Territorial Dirección Territorial de Salud de Caldas	**DIRECCIÓN TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS** **SISTEMA DE GESTIÓN DE CALIDAD** Proceso Gestión de Asistencia Técnica Plan de Intervenciones Colectivas **Ficha Metodológica Plan de Intervenciones Colectivas – PIC**	

ESE HOSPITAL LOCAL SAN JUAN DE DIOS DE PENSILVANIA

LINEA: SSR

ESTRATEGIA: TEJIENDO SABERES MENSTRUALES

Nombre del profesional: Anngie Liliana Garzón Salazar

Profesión: Enfermera jefe

Fecha de ejecución: 10 de octubre de 2025

Lugar de la capacitación: Escuela Normal Superior de la Presentación

1. NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:

Feria del conocimiento: Se realizará una feria del conocimiento en una institución educativa del municipio con una participación mínima de 50 estudiantes, utilizando la modalidad de stand.

2. OBJETIVO DE LA CAPACITACIÓN:

Objetivo general: Educar a la población de la Institución Educativa en salud menstrual, aclarando dudas sobre los procesos que se presentan durante el ciclo menstrual.

Objetivos específicos:

- Sensibilizar a los estudiantes de la Institución Educativa sobre la salud menstrual como un derecho.
- Brindar herramientas e información sobre los productos de higiene menstrual a todas las estudiantes del municipio.
- Aclarar dudas e inquietudes sobre la menstruación como proceso natural del cuerpo humano.
- Dar información clara sobre el ciclo menstrual, desmitificando creencias que puedan tener los estudiantes.

3. CURSO DE VIDA

Adolescencia

4. METODOLOGIA

En el marco de la promoción de la salud y el reconocimiento de los derechos de las personas menstruantes, se llevó a cabo una feria del conocimiento con 50 estudiantes de la Institución Educativa Escuela Normal Superior de la Presentación.

La actividad consistió en un stand ubicado en la sala de conferencias de la institución educativa, en el cual se abordaban los 3 temas vistos en los procesos informativos: Ciclo de derechos, Conociendo mi cuerpo y mis emociones y Gestión menstrual. Los estudiantes pasaban por grupos al stand y recibían la información.

Explicación inicial: se realiza actividad rompehielo con los estudiantes la cual consistía en realizar preguntas breves sobre el tema a tratar con el fin de saber los conocimientos previos de los estudiantes antes de iniciar con la explicación del tema.

Desarrollo del tema

- El desarrollo se llevó a cabo mediante distintas estrategias:
- Inicialmente, se explicó a los estudiantes el aparato reproductor femenino interno y externo, haciendo uso de una **imagen** para explicar el aparato reproductor externo y de una **maqueta a escala** para explicar el aparato reproductor interno con sus partes y respectivas funciones.
- Posteriormente, se explicó a los estudiantes el ciclo menstrual haciendo uso de una **imagen** en la que se mostraban las fases del ciclo y un **folleto**, que presentaba los cambios físicos y emocionales en cada fase. Adicionalmente, se abordó el Síndrome Premenstrual y el Trastorno Disfórico Premenstrual desde un enfoque holístico con ayuda de una **infografía**.
- Después, se abordaron los derechos que tienen las personas menstruantes mediante una **infografía educativa**.
- Para ir dando cierre al tema, se abordó la gestión menstrual, a través de una **infografía** que presentó los diferentes productos de higiene menstrual: toallas higiénicas desechables, toallas reutilizables, tampones, copas menstruales y ropa interior menstrual. Adicionalmente, se llevaron **toallas higiénicas y tampones en físico** para explicar su funcionamiento.
- Durante la conversación, se resolvieron dudas frecuentes y se promovió el intercambio de experiencias sobre las preferencias y condiciones de acceso a los productos.
- Finalmente, se realizó una actividad evaluativa con los estudiantes, en la cual ellos debían girar la **ruleta** y dependiendo del número se les realizaba una pregunta de acuerdo al tema abordado.

Finalmente, se agradece la participación de los estudiantes y se brinda un dulce.

La feria de conocimiento se desarrolló en un ambiente positivo, resolviendo las dudas de los estudiantes y generando un espacio lleno de nuevos saberes para ellos.

Resultados obtenidos:

- Los estudiantes lograron reconocer la menstruación como un proceso natural, que no debe ser estigmatizado ni juzgado.
- Las estudiantes hablaron abiertamente y compartieron experiencias que han tenido, lo que permitió fortalecer el diálogo.

- Los estudiantes masculinos resolvieron dudas y se apropiaron del tema, expresando dudas e inquietudes que fueron resueltas; además mostraron una actitud colaboradora y respetuosa durante la explicación, demostrando que la menstruación no es solo un asunto de mujeres.
- Varios de los participantes expresaron desconocimiento por algunos productos de higiene menstrual y su uso; y al concluir la explicación se mostraron interesados en probar nuevas alternativas para la gestión menstrual.
- Se promovió el enfoque de derechos y equidad menstrual, destacando la importancia del acceso a productos e información adecuada para todas las personas menstruantes.
- Se resaltó la importancia de tener espacios cómodos y apropiados para disponer de los residuos, del derecho a acceder a productos de higiene menstrual y el acceso a los servicios de salud.



_____
ANNGIE LILIANA GARZÓN SALAZAR
ENFERMERA JEFE
RP. 65884