamente 800 productos de 90 marcas en 24 tiendas diferentes, lo que arrojó que las mujeres pagaban en promedio 7% más que los hombres por productos similares (Ecofeminista, 2016).

Figura 9.



Fuente: #taxerose | Sand, Georgette [@Georgette_San]. (2020, 24 de mayo). Coucou @decathlon, aperçu hier en votre magasin de Mérignac: un flagrant délit de #taxerose [tuit].

X. https://x.com/Georgette_Sand

Un año después en Canadá la CBC News señaló que de acuerdo con un informe de la empresa *Parse Hub* las mujeres pagaron 43% más que los hombres por productos de cuidado personal (Becerril, 2020). Posteriormente (2018) en España se concluyó que el 74% de las fragancias de la misma marca son más caras en sus versiones para mujeres, asimismo se encontraron más diferencias en productos como zapatos, en los que podía haber una diferencia de hasta el 7%, en relojes de pulsera la diferencia podía llegar hasta el 12%, lo mismo ocurriría con productos de papelería, juguetes, etcétera (Castelló, 2020).

Durante los meses de abril a mayo de 2019, en México la Procuraduría Federal del Consumidor (Profeco) recabó los precios de algunos productos similares para

mujeres y hombres en diferentes establecimientos, con el objetivo de encontrar diferencias en el precio. A lo largo de este ejercicio se identificó un aumento en el costo de productos para las mujeres, el cual iba del 0.3 hasta el 17.2 por ciento, particularmente en productos de higiene (Profeco, 2019).

Para tener un panorama más claro del impuesto rosa en México, a continuación, se reproduce un fragmento de la lista que presentó la Procuraduría Federal del Consumidor en 2019, y a partir de ella se reproducirá el mismo ejercicio con los costos que productos similares manejan actualmente (costos en el marco de la primera quincena de febrero de 2025, con información de distintos sitios web).

Tabla 1. El impuesto rosa en número, México 2019

Productos para la mujer	Precio	Productos para el hombre	Precio	Diferencia
Ropa interior desechable. Tena, paquete de 10 piezas, pants mujer, mediano, pañal para adulto	\$143.50	Ropa interior desechable. Tena, paquete de 10 piezas, pants Discret, CH/M, pañal para adulto	\$126.03	\$17.47
Máquina para afeitar. Gillette Venus breeze para dama, blíster 1 pieza	\$117.24	Máquina para afeitar Gillette Mach 3 Sensitive para caballero, blíster 1 pieza	\$108.45	\$8.79
Calzón entrenador niña. Huggies Pull- Ups, extragrande, paquete con 30 piezas	\$181.67	Calzón entrenador niño. Huggies Pull-Ups, extragrande, paquete con 30 piezas	\$179.27	\$2.40
Desodorante para Dama. Rexona Clinical Clasic, caja con barra, 48g.	\$74.89	Desodorante para Caballero. Rexona Clinical Men Clean, caja con barra 48g.	\$74.70	\$0.19

Fuente: Elaboración propia con datos recuperados de Procuraduría Federal del Consumidor. (2019, 21 de junio). Impuesto rosa: La utilidad no tiene color.

<https://www.gob.mx/profeco/articulos/impuesto-rosa-la-utilidad-no-tiene-color?idiom=es>

Tabla 2. El impuesto rosa en número, México 2025

Productos para la mujer	Precio	Productos para el hombre	Precio	Diferencia
Tena Pants Mujer Ropa Interior desechable, 10 piezas. Talla CH/M	\$218	Tena Pants Comfort Ropa Interior desechable, 10 piezas. Talla CH/M	\$148	\$70
Gillette Venus, 1 pieza	\$228.50	Gillette Mach 3 Sensitive, 1 pieza	\$188	\$40.50
Calzón entrenador niña. Huggies Pull- Ups, talla mediana, paquete con 30 piezas	\$216	Calzón entrenador niño. Huggies Pull-Ups, talla mediana, paquete con 30 piezas	\$216	na.
Antitranspirante Rexona Clinical expert, en aerosol para dama, 150 ml	\$104	Antitranspirante Rexona Clinical expert, en aerosol para caballero, 150 ml	\$104	na.

Fuente: Elaboración propia con información de distintos sitios web

Parece que el nombrar y visibilizar al llamado impuesto rosa ha dado resultados, pues como se observa en algunos productos la diferencia de precios se mantiene, pero en otros se han establecido precios iguales, como en los calzones entrenadores y los antitranspirantes. Considerando lo anterior es posible proponer que uno de los problemas de género que afecta a las mujeres alrededor del mundo en la esfera de lo económico es el llamado impuesto rosa y parece que aún hay mucho por hacer para combatirlo de raíz (Saldívar, 2020).

Considerando el ejercicio comparativo que se realizó a través de las tablas antes expuestas, parece que la mejor manera de observar el impuesto rosa es a hacer las compras, ya sea de forma presencial en algún establecimiento o en algún sitio de *ecommerce* y comparar los precios de artículos con el mismo uso, pero, enfocados a diferente público, es decir, hombres o mujeres.

El impuesto rosa comienza desde que se nace, a las niñas se les asigna el color rosa y a los niños el color azul, práctica que continúa arraigada; además a los niños se les alentará a correr y ser atrevidos, a que sean deportistas; mientras que a las niñas se les proponen dinámicas de juego más tranquilas como la comidita, las princesas o cuidar de sus muñecas (de la Garza & Derbez, 2020, p. 23). De esta forma “sutil” y lúdica se comienzan a interiorizar los mandatos del “deber ser” así como las expectativas que la sociedad atribuye a hombres y mujeres (de la Garza & Derbez, 2020, p. 23). Es así como la madre y el padre de una niña tendrán que pagar más por su ropa y juguetes que los de un niño. Por ejemplo, hasta hace algunos años se estimó que los juguetes para niña son 7% más caros que los de niño y la ropa infantil costaba 4% más si es para una niña (García, 2018).

Figura 10.



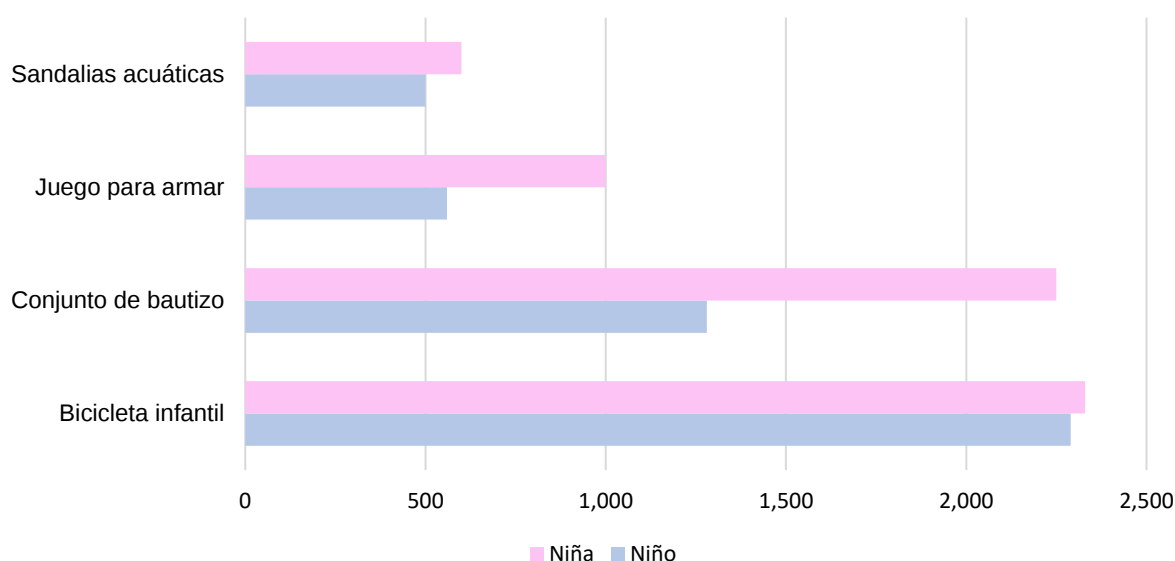
Fuente: #taxerose | Sand, Georgette [@Georgette_San]. (2019, 11 de diciembre). Un article de nos amies belges sur l'infame #taxerose [tuit]. X. https://x.com/Georgette_Sand

En México tal disparidad no es ajena, un ejercicio de 2018 arrojó los siguientes datos:

la misma bicicleta en color rosa es más cara que la azul (2,290 pesos contra 2,330). Un mameluco para bebé del mismo material y talla es también más caro si tiene color rosa o una flor de estampado (180 pesos contra 250). Las sandalias acuáticas son aproximadamente 20% más caras en la versión femenina (500 pesos contra 600).

Para quienes bauticen a sus hijas la diferencia es pronunciada. El conjunto de bautizo para niña cuesta 76% más que el de niño (1,280 pesos contra 2,250) Y un juego de LEGO con el mismo número de piezas es 79% más caro si es de princesas (560 pesos contra 1,000). (García, 2018)

Gráfica 1. Costos diferenciados por sexo en productos para las infancias, 2018



Fuente: Elaboración propia con información de García, A.K. (2018, octubre 03). Pink tax: la cara invisible de la desigualdad de precios por género. *El Economista*.

<https://www.eleconomista.com.mx/empresas/Pink-tax-la-cara-invisible-de-la-desigualdad-de-precios-por-genero-20181003-0046.html>

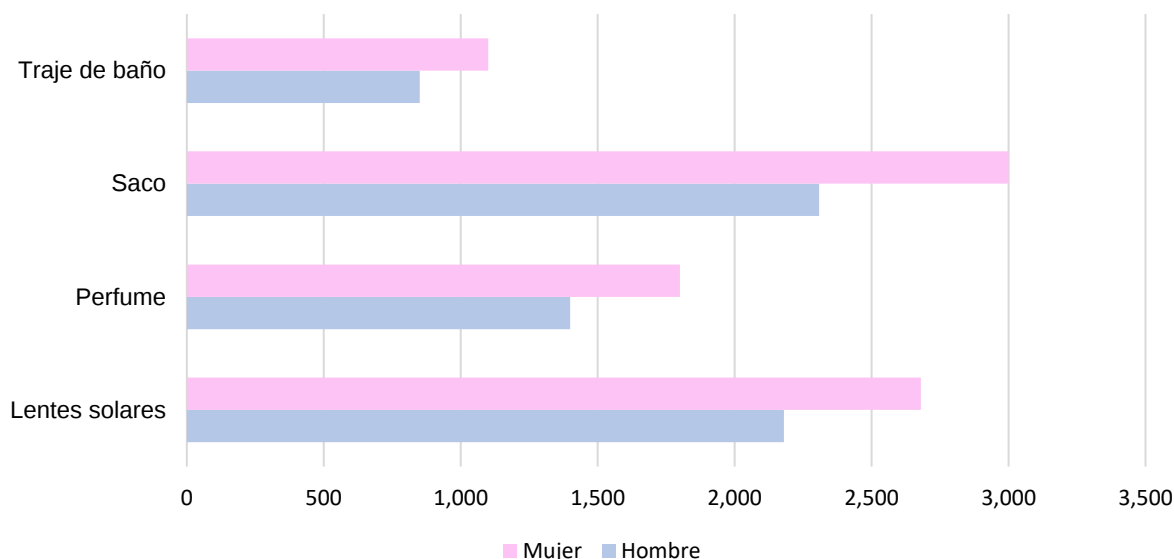
El ejercicio también se desarrolló con productos para adultos, arrojando lo mismo que para el caso de las infancias, es decir, algunos productos son más caros para las mujeres, por ejemplo:

un saco y un traje de baño del mismo material, misma marca y de acabados similares son aproximadamente 30 por ciento más caros en la versión femenina. El precio del saco para hombre es de 2,310 pesos y el de mujer asciende a 3,000. En el caso de los trajes de baño la diferencia es 850 pesos contra 1,100. (García, 2018)

Además, como se ha enunciado en párrafos previos son los productos de higiene y cuidado personal en los que más se nota el impuesto rosa, como son los rastrillos. En una tienda departamental de México un perfume de la misma marca cuesta 29% más si es para dama (1,400 pesos contra 1,800), el mismo modelo

de lentes solares está 23% más caro en la versión femenina (2,180 pesos contra 2,680) y un gel de limpieza facial aproximadamente 10% más caro (319 pesos contra 350). (García, 2018).

Gráfica 2. Costos diferenciados por sexo en productos para adultos, 2018



Fuente: Elaboración propia con información de García, A.K. (2018, octubre 03). Pink tax: la cara invisible de la desigualdad de precios por género. *El Economista*.

<https://www.eleconomista.com.mx/empresas/Pink-tax-la-cara-invisible-de-la-desigualdad-de-precios-por-genero-20181003-0046.html>

Pero, el impuesto rosa no solo se hace presente en los productos, sino que también se experimenta en lo referente al costo de algunos servicios, ejemplo de ello es el costo de los seguros, pues se ha observado que son más caros los que están dirigidos a las mujeres, argumentando que la diferencia del precio se debe a que las aseguradoras “parten del supuesto de que la mujer es más longeva que el hombre... [además de que] a pesar de que vive por más tiempo, es también más propensa a padecer otras enfermedades” (CONDUSEF, 2019).

Tabla 3. El costo de ser mujer y los seguros de gastos médicos mayores, 2019

Institución	Suma asegurada	Deducible	Costo (prima neta anual)	
BBVA Seguros	\$50 millones	\$8 mil	Él	\$11 mil 392
			Ella	\$14 mil 320
INBURSA Seguros	\$40 millones	\$9 mil 500	Él	\$12 mil 104
			Ella	\$16 mil 071
GNP Seguros	\$100 millones	\$10 mil	Él	\$17 mil 347
			Ella	\$24 mil 305

Fuente: **CONDUSEF** (2019, 26 de julio). Pink Tax o impuesto rosa.

<https://revista.condusef.gob.mx/2019/07/pink-tax-o-impuesto-rosa/>

Frente a las cifras que se observan en la tabla, las cuáles reflejan una considerable disparidad debido a género, María de los Ángeles Yáñez, quién fuera directora ejecutiva de la Asociación Mexicana de Instituciones de Seguro, declaró que:

si bien la mujer vive más tiempo y está propensa a enfermedades como el cáncer de mama, el cambio de hábitos hace que poco a poco esta diferencia de precios vaya cerrándose porque cambian los índices de mortalidad y morbilidad. En este sentido, comentó que en Europa algunas aseguradoras ya no toman en cuenta, al momento de asegurar un riesgo, si el cliente es hombre o mujer.

“Hablar de impuesto rosa me parece un poquito prematuro. Habría que analizar cómo está la situación de morbilidad y mortalidad tanto de hombre y mujeres y ver hacia dónde nos estamos moviendo como industria, y cómo hacemos mayor inclusión financiera. Ver qué es lo que impide que las personas obtengan seguros”. (Saldívar, 2020)

Resulta pertinente apuntar que la esperanza de vida continúa en aumento en el

país, lo que responde a diversos factores, en 2024 a nivel nacional fue de 75.5 años y para la Ciudad de México de 76.8, edades que para 2025 se modificaron pasando a 75.7 y 77 años respectivamente; y al considerar la información desagregada por sexo, para 2025 la esperanza de vida para los hombres es de 72.6 años a nivel nacional y 74.0 años en la Ciudad de México, mientras que para las mujeres es de 79 y 80.2 años respectivamente (Instituto Nacional de Estadística y Geografía, s.f.). Una de las razones que incide en estas cifras es el acceso a la salud, por lo que es pertinente cuestionar si ¿es importante la perspectiva de género cuando se estudia el acceso a la salud?

En 2005 los Estados miembros de la Organización Mundial de la Salud, incluido México, asumieron el compromiso de llegar a una cobertura sanitaria universal, lo que se consideró una expresión e interés por parte de los gobiernos porque todas las personas tengan acceso a servicios de salud —que incluyen prevención, promoción, tratamiento, rehabilitación y cuidados paliativos— evitando riesgos económicos presentes y futuros (OMS, 2013, p. XI-XII). El objetivo de esta cobertura es que cada persona obtenga los servicios de salud que requiere a un costo asequible, tanto para sí mismas, como para el gobierno.

Por lo tanto, todos los Estados deben decidir qué servicios de salud son necesarios y cómo asegurar que están universalmente disponibles, siendo accesibles en costos, además de eficaces y de buena calidad (OMS, 2013, p. 7). Además, los servicios de salud que se requieren cambian en cada país, ya que responden al entorno, así como al hecho de que las causas de la falta de salud varían, además de que los servicios requeridos se modifican a lo largo del tiempo.

En México hay algunos avances en materia sanitaria, pero los indicadores aún registran diferentes retos. A lo largo del siglo XX en el país se inició el desarrollo del sistema de salud con una lógica de crecimiento industrial, es decir, esquemas de salud por condiciones de empleo, lo que se traduce en servicios de salud con prepago al que acceden trabajadores del sector formal de la economía; pero, la realidad sobre el desarrollo económico es una elevada proporción de la población en la economía informal (autoempleo o trabajos sin prestaciones) expuestos a

gastos excesivos en torno a la salud (Gutiérrez, 2013, p. 153), y las mujeres se desempeñan mayoritariamente en el sector informal.

En términos generales el principal reto es pasar de un esquema en que:

más de la mitad del gasto en salud se da de forma asociada con eventos de salud, mediante gastos de bolsillo y privado, hacia un esquema con acceso a servicios, ya sea de prepago [aún fuera de la economía formal] o sin pago en el punto de contacto (Gutiérrez, 2013, p. 154),

obviamente con servicios efectivos y adecuados tanto en lo preventivo como en lo curativo.

Además, de acuerdo con integrantes de la Organización Panamericana de la Salud, una razón empírica para prestar atención a las diferencias en la salud entre hombres y mujeres, es que esas diferencias existen, incluso cuando el elemento socioeconómico pueda no ser marcado (George, *et. al.*, 2005). Por ejemplo, en Suecia, un país al cual se le reconoce por tener una mayor igualdad de clases, el riesgo de padecer depresión en los años previos a cumplir 80, es de 28% para los hombres y de 49% para las mujeres (George, *et. al.*, 2005).

Ante lo anterior, es posible identificar que en el contexto del impuesto rosa se tejen diferentes esferas de la vida pública y privada, y si bien, todas tienen un impacto diferente son elementos que alimentan dicho fenómeno, finalmente, en materia de salud se debe recordar que la menstruación debe ser un tema de salud y no de higiene, por lo que el acceso a la salud y los costos asequibles de los productos de gestión menstrual y otros de cuidado personal son determinantes.

5.2. ¿Por qué las mujeres pagan más? El impuesto que no deberías pagar.

Se ha estimado que las mujeres toman al menos el 80% de las decisiones de compra, son, en la mayoría de los casos las tomadoras de decisiones en cuanto a las compras en el hogar y consumidoras ávidas, es por ello que desde empresas y áreas de marketing han afiliado sus estrategias por adaptarse al mercado femenino (AMVO, 2020; Womenalia, 2017). Además, las mujeres ejercen una increíble influencia social a la hora de recomendar productos, lo que se hace visible en las redes sociales y otras vías de comunicación, tienen tal alcance que pueden cambiar la percepción de una marca a otra e incluso hacer que se deje de comprar cierto producto si no responde a una serie de condiciones de calidad (Womenalia, 2017).

El problema comienza cuando esas campañas y estrategias —dirigidas por hombres en su mayoría— tiñen de rosa un producto de uso común, las consumidoras siguen pagando ese precio bajo la creencia de que se trata de un producto diseñado especialmente para ellas, al menos eso es lo que les ha dicho la mercadotecnia (AMVO, 2020; Womenalia, 2017). La asignación de dicho color se basa en los estereotipos de género, así como la idea de que las mujeres son más consumistas que compran irreflexivamente, o que están más preocupadas por su imagen, lo que las lleva a estar dispuestas a absorber cualquier precio (de la Garza & Derbez, 2020, p.15).

En general las personas expertas en el tema consideran que la diferencia en los precios se debe a decisiones de marketing, las cuales se sostienen en el abuso u predisposición a pensar que las mujeres pagaran más por un mismo producto, solo porque se añade la leyenda “para mujeres” o se utiliza el color rosa, esto pese a que algunas investigaciones han demostrado que el rosa solo es el color preferido del 3% de las mujeres, sin sumar ningún otro atributo al de uso común (Castelló, 2020).

En este sentido y como una postura opuesta a lo antes expuesto, Gerard Costa profesor del Departamento de marketing de ESADE Universidad Ramon Llull, en España, identifica una razón para ese mayor costo, pues “al ser ediciones

específicas, son series más pequeñas con aspectos funcionales, colores, envases distintos, que llevan un coste de mayor producción” (Castelló, 2020), además de que señala que las mujeres deben hacer compras más racionales.

La Profeco coincide con lo postulado por Costa, señalando que la diferencia en los costos responde a que “las marcas invierten más dinero en la presentación de sus productos, empaque, diseño y publicidad” (AMVO, 2020). Pero, también apunta que el sobreprecio no está justificado del todo, lo que se puede considerar como “un tipo de sexismo y abuso por parte de las marcas basado en una cuestión de género” (AMVO, 2020).

Como se ha visto en algunos de los ejemplos antes expuestos, a veces las diferencias pueden ser de centavos, pero, si éstos se suman a lo largo de toda la vida de una consumidora el impacto resulta considerable. De acuerdo con la iniciativa *Ax The Pink Tax* —la cual surgió como una herramienta para combatir el impuesto rosa— el sobreprecio que pagan las mujeres por diversos e innumerables artículos y servicios hace más costosa la condición de ser mujer, situación que se exagera si consideramos la brecha salarial que existe entre hombres y mujeres. Y es que, las mujeres no solo ganan menos, sino que pagan más para satisfacer sus necesidades. Es por lo anterior que el sitio de *Ax The Pink Tax* ofrece una función para calcular cuánto dinero —en dólares— le ha costado a una mujer el impuesto rosa de acuerdo con su edad.

Figura 11



Fuente: Pink tax | Imagen recuperada de Gómez, R. (2018, 21 de agosto). El pink tax, así es como las mujeres pagamos más por los mismos productos.

<https://malvestida.com/2018/08/el-pink-tax-asi-es-como-las-mujeres-pagamos-mas-por-los-mismos-productos/>

Entre las nuevas y cada vez más arraigadas formas de consumo, específicamente ente el comercio electrónico, el impuesto rosa se ha posicionado y continúa impactando considerablemente entre las mujeres, y es que la aplicación de éste

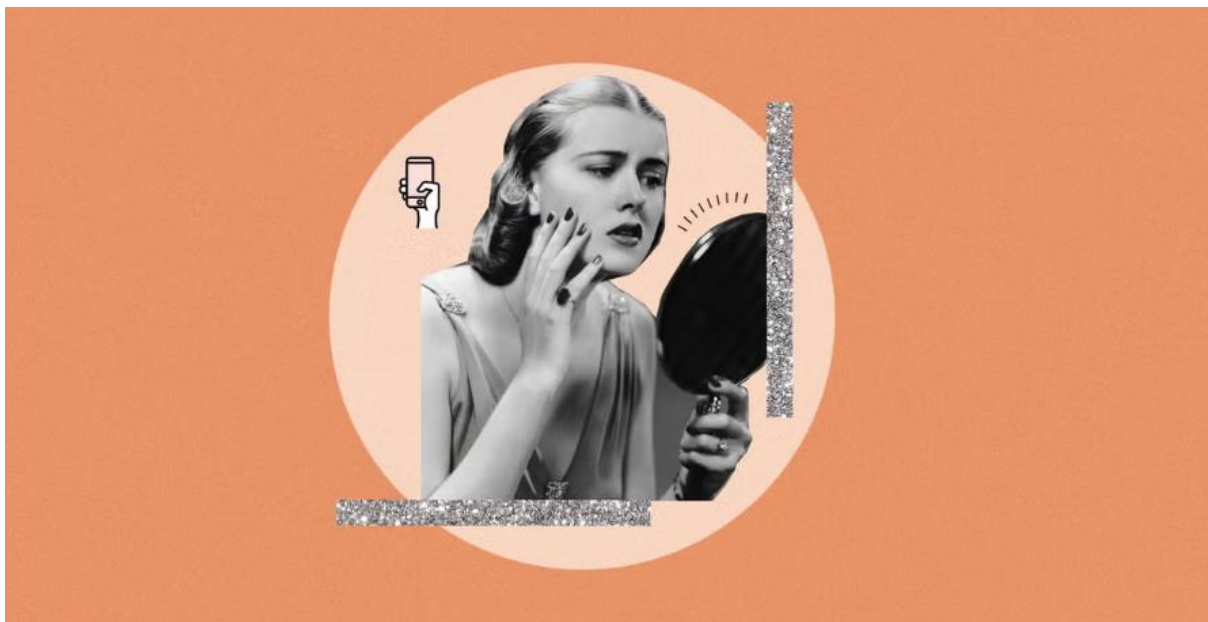
no depende del canal de venta sino de las marcas y la mercadotecnia detrás de los productos y servicios. No obstante, existe la oportunidad de comparar con mayor facilidad los precios de los mismos productos enfocados para mujeres y para hombres, ya sea en el mismo *ecommerce* y entre varias plataformas de comercio. (AMVO, 2020)

Lo anterior resulta un recurso de utilidad para las mujeres ya que, al conocer la disparidad entre los precios de productos similares para ellas y ellos, les permitirá evitarlos en medida de lo posible. Y es que, las mujeres no solo se enfrentan al

impuesto rosa, a éste se suman otros fenómenos que hacen que las mujeres gasten mucho más que los hombres en productos relacionados con el cuidado personal. Uno de ellos es el *make up tax* o impuesto de maquillaje, el cual alude al gasto-inversión que realizan las mujeres para cumplir con los estándares de belleza hegemónica, los cuales son impuestos por la sociedad, y de no cumplirlos pueden impactar negativamente en distintas esferas de su vida. Este término fue popularizado en 2015 por la entonces precandidata presidencial en Estados Unidos Hillary Clinton, ya que en una entrevista refirió sentirse víctima del *make up tax*.

A los hombres no se les exige tal etiqueta y por lo tanto no tienen que hacer esa inversión adicional de tiempo y dinero en su aspecto físico para mantener su desarrollo y crecimiento en distintas esferas de la vida pública y privada (Camacho, 2019). Las mujeres occidentales han obtenido derechos civiles y reproductivos, también han podido acceder a mayores niveles escolares y más profesiones, pero, algunas ellas continúan sin sentirse libres por asuntos aparentemente frívolos como podría ser la apariencia física, el rostro, el maquillaje, el cuerpo, la ropa... siguen siendo temas que tienen gran importancia social, además, de que a las mujeres desde pequeñas se les inculca “que ser bonitas es la clave para poder ser aceptadas” (Garza & Derbez, 2020, p.40). En este sentido, la escritora estadounidense Susan Sontag escribió: “No está mal ser bella, el problema es la obligación de serlo” (como se citó en de la Garza & Derbez, 2020, p.40).

Figura 12



Fuente: Make up tax | Imagen recuperada de Alonso, M. (2022, 26 de julio). Violencia estética: qué es y cómo afecta a la autoestima de las mujeres.

<https://www.cosmopolitan.com/es/salud-fitness/salud/a40687796/violencia-estetica-autoestima-mujeres/>

Al *make up tax* se suma el *tampon tax*, *period tax* o impuesto menstrual, con el que se hace referencia al impuesto que solo pagan las personas que menstrúan, es decir, es el impuesto que se aplica a todos los productos de gestión menstrual: tampones, toallas femeninas, copas menstruales, esponjas marinas menstruales, pantaletas menstruales, analgésicos, entre otros. Además, resulta pertinente señalar que “el impuesto a la menstruación no existe como un impuesto dedicado en sí mismo, es un término elegido por los activistas para resaltar los gravámenes a los productos menstruales.” (Jurga, *et. al.*, 2021, p. 5).

Cabe señalar que en los últimos años ha habido una ola de países y estados que han eliminado o reducido los impuestos sobre los productos menstruales, Kenia y Corea del Sur eliminaron el impuesto en 2004, seguidos por Uganda en 2005, pero solo desde mediados de 2010 ha habido un impulso real (Jurga, *et. al.*, 2021, p. 6). En noviembre de 2020 Escocia fue el primer país en el mundo en establecer que el acceso a los productos de gestión menstrual fuera gratuito para su población; y con estos antecedentes a partir de 2022 tales productos están libres de IVA en México.

Figura 13



Pink tax | Imagen recuperada de Gutiérrez, X. (2022, 24 de junio). La menstruación debe ser tema de salud y no de higiene, según la OMS. <https://www.dondeir.com/noticias/la-menstruacion-debe-ser-tema-de-salud-y-no-de-higiene-segun-la-oms/2022/06/>

5.3. Ellas pagan más, aunque ganen menos.

Esta “guerra” de precios se desenvuelve en un terreno inhóspito que tiene más de un obstáculo al cual hacerle frente, ya que se viven situaciones de desigualdad, por ejemplo, la brecha salarial –Medida estadística que muestra la distancia entre mujeres y hombres respecto a un mismo indicador. Se utiliza para reflejar la brecha existente entre los sexos respecto a las oportunidades de acceso y control de los recursos económicos, sociales, culturales y políticos. Su importancia estriba en comparar cuantitativamente a mujeres y hombres con características similares, como edad, ocupación, ingreso, escolaridad, participación económica y balance entre el trabajo doméstico y remunerado, entre otros indicadores que sirven para medir la equidad de género. (InMujeres, 2007, p. 25)– y acceso a la alta dirección, situaciones que apuntan hacia la importancia de desarrollar políticas públicas con perspectiva de género. En México en promedio las mujeres ganan 15% menos que los hombres, esto en el sector formal, pero en la informalidad esa disparidad se eleva al 20% (Hernández, 2024).

Parece que se trata de un problema que desde hace años se esta “atendiendo”, pero, no hay avances significativos, pues en 20 años la brecha solo se ha acortado en 0.4 puntos porcentuales, “ellas siguen percibiendo 85 pesos por cada 100 pesos que ganan ellos” (Hernández, 2024). “Actualmente, en el país la fuerza laboral femenina gana en promedio 15% menos que las remuneraciones que reciben los hombres; sin embargo, advierte el centro de investigación, en la informalidad esta disparidad alcanza el 20 por ciento.” (Hernández, 2024).

Esta disparidad de ingresos bien podría ser un monstruo de mil cabezas. El fenómeno responde a diversos factores, entre ellos, problemas estructurales del mercado laboral, como la alta informalidad y las tareas de cuidados no remunerados, los cuales recaen en su mayoría en las mujeres.

[También se ha estimado que] la fuerza laboral femenina destina 35 horas semanales al trabajo remunerado, esto es 20% menos que lo invertido por

los hombres. Pero en tareas de hogar y cuidados no remunerados la balanza no sólo se invierte, es desproporcionadamente inversa: ellas destinan 42 horas semanales a estas actividades, eso es 121% más que los varones. (Hernández, 2024).

A lo anterior se suma la baja participación laboral femenina, para 2024 se estimó que en el país sólo el 46.3% de las mujeres participa en el mundo del trabajo, proporción que es de 76.2% para los hombres (Hernández, 2024). “En el cuarto trimestre del 2023, la participación económica de las mujeres alcanzó una cifra histórica de 46.5%, de acuerdo con la Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo” (Hernández, 2024), y en 2024 se observó que la participación femenina se redujo. Lo anterior responde a un iceberg de una serie de problemas en los que se encuentra la falta de flexibilidad laboral, la responsabilidad de asumir actividades de cuidados, así como el hecho de que no se ha hecho un esfuerzo real en materia de políticas públicas que sumen a ajustar esta situación.

En este contexto las mujeres enfrentan otras dificultades como el techo de cristal y el suelo pegajoso. El techo de cristal es un término que se ha empleado desde finales de la década de 1980, y designa una

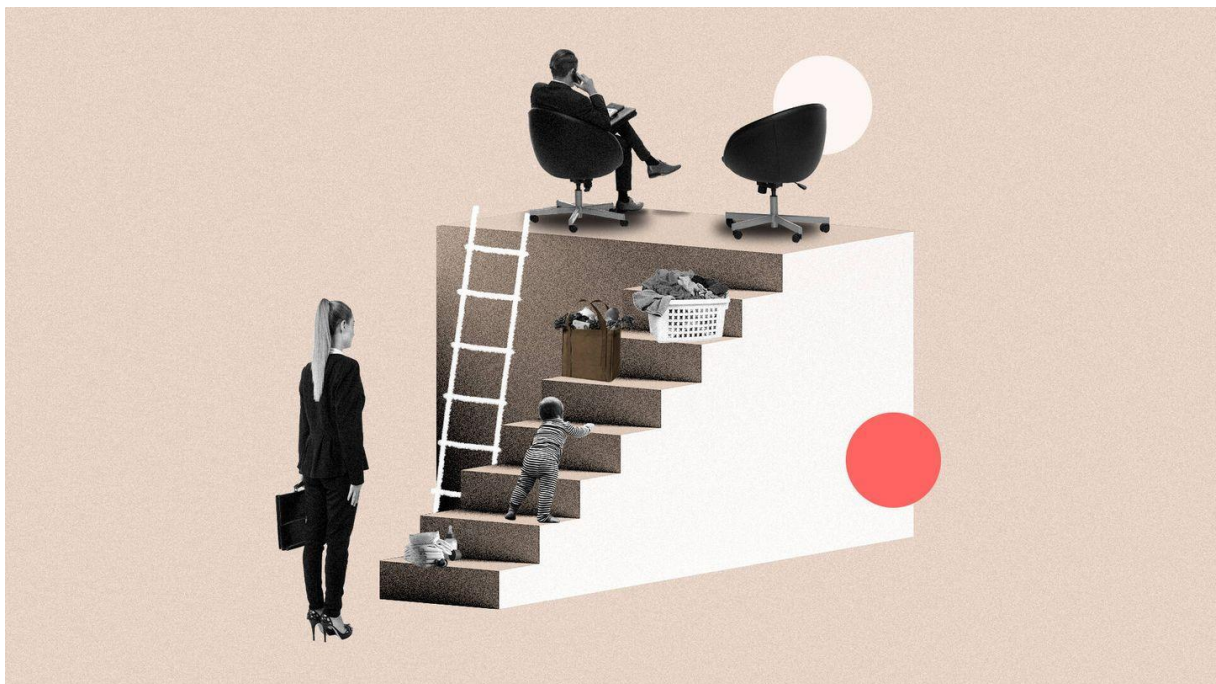
barrera invisible dentro del entramado estructural de las organizaciones que no permite o impide el acceso a las mujeres a puestos de mayor responsabilidad. Esta invisibilidad está dada por la inexistencia de algún mecanismo formal o informal al cual pueda atribuirse esta situación, por lo que las razones son difíciles de detectar. (InMujeres, 2007, p. 121)

Se trata de la barrera que impide a las mujeres con capacidad personal y profesional alcanzar posiciones y promocionarse. En ese entramado también se encuentran los estereotipos de género, en los que persiste la creencia de que determinadas características son propias de los hombres y las mujeres. A ellas las consideran pasivas y tímidas, características que no corresponden a los estereotipos sobre las

cualidades indispensables para dirigir con éxito, las cuales son asociadas a actitudes predominantemente “masculinas”, por ejemplo, la agresividad, la competitividad, la determinación y el vigor.

Mientras que el término de suelo pegajoso alude a las dificultades que enfrentan las mujeres para acceder a los primeros niveles de la carrera profesional, y se han identificado factores como: barreras internas asociadas a la identidad de género femenina, barreras producidas por el rol reproductivo y las responsabilidades familiares, así como barreras externas asociadas a la cultura organizacional y los estereotipos de género.

Figura 14



Fuente: Techo de cristal | Pablo de, I. (2022). Radiografía de la igualdad en el sector [ilustración]. El Confidencial. https://www.elconfidencial.com/juridico/2022-03-08/techo-cristal-elite-abogacia_3387161/

El término liderazgo se ha pensado como un recurso que refuerza el orden simbólico binario y la lógica patriarcal: “mientras que los hombres están mejor dotados para liderar y mandar, las mujeres lo están para cuidar de los demás y obedecer.” (Bellón-Cárdenas, 2017, p.90). Por lo anterior no es de sorprender que históricamente las

mujeres han ocupado lugares menores en las labores de liderazgo. Afortunadamente este imaginario se ha ido transformando, el elemento simbólico binario (masculino–femenino) se mantiene, pero las cualidades femeninas se valoran positivamente, lo que ha favorecido que los liderazgos femeninos se legitimen (Bellón-Cárdenas, 2017, p.90).

Sobre las cualidades femeninas la antropóloga Helen Fisher (2000) afirma que “hombres y mujeres son distintos, porque ambos tienen sus propios dotes naturales, que ella llama ‘capacidades innatas’” (como se citó en Pulido-Rivera, 2014, p. 274). De acuerdo con Fisher, estas capacidades innatas se resumen en las siguientes: habilidad verbal; capacidad para interpretar posturas, gestos, expresiones faciales y otros signos no verbales; sensibilidad emocional; empatía; excelente sentido del tacto, del olfato y del oído; paciencia; capacidad para pensar y hacer varias cosas simultáneamente; una amplia visión contextual de las cosas; afición a hacer planes a largo plazo; talento para crear redes de contacto y para negociar; impulso maternal; preferencia por cooperar, llegar a consensos y liderar sirviéndose de equipos igualitarios (como se citó en Pulido-Rivera, 2014, p.274).

Ante las necesidades del mundo actual las capacidades innatas de las mujeres parecen ser adecuadas, lo que ha sumado a la legitimación de los liderazgos femeninos. En el marco de los estudios de género se ha dado un debate en el que se cuestiona ¿cómo se dan las relaciones de género en estos liderazgos? ¿se reproduce el orden simbólico binario? Las mujeres que asumen los liderazgos ¿reproducen una lógica masculina o femenina?

En las relaciones de género entre mujeres, de acuerdo con la investigadora feminista Marta Lamas (2015), se identifican tres elementos culturales y psíquicos interrelacionados, y que suelen presentarse de manera conflictiva:

1. “el mandato cultural de la feminidad” (silencio, obediencia y abnegación en menoscabo del amor propio;
2. la “lógica de las idénticas” (forma de relación entre mujeres que no distingue diferencias entre ellas;
3. las “tretas del débil” (conjunto de conductas femeninas pasivo-agresivas,

desde la hostilidad y el silencio, hasta la zalamería o el coqueteo, para conseguir algo. (como se citó en Bellón-Cárdenas, 2017, p. 91)

Entonces, de acuerdo a los postulados de Lamas (2015) esta “lógica cultural de la feminidad” atrapa a las mujeres en una actitud de víctimas cómplices, aglutinadas frente al odio masculino, siempre y cuando ninguna se distinga de las demás, o bien impulsa una rivalidad destructiva entre ellas, muy distinta de la competencia abierta que promueve la socialización masculina (como se citó en Bello-Cárdenas, 2017, pp. 91-92). Esta lógica es dañina, por lo que es preciso transitar de una “lógica femenina de afectos y emociones entre seres supuestamente “iguales” [pues hay más de una experiencia de ser mujer], a una lógica de la necesidad pues ‘las mujeres nos necesitamos para afirmar nuestro sexo’” (Bellón-Cárdenas, 2017, p. 92). Solo así se lograrán liderazgos femeninos que realmente sean representativos para las mujeres.

5.4. Ante los altos costos ¿qué puedo hacer?

Todavía no existe una protección total para las mujeres en torno a la desigualdad de precios, por lo que es posible hacer uso de una serie de recomendaciones al momento de hacer compras, aunque no se debe perder de vista que hay varios productos que no pueden ser reemplazados por las versiones masculinas o “neutras”. Así que para cuidar el bolsillo algunas recomendaciones son:

- Evitar comprar productos color rosa o las versiones femeninas, pueden sustituirse por artículos neutros o para hombre, como en el caso de los rastrillos, las cremas corporales, los jabones... Lo mismo aplica en artículos para bebés e infantiles.
- Comparar precios.
- Si la diferencia del producto es cierta sustancia, fragancia u olor femenino que no sea posible remplazar con la versión masculina o neutra, una posibilidad es cambiar a una marca más económica.
- Comprar en oferta o al mayoreo.
- Denuncia la disparidad del precio de un producto solo por estar creado para las mujeres. (Proteja su dinero, 2019; García, 2018)

Además, al menos en uno de los rubros que impacta en los precios diferenciados en el país se inició el camino hacia un contexto más favorable, que no solo tendrá un impacto en la economía de las mujeres, pues también abarca a las otras personas menstruantes. En 2018 el Partido Acción Nacional propuso una iniciativa en contra del *tampon tax*, la propuesta blanquiazul pretendía llevar a una tasa de 0% del Impuesto de Valor Agregado (IVA) en los productos de gestión menstrual como toallas femeninas, tampones, pastillas para controlar los cólicos menstruales, entre otros productos (Camacho, 2019; Yáñez, 2018). Además, se solicitaba al gobierno que mediante la Secretaría de Salud se dispusiera que en los centros de salud se proporcionaran dichos productos de manera gratuita a la población femenina en condiciones de vulnerabilidad (Yáñez, 2018). Ya que en:

México todavía no hay protección hacia quienes sean víctimas de la desigualdad de precios y, por otro lado, el gobierno tampoco garantiza que

todas las mujeres cuenten con los productos y servicios sanitarios necesarios, dice la iniciativa. (como se citó en Yáñez, 2018)

En la Ley del Impuesto al Valor Agregado se reformaría el inciso B, del artículo 2o.- A, del capítulo I, agregando a la lista de productos en los que aplicaría una tasa del 0 por ciento de IVA a los productos de gestión menstrual:

El impuesto se calculará aplicando la tasa del 0% a los valores a que se refiere esta Ley, cuando se realicen los actos o actividades siguientes:

I.- La enajenación de:

b) Medicinas de patente, productos de higiene femenina y productos destinados a la alimentación... (Yáñez, 2018)

En la Ley General de Salud los cambios serían en la fracción VI del artículo 262 del capítulo VIII, título XII para agregar los artículos de higiene sexual femenina al cuadro básico y catálogo de insumos de la secretaria de salud.

