GUÍA METODOLÓGICA
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

IDENTIFICACIÓN

Municipio: Neira, Caldas
Responsable: Profesional en Desarrollo Familiar/ Jefe de Enfermería

CONTEXTO

En el marco de las acciones de promoción de la salud y fortalecimiento de los derechos sexuales y reproductivos, se desarrolló el proceso informativo denominado “Ciclo de Derechos: Menstruación con Dignidad”, dirigido a mujeres docentes de instituciones educativas de básica primaria de la zona urbana.

La actividad surge de la necesidad de promover espacios educativos más inclusivos, equitativos y libres de estigmas frente a la menstruación, reconociendo la salud menstrual como un componente fundamental del bienestar integral y la dignidad humana.

A través de un proceso educativo breve e individualizado, se brindó información relacionada con los derechos asociados a la salud menstrual, el autocuidado, el acceso a información confiable y la importancia de garantizar condiciones dignas para la gestión menstrual en los entornos educativos.

MARCO DE REFERENCIA

La salud menstrual hace parte de los derechos humanos y constituye un aspecto esencial de la salud integral, la equidad de género y la calidad de vida de las personas menstruantes.

Hablar de menstruación desde un enfoque de derechos permite disminuir barreras sociales, mitos y prácticas discriminatorias que históricamente han afectado el bienestar físico, emocional y social de muchas mujeres y adolescentes.

Asimismo, la educación en salud menstrual favorece la toma de decisiones informadas, fortalece el autocuidado y promueve entornos escolares más respetuosