



Mexicanos Primero y Fundación Femmex presentan “Menstruar en la Escuela, Manual de Acción para Docentes y Personal Directivo”

- *El manual se propone fomentar una menstruación digna en entornos escolares a partir de tres componentes: educación menstrual, acceso a insumos e infraestructura sanitaria adecuada.*
- *Esta publicación ofrece información y acompañamiento a docentes y directivos escolares para que juntos logren que en cada escuela se garantice el derecho de las estudiantes a una menstruación digna.*

Ciudad de México a 25 de marzo de 2025.- Menstruar en la Escuela, Manual de Acción para Directivos y Docentes es una herramienta que ofrece sugerencias para eliminar barreras prácticas relacionadas con la pobreza menstrual en entornos escolares, a partir de los contenidos de los libros de texto gratuitos.

El Manual tiene como objetivo promover la menstruación digna en cada una de las 216,244 escuelas de educación básica y media superior de México. Fue elaborado en colaboración con [Fundación Femmex](#), organización sin fines de lucro que trabaja por la salud menstrual y se puede descargar de forma gratuita en la página de Mexicanos Primero.

Luego de la publicación del estudio [“Menstruar en la Escuela”](#), que recoge los avances en las legislaciones educativas estatales, las acciones para atender la pobreza menstrual que realizan las autoridades de educación en el ámbito local, así como los desafíos para que la menstruación no limite el derecho a aprender de las niñas, adolescentes y jóvenes, este Manual es una herramienta dirigida al colectivo docente.

La pobreza menstrual, explicó Jeny Farías, directora de proyectos en Mexicanos Primero y coautora del manual, es mayor a lo que se piensa, por lo que se necesita no solo visibilizarse, sino actuar, principalmente en las escuelas, para que las estudiantes no tengan desventajas en su aprendizaje durante su periodo menstrual.

En México, los datos respecto a la pobreza menstrual son preocupantes, 4 de cada 10 estudiantes prefieren no ir a la escuela durante su período menstrual, el 20% se ha ausentado por lo menos una vez por este motivo, el 30% ha tenido que improvisar con papel de baño ante la falta de toallas



sanitarias o productos de gestión menstrual y casi tres de cada 4 no cuentan con jabón para lavarse las manos.

Y en temas de infraestructura, lo básico en las escuelas no está garantizado para atender la menstruación de las estudiantes porque en México 23% de las escuelas no cuenta con servicio de agua y el 2.5% (cerca de 6,000 escuelas) no tiene baños. Esto, sumado a estigmas, burlas y otras actitudes derivadas de la falta de conocimiento, ocasiona que las estudiantes no estén en la escuela, y si están, no puedan concentrarse en su aprendizaje o incluso abandonen las aulas, por la presión e incomodidad que les genera la menstruación que es un proceso natural.

Jeny Farías, directora de Proyectos en Mexicanos Primero y coautora del manual explicó: “Conociendo estos números resulta evidente la desventaja en la que se encuentran las niñas y adolescentes cuando la gestión de la menstruación no es la adecuada y son claras las barreras que esto les ocasiona para aprender. Por ello, es necesario abordar la problemática a partir del reconocimiento de las desigualdades estructurales con perspectivas de género y derechos humanos, aportando soluciones en los niveles del sistema educativo, responsabilidad de las autoridades competentes, así como de la escuela, involucrando cotidianamente a toda la comunidad, al personal directivo, docente y administrativo, las familias y a las y los estudiantes”.

El manual incluye tres componentes básicos de la menstruación digna en el ámbito escolar: la educación sobre la gestión menstrual, los insumos y la infraestructura.

El primero se enfoca en la educación, proporciona información oportuna, clara y sin tabúes que tiene el objetivo de derribar prejuicios y fomentar decisiones informadas para la gestión de una menstruación digna. El segundo brinda información sobre productos menstruales y promueve su disponibilidad en las escuelas para las estudiantes y las maestras, y el tercero ayuda a las y los maestros a evaluar el estado de la infraestructura y servicios en las escuelas y les ofrece acciones para que ellas y ellos logren dignificarlas.

Este manual, comentó Laura Ramírez, directora de Fortalecimiento de Comunidades Educativas en Mexicanos Primero, forma parte de una estrategia que busca incidir en la legislación correspondiente y lograr acciones concretas en los espacios escolares mediante un trabajo colaborativo con autoridades de los distintos niveles de gobierno, participación de la sociedad civil organizada y sobre todo de las comunidades escolares.

Además, es una de las herramientas que Mexicanos Primero y Fundación Femmex ponen a disposición de autoridades de los distintos niveles, en particular, las educativas, activistas del derecho a la educación y de los derechos humanos, escuelas públicas y privadas y, sobre todo,



maestras y maestros lo hagan suyo para avanzar hacia espacios escolares inclusivos que brindan oportunidades iguales para todas y todos.

Por su parte, Cristina Mendoza, asociada en Fundación Femmex, aseguró que a pesar de que en México se está avanzando tanto en iniciativas o reformas como en la conversación pública, todavía falta mucho por hacer para que los cambios hacia la menstruación digna, sobre todo en la escuela, realmente trasciendan. Por ello, este manual pretende, con base en información, lograr cambios en las aulas.

“La finalidad de esta herramienta es apoyar a las maestras y maestros a seguir transformando el entorno escolar en un espacio más inclusivo y respetuoso; queremos que sepan que tienen una gran responsabilidad, pero también una estupenda oportunidad de impactar la vida de las estudiantes y queremos acompañarlos en ello”.

Este manual pretende ofrecer estrategias diseñadas para eliminar las barreras que la pobreza menstrual impone a las estudiantes sobre la permanencia, el aprendizaje y la participación en la escuela, porque estamos convencidas y convencidos de que una menstruación digna impacta en el derecho que las estudiantes tienen a la salud y a aprender en su escuela. El manual se puede descargar de forma gratuita en: [Menstruar en la Escuela. Manual de Acción para Docentes](#) y en www.ffemmex.org

Mexicanos Primero es una organización de la sociedad civil dedicada a impulsar el derecho a aprender de niñas, niños y adolescentes a través de la triple inclusión: #Estar, #Aprender y #Participar.

Contacto: Kenya Ramírez | Coordinadora de medios | kenyar@mexicanosprimero.org | 55 2847 5460