Productos higiénicos: Los materiales y sustancias que se apliquen en la superficie de la piel o cavidades corporales, que tengan acción farmacológica o preventiva y los destinados para la higiene sexual de las mujeres. (Yáñez, 2018)

La iniciativa fue desechada pero no se quitó el dedo del renglón, y en 2022 con la entrada en vigor de la nueva Miscelánea Fiscal quedó asentado que los productos de gestión menstrual tendrán la tasa cero. El impuesto a tales productos afectaba principalmente a las mujeres, niñas y personas menstruantes de bajos recursos. Sobre ello Alejandra Collado, investigadora del Centro de Investigaciones y Estudios de Género de la Universidad Nacional Autónoma de México (CIEG – UNAM), refirió que “en México existen aproximadamente 63 millones de mujeres en edad de menstruar y sólo cuatro de cada diez tienen acceso a estos productos femeninos.” (Galván & Ortiz, 2021). “La menstruación no es un lujo”.

Figura 15



Fuente: La menstruación no es un lujo | Imagen recuperada de Rivera Avelar, E. (2024, 11 de marzo). Mexicanos Primero Jalisco pide desestigmatizar el periodo menstrual para combatir el ausentismo escolar. <https://lider919.com/mexicanos-primero-jalisco-pide-desestigmatizar-el-periodo-menstrual-para-combatir-el-ausentismo-escolar/>

6. Publicidad y menstruación.

A principios del siglo XX los medios de comunicación y por lo tanto la publicidad se posicionaron como factores determinantes en la reproducción y transmisión de ideas y creencias como pueden ser los cánones y estereotipos de belleza, así como de formas, patrones y prácticas de consumo. Considerando lo anterior es sencillo inferir que la publicidad impacta en las actitudes y creencias que se tienen acerca de la menstruación, destacando el hecho que hasta no hace mucho el discurso predominante exhibía imágenes e ideas negativas y poco realistas en torno a la menstruación.

En 2004 un grupo de investigadoras de la Universidad Veracruzana del Instituto de Investigaciones Psicológicas, desarrollaron un análisis de la publicidad durante tres años (2000 a 2002, periodo que abarcó 75 ejemplares) de productos relacionados con la menstruación en revistas (eligieron dos publicaciones *Tú* y *15 a 20*) que tenían por público objetivo a las adolescentes (Cortés, Marván & Lama, 2004, p. 114). Identificaron que el producto que más se publicitaba eran las toallas sanitarias, seguidas de los tampones y medicamentos para aliviar los cólicos menstruales, además clasificaron en seis categorías tales anuncios, esto de acuerdo a la manera en que exhibían la menstruación:

1. *La menstruación como un evento acompañado de síntomas inevitables*, los cuales solo se pueden evitar al utilizar el producto publicitado.
2. *La menstruación como un evento acompañado de síntomas probables*, refieren que la menstruación puede ir o no acompañada de una serie de síntomas físicos y/o psicológicos que se pueden evitar utilizando un determinado producto.
3. *La menstruación como un evento fastidioso*, presentan a la menstruación como un evento fastidioso, para lograrlo se resaltan aspectos negativos, los que una vez más se resolverán si se consume algún producto.

4. La menstruación como un periodo que requiere de una higiene especial, y para lograr esa higiene se deben consumir ciertos productos.
5. La menstruación como algo vergonzoso, aludían a que se debía mantener en secreto, y para lograrlo se debía usar el producto adecuado.
6. La menstruación como un evento limitante, suponen que cuando ocurre la menstruación se tienen restricciones en ciertas actividades a menos que se use el producto que se anuncia. (Cortés, Marván & Lama, 2004, pp. 115-116).

Figura 16



Fuente: Publicidad histórica de productos de gestión menstrual | Fotografía propia de la Exposición *Mente sana Cuerpo sano En busca de nuestra salud*, en el Museo del Objeto, 2023.

Tras analizar 283 anuncios (imagen y texto), las autoras concluyeron que en ninguno de ellos se nombró a la menstruación por su nombre, se utilizaron eufemismos como “esos días” o “tus días”; asimismo apuntan que tampoco se utilizó el color rojo y mucho menos sangre en las imágenes, lo que interpretaron como una muestra evidente del estigma en torno a la menstruación (Dávila, 2021). A través de sus contenidos se invitaba a que las ellas olieran a flores, y a que durante esa fase del ciclo menstrual se fuera aséptica, tal vez por eso representaban la sangre menstrual con un líquido azul (Dávila, 2021).

En años recientes se ha buscado revertir esas narrativas, y como era de esperarse se ha encontrado resistencia, por ejemplo, en 2019 en Australia centenas de telespectadores protestaron por un anuncio que les pareció inapropiado e incluso sucio, en el anuncio se buscaba dar cuenta de que la sangre huele a hierro y que durante la menstruación hay probabilidades de mancharse las pantaletas de rojo cereza, tonos vino tinto o tierra (Dávila, 2021). Ese fue uno de los inicios del camino para romper el estigma en torno a la menstruación en la publicidad.

Como se ha dado cuenta las campañas publicitarias han evitado el color rojo y llamar a la menstruación por su nombre, situación que en un contexto donde el movimiento feminista cada vez gana más terreno ya no es una buena estrategia de marketing. Es por ello que diferentes marcas han cambiado su estrategia reivindicando el color rojo, por ejemplo, en 2020 hubo una acción de Pantone en colaboración con *Intimina*, marca sueca de productos menstruales, lanzaron un color *rojo regla*, con lo que se buscó “impulsar a que todo el mundo, sin que importe el género, se sienta cómodo hablando de forma espontánea y abierta sobre esta función pura y natural del cuerpo humano” (PuroMarketing, 2020). Frente a ello marcas internacionales con presencia en México comenzaron a transformar su publicidad.

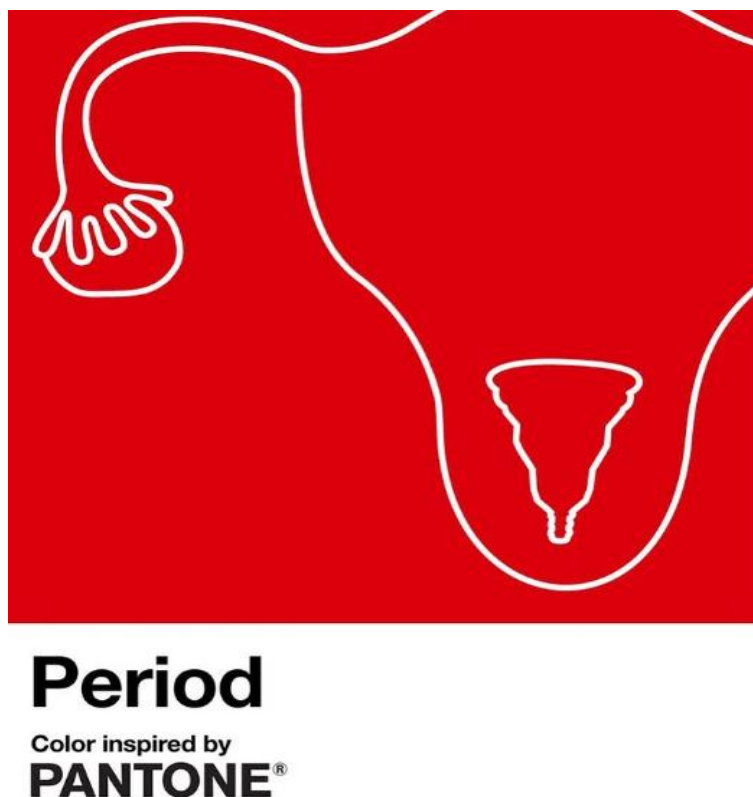
En este sentido Jazmín Gaddi, comunicóloga que ha estudiado la publicidad de los productos de gestión menstrual declaró:

No importa si a las marcas les interesa realmente el cambio o es más por un rédito económico, la cuestión es que el mensaje está cambiando. Se busca

romper con la idea de que la menstruación 'es cosa de mujeres' como decía el slogan de un famoso calmante durante muchos años. Sí, es cosa de mujeres en cuanto a una mirada biologicista, porque los hombres cis no menstrúan; ahora bien, no podemos pensarlo como cosa de mujeres en el contexto actual donde hay tantas identidades disidentes" (los hombres trans sí menstrúan). (como se citó en Saidón, 2019)

Estamos frente a estigmas y estereotipos, pero, también a cambios.

Figura 17.



Fuente: Pantone Period | PANTONE. (2020). Presenting “Period”, a new red shade created to break the stigma around menstruation. Instagram.

https://www.instagram.com/pantone/?utm_source=ig_embed&ig_rid=6a68ed50-4860-4ea7-a67e-a308d3b93f3f

7. En camino a la menstruación digna

Como se ha planteado a lo largo del texto ha sido hasta fechas recientes que se ha dejado de ignorar a la menstruación, la cual se hace presente en los cuerpos de las mujeres y las niñas, así como de otras personas menstruantes (hombres transgénero y personas no binarias). El resultado de la ausencia y mutismo es la nula, escasa o falsa información que se tiene sobre ella, lo que puede convertir a la menstruación en una experiencia desconcertante, y/o vergonzosa, lo que en ocasiones ha llevado a que llegue a ser concebida como un castigo. Lo anterior resulta preocupante si consideramos que poco más de la mitad de la población nacional y local menstruó, menstrua o menstruará.

El derecho a tener una menstruación digna es de suma importancia, y tanto en el país como en la Ciudad de México se ha comenzado a trazar el camino que puede mejorar la situación, como lo es el derecho a tener productos de gestión menstrual a un precio accesible, con la aspiración de que en algún momento se distribuyan de forma gratuita. A finales de 2021 se dio luz verde a la miscelánea fiscal en la que se estipuló que no se iba a tasar con el IVA a los productos de gestión menstrual.

Esta iniciativa presentada por la asociación *Menstruación Digna México*, organización sin fines de lucro, conformada por más de 30 asociaciones que está enfocada a la lucha por los derechos de las mujeres, que entre sus objetivos se encuentra combatir la desinformación en torno a la menstruación y recordando que la menstruación digna es un derecho humano, lo que implica lograr un cambio cultural. El empuje hacia una nueva concepción de la menstruación surgió desde la sociedad civil, con el impulso de iniciativas legislativas con el objetivo de que los productos de gestión menstrual fueran reconocidos como “una necesidad básica que debe ser accesible para todas las mujeres y personas menstruantes.” (Zenteno-Morales, 2021).

Es por ello que a continuación, se presenta un fragmento del camino que recorrió la asociación para lograr la tasa cero. En 2020 el *Centro de Análisis e investigación Fundar* señaló que en promedio una mujer requiere de 360 toallas o tampones al año, gasto que podía llegar a “representar hasta \$720 anuales para ser cubierto de

manera adecuada, [lo que pudo ser el] equivalente al 5% del total de gastos de un hogar del 10% más pobre *en México*” (Fundar, 2020). Frente a esas cifras desde *Menstruación Digna* se desarrolló la propuesta legislativa para implementar la tasa del 0% de IVA a los productos de gestión menstrual. Dicha propuesta se compuso de cuatro apartados:

1. Consideraciones al respecto del por qué la Menstruación es un asunto público.
2. Cómo la política tributaria impacta de manera diferenciada a hombres y mujeres.
3. Descripción de cómo una medida como la tasa del IVA del 16% por concepto de enajenación de los productos de gestión menstrual, cuyo consumo es de primera necesidad por tratarse de un proceso fisiológico, transgredía diversas normas y principios de derechos humanos.
4. Razones por las que el tratamiento fiscal vigente hasta 2021 incumplía con diversas obligaciones internacionales de derechos humanos. (Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión, 2020)

Lo anterior comenzó a identificarse como una deficiencia estructural que, de no recibir tratamiento continuaría impactando como una barrera en el ejercicio de distintos derechos humanos como la salud, la educación, el trabajo y la no discriminación para las mujeres y personas menstruantes (Zenteno-Morales, 2021).

Ante la socialización y reflexión de estos y otros datos, Michoacán fue la primera entidad en dar un paso hacia el acceso a la menstruación digna, implementó una reforma a la Ley de Educación local (2021), a través de

las modificaciones a las fracciones XIV y XV y la adición de la fracción XVI del artículo 29; aunada a la modificación de la fracción X del artículo 53 y la fracción VIII del artículo 112, el Congreso no solo aseguró el acceso gratuito a productos de gestión menstrual en el sistema de educación pública, sino que también garantizó una educación menstrual con perspectiva de género.

Este último logro es especialmente importante, pues reconoce una realidad que ya ha sido estudiada: el acceso a productos menstruales, por sí solo, no disminuye el ausentismo escolar. (Zenteno-Morales, 2021)

Cambios que se convirtieron en la antesala para la reforma a la Ley de Impuesto al Valor Agregado. Con la aprobación de la tasa 0% del IVA a los productos de gestión menstrual a nivel nacional, México se sumó a la lista de países que se han planteado como objetivo garantizar la menstruación digna. Además, la reforma fue como una acción —probablemente la primera— con perspectiva de género en materia de política tributaria.

La activista menstrual Anahí Rodríguez integrante *Menstruación Digna*, señaló que de acuerdo con datos del Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (CONEVAL), el 42% de las mexicanas se encontraban en situación de pobreza, y según el mismo organismo solo 52% de las mujeres tenían participación en la economía, por lo que concluyó:

las mujeres tenemos menos acceso al ingreso y al mercado laboral; y, pese a ello, nos ponen un impuesto por menstruar, que es algo que no podemos controlar. Se trata, detalla, de un impuesto discriminatorio, que se cobra sólo a un sector de la población en función de su sexo. “Menstruar no es un lujo ni un privilegio, es un derecho”. (Ramírez & Reséndiz, 2021)

Así, en el marco de la pandemia por COVID-19 en México tomó fuerza una lucha de largo aliento, *Menstruación Digna México* presentó los ejes que guiarían su lucha: 1. garantizar la gratuidad de los productos de gestión menstrual; 2. eliminar el IVA a dichos productos; 3. generar investigación y datos sobre la menstruación y la gestión menstrual en el país, los cuales se acompañan por dos ejes transversales, comunicación y educación (Sánchez-Velasco, 2020 & Menstruación Digna, 2020, p. 5). Además de que argumentaron claramente la importancia de la tasa del 0% para los productos de gestión menstrual:

la tasa de 16% de IVA a la enajenación de productos de gestión menstrual constituye un sesgo explícito y una discriminación directa contra las mujeres. Si bien el IVA es un impuesto que deben pagar todas y todos los consumidores sin distinción formal de género, el valor de los productos de gestión menstrual —como base gravable y elemento esencial del impuesto— constituye una discriminación directa por tratarse de un bien cuya adquisición es esencial para la gestión menstrual y su uso es exclusivo de las mujeres en razón de su condición biológica. Esto resulta todavía más grave si consideramos que los hombres no están obligados a consumir regularmente un producto análogo de primera necesidad con motivo de una condición biológica.

Dado que estos productos son de uso exclusivo de las mujeres, resulta evidente que el IVA a productos de gestión menstrual constituye un impuesto aplicado a un grupo de contribuyentes con motivo de su condición biológica. Es importante aclarar que a diferencia de otros productos cuyo uso es exclusivo de las mujeres, las toallas, pantiprotectores, tampones y copas menstruales son bienes insustituibles de primera necesidad y cuyo uso es indispensable para el ejercicio de otros derechos fundamentales. Así, a diferencia de otros productos, su uso no es opcional, y la falta de políticas sociales que proporcionen su acceso libre y gratuito demuestran que esta carga impositiva representa una discriminación directa y atenta contra la igualdad sustantiva de las mujeres.

Además de tratarse de un impuesto discriminatorio, las diferencias socioeconómicas que existen entre las mujeres y hombres (empleo remunerado, no remunerado, gasto en consumo y acceso a la propiedad), demuestran que este impuesto impacta de manera distinta y desproporcionada entre ambos géneros. Al respecto, tal y como fue sustentado por la Corte Constitucional de Colombia al eliminar la tasa de IVA a productos de gestión menstrual, “no es irrelevante que el gravamen recaiga sobre el mencionado grupo, toda vez que su capacidad adquisitiva está circunscrita a situaciones que ponen a sus integrantes en una desventaja respecto de los hombres.”

En atención al principio de igualdad y no discriminación, el estado mexicano está obligado a eliminar cualquier tratamiento fiscal que discrimine directamente a las mujeres. (Menstruación Digna México, 2020 Gaceta Parlamentaria, año XXIV, número 5735-IV, martes 9 de marzo de 2021).

Subrayaron que el hecho de que el costo de tales productos, así como otros costos asociados con el manejo de la menstruación, son inasequibles para muchas personas, y el no poder solventar el gasto en insumos como tampones o toallas es un factor que refuerza las desigualdades de género, lo que impide que mujeres y niñas alcancen su potencial.

La colectiva sabía que tenía que ir más allá de la reflexión para el cambio cultural, por lo que tejió redes y buscó vínculos que le ayudarán a tener incidencia legislativa, la que logró gracias a las alianzas con legisladoras de los diferentes partidos políticos del país. La reforma antes mencionada fue suscrita por diputadas de los diferentes grupos parlamentarios, entre ellas las integrantes de Acción Nacional Laura Rojas Hernández y Verónica Sobrado Rodríguez.

El 8 de septiembre de 2020 las diputadas presentaron la propuesta de reforma a la ley, y el 21 de octubre en el marco de la discusión de la Miscelánea Fiscal, con 185 votos a favor, 218 votos en contra y 11 abstenciones se desechó la iniciativa (Sánchez-Velasco, 2020). La diputada Verónica Juárez Piña del Partido de la Revolución Democrática, relató que:

discutimos el paquete fiscal en la noche (en el que estaba incluida la eliminación del IVA a productos de gestión menstrual) [...] y la reserva se aprobó; pero, a la mañana siguiente, los coordinadores de los grupos parlamentarios de Morena y el Partido del Trabajo se pusieron de acuerdo y las legisladoras de estos partidos revirtieron la votación. Ellos nos dijeron, un día antes de la discusión del presupuesto, que quitar el IVA no beneficiaba a las consumidoras sino a las empresas. Nosotros decíamos que buscáramos alternativas para que el beneficio fuera al consumidor final. Dijimos, entonces, que los productos de gestión menstrual se añadan a la canasta básica y se repartan en las escuelas... (Ramírez & Reséndiz, 2021).

Para justificar el rechazo a la iniciativa se refirió que de aprobarse se generaría un hueco en las finanzas públicas, pero, hay contrastes a considerar, el dinero que se iba a dejar de recaudar representaba el 0.5% del presupuesto, mientras que la compra de los productos para la gestión menstrual representaba el 5% de los gastos de una persona del decil más pobre (Sánchez-Velasco, 2020).

Figura 18



Fuente: Mujeres seguirán pagando IVA por toallas sanitarias; diputados desechan iniciativa. | Imagen recuperada de Damián, F. (2020, 10 de octubre). Mujeres seguirán pagando IVA por toallas sanitarias; diputados desechan iniciativa. *Milenio*.

<https://www.milenio.com/politica/menstruacion-digna-diputados-rechazan-eliminar-iva-toallas-sanitarias>

Tras la negativa no se quitó el dedo del renglón, al día siguiente como parte de las actividades de divulgación organizadas por *Menstruación Digna* tuvo lugar la tercera sesión de una serie de conversatorios que fueron transmitidos por Facebook Live que tenían como objetivo poner sobre la mesa que la menstruación es un asunto público. La charla se anunció con el título *¡Gratuidad para menstruar con dignidad!*, y cabe destacar que una de las panelistas fue la entonces diputada por Acción Nacional Laura Rojas. En la charla se presentaron la iniciativa para reformar el artículo 115 de la Ley General de Educación, y el exhorto a la Secretaría de Seguridad Pública y Protección Ciudadana para avanzar en políticas públicas de gratuidad en productos de gestión menstrual (Menstruación Digna México, 2020, p. 9).

Figura 19



Fuente: Menstruar no es un lujo. | Laura Rojas. (2020, 21 de octubre). Menstruar no es un lujo. Facebook. <https://www.facebook.com/LauraRojasMx/photos/pb.100044146434092.-2207520000/3502122359850874/?type=3>

El 29 de octubre se presentaron siete reservas al Artículo 2-A de la Ley del Impuesto Sobre la Renta por parte de seis Senadoras y un Senador en el mismo sentido que la propuesta hecha por *Menstruación Digna* para que productos de gestión menstrual tuvieran tasa del 0%, destacando que tres de ellas fueron por las entonces senadoras Kenia López Rabadán, Minerva Hernández Ramos y Xóchitl Gálvez Ruíz —quien fuera candidata a la presidencia de la República— del PAN. (Menstruación Digna México, 2020, pp. 6, 12)

Para el 28 de diciembre un grupo de más de una centena de diputadas y diputados federales de diferentes grupos parlamentarios presentó una acción contra la decisión del Congreso de la Unión de mantener el 16% de IVA en los productos de gestión menstrual, también solicitaron que se estableciera la tasa del 0% a dichos

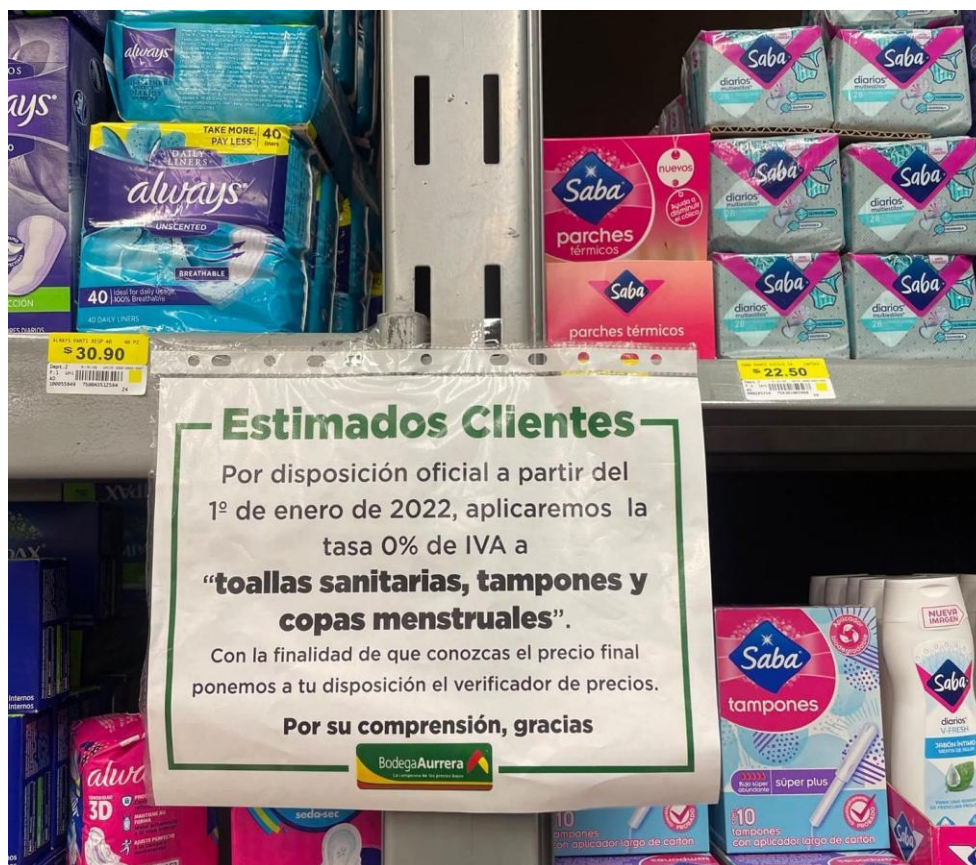
productos; y en un comunicado expusieron que dicho recurso lo habían presentado ante la Suprema Corte de Justicia de la Nación en noviembre (Menstruación Digna México, 2020, p. 7). Entre las y los firmantes se encontraban 75 integrantes de Acción Nacional (Menstruación Digna México, 2020, p. 12-13).

Pese al sinuoso camino al año siguiente integrantes de los diferentes partidos políticos presentaron la iniciativa para reformar la Ley de Impuesto al Valor Agregado, en materia de productos de gestión menstrual, la cual fue aprobada por la Cámara de Diputados y el Senado de la República. En la Miscelánea Fiscal para 2022 quedó asentado que no se iban a tasar con el IVA toallas sanitarias, tampones y copas menstruales, entrando en vigor a partir del 1° de enero de 2022 (Revista del Consumidor, 2022, p. 88). México se volvió uno de los primeros países de América Latina con una política tributaria para esa gama de productos.

El objetivo de dicha política es favorecer mayores condiciones de igualdad, particularmente para niñas y adolescentes en situación de pobreza, cuya salud y educación se encuentren en riesgo; además de que se busca que los ingresos no recaudados por el gobierno a causa de la tasa del 0% se transfieran a los hogares mexicanos (Revista del Consumidor, 2022, p. 90). Y en palabras de la investigadora Patricia Rodríguez, el siguiente paso sería comprobar que efectivamente se eliminó ese 16%, que se informe y se tenga claridad de cómo se va a supervisar tal disminución, siendo la Secretaría de Economía el organismo encargado de vigilar que se cumpla la disposición (González, 2021).

Atendiendo tal observación y ante las quejas de algunas mujeres la Procuraduría Federal del Consumidor (PROFECO) habilitó un micrositio web que contiene la siguiente presentación: “CONSUMIDORAS INFORMADAS. En este portal podrás visualizar información referente a las características y precios de una diversidad de productos destinados a la gestión menstrual. Los precios que se muestran deben ser considerados como de referencia.”. Además, el micrositio está regionalizado para que los precios se puedan revisar de acuerdo a la entidad en la que se vive, para la Ciudad de México se debe seleccionar Zona Metropolitana del Valle de México.

Figura 20



Fuente: Menstruación sin IVA | Menstruación Digna México. (2022, 3 de enero). Estamos felices. Todo el trabajo ha valido la pena. Facebook.

<https://www.facebook.com/photo/?fbid=452741253158090&set=pb.100067776583615.-2207520000>

Ricardo Sheffield, entonces titular de la dependencia, refirió que

cada semana se están haciendo las verificaciones para que las consumidoras puedan revisar el precio de toallas, tampones y copas menstruales en el lugar donde viven. 'Está basado en las 38 ciudades, los 30 mercados más grandes del país y son las tres marcas principales que hay en el país: Always, Saba y Kótex, además de otros 41 tipos de toallas sanitarias, 7 tampones y 2 copas menstruales'. (Revista del Consumidor, 2022)

Ejercicio que hoy en día se mantiene.

Para 2022 de acuerdo con datos expuestos en la *Revista del Consumidor* el precio por menstruar, considerando el uso aproximado de 13 mil toallas femeninas y/o tampones a lo largo de la menarquia a la menopausia, sería de \$26,000 en promedio, considerando que para ese momento el precio de las toallas sanitarias era de 2 a 3 pesos cada una; o de \$30,000 aproximadamente en el caso de usar tampones, pues su precio promedio era de 4 pesos cada uno (Revista del Consumidor, 2022, p. 92). Además de que a lo anterior se le deben sumar otros gastos que pueden ser en analgésicos, calzones o consultas ginecológicas.

Asimismo, se comenzó a considerar la copa menstrual como un producto para la gestión menstrual que iba ganando terreno, pues se ha posicionado como una alternativa segura y sustentable, pero:

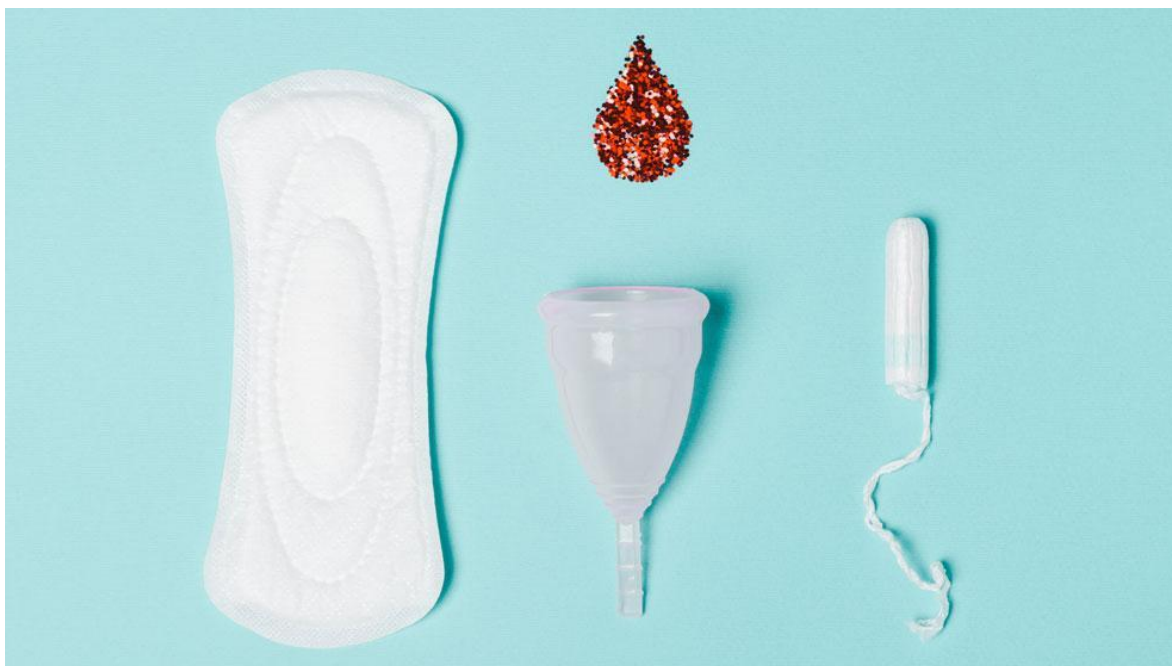
la falta de información, el poco conocimiento que las mujeres tienen sobre su cuerpo y la renuencia a experimentar nuevas opciones en el cuidado ginecológico son algunas de las razones por las que el uso de la copa menstrual es muy bajo. De acuerdo con la doctora Zarela Chinolla Arellano, especialista en ginecología y obstetricia de la UNAM, una de cada 10 mujeres usa la copa menstrual, “tal vez menos”.

Entre las ventajas de la copa están: pueden usarse de cuatro hasta 12 horas continuas, no absorbe la humedad vaginal, otorga autonomía para realizar actividades al ser reutilizable, no genera basura que contiene plástico -como las compresas y tampones-, se ahorra en residuos como envoltorios, cajas y aplicadores. (Méndez & Rojas, 2020)

Entre los contras se encuentra que el costo resulta elevado para muchas mujeres, aunque a la larga es una inversión que se recupera, ya que sí se tienen los cuidados adecuados su vida útil puede ser de hasta diez años; además se requiere de acceso a agua potable para su adecuado lavado y esterilización, así como a un espacio

privado y cómodo para colocarla. Estas son situaciones que en un contexto de pobreza menstrual resultan en inaccesibles y son una realidad para muchas mexicanas. Se sabe que más de 4 de cada 10 mujeres viven en situación de pobreza. Otro inconveniente que la doctora Zarela Chinolla Arellano identificó fue que “hay mujeres que no se sienten cómodas con la manipulación de su canal vaginal y la sangre, y con este producto hay un mayor contacto (Méndez & Rojas, 2020).

Figura 21



Fuente: Productos de gestión menstrual. | Imagen recuperada de González, L. (2021, 11 de noviembre). Tasa cero a productos de gestión menstrual. Gaceta UNAM.

<https://www.gaceta.unam.mx/tasa-cero-a-productos-de-gestion-menstrual/>

Además, factores externos han empujado a las niñas, mujeres y otras personas menstruantes a explorar esas otras opciones como lo es la copa menstrual, pues en el marco del contexto antes descrito se aplicó la Ley de Residuos Sólidos, que entró en vigor en 2021 en la Ciudad de México. Esta ley prohíbe la venta de tampones con aplicadores de plástico, lo que afectó a las capitalinas usuarias de tal producto. Un insumo que puede ser considerado de esencial para algunas mujeres u otras personas menstruantes de pronto dejó de estar disponible en diversos

puntos de venta. Se supo que en diversos establecimientos no fue posible ofrecer tampones con aplicador de cartón o la versión sin aplicador. Fueron las mujeres y otras personas menstruantes las que asumieron de golpe el compromiso ambiental de la Ciudad de México, basta con mirar a nuestro alrededor para ver que a la fecha se distribuyen bolsas de plástico, así como vasos, cubiertos y popotes en la gran mayoría de establecimientos de comida ambulantes o establecidos.

7.1 Primera Encuesta Nacional de Gestión Menstrual.

La *Primera Encuesta Nacional de Gestión Menstrual* (PENGM) se publicó en 2022 y estuvo a cargo del Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), Essity, empresa enfocada en higiene y salud, y *Menstruación Digna México*. Su objetivo fue analizar cómo viven su periodo las adolescentes, mujeres y personas menstruantes, considerando ejes como la infraestructura sanitaria, la legislación, algunos aspectos fisiológicos, métodos de gestión menstrual, así como su contexto sociocultural de la menstruación. A continuación, se recuperan los principales resultados que arrojó la encuesta.

- El 69% de las adolescentes, mujeres y/o personas menstruantes tiene poca o nada de información cuando le llegó su primera menstruación.

Este indicador da cuenta de que México está lejos de que niñas, mujeres y personas menstruantes cuenten con información oportuna y veraz sobre el tema. Un fragmento que ha sido recuperado de la memoria de Luz María, una mujer que tuvo su primera menstruación en 1951, da cuenta de que pese al pasar de los años la desinformación poco ha cambiado.

“Cuando llegué, me fui a meter al monte porque no teníamos baño de letrina, ahí me quité mi ropa, vi mi calzón manchado y me asusté. No se me ocurrió otra cosa más que hacer un hoyo, enterrarlo y meterme a mi casa rápido para ponerme uno limpio. A mí nadie me explicó nada, ni en la escuela ni en mi casa. Nadie me dijo nada”, explica Luz María frunciendo el entrecejo. (Simbrón, 2023)

En la mayoría de los casos resultó que cuando hubo información vino principalmente de sus madres, aunque no siempre fue-es así.

- 7 de cada 10 de las personas encuestadas señala que su mamá es la primera persona con quien hablo de menstruación. Después internet o las redes sociales

son las principales fuentes de información respecto a la menstruación y/o productos de higiene.

El relato de Luz María le vuelve a poner un rostro a los números:

“Por ignorancia yo no hablé con mis hijas de eso. No sé si a ellas les explicaron en la escuela o aprendieron por su cuenta, como mi esposo no me dejaba salir ni a las juntas de padres de familia, nunca supe si les enseñaban o no”, cuenta. Me resulta inevitable prestar atención a ese dejo de resentimiento en la voz de Luz María. (Simbrón, 2023)

- Tan solo el 30% de las encuestadas llevaba algún tipo de control y/o registro (agenda, celular, otro) de la duración de su ciclo menstrual, el tipo de flujo o los síntomas que siente-

“Ese día me sentía mal, me dolía todo”, recuerda Luz María, de 83 años, mientras pasa sus manos por el cuello y el estómago, como si aquel malestar de pronto volviera a habitar su cuerpo. Ella tenía 11 cuando tuvo su menarquia o primera menstruación. Había ido con su mamá a un mandado y, en el camino de vuelta a casa, empezó a sentir su ropa interior húmeda. (Simbrón, 2023)

- El 20% de las adolescentes, mujeres y/o personas menstruantes que estudian o trabajan no cuentan con la infraestructura necesaria para la gestión menstrual en escuelas, oficinas u hogares.

“Yo siempre usé trapos, los doblaba varias veces, pero por más que me ponía y me cuidaba, siempre me manchaba. No sabía que había otras cosas para protegerse”, relata Luz María mientras sus manos doblan en el aire los retazos de aquel recuerdo. (Simbrón, 2023)

- El 56% de las adolescentes, mujeres y/o personas menstruantes encuestadas refiere que su escuela o lugar de trabajo no provee gratuitamente los productos de gestión menstrual.

La realidad de hace un par de años no dista mucho de lo que si vivía hace varias décadas, pero, la menstruación ha ganado terreno en la agenda de la vida pública, lo que ha llevado a que:

- 9 de cada 10 adolescentes, mujeres y/o personas menstruantes encuestadas considera muy importante para su vida cotidiana el implementar diferentes tipos de iniciativas (eliminar el 16% de impuesto, favorecer/otorgar permisos menstruales y aumentar la disponibilidad de mayores recursos públicos para acceder a productos menstruales).
- Hasta el 65% de las adolescentes, mujeres y/o personas menstruantes encuestadas no sabe que pagaba el 16% de IVA por los productos de gestión menstrual en México.

Las toallas de tela resultaron ser el tercer producto más usado para gestionar la menstruación, precedidas por las toallas desechables y los tampones. El 32% de quienes usaban toallas de tela lo hacían-hacen porque es su única opción disponible y 40% señaló que ellas mismas las hacen con trapitos de casa.

“Yo lavaba mi ropa manchada a escondidas porque me daba pena que se diera cuenta mi mamá. Cuando supo me regañó porque no le conté, pero no me explicó nada, sólo me dijo que me tenía que cuidar”, Luz María termina esta oración como un reclamo.

En nuestra conversación ella repite constantemente que no sabía, que nadie le dijo nada. No habló de cólicos, sino de dolor. No dijo menstruación, sino sangrar. No habló de infraestructura, sino de no tener nada. Luz María expresa más con el cuerpo que con palabras.

“Yo hubiera querido que de chamaca alguien me dijera algo o me hubieran dado algo para cuidarme, pero no. Le tocará a otras que les expliquen y les regalen toallas en su escuela para que no pasen lo que yo pasé”, concluye Luz María mientras observa a su pequeña bisnieta correr en el patio de su casa. (Simbrón, 2023)

Figura 22



Fuente: Sangre – casa. | Imagen recuperada de Dávila Arenas, M. (2021, 23 de marzo). Cinco artistas latinoamericanas que desafían al patriarcado con su sangre menstrual.
<https://manifiesta.org/cinco-artistas-latinoamericanas-que-desafian-al-patriarcado-con-su-sangre-menstrual/>

8. Ciudad de México y la menstruación digna.

Como se ha venido insistiendo a lo largo de este texto las mujeres y personas menstruantes tienen derecho a menstruar de forma segura y digna, sin olvidar que “no todas las mujeres menstrúan y no todas las personas que menstrúan se identifican como mujeres” (COPRED, 2024, p.9), situación que debemos tener presente al revisar la mayoría de las estadísticas que sobre el tema se producen, pues en ellas suele considerarse únicamente a las mujeres, situación que representa un sesgo en la información. En la Ciudad de México, la población menstruante en 2024 representaba el 15.81% de su población total, lo que equivale a casi 1 millón y medio de personas (Tabla 4).

Tabla 4. Población de mujeres menstruantes en México y la CDMX, 2024

	Población total		Población femenina		Mujeres en edad reproductiva	
	número	%	número	%	Número	%
México	126,014,024	100	64,519,180	51.2	20,194,503	16.03
Ciudad de México	9,209,944	100	4,805,017	52.2	1,455,920	15.81

Fuente: Consejo para Prevenir y Eliminar la Discriminación de la Ciudad de México. (2024, noviembre).

https://copred.cdmx.gob.mx/storage/app/media/Informe_Encuesta_Gestion_Menstrual_CDMX.docx.pdf

Las alcaldías Iztapalapa, Gustavo A. Madero y Álvaro Obregón son las que concentran los más altos índices de población, en ellas se ubica el 40.8% del total de la población de la Ciudad. El Censo de 2020 arrojó que en la alcaldía Iztapalapa residían 1 835 486 habitantes: 48.4% hombres y 51.6% mujeres (93 hombres por cada 100 mujeres); en la alcaldía Gustavo A. Madero habitaban 1 173 351 personas: 48.1% hombres y 51.9% mujeres (92 hombres por cada 100 mujeres); y en la alcaldía Álvaro Obregón se contabilizó una población de 759 137 habitantes: 47.6% hombres y 52.4% mujeres (90 hombres por cada 100 mujeres) (INEGI, 2021). En estas alcaldías la media de la edad para 2020 fue de 33, 36 y 35 años —o menos— respectivamente, indicador que apoya la hipótesis sobre el alto consumo de productos de gestión menstrual en la capital.

Para 2018 las estimaciones de pobreza del Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (CONEVAL) apuntaron a que el 42.2% de las mujeres en el país estaban en situación de pobreza, y la Ciudad de México se ubicó en 10.9 puntos porcentuales por debajo del porcentaje nacional, ocupando el lugar 21 respecto a las demás entidades, lo que representaba que 1 449 200 mujeres aproximadamente estaban en situación de pobreza (CONEVAL, 2020, p.31). En el periodo de 2008 a 2016 se identificó que en la Ciudad la población en situación de pobreza era mayormente masculina, y las mujeres se mantuvieron por debajo por 1.2 puntos porcentuales como mayor brecha; pero, para 2018 esto cambió, fueron las mujeres las que presentaron un mayor índice de población en situación de pobreza: 31.5% para ellas y 29.5% para ellos, lo que representó una brecha de 2 puntos porcentuales (CONEVAL, 2020, p.31).

Además, el porcentaje de pobreza entre las y los menores de edad en la Ciudad de México fue mayor al de los adultos por 14.4 puntos porcentuales, es decir, 49.6%, casi la mitad de este sector de la población (CONEVAL, 2020, p.23), situación que impactó en que la pobreza menstrual prevalezca entre las niñas y adolescentes. Si bien, las oportunidades para las mujeres en los últimos años han aumentado, por ejemplo, la brecha educativa entre mujeres y hombres se ha ido acortando y son más las mujeres que participan en trabajos remunerados, prevalecen desigualdades en las esferas de lo público y lo privado, situación que alimenta los diferentes tipos de violencia que las vulneran (CONEVAL, 2020, p.31).

Frente a este panorama la legislación menstrual a nivel nacional y local ha hecho eco en las tribunas políticas desde 2020, y si bien, se han postulado múltiples iniciativas muchas de ellas han sido desechadas, pero, sentaron los cimientos del marco normativo hacia la menstruación digna (COPRED, 2024, p. 14). En el caso de la Ciudad de México las iniciativas han sido las siguientes:

2022

- 27 de septiembre. Iniciativa por la que se reforman y adicionan diversas disposiciones de la Ley de Centros Penitenciarios de la Ciudad de México, en materia de menstruación digna para personas privadas de su libertad.

- 04 de octubre. Iniciativa por la que se reforman diversas disposiciones de la Constitución Política de la Ciudad de México y de la Ley de Salud de la CDMX, a fin de garantizar el derecho a vivir el ciclo menstrual de manera higiénica y gratuita para todas las personas menstruantes de la Ciudad de México.
- 07 de octubre. Iniciativa por la que se reforman diversas disposiciones de la Ley de Salud de la Ciudad de México en materia de menstruación digna.

2023

- 14 de febrero. Dictamen en sentido positivo con modificaciones a las propuestas de iniciativas ante el Congreso de la Unión con proyecto de decreto por el que se reforman y adicionan diversas disposiciones a la Ley Federal del Trabajo y a la Ley Federal de los Trabajadores al Servicio del Estado, en materia de permiso laboral para garantizar el derecho a la salud y los trabajadores.
- 22 de febrero. Iniciativa por la que se reforma el artículo 66 del Reglamento del Congreso de la Ciudad de México, en materia de sensibilización ante ausencia por dismenorrea.
- 20 de abril. Iniciativa por la que se reforma la fracción XIX y se recorre su orden la subsecuente al artículo 34 de la Ley Orgánica del Poder Ejecutivo y de la Administración Pública de la Ciudad de México y se adiciona una fracción XVIII al artículo 10 de la Ley de Desarrollo Social para el Distrito Federal para garantizar el derecho humano a una menstruación digna de las personas en situación de calle.
- 27 de abril. Iniciativa que reforma la Ley de Salud y la Ley de Centros Penitenciarios de la Ciudad de México, en materia de reconocimiento del derecho a una menstruación digna para las personas privadas de su libertad.
- 09 de mayo. Iniciativa por la que se reforman y adicionan diversas disposiciones de la Ley de Educación y la de los Derechos de Niñas Niños y Adolescentes ambas de la Ciudad de México.
- 11 de mayo. Iniciativa por la que se adiciona un artículo 61 bis a la Ley de Centros Penitenciarios de la Ciudad de México, en materia de derecho a una

gestión menstrual digna.

Iniciativa ante el Congreso de la Unión, con proyecto de decreto, por el que se reforman diversas disposiciones de la Ley General de Educación.

Iniciativa por la que se reforman y adicionan diversas disposiciones de la Ley de Salud de la Ciudad de México, en materia de menstruación digna.

- 23 de mayo. Iniciativa Por la que se reforman diversas disposiciones de la Constitución Política de la Ciudad de México, en materia del reconocimiento del derecho humano a la gestión menstrual digna.
- 25 de mayo. Iniciativa ante el Congreso de la Unión, con proyecto de decreto, por el que se reforman los artículos 165, 166, 168 y se reforma el artículo 170 fracciones III, V, VI y VII, y se le adicionan las fracciones VIII y IX de la Ley Federal del Trabajo y se adiciona un segundo párrafo al artículo 28 de la Ley Federal de los Trabajadores al Servicio del Estado, en materia de menopausia digna, para garantizar a las mujeres su derecho a la salud.
- 02 de agosto. **Aprobada y publicada en Gaceta oficial.** Iniciativa por la que se adicionan y reforman diversas disposiciones de la Ley de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes de la Ciudad de México, para garantizar su derecho a una menstruación digna.

Iniciativa por la que se reforman diversas disposiciones de la Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia de la Ciudad de México, para garantizar el derecho a una menstruación digna.

- 07 de septiembre. Iniciativa por la que se reforma el numeral 2 del inciso a del artículo 9 de la Constitución Política de la Ciudad de México, en materia de reconfiguración del concepto de mínimo vital y derechos sociales básicos.
- 10 de octubre. **Aprobada y publicada en Gaceta oficial.** Iniciativa por la que se reforma la fracción II y se recorren en su orden las subsecuentes del artículo 17 de la Ley para el Reconocimiento y la Atención de las Personas LGBTTTI de la Ciudad de México en materia del derecho a una gestión menstrual digna para las personas trans y de género no binario.
- 24 de octubre. Iniciativa por la que adiciona un segundo párrafo a la fracción VII del artículo 34 y se reforma la fracción IV del artículo 36 bis, todas de la

Ley Orgánica de las Alcaldías de la Ciudad de México, con la finalidad de garantizar el derecho a una menstruación digna.

- 26 de octubre. Iniciativa emanada del Parlamento de Mujeres, por el que se adicionan y reforman diversas disposiciones de la Ley de Salud de la Ciudad de México, en materia de salud menstrual.
- 13 de diciembre. Iniciativa por la que se reforman y adicionan diversas disposiciones de la Constitución Política de la Ciudad de México, en materia de reconocimiento del derecho humano a la menstruación digna.

2024

- 06 de febrero. Iniciativa ante el Congreso de la Unión, con proyecto de decreto, por el que se reforman y adicionan diversas disposiciones de la Ley General de Salud en materia de etiquetado de productos de gestión menstrual.

Iniciativa por la que se reforma el art.6 de la Constitución Política de la Ciudad de México en materia de menstruación digna.

- 29 de febrero. Iniciativa por la que se reforman y adicionan diversas disposiciones de la Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia de la Ciudad de México, en materia de derechos menstruales. (COPRED, 2024, pp. 14-16)

Finalmente, en marzo de 2024 el pleno del Congreso de la Ciudad de México aprobó un dictamen para garantizar una menstruación digna a las niñas, adolescentes, mujeres y personas menstruantes de la capital del país. Las modificaciones a la **Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia de la Ciudad de México**, tienen por objetivo garantizar el derecho a la menstruación digna y eliminar prejuicios y estereotipos. Para lograr lo anterior la ley quedó de la siguiente manera:

- **Artículo 6.** VI. Violencia contra los Derechos Reproductivos: Toda acción u omisión que limite o vulnere el derecho de las mujeres a decidir libre y voluntariamente sobre su función reproductiva, en relación con el número y espaciamiento de los hijos; el acceso a métodos anticonceptivos de su elección; a una maternidad elegida y segura; a servicios de aborto seguro

en el marco previsto por la ley para la interrupción legal del embarazo; a servicios de atención prenatal; a servicios obstétricos de emergencia; así como la libertad de elección en cuanto a los productos e insumos para la gestión menstrual.

- **Artículo 16.** XIII Bis. Diseñar y ejecutar acciones y programas enfocados en la gestión menstrual, con el objeto de garantizar el derecho humano a una menstruación digna y eliminar estereotipos y prejuicios en la materia.
- **Artículo 17.** II Bis. Implementar las acciones afirmativas y políticas públicas pertinentes para garantizar el derecho humano a una menstruación digna de las mujeres y personas menstruantes que pertenezcan a un grupo de atención prioritaria.
- **Artículo 18.** III. Generar y difundir información sobre los derechos sexuales y reproductivos; menstruación digna libre de prejuicios y discriminación; prevención de las enfermedades de transmisión sexual; adicciones; accidentes; interrupción legal del embarazo; salud mental, así como todos aquellos tendientes a prevenir la violencia contra las mujeres.
- **Artículo 19.** VII. Diseñar y difundir materiales educativos con información sobre los derechos sexuales y reproductivos, así como del derecho a la gestión menstrual digna, con la finalidad de prevenir el abuso sexual infantil y la violencia contra los derechos reproductivos.
- **Artículo 20.** V. Difundir, promover y garantizar el derecho de las mujeres a la igualdad de oportunidades y de trato, remuneración y seguridad social, poniendo énfasis en la información sobre las conductas que atentan contra su libertad sexual y/o reproductiva o su integridad física y psicológica. En ese sentido, se diseñarán y ejecutarán campañas de concientización para evitar la discriminación en los centros laborales motivada por el proceso de menstruación.
- **Artículo 24.** VI. Desarrollar programas de intervención temprana para prevenir casos de violencia contra las mujeres en el ámbito familiar en coordinación con la Secretaría de las Mujeres y demás dependencias e instituciones competentes; VI Bis. Diseñar y ejecutar campañas

permanentes de información y concientización sobre educación sexual, reproductiva, así como de gestión y salud menstrual.

- **Artículo 25.** I. a VI Bis. VI Ter. Suscribir los convenios con instituciones públicas, privadas y académicas necesarios para el cumplimiento de su objeto; VI Quater. Formular acciones y programas con el objetivo de garantizar el derecho a una menstruación digna a las mujeres privadas de su libertad en los Centros Femeniles de Readaptación Social.
- **Artículo 52.** VIII. Seguridad en el acceso a las instalaciones; VIII Bis. Espacios adecuados, insumos y productos necesarios para gestionar dignamente el proceso menstrual. (Congreso de la Ciudad de México, 2024)

Asimismo, el gobierno de la Ciudad de México desarrolló la *Encuesta sobre Gestión Menstrual en la Ciudad de México*, con el objetivo de tener datos oficiales para la capital. En los planteamientos de dicho ejercicio resaltaron que “la forma en que se concibe y gestiona la menstruación puede tener impactos en la salud, la educación y el empleo... y en la equidad de género.” (COPRED, 2024, p. 7). Por lo que apuestan a un abordaje que vaya más allá del modelo biomédico, perspectiva que deja fuera la dimensión psicoemocional, sociocultural, económica, ambiental y por lo tanto pública en torno a esta (COPRED, 2024, p. 7).

Para tener un primer acercamiento a tal encuesta a continuación se presentan una serie de aspectos que dan cuenta de la importancia de mirar la menstruación desde ese otro lugar. Los hallazgos fueron:

- Persisten mitos y tabúes acerca de la menstruación.
- Hay desinformación en torno a la sexualidad y al ciclo menstrual.
- Falta de atención clínica especializada.
- Falta de infraestructura sanitaria adecuada (acceso a agua potable, baños limpios, saneamiento).
- Falta de acceso a productos de gestión menstrual (toallas, tampones, compas menstruales, ropa interior absorbente, entre otros) y de aseo personal (jabón y papel higiénico). (COPRED, 2024, p. 7)

Este listado presenta una serie de situaciones que se traducen en la vulneración de distintos derechos y por lo tanto en pobreza menstrual.

Figura 23



Fuente: Encuesta sobre gestión menstrual en la Ciudad de México. | COPRED CDMX [@COPRED_CDMX]. (2023, 15 de mayo). La #GestiónMenstrual justa son todos los elementos que necesitan las mujeres y personas menstruantes [tuit]. X.

https://x.com/COPRED_CDMX

Se analizaron 1 609 encuestas, siendo personas de un rango entre 18 y 40 años de edad quienes tuvieron una mayor participación en el ejercicio, además de que se contó con la participación de personas de más de 50 años, lo que permitió recoger testimonios de quienes muy probablemente se encuentren en el proceso de la perimenopausia y la menopausia (COPRED, 2024, p. 22). Otro acierto fue que consideraron a personas con diferentes identidades de género, como hombres trans y personas no binarias, lo que dio cuenta de las distintas experiencias de menstruar, así como de la diversidad de la población en la Ciudad (COPRED, 2024, p. 23). A

lo anterior se suma que de las personas encuestadas el 3.57% se identifica como indígena, el 1.97% como afrodescendiente y el 13.34% tiene alguna discapacidad o condición de salud (COPRED, 2024, p. 26).

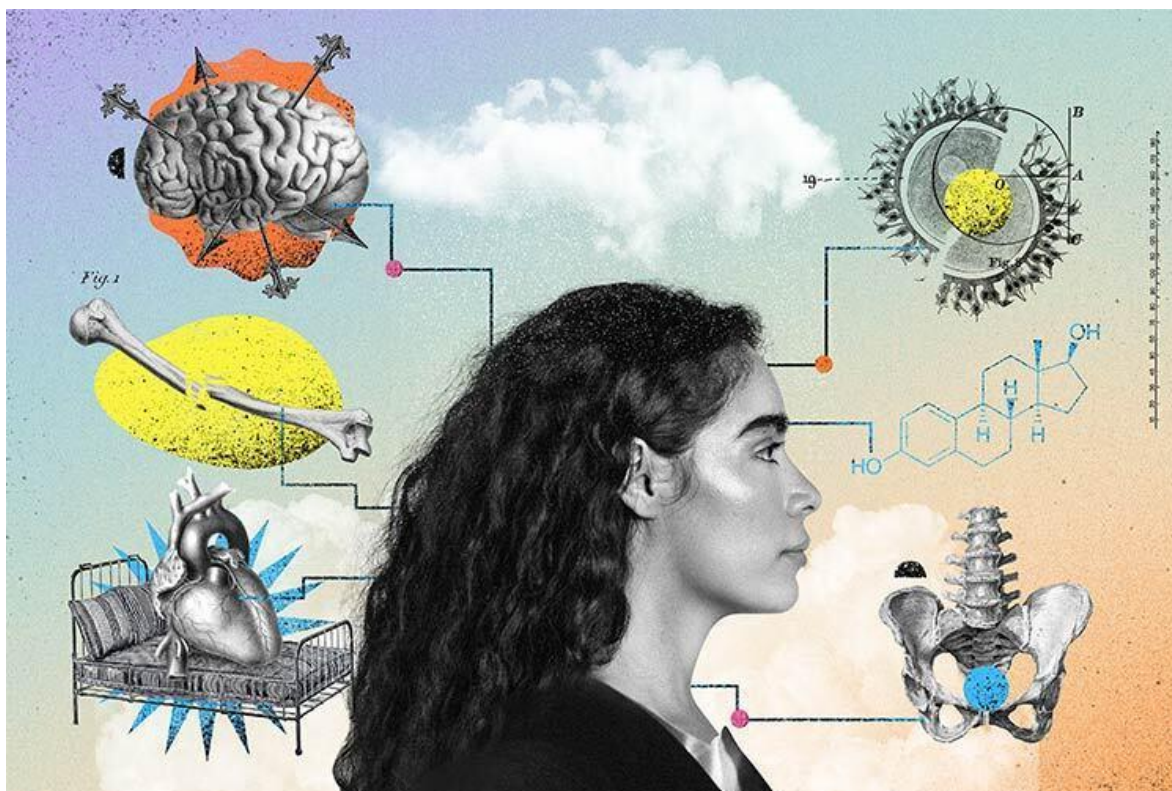
En cuanto a los datos socioeconómicos la mayor parte de las personas encuestadas tenían estudios de bachillerato a posgrado; y el 68.51% respondieron que son empleadas, que realizan trabajo independiente o de comercio, es decir, realizan una actividad remunerada (COPRED, 2024, pp. 24-25). Tales datos presentan indicios de que un considerable número de las personas que participaron pueden tener algunas ventajas en comparación a otros grupos de mujeres por el nivel de estudios y un trabajo remunerado; características que no necesariamente representan que no estén expuestas a carencias y vulneraciones en esta materia.

Entre los primeros ejes que se indagó en la encuesta fue sobre cómo y dónde se obtuvo la información con la que contaban sobre la menstruación, destacando que el 6% respondió que no habían recibido información sobre el tema en ninguna etapa de su vida; y la principal fuente de información es la familia (infancia), seguida por las escuelas (adolescencia y adultez) y en tercer lugar las amistades (adolescencia) (COPRED, 2024, p. 27). Lo anterior apunta a que esta tarea debe desarrollarse de manera conjunta con actores de la esfera privada y pública, es decir las familias y las autoridades educativas y de salud, considerando también a los medios de comunicación (campañas informativas). Y si desde tales instancias se informa adecuadamente la comunicación entre pares que es determinante resultará más informada y certera.

Siguiendo este orden de ideas, resulta de interés que se refirió que la etapa de la vida en la que se percibe una mayor recepción de información en torno a la menstruación fue durante la adolescencia (COPRED, 2024, p. 28), situación que demuestra un vacío, la falta de información durante la infancia “Sería mejor otorgar más información desde la infancia pues muchas niñas empiezan a menstruar desde los 8 o 9 años y es importante que conozcan este proceso antes de que suceda. Asimismo, seguir hablando de menstruación y otros procesos corporales a lo largo de toda la vida.” (COPRED, 2024, p. 28). Pues parece que se deja en olvido

lo referente a la perimenopausia y menopausia, momentos en que las mujeres y personas menstruantes en su gran mayoría pueden tener afectaciones en su vida.

Figura 24.



Fuente: ¿Qué es la menopausia? | Imagen recuperada de Ortiz-Medrano, A. (2024, 12 de julio). ¿Qué es la menopausia y cuáles son sus síntomas?

<https://tecscience.tec.mx/es/salud/que-es-menopausia/>

Siguiendo este orden de ideas resulta pertinente abordar lo referente al ausentismo escolar a causa de la menstruación. En este sentido cerca del 50% (47.32%) de las personas encuestadas refirieron que han faltado a la escuela a causa de su menstruación; y como ya se ha mencionado esa situación genera condiciones de inequidad con respecto a quienes no menstrúan (COPRED, 2024, p. 39). “Aunque hay situaciones clínicas que no pueden ser resueltas en el ámbito escolar, las cuestiones que tienen que ver con acceso e infraestructura sí se pueden atender desde el contexto educativo. Es prioritario hacerlo para disminuir las causas de inequidad entre niñas y niños.” (COPRED, 2024, p. 39). Entre las principales causas que se identificaron para faltar a la escuela por menstruar están:

- dolores intensos
- falta de productos menstruales
- falta de agua, papel y/o jabón en los baños
- sangrado abundante
- comentarios ofensivos y/o burlas. (COPRED, 2024, p.39)

Se trata de situaciones que deben abordarse en la familia y en los centros educativos e instituciones de salud. Lo anterior confirma la importancia de incluir a todas las personas en la conversación y transmisión de contenidos educativos sobre la menstruación, lo que ayudará a normalizar el tema.

Un dato que llamó la atención entre los resultados de la Encuesta fueron los altos índices de *bullying* a causa de la menstruación, y una manera de disminuirlo es “hablando de la menstruación de forma natural, sin censura. A medida que hagamos de los periodos algo natural, estos dejarán de ser motivo de burla. Para ello es indispensable incorporar a los varones a la conversación para que también tengan información completa.” (COPRED, 2024, p.41).

Además, no sólo se trata de recibir información, sino que se debe garantizar que ésta sea fidedigna, de calidad y suficiente, y que por lo tanto que no reproduzca prejuicios, estereotipos, mitos o tabús. Es por lo anterior que, en *Encuesta sobre Gestión Menstrual en la Ciudad de México*, se buscó indagar sobre algunos de los mitos más populares en torno a la menstruación:

- 80.77% de las personas encuestadas piensan que es imposible embarazarse si están menstruando. FALSO.
 - 87.43% considera que es normal tener cólicos, por lo que no es necesario asistir a servicios de salud para su atención. FALSO.
 - La menstruación debe abordarse sólo de forma privada y personal. FALSO.
- (COPRED, 2024, pp. 33-34)

Las anteriores son tan solo algunas de las ideas preconcebidas negativas sobre la menstruación que hay que sacar del discurso público y privado, situación que lleva a insistir en la importancia de la educación menstrual, pues poco menos del 35% (34.98) de las personas encuestadas consideraron que la información que han

recibido a lo largo de su vida sobre la menstruación es suficiente (COPRED, 2024, p.31).

En este orden de ideas, no es posible dejar de señalar que la menstruación va de la mano de la idea de lo femenino, razón por la que se asume que debe vivirse de manera discreta, de ahí que se sigan reproduciendo afirmaciones como las antes mencionadas, y que dan cuenta de que aún hay mucho trabajo por hacer en torno a educación menstrual.

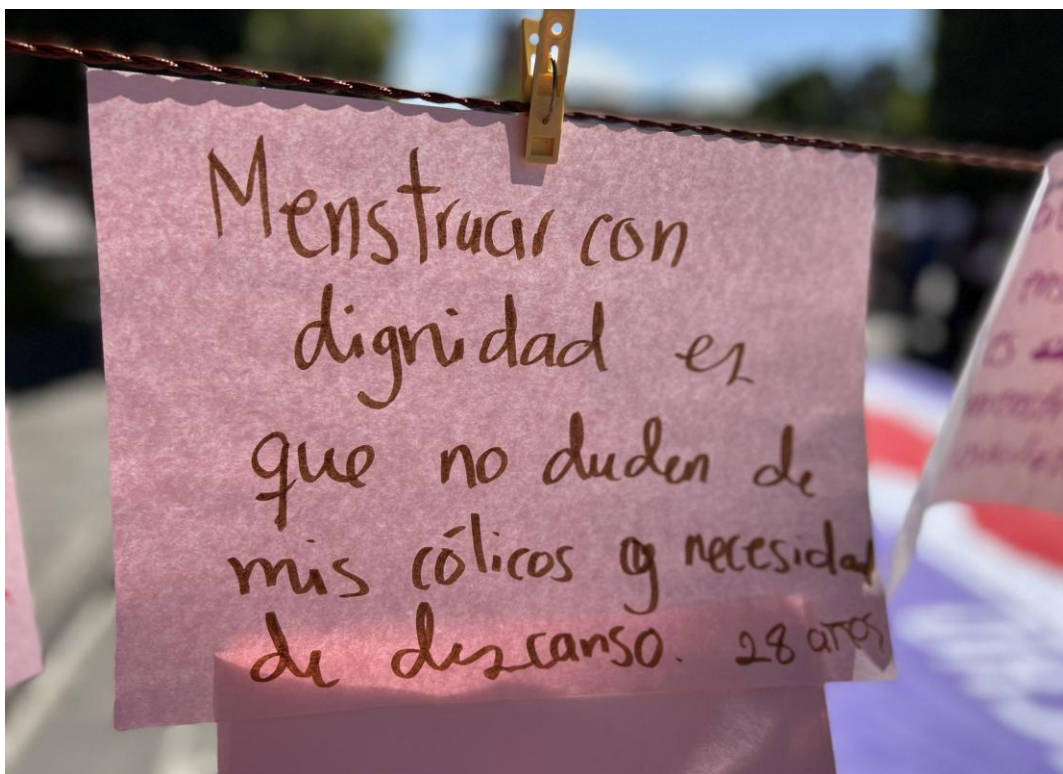
Además, se identificó que las escuelas atraviesan diversas carencias que permitan una menstruación digna, resaltando la falta de acceso al agua, seguido por las condiciones de los baños (limpieza, privacidad, bote de basura dentro de cada baño y papel de baño), datos que reflejan la urgencia de generar mejoras en la infraestructura física educativa en la CDMX, pues solo así se podrá hacer de la experiencia escolar una más inclusiva y amigable con las niñas y otras personas menstruantes (COPRED, 2024, p.41). Lo anterior tendrá un impacto favorable en la búsqueda de disminuir los índices de ausentismo y abandono escolar relacionados con la menstruación.

Además, según datos del estudio realizado en la Universidad Michoacana en 2021 el ausentismo escolar y laboral están correlacionados, quien falta a la escuela por menstruar, seguramente faltará al trabajo por la misma causa (COPRED, 2024, p.42).

Como en el ausentismo escolar, el motivo principal para faltar al trabajo durante los días de sangrado son los dolores intensos. Después la falta de productos de gestión menstrual que es menor en la población laboral que en la población escolar, seguramente por el poder adquisitivo asociado a tener un trabajo remunerado.

La siguiente causa de ausentismo es el sangrado abundante y por lo tanto el miedo a teñir la ropa o la silla. Finalmente la falta de agua, papel y jabón en los baños. (COPRED, 2024, p.43).

Figura 25



Fuente: #TendederoMenstrual | colectivaFeministaMAPAS [@ColectivaMapas]. (2022, 01 de marzo). Nunca más estigmas que discriminen a las mujeres, niñas, adolescentes y personas menstruantes, nunca más una educación básica sin educación menstrual. [tuit]. X.

<https://x.com/ColectivaMapas>

En este sentido, resulta pertinente señalar que la primera entidad en aprobar un permiso con goce de sueldo por problemas derivados de la menstruación fue Colima, en 2022; le siguió Hidalgo en 2023 y, a inicios de 2024, Nuevo León:

- Colima: primera entidad en legislar y crear un permiso menstrual en el ámbito de sus facultades. El 9 de mayo de 2023, las diputadas y los diputados locales aprobaron una adición al artículo 54 de la Ley de los Trabajadores al

Servicio del Gobierno, Ayuntamientos y Organismos Descentralizados del estado de Colima.

Establecieron que “las mujeres o personas menstruantes trabajadoras” con dismenorrea podrán contar un permiso con goce de sueldo de hasta dos días al mes. Para ello, deben presentar un certificado médico expedido por una institución pública de salud. También modificaron la Ley de Educación para el Estado de Colima, donde se reconoce las ausencias por motivos de menstruación. Por ello, les instruye a los centros educativos a habilitar clases o exámenes virtuales para quienes no puedan acudir al aula o pedirles la entrega de trabajos de manera posterior. (Chávez, 2023).

- Hidalgo: el 24 de mayo de 2023 el Congreso de Hidalgo aprobó una licencia con goce de sueldo de hasta dos días, ello mediante una modificación al artículo 17 de la Ley de los Trabajadores al Servicio de los gobiernos estatal y municipales, así como de los Organismos Descentralizados. Esta medida es parte del reconocimiento de los derechos sexuales y reproductivos, señaló en ese entonces el Congreso local en un comunicado. Con ello se resarce “una deuda histórica que tiene el Estado con los derechos laborales de las mujeres”. (Chávez, 2023)
- Nuevo León: el 5 de enero de 2024 fue publicada en el Periódico oficial una reforma con la que se adiciona el artículo 24 Bis 7 de la Ley del Servicio Civil del Estado de Nuevo León. Ese nuevo ordenamiento indica que “a quienes se les diagnostique con endometriosis severa o dismenorrea primaria o secundaria en grado incapacitante, podrán ausentarse hasta dos días, sustituyéndolos por trabajo a distancia, mediante el uso de las tecnologías de información y de la comunicación”.

Si su empleo no puede realizarse a distancia, “podrán dejar de laborar hasta por dos días, siempre y cuando lo justifiquen mediante prescripción médica” expedida por la institución de seguridad social del Gobierno del Estado o del Municipio o un consultorio particular. Estos permisos serán con goce de sueldo. (Chávez, 2023)

De acuerdo con algunos de los resultados que arrojo la *Primera Encuesta de Gestión Menstrual*, en el país el 21% de las mujeres y personas con capacidad de menstruar ha tenido que faltar al trabajo o parar sus labores por los dolores y otros síntomas que sufren (Juárez, 2024). Sin embargo, estas licencias laborales aplican sólo para menos del 5% de las mujeres y personas trabajadoras con capacidad de menstruar (Juárez, 2024).

En el caso de la Ciudad de México, el 14 de febrero de 2023 el Congreso local aprobó una propuesta de iniciativa para modificar la Ley Federal de los Trabajadores al Servicio del Estado, e incluir entre las obligaciones de los patrones otorgar un permiso de dos días al mes con goce de sueldo a mujeres trabajadoras y personas menstruantes diagnosticadas con dismenorrea primaria o secundaria incapacitante.

La iniciativa fue enviada al Congreso de la Unión para que sea discutida. La propuesta fue presentada por la diputada local por Morena, Alicia Medina Hernández, y establecía que el permiso de dos días con goce de sueldo tiene que estar justificado mediante un examen médico expedido por especialistas en ginecología de alguna institución del Sistema Nacional de Salud (Chávez, 2023).

Otro punto a destacar de tal iniciativa es que los patrones tendrán prohibido despedir a una trabajadora o coaccionarla directa o indirectamente para que renuncie por razones de género o por ser diagnosticada con dismenorrea; asimismo las mujeres trabajadoras recibirán un día al año con goce de sueldo para que puedan acudir a realizarse la mastografía y el papanicolaou (Chávez, 2023). Y es que, según cifras que se incluyeron en la iniciativa entre 45 y 95 por ciento de las mujeres en edad reproductiva presentan dolor incapacitante durante su ciclo menstrual (Chávez, 2023).

Sarah Palma León, docente de la Facultad de Derecho de la Universidad Autónoma de México, señaló que en el mundo existen antecedentes de este tipo de permisos. “Desde 1947, países como Indonesia, Corea del Sur y Zambia otorgan días de descanso. No es algo nuevo” (Chávez, 2023). Y, en un contexto más actual, en 2023 España se convirtió en el primer país europeo en aprobar la licencia menstrual que

no contempla un límite de tiempo, además de que será el Estado quien cubra la totalidad de días de incapacidad no las empresas (Correa, 2024).

La Ciudad de México a la fecha no cuenta con el acceso a la licencia menstrual, además de que debe tenerse en cuenta que como hasta ahora se ha planteado solo beneficiaría a ciertos sectores de mujeres y personas menstruantes trabajadoras. Asimismo, entre las personas que participaron en la *Encuesta sobre Gestión Menstrual en la Ciudad de México*, se percibió que entienden que quienes viven sus periodos sin dolor u otras molestias no requieren tomar una licencia menstrual, y también se apreció que existe una preocupación de que se tomen represalias en contra de quienes decidieran tomar la licencia (COPRED, 2024, p.44).

Ante lo anterior vale la pena señalar que el 79.53% de las encuestadas tomaría la licencia menstrual en caso de que fuera aprobada (COPRED, 2024, p.44), siendo las respuestas que más se repitieron para apoyar la licencia menstrual, en orden de importancia, son las siguientes:

- Por cólicos intensos, dolor y molestias físicas.
- Por incomodidad y miedo a mancharse.
- En caso de que alguien la requiera.
- Por enfermedades como endometriosis, ovario poliquístico, miomas, etc.
- Por sangrado abundante.
- Por cansancio-agotamiento.
- Por falta de concentración y síntomas emocionales.
- Porque es un derecho.
- Por dificultades económicas para gestionar el ciclo y/o falta de infraestructura como agua, baños, privacidad, etc. (COPRED, 2024, p.44)

Mientras que las principales respuestas de quienes no tomarían la licencia menstrual son las siguientes:

- Sus síntomas son moderados y no les impiden realizar actividades.
- Ya no menstrúan.
- No la necesitan.

- Reconocen que no la necesitan, pero hay quienes sí, y están de acuerdo en que la usen.
- Por miedo a que las despidan o juzguen y este sea un elemento más de discriminación.
- Porque no les gusta faltar al trabajo.
- Porque lo consideran un abuso y una falta de productividad.
- Tienen que trabajar, de lo contrario no tienen ingresos.
- Tramitar la licencia sería complicado por la intervención del IMSS y la burocracia que conlleva. (COPRED, 2024, p.45)

Tales respuestas dan cuenta de la importancia de seguir trabajando alrededor de todas las demandas que implica el acceso a la menstruación digna, pues no solo pone sobre la mesa la importancia de continuar acercando la adecuada educación menstrual a todas las personas, sino que también evidencia otras problemáticas de infraestructura como lo son las deficiencias del sector salud. Se deben mejorar las condiciones en ambos espacios y así impactar en acortar las causas de desigualdad que suelen acompañar a las mujeres a lo largo de su vida escolar y productiva.

A este contexto se suma la elección del producto con el que se gestionara la menstruación, en la encuesta el resultado reveló que las toallas desechables son el producto que más se usa, lo que no necesariamente responde a una elección personal, si no que es una elección que es atravesada por temas ambientales económicos y/o de salud. Siendo el tema económico tal vez el principal factor para la elección, además de que en algunas geografías las limitantes pueden ser por las opciones disponibles.

Es por lo anterior que vale la pena diseñar e implementar el conocer y acceder a productos alternativos para quienes los quieran usar. La encuesta arrojó que poco más del 1% de las personas menstruantes elijen un producto diferente a las toallas desechables como una acción de cuidado al medio ambiente, ya que al ser insumos reutilizables suman al autocuidado, conocimiento del propio cuerpo y sirven en caso de sangrado abundante (COPRED, 2024, p. 36). Los productos de gestión menstrual más usados en el país son:

- **Toallas desechables o compresas menstruales:** se hacen de algodón absorbente y se adhieren a la ropa interior. Vienen en diferentes tamaños y niveles de absorción: desde ligeras para días de flujo leve a toallas más grandes para el flujo más intenso. Pueden utilizarse solas o junto con un tampón o copa menstrual para retener los fluidos (sangre, secreciones vaginales, moco cervical y tejido endometrial). Se debe cambiar la compresa cada cuatro horas aproximadamente. Las desechables no son convenientes para nadar o para algunos tipos de ejercicio. (COPRED, 2024, p. 10) Existen las toallas de tela, que son un producto reutilizable.
- **Tampones:** son un paquete de material absorbente que se inserta en la vagina. Muchas mujeres los encuentran más cómodos que las toallas desechables ya que pueden usarse durante el ejercicio físico o la natación y no causan rozaduras en la piel. Los tampones vienen en diferentes tamaños y niveles de absorción y se hacen generalmente de algodón solo o de algodón y rayón. Los fragmentos de rayón pueden causar irritación o sequedad de la flora vaginal. Para evitar el crecimiento bacteriano, el tampón debe cambiarse cada dos a seis horas (COPRED, 2024, p. 10).
- **Copa menstrual:** es un contenedor menstrual intravaginal elaborado con material biocompatible e hipoalergénico. Por ser de un material suave se puede doblar antes y durante la inserción. Después de la inserción, se abre para formar un sello contra la pared vaginal y recoger el líquido menstrual. Se puede dejar la copa dentro del cuerpo hasta 12 horas continuas. Para quitarla, simplemente se jala del extremo, se pellizca la base para liberar el sello y se vacía el recipiente. Se lava con agua y se vuelve a insertar. Una copa menstrual es reutilizable, por lo que ahorra dinero y es mejor para el medio ambiente. También es una buena opción para períodos intensos porque, generalmente, no tiene pérdidas y retiene más flujo que un tampón (COPRED, 2024, p. 11).

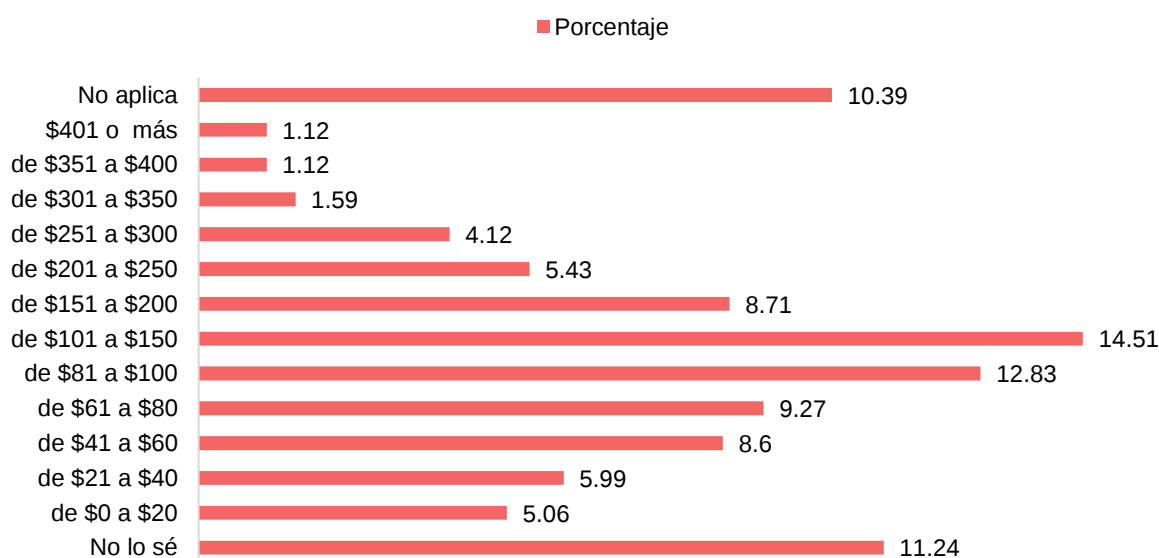
Tabla 5. Productos para gestionar la menstruación

Producto	Consumo	Ventajas	Desventajas
Toalla desechable	Ampliamente usadas a nivel nacional	Fáciles de usar y de conseguir en el mercado	No son recomendables para nadar o hacer ejercicio. Pueden causar infecciones vaginales y/o rozaduras en caso de uso continuo por periodos prolongados. Altamente contaminantes.
Tampón desechable	Menos usados que las toallas desechables. Incide el mito de la virginidad.	Permiten realizar más actividades que las toallas, evitan fugas del fluido menstrual.	Pueden causar resequedad de la flora vaginal, así como infecciones vaginales. Altamente contaminantes.
Toalla de tela	Usadas por algunos segmentos de la población. Existen marcas comerciales y de elaboración artesanal.	Pueden elaborarse de forma casera, generalmente se hacen de tela de algodón. Reusables.	Tienen que cambiarse más frecuentemente que las toallas desechables. No generan basura, son lavables y reusables, por lo que se requiere acceso a agua limpia y un lugar para secarlas.
Copa y disco menstrual	De más reciente incorporación al mercado nacional.	No genera basura, es lavable-reusable; alcanza una vida útil de hasta 10 años, lo que la hace una alternativa económica en el mediano plazo. Se cambia una o dos veces al día. Favorece el autoconocimiento de la anatomía vaginal.	Para su uso se requiere tener acceso a agua limpia. En el país solo se pueden comercializar algunas marcas.
Calzones menstruales	Hasta hace no mucho poco conocida en el país.	Se puede usar durante aproximadamente 6 horas seguidas. Reusables.	Se requiere acceso a agua limpia para lavarla. Se recomienda evitar los de fibras sintéticas.

Fuente: Consejo para Prevenir y Eliminar la Discriminación de la Ciudad de México. (2024, noviembre). [https://copred.cdmx.gob.mx/storage/app/media/Informe Encuesta Gestion Menstrual CDMX.docx.pdf](https://copred.cdmx.gob.mx/storage/app/media/Informe_Encuesta_Gestion_Menstrual_CDMX.docx.pdf)

El 84.46% de las personas encuestadas refirieron hacer uso de las toallas desechables, 5.63% copa menstrual, 3.19 % toallas y/o tampones reutilizables, el 1.97% tampones, 0.56% ropa interior absorbente y el 0.19% otro producto; este último porcentaje usa disco menstrual, trozos de tela, pañales, papel higiénico, pantiprotectores y hay quienes practican el sangrado libre (COPRED, 2024, p. 35). Es importante que la población menstruante conozca los productos existentes, sus costos, así como ventajas y desventajas, y entender que se trata de una decisión personal.

Gráfica 3. ¿Cuánto gastas al mes en productos de gestión menstrual?



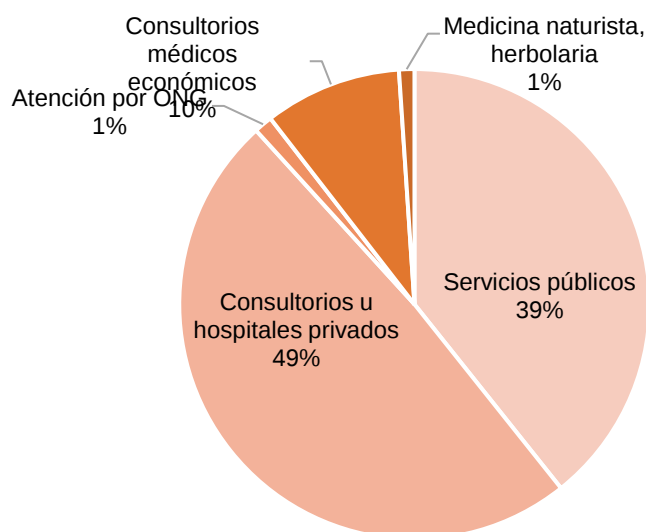
*No aplica: refiere a personas que no menstrúan por causas como embarazo, climaterio o terapia hormonal.

Fuente: Consejo para Prevenir y Eliminar la Discriminación de la Ciudad de México. (2024, noviembre). [https://copred.cdmx.gob.mx/storage/app/media/Informe Encuesta Gestion Menstrual CDMX.docx.pdf](https://copred.cdmx.gob.mx/storage/app/media/Informe_Encuesta_Gestion_Menstrual_CDMX.docx.pdf)

En este sentido, el 50% de las personas encuestadas refirió que la elección del producto de gestión menstrual responde que es el que usaba su familia, 40.98% lo eligió por comunidad y hay un 1.88% que limita su elección al costo (COPRED, 2024, p. 36), situación que no debería de ocurrir y es por ello que la dimensión económica es importante en el tema de la gestión menstrual. Y es que,

Las toallas desechables o tampones se recomiendan que se cambien cada 4 horas. Para hacer cálculos aproximados, tomaremos un rango de edad de 12 a 50 años. Al mes una mujer utiliza en promedio, entre 20 o 30 toallas. Al año esto sería un aproximado de 360 toallas. A lo largo de los 38 años que la menstruación acompaña a las mujeres u otras personas menstruantes, serían 13, 680 toallas. El costo promedio por toalla sanitaria (depende de las marcas) es de 2 a 3 pesos. Haciendo cálculos, a lo largo de su vida una mujer y persona menstruante gasta aproximadamente 28 mil pesos en productos menstruales. Sin embargo, el costo de los productos de gestión menstrual no es el único asociado a este acontecimiento, también es necesario tomar en consideración el costo de medicamentos, en caso de requerirse y de las condiciones de infraestructura pública para gestionar los periodos que también son factores económicos estructurales importantes. (COPRED, 2024, p. 37)

Gráfica 4. ¿A qué servicio de salud has asistido en la CDMX para dar seguimiento y atender la salud menstrual?



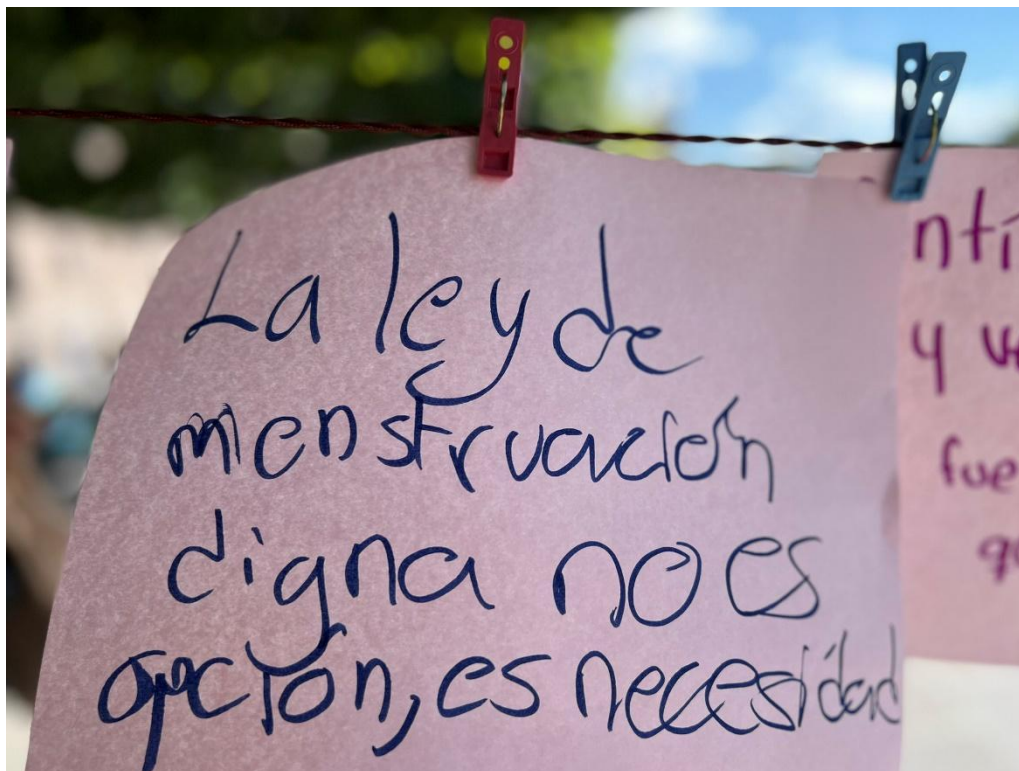
Fuente: Elaboración propia con información de Consejo para Prevenir y Eliminar la Discriminación de la Ciudad de México. (2024, noviembre).

https://copred.cdmx.gob.mx/storage/app/media/Informe_Encuesta_Gestion_Menstrual_CDMX.docx.pdf

Sobre el acceso a la salud y el impacto económico que esto implica, de las personas encuestadas cerca de la mitad de quienes participaron han requerido atención médica en torno a la salud menstrual, como lo son las revisiones ginecológicas. Este aspecto de la salud es atendido principalmente en servicios privados,

A partir del diagnóstico recibido, la mayoría de la población encuestada fue referida a otros estudios; tuvo un examen físico; requirió medicamento y recibió información en su primera consulta. En un orden similar, recibieron atención en consultas subsecuentes. 75 personas necesitaron alguna intervención quirúrgica y 62 de ellas fueron canalizadas al área de urgencias. (COPRED, 2024, pp. 37-38)

Figura 26



Fuente: #TendederoMenstrual | colectivaFeministaMAPAS [@ColectivaMapas]. (2022, 01 de marzo). Nunca más estigmas que discriminen a las mujeres, niñas, adolescentes y personas menstruantes, nunca más una educación básica sin educación menstrual. [tuit]. X.
<https://x.com/ColectivaMapas>

Ante lo expuesto en las páginas previas es necesario continuar contribuyendo a que la menstruación deje de ser un tema tabú para la población, ya que el secretismo que hay alrededor de ella puede causar desde aislamiento hasta problemas de salud. Cada vez son más mujeres y personas menstruantes que se sienten cómodas hablando de su menstruación, lo que ha sumado a posicionar este proceso natural como un tema público y por lo tanto político, recordando que hay que educar para desestigmatizar todo el ciclo menstrual.

9. Menstruación digna y algunos contextos de vulnerabilidad

Las circunstancias sociales, económicas, políticas y/o culturales cruzan el cuerpo e impactan en la experiencia de menstruar, “lo que debiera ser un proceso natural se convierte en un serio desafío para algunos cuerpos. Menstruar a contracorriente... significa también construir pequeñas formas de apoyo mutuo para encontrar la dignidad en contextos de opresión.” (Márquez, et. al., 2021).

Las mujeres no son las únicas personas que menstrúan, es una experiencia que también atraviesa a personas con identidades no binarias y a los hombres trans. La Encuesta Nacional sobre Diversidad Sexual y de Género (ENDISEG) 2021, acenta que a nivel nacional la población transgénero, transexual o de otra identidad de género que no coincida con el sexo asignado al nacer es de 909 mil, lo que representa al 0.9% de las personas de 15 años y más; y la Ciudad de México es la segunda entidad donde se concentra un mayor número de población LGBTI+ (INEGI, 2022, p.1).

Los hombres trans y las personas con identidades no binarias enfrentan contextos de vulnerabilidad distintos a los de las mujeres, por lo que a continuación se muestra un pequeño fragmento de lo que enfrentan como personas menstruantes, aunque se debe tener en cuenta que la información hará mayor eco con las experiencias de los hombres trans.

Para los hombres trans y para quienes disienten de las identidades tradicionales, el discurso binario y reproductivo que prevalece en torno al sangrado menstrual resulta violento. El psicólogo y sexólogo Mateo Gorga, refirió que “si, para muchas mujeres cisgénero —es decir, que no son trans— la visita ginecológica puede ser incómoda, ‘para hombres trans o personas no binarias resulta mucho peor, sobre todo en el sector público’.” (Márquez, et. al., 2021)

Mateo Gorga es un hombre trans, compartió que su menarquía fue a los 16 años, y que:

Durante 14 años, más allá de cierta incomodidad, la menstruación no le causaba mayor dolor o conflicto, pero carecía de significado. Sin embargo, los productos de higiene menstrual suelen ser promovidos por las marcas mediante estereotipos femeninos, lo cual puede desatar dismorfias o disforias de género en las personas trans: trastornos de ansiedad vinculados a la ansiedad generada por la autopercepción del propio cuerpo.

“Las toallas no deberían estar en el pasillo de higiene femenina, sino en los de higiene en general”, dice Mateo. Recuerda que, para evitar los cuchicheos, optó desde hace años por comprar una copa menstrual por internet. Situación que, explica, ha provocado que muchos pequeños negocios de personas trans hayan crecido en los últimos años gracias a la venta de toallas de tela y otros artículos con diseños neutros. (Márquez, et. al., 2021)

Figura 27



Fuente: Los hombres trans menstrúan | Imagen recuperada de Nosotras. (s.f.). ¿Los hombres trans menstrúan? <https://www.nosotrasonline.com.co/entre-nosotras/cuidado-femenino/los-hombres-trans-menstruan-nosotras/>

Al momento de compartir su testimonio Mateo llevaba dos años en tratamiento hormonal, y el sangrado menstrual casi había desaparecido por completo, aunque si interrumpe el tratamiento de testosterona el ciclo volverá a activarse, a menos que decida hacer una histerectomía (cirugía que consiste en la extirpación del útero, cuello uterino y las tubas uterinas) (Márquez, et. al., 2021).

Además, cada experiencia será única. En el testimonio de Anyel, él refiere que su menstruación venía acompañada de fuertes síntomas que debido a su tratamiento hormonal han desaparecido; lo que para él eran cólicos insoportables, vómitos y desmayos sin razón o malestares estomacales, ya no son más un problema, porque según él, aunque los primeros tres meses experimentó un sangrado muy leve, logró despedirse por completo de su periodo (Nosotras, s.f.) Anyel, también refirió que aún encuentra rastros de su ciclo menstrual, los cuales “siguen conectándolo con su esencia femenina: “Aunque no sangro sigo teniendo comúnmente mis ciclos menstruales, los cuales no son muy difíciles de ocultar. Creo saber muy bien en qué etapa del ciclo estoy porque obvio me siento más irritable y mi estado de ánimo tampoco es el mejor” (Nosotras, s.f.).

Figura 28



Fuente: Los hombres trans menstrúan | Imagen recuperada de Nosotras. (s.f.). ¿Los hombres trans menstrúan? <https://www.nosotrasonline.com.co/entre-nosotras/cuidado-femenino/los-hombres-trans-menstruan-nosotras/>

Otro contexto de vulnerabilidad es el de las mujeres privadas de la libertad. Y es que, en el país no se destinan recursos públicos a la adquisición de productos menstruales para las cárceles, por lo que la mayoría de las veces los productos de gestión menstrual que pueden conseguir son a precios excesivos, por la donación de organizaciones o por familiares, aunque por esta última vía es algo poco probable ya que la mayoría de las mujeres cautivas enfrentan abandono familiar (Márquez, et. al., 2021).

Para dar cuenta de lo anterior a continuación se presenta el testimonio de Mayola Narváez, quien durante su estancia en el penal femenino de Santa Martha vendía toallas sanitarias por 10 pesos, recuerda que la menstruación no era una prioridad, como sí lo eran las drogas. “Cuando estás drogada, menstruar no es algo que se viva o que se sienta”, explica cinco años después de recuperar su libertad. Solucionaba el problema con retazos de tela que dejaba en su ropa interior hasta por dos días: “Cuando había mejor suerte, con rollitos de papel de baño”. (Márquez, et. al., 2021)

En el país las prisiones son uno de los sitios donde la indiferencia de las instituciones públicas en torno a la salud menstrual resulta más evidente.

Sobre ello, la Encuesta Nacional de Población Privada de la Libertad (ENPOL) (2016) del Instituto Nacional de Estadística y Geografía, arrojó que sólo el 41% de las mujeres privadas de la libertad recibieron artículos de higiene personal (como se citó en Márquez, et. al., 2021). Ante este contexto en 2019 la Comisión Nacional de los Derechos Humanos emitió una serie de recomendaciones a los centros de reclusión de cada estado, en la que advierte que “las toallas sanitarias se adquieren con recursos propios, ya que el centro no se los proporciona” (como se citó en Márquez, et. al., 2021); y es que, para 2021 se estimó que en el país había 11,933 mujeres privadas de la libertad; 92% de ellas tenían entre 18 y 49 años, por lo tanto, menstruaban (Márquez, et. al., 2021).

Siguiendo este orden de ideas, y con el objetivo de que la menstruación digna llegue a las mujeres privadas de la libertad, la Comisión Nacional de los Derechos Humanos señaló que:

en 73 centros de reclusión existen irregularidades en el servicio médico; de estos, en 68 se reportó falta de atención ginecológica. Además de la falta de medicamentos e insumos para la gestión menstrual, las mujeres suelen ser atendidas por médicos generales del área varonil. (como se citó en Márquez, et. al., 2021)

Pero, pese a todo lo anterior el testimonio de Alicia, otra mujer privada de su libertad, presenta otro panorama, la cárcel tiene dos caras frente a la menstruación, ella refiere que

Los tabúes que pesan sobre la menstruación, aquí se gestionan de otra forma. Diseñada tanto para contener cuerpos como para limitar la intimidad, la cárcel hace de la menstruación un acto mucho más público. Y es allí donde las internas pueden encontrarse más, para buscar apoyo ante la desatención de las autoridades penitenciarias.

En ese momento de la menstruación hay mucha ayuda entre reclusas; que con la amiga, que con la compañera de celda. No te puedes negar porque es algo que todas padecemos. (Márquez, et. al., 2021)

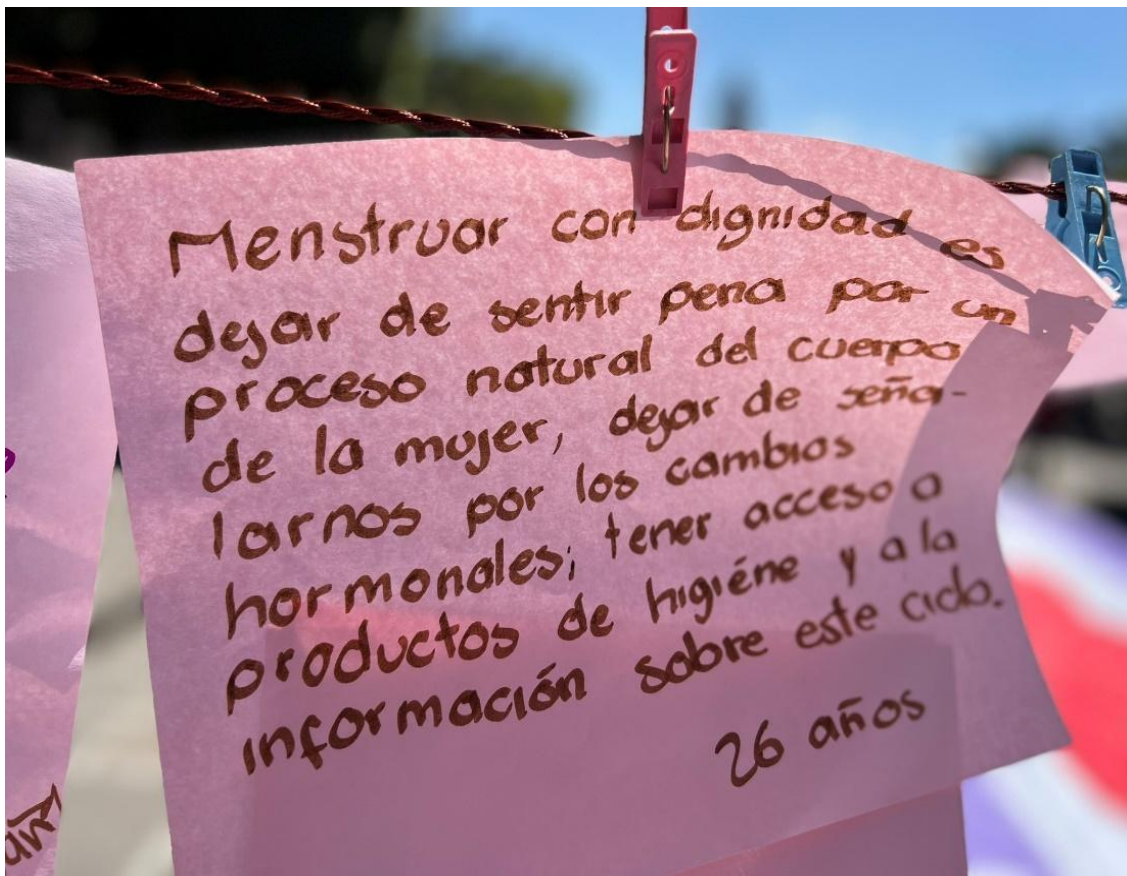
Otro contexto de vulnerabilidad es el que se vive en las comunidades indígenas. De acuerdo con la UNICEF, en algunos pueblos indígenas la menstruación aún tiene un significado negativo, se le considera un castigo o una enfermedad, así como el paso de niña a señorita y por lo tanto una señal del inicio de la fertilidad, lo que refuerza la idea errónea de que la responsabilidad de la reproducción es únicamente de las mujeres (como se citó en Márquez, et. al., 2021).

Además, las problemáticas y contextos que viven las comunidades indígenas hacen más difícil romper con esas ideas, enfrentan diversas situaciones que vulneran el acceso a la menstruación digna, como lo es una educación pública insuficiente y

poco adecuada para abordar el tema o información no disponible, la falta de servicios sanitarios, ingresos insuficientes lo que imposibilitan la compra de insumos para la gestión menstrual, entre muchas otras situaciones.

Para entender mejor ese contexto a continuación se recupera el testimonio de Roselia, integrante de la Red por los Derechos Sexuales y Reproductivos en México, ella vive en San Mateo del Mar, una comunidad en el Istmo de Tehuantepec, Oaxaca. En San Mateo del Mar como en otras comunidades indígenas del país, menstruar es algo que se hace en silencio: “No se habla, no se toma en cuenta, las mujeres lo ocultan, es invisible. Para los hombres en la comunidad es algo sucio” (Márquez, et. al., 2021).

Figura 29



Fuente: #TendederoMenstrual | colectivaFeministaMAPAS [@ColectivaMapas]. (2022, 01 de marzo). Nunca más estigmas que discriminen a las mujeres, niñas, adolescentes y personas menstruantes, nunca más una educación básica sin educación menstrual. [tuit]. X.

<https://x.com/ColectivaMapas>

En palabras de Roselia “Es posible que en [las clases de] Biología se hable algo, pero si el maestro es de fuera no podrá explicarlo en la lengua originaria y esto influye mucho, porque la mayoría aquí hablamos ombeayiüts.” (Márquez, et. al., 2021). A lo anterior se suma que la información que se ofrece o no en el contexto escolar no es el único problema, por ejemplo, en el espacio del Istmo de Tehuantepec más de una comunidad indígena no cuenta con servicio de agua potable, lo que además de ser una violación a los derechos humanos fundamentales, empeora las condiciones sobre la gestión menstrual para las mujeres indígenas y otras personas menstruantes (Márquez, et. al., 2021).

Menstruar con dignidad es un asunto de derechos humanos, guardar silencio sobre la menstruación ya no es una opción, estamos en el camino de acortar y erradicar las brechas que pone en una situación de desigualdad a niñas y mujeres, así como a otras personas menstruantes. La menstruación es un proceso que impacta en lo público y lo privado, por lo que todas las personas deben tener conocimiento del tema y participar en el camino hacia la menstruación digna. Además, el que los varones conozcan y participen del tema promoverá masculinidades positivas, lo que a su vez dará pauta a la eliminación de estigmas y tabús que rodean la menstruación, volviéndose en un catalizador para la reducción de algunas brechas de género.

10. Y ahora, ¿qué sigue?

Para intentar dar respuesta a tal interrogante y conocer el camino que se continúa trazando en la búsqueda del acceso a la menstruación digna para todas las personas menstruantes, en los siguientes párrafos se reproducen algunas de las propuestas, conclusiones y recomendaciones que se presentaron en el Informe de la *Encuesta sobre Gestión Menstrual en la Ciudad de México*.

El gobierno de la Ciudad de México deberá diseñar una Política Menstrual que integre los siguientes objetivos:

Objetivo general

Disminuir las desigualdades que provocan que la gestión menstrual sea una limitante para el ejercicio pleno de los derechos humanos.

Objetivo Específico

Garantizar y fomentar el derecho a una menstruación digna, mediante mejorar la infraestructura pública, aumentar el acceso a productos de gestión menstrual y servicios clínicos en espacios públicos y oficinas del gobierno. (COPRED, 2024, p. 48)

Es así como las estrategias a desarrollar tras considerar los resultados arrojados por la encuesta son:

1. Mejorar condiciones de infraestructura en escuelas públicas, espacios públicos y oficinas de gobierno.
2. Considerar la dotación de productos menstruales de forma gratuita en escuelas, centros y unidades de salud, oficinas de gobierno y otros espacios públicos.
3. 3. Actualizar las competencias del personal de salud en materia del ciclo ovulatorio-menstrual y su importancia para la salud.
4. Desarrollar campañas de comunicación sobre la importancia del ciclo ovulatorio-menstrual para la salud de las mujeres y otras personas menstruantes. (COPRED, 2024, p. 48)

Además, se debe insistir que para seguir avanzando hacia la menstruación digna se debe considerar que alrededor de ella hay diferentes actores sociales, y será solo con la participación de todos que se logrará la transformación que se busca.

En primera instancia están las mujeres y personas menstruantes; esto se refiere a quienes experimentan en su cuerpo, en su vida cotidiana y en su imaginario, la menstruación. Por un lado, se trata de un acontecimiento biológico, pero también de una serie de decisiones logísticas, económicas, comerciales, psicológicas, ambientales y de salud en donde hay más actores implicados. La familia juega un rol importante en orientar la cosmovisión sobre la vida, las relaciones, las decisiones, el cuerpo, la salud. En muchas ocasiones la forma de ver y entender las cosas cambia a lo largo de la vida, pero la orientación ideológica de la familia de origen es determinante en edades tempranas e incluso en la pubertad, momento en que sucede la menarquía y se decide qué producto(s) usar para la gestión menstrual. (COPRED, 2024, p. 48)

Además de la familia se puede sumar el círculo social cercano, como puede ser amistades, compañeras/os de escuela y/o de trabajo o su comunidad; se puede tratar de un círculo de confianza y de seguridad; en el que es posible expresar dudas y construir conocimiento (COPRED, 2024, p. 48). A este círculo le sigue la esfera de lo público,

en donde se encuentran los espacios de convivencia y desempeño cotidianos como escuela, comunidad y trabajo y los lugares de recreación que están regulados por el Estado. Por un lado, está la regulación sanitaria, la infraestructura que brinda o no, condiciones adecuadas para la gestión menstrual, la autorización de los procesos de producción y comercialización

de productos para menstruar, la forma de nombrar, los programas y discursos institucionales en el sector educación y salud para hablar de género, sexualidad, cuerpo, menstruación, anticoncepción, etc. Y por otro lado tenemos a las personas trabajadoras del gobierno, quienes en los hechos implementan estos programas, políticas y discursos públicos y quienes, a su vez, tienen su propia cosmovisión, forma de vivir e interpretar el tema siendo también sujetos. Las personas trabajadoras involucradas en este proceso son docentes, autoridades educativas, personal del servicio de salud, autoridades sanitarias, planificadores urbanos y de infraestructura, autoridades ambientales, personas encargadas de legislar y diseñar políticas públicas. (COPRED, 2024, p. 49)

Es frente a lo anterior que es posible identificar que la falta de acceso a una menstruación digna se trata de un problema público, y es que, hay una invisibilización de la menstruación, lo que es un factor que suma a la desigualdad de género. “Como cualquier problema público o social, el de la invisibilización de la menstruación también es multifactorial y multideterminado.” (COPRED, 2024, p. 49), es decir:

- “Lo que no se nombra no existe”. Se debe romper con la idea de que la menstruación debe vivirse en silencio, fuera de lo público.
- Desconocimiento del propio cuerpo. “El desconocimiento, desvinculación y desentendimiento tiene que ver, por un lado, con los procesos de medicalización que vivimos, como con hábitos comportamentales en que las mujeres dejan sus asuntos y su salud para después.” (COPRED, 2024, p. 51).
- Repercusiones culturales y ambientales negativas. La menstruación continúa siendo considerada como un no tema, no se nombra de forma

abierta y suficiente, lo que alimenta los tabús, prejuicios, desinformación, mitos... (COPRED, 2024, p. 51) Al no hablar abiertamente y con información clara y fidedigna sobre la menstruación se convierte en “una reproducción de un modelo discriminatorio de género en el cual, los asuntos de las mujeres no son considerados relevantes.” (COPRED, 2024, p. 52).

- Falta de instalaciones y condiciones adecuadas para gestionar la menstruación.

El límite entre lo privado y lo público en el tema de la menstruación no es claro. “Las dimensiones se traslapan y afectan las distintas esferas de la vida de formas complejas y no lineales.” (COPRED, 2024, p. 52). Y al considerar este contexto, desde el Consejo para Prevenir y Eliminar la Discriminación de la Ciudad de México (COPRED), se construyeron una serie de conclusiones y recomendaciones para llegar al acceso de la menstruación digna para todas las personas menstruantes en la capital, mismas que a continuación se presentan.

Para que una propuesta de política pública sobre menstruación sea integral, resulta necesario promover información veraz y completa, así como contar con condiciones de infraestructura que consideren a los cuerpos menstruantes, además de hacer accesibles o gratuitos los productos de gestión menstrual y servicios clínicos. Esto implica un cambio de mentalidad al abordar el tema menstrual desde las políticas públicas para, idealmente, impactar en la opinión pública, en la sociedad, en los medios de comunicación, en la familia y en la forma en que las personas viven cotidianamente la menstruación y otros procesos corporales.

Para el abordaje se propone un enfoque con perspectiva de género que tome en cuenta otras voces, otras experiencias y otras visiones del mundo, más allá de las dominantes. Lo anterior implica la participación de todas y todos

para darle al proceso la naturalidad que le es intrínseca, para visibilizar y quitar paulatinamente los tabús que hacen que muchas mujeres y personas menstruantes tengan sentimientos y experiencias negativas respecto a su menstruación [...]

Hace falta hablar más de productos para gestionar el sangrado y también hace falta hablar más sobre el ciclo menstrual en general. Pues sólo el 34.98% de las mujeres encuestadas reportó tener información suficiente sobre menstruación y el 18.91% no tenía información o tenía información insuficiente. Resulta entendible que, como reportaron varias personas, si no hay información previa y de pronto una adolescente se encuentra sangrando, con las connotaciones de dolor y enfermedad que se reproducen en nuestra sociedad, ella se asuste y piense que algo grave le está pasando. Entonces, se requiere hablar más de la menstruación tanto en las familias, como en las escuelas, como en los espacios de trabajo, espacios públicos y en campañas del sector salud y de los medios de comunicación. [...]

Conocer sobre menstruación es una excelente puerta de entrada a conocer sobre sexualidad y sobre derechos sexuales y reproductivos. Son temas conectados que pueden contribuir a la toma de decisiones informadas que lleven al pleno uso y disfrute de los mismos. [...]

Al 88.46% de las personas encuestadas les dijeron que la menstruación es un tema privado y al 86.52% que es un asunto sólo de mujeres. Aunque son las madres quienes más hablan de menstruación con sus hijos e hijas, es deseable que los varones también se involucren, se acerquen, comprendan,

sean empáticos y entiendan los procesos que se viven al menstruar. Esto ayudaría a disminuir el tabú acerca del tema y la vergüenza de hablar de menstruación y serviría de ejemplo para otros varones en la familia que pueden replicar esta forma de comunicación más abierta. La incomodidad de hablar sobre menstruación se transmite entre generaciones y no cambiará a menos que se cambie el discurso en distintos ámbitos. Es aquí en donde familia, gobiernos, medios de comunicación y sociedad en su conjunto pueden lograr cambios en el abordaje de ciertos temas. Si se acompaña el trabajo de organizaciones de la sociedad civil con campañas públicas de comunicación y difusión, tocar el tema al interior de la familia puede ser más sencillo. [...] (COPRED, 2024, pp. 54-55)

La menstruación debe abordarse-tratarse como un tema de salud pública, así como de derechos humanos y por lo tanto de igualdad de género, considerando que atraviesa diferentes momentos de la trayectoria de vida. Hablar y legislar en torno a la menstruación va mucho más allá de un tema de higiene, tiene dimensiones biológicas, sociales y culturales, razones suficientes para que esté en la agenda pública.

11. Bibliografía

AMVO. (2020, 13 de febrero). Pink tax: qué es y cómo se vive en el e commerce.

<https://www.amvo.org.mx/blog/pink-tax-que-es/>

Becerril, A. (2020, 02 de enero). Senadores piden a la Profeco eliminar sobrepuestos en los productos para mujeres. *La Jornada*.

<https://www.jornada.com.mx/2020/01/02/politica/010n4pol>

Bellón-Cárdenas, E. (2017). Liderazgos femeninos: tránsitos hacia la ética del cuidado en las relaciones de género. *Debate Feminista* (54), 84-100.

https://debatefeminista.cieg.unam.mx/index.php/debate_feminista/article/view/2097

Camacho, E. (2019, 21 de julio). Sí es rosa cuesta más. *Gatopardo*.

<https://gatopardo.com/noticias-actuales/impuesto-rosa-pink-tax-productos-mujeres/>

Castelló, V. (2020, 26 de febrero). Tasa rosa: ¿por qué las mujeres pagan más por sus productos personales? *El País*. <https://elpais.com/economia/estar-donde-estes/2020-05-20/tasa-rosa-por-que-las-mujeres-pagan-mas-por-sus-productos-personales.html>

<https://elpais.com/economia/estar-donde-estes/2020-05-20/tasa-rosa-por-que-las-mujeres-pagan-mas-por-sus-productos-personales.html>

Chaby, L. (2001). *La Menopausia*. Siglo XXI Editores.

Chávez, P. (2023, 13 de marzo). ¿De qué se trata la licencia menstrual? *Gaceta UNAM*.

<https://www.gaceta.unam.mx/de-que-se-trata-la-licencia-menstrual/>

Comisión Nacional para la Protección y Defensa de los Usuarios de Servicios Financieros (s.f.). ¿Conoces el impuesto rosa o pink tax?

<https://www.condusef.gob.mx/?p=contenido&idc=1098&idcat=1>

CONDUSEF. (2019, 26 de julio). Pink Tax o impuesto rosa.

<https://revista.condusef.gob.mx/2019/07/pink-tax-o-impuesto-rosa/>

Congreso de la Ciudad de México. (2024, 27 de marzo). Decreto por el que se reforma la Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia de la Ciudad de México. *Por la cual se diseña y ejecutaran acciones y programas*

enfocados en la gestión menstrual, con el objeto de garantizar el derecho humano a una menstruación digna. Gaceta Oficial de la Ciudad de México. https://paot.org.mx/centro/leyes/df/pdf/2024/LEY_ACCESO_MUJERES_VIDA_27_03_2024_79.pdf

Consejo para Prevenir y Eliminar la Discriminación de la Ciudad de México. (2024). *Informe de la Encuesta sobre Gestión Menstrual en la Ciudad de México.* https://copred.cdmx.gob.mx/storage/app/media/Informe_Encuesta_Gestion_Menstrual_CDMX.docx.pdf

Correa, M. (2024, 16 de enero). Licencia menstrual, una deuda en México: apenas tres de 32 entidades del país la han aprobado. *Animal Político*. <https://animalpolitico.com/genero-y-diversidad/licencia-menstrual-deuda-mexico-apenas-tres-de-32-estados-han-aprobado>

Cortés Iniestra, S., Marván, M.L. & Lama, C. (2004). Análisis de la publicidad de productos relacionados con la menstruación en revistas dirigidas a adolescentes. *Psicología y Salud*, 14(1), 113 – 120. <https://www.redalyc.org/pdf/291/29114112.pdf>

Dávila Arenas, M.C. (2021, 23 de marzo). Cinco artistas latinoamericanas que desafían al patriarcado con su sangre menstrual. <https://manifiesta.org/cinco-artistas-latinoamericanas-que-desafian-al-patriarcado-con-su-sangre-menstrual/>

De la Garza, C. & Derbez, E. (2021). *No son micro. Machismos cotidianos*. Grijalbo.

del Val, V. (2022, 28 de mayo). La menstruación y los derechos humanos. *APA Style Blog*. <https://www.es.amnesty.org/en-que-estamos/blog/historia/articulo/la-menstruacion-y-los-derechos-humanos/>

Ecofeminista. (2016, 16 de mayo). ¿Qué es el pink tax? <https://ecofeminista.com/que-es-el-pink-tax/?v=0b98720dcb2c>

Fondo de Población de las Naciones Unidas. (2022a). *La menstruación y derechos humanos – Preguntas frecuentes*. <https://www.unfpa.org/es/menstruacion-preguntas->

[frecuentes#%C2%BFQu%C3%A9%20necesitan%20las%20mujeres%20y%20las%20ni%C3%B1as%20para%20manejar%20la%20menstruaci%C3%B3n?](#)

Fondo de Población de las Naciones Unidas. (2022b). *La menstruación desde una perspectiva de derechos sexuales y derechos reproductivos*. https://colombia.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/doc_menstruacion.pdf

Galván, M. & Ortiz, A. (2021, 09 de septiembre). El impuesto rosa y su impacto en la vida y finanzas de las mujeres. *El Economista*. <https://www.eleconomista.com.mx/finanzaspersonales/El-impuesto-rosa-y-su-impacto-en-la-vida-y-finanzas-de-las-mujeres-20210909-0111.html>

García, A. K. (2018, octubre 03). Pink tax: la cara invisible de la desigualdad de precios por género. *El Economista*. <https://www.eleconomista.com.mx/empresas/Pink-tax-la-cara-invisible-de-la-desigualdad-de-precios-por-genero-20181003-0046.html>

George, A., Östlin, P. & Sen, G. (2005). Incorporar la perspectiva de género en la equidad en salud: un análisis de la investigación y las políticas. http://cidbimena.desastres.hn/filemgmt/files/PO_14_entire_book.pdf

González, L. (2021, 11 de noviembre). Apoyo a las mujeres en la miscelánea fiscal. Tasa cero a productos de gestión menstrual. *Gaceta UNAM*. <https://www.gaceta.unam.mx/tasa-cero-a-productos-de-gestion-menstrual/#:~:text=A%20finales%20de%20octubre%2C%20el,organizacion es%20no%20gubernamentales%20y%20legisladoras>.

Govea Franco, A. (2021). *Especialista de la UAA aborda el fenómeno de Impuesto Rosa* [boletín 277]. Universidad Autónoma de Aguascalientes. <https://www.uaa.mx/portal/noticias/especialista-de-la-uaa-aborda-el-fenomeno-de-impuesto-rosa/#:~:text=La%20Mtra.,posicionarse%20en%20el%20mercado%20laboral>.

Gutiérrez, J. P. (2013). Editorial. Cobertura universal de salud en México: las brechas que persisten. *Salud pública de México*, 55 (2), pp. 153-154.
<https://www.scielosp.org/article/spm/2013.v55n2/153-154/es/>

Hernández, G. (2024, 18 de septiembre). Brecha salarial de género: Un desafío con escasos avances en México. *El Economista*.
<https://www.eleconomista.com.mx/capitalhumano/Brecha-salarial-de-genero-Un-desafio-con-escasos-avances-en-Mexico-20240917-0129.html>

InMujeres. (2007). *Glosario de género*.
http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/100904.pdf

Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2022, 28 de junio). *ENCUESTA NACIONAL SOBRE DIVERSIDAD SEXUAL Y DE GÉNERO (ENDISEG) 2021* [comunicado de prensa].
https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2022/endiseg/R esul_Endiseg21.pdf

Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2025). Esperanza de vida al nacimiento por entidad federativa según sexo, serie anual de 2010 a 2025 [base de datos]. INEGI.
https://www.inegi.org.mx/app/tabulados/interactivos/?pxq=Mortalidad_Mortalidad_09_b87a4bf1-9b47-442a-a5fc-ee5c65e37648

Juárez, B. (2024, 31 de enero). Licencias laborales por menstruación: ¿En qué entidades ya son una realidad? *El Economista*.
<https://www.eleconomista.com.mx/capitalhumano/Licencias-laborales-por-menstruacion-En-que-entidades-ya-son-una-realidad-20240130-0119.html>

Jurga, I., Yates, M. & Bagel, S. (2021). PERIOD TAX. Guía de incidencia.
https://periodtax.org/documents/periodtax_AdvGuide_ES.pdf

Márquez, X., Feliciano, K. & Vega, M. (2021, 14 de febrero). Menstruar a contracorriente: indígenas, reclusas y varones trans. *Corriente Alterna*.
<https://corrientealterna.unam.mx/genero/menstruar-a-contracorriente/>

Méndez, F. & Mendoza D. (2021, 9 de junio). Para dignificar la menstruación hay que empezar por nombrarla. *Global revista*. https://unamglobal.unam.mx/global_revista/para-dignificar-la-menstruacion-hay-que-empezar-por-nombrarla/

Menstruación Digna México. (2020). INICIATIVA QUE REFORMA EL ARTÍCULO 20.-A DE LA LEY DEL IMPUESTO AL VALOR AGREGADO EN MATERIA DE PRODUCTOS DE GESTIÓN MENSTRUAL. <https://fundar.org.mx/wp-content/uploads/2020/09/Iniciativa.-Tasa-0-productos-de-gesti%C3%B3n-menstrual-en-M%C3%A9xico.pdf>

Nosotras. (s.f.). ¿Los hombres trans menstrúan? <https://www.nosotrasonline.com.co/entre-nosotras/cuidado-femenino/los-hombres-trans-menstruan-nosotras/>

OMS. (2013). Investigaciones para una cobertura sanitaria universal. https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/85763/9789240691223_spa.pdf;sessionid=11C694A733220F459834D1A8E01C3720?sequence=1

Procuraduría Federal del Consumidor. (2019, 21 de junio). Impuesto rosa: La utilidad no tiene color. <https://www.gob.mx/profeco/articulos/impuesto-rosa-la-utilidad-no-tiene-color?idiom=es>

Procuraduría Federal del Consumidor. (2019, 21 de junio). Impuesto rosa: La utilidad no tiene color. <https://www.gob.mx/profeco/articulos/impuesto-rosa-la-utilidad-no-tiene-color?idiom=es>

Pulido-Rivera, S. (2013). Liderazgo y mujer. *DEDiCA Revista De Educação E Humanidades*, (6), 273 – 283. <https://doi.org/10.30827/dreh.v0i6.6979>

Ramírez Carrera, S. & Reséndiz Ascencio, A. (2021, 14 de febrero). Menstruación digna: el derecho que México se niega a reconocer. *Corriente Alterna*. [https://corrientealterna.unam.mx/reportaje/menstruacion-digna-el-derecho-que-mexico-se-niega-a-reconocer/#:~:text=En%20M%C3%A9xico%2C%20por%20ejemplo%2C%20los,al%20Valor%20Agregado%20\(IVA\)](https://corrientealterna.unam.mx/reportaje/menstruacion-digna-el-derecho-que-mexico-se-niega-a-reconocer/#:~:text=En%20M%C3%A9xico%2C%20por%20ejemplo%2C%20los,al%20Valor%20Agregado%20(IVA))

Redacción PuroMarketing. (2020, 1 de octubre). Por qué los anuncios y los mensajes de las marcas eliminan el tabú del color rojo cuando hablan de la menstruación. *PuroMarketing*.

<https://www.puromarketing.com/9/34254/pantone-rojo-regla-anuncios-mensajes-marcas-eliminan-tabu>

Revista del Consumidor. (2022, enero). Tasa Cero en productos de gestión menstrual. *Revista del Consumidor*, 539, 88 – 93.

https://www.profeco.gob.mx/revista/RevistaDelConsumidor_539_Enero_2022.pdf

Saidón, G. (2019, 23 de agosto). El precio de la menstruación: las publicidades abandonan la sangre azul y se la empieza a pensar como parte de la economía familiar. *Infobae*.

<https://www.infobae.com/sociedad/2019/08/23/el-precio-de-la-menstruacion-las-publicidades-abandonan-la-sangre-azul-y-se-la-empieza-a-pensar-como-parte-de-la-economia-familiar/>

Saldívar, B. (2020, 10 de marzo). Impuesto rosa, un problema que poco se ha combatido. *El Economista*.

<https://www.eleconomista.com.mx/finanzaspersonales/Tarifa-rosa-un-problema-que-poco-se-ha-combatido-20200309-0110.html#:~:text=La%20tarifa%20rosa%20se%20refiere,higiene%2C%20cuidado%20personal%20y%20ropa>

Sánchez, C. (2022). ¡La menstruación no volverá a ser un tema vergonzoso ni privado! <https://coordinaciongenero.unam.mx/2022/05/la-menstruacion-no-volvera-a-ser-un-tema-vergonzoso-ni-privado/#:~:text=En%20M%C3%A9xico%20el%2051.4%25%20de,los%20%C3%A1mbitos%20escolares%20en%20M%C3%A9xico>

<https://coordinaciongenero.unam.mx/2022/05/la-menstruacion-no-volvera-a-ser-un-tema-vergonzoso-ni-privado/#:~:text=En%20M%C3%A9xico%20el%2051.4%25%20de,los%20%C3%A1mbitos%20escolares%20en%20M%C3%A9xico>

Sánchez-Velasco, S. (2020, 25 de octubre). De biología y desigualdades: la pobreza menstrual en México. *Milenio*. <https://www.milenio.com/nexos/de-biologia-y-desigualdades-la-pobreza-menstrual-en-mexico>

Santes, L. (2023, 18 de noviembre) Panorama rojo: México avanza lento hacia la justicia menstrual. *Corriente Alterna*.

<https://corrientealterna.unam.mx/reportaje/panorama-rojo-mexico-avanza-lento-hacia-la-justicia-menstrual/>

Vargas, M., Ramírez Carrera, S.I., Flores Alva, A.M., Molina Olmos, M., Alvarado Sinecio, D.A & S. Miranda. (2021, 14 de febrero). Llamarle por su nombre: menstruación. *Corriente Alterna*.

<https://corrientealterna.unam.mx/nota/normalizar-la-menstruacion-arte-menstrual/>

Womentalia. (2017, 04 de mayo). Woman tax o tasa rosa: Cuando las mujeres pagamos más por lo mismo. https://www.womentalia.com/es/hoy-en-womentalia/135-actualidad/5969-woman-tax-o-tasa-rosa-cuando-las-mujeres-pagamos-mas-por-lo-mismo?utm_source=twitter&utm_medium=tweet&utm_campaign=SMESPTWECONTOWREC-17716

Zenteno-Morales, E.L. (2021,10 de mayo). La menstruación en México es una realidad ignorada: sobre la necesidad de información estadística para avanzar la justicia menstrual. <https://derechoenaccion.cide.edu/la-menstruacion-en-mexico-es-una-realidad-ignorada-sobre-la-necesidad-de-informacion-estadistica-para-avanzar-la-justicia-menstrual/>

Es una investigación de análisis del Partido Acción Nacional en la Ciudad de México.
Registro ante el Instituto Nacional de Derechos de Autor en trámite
Partido Acción Nacional en la Ciudad de México
Durango No. 22, Col. Roma, C.P. 06400, México, CDMX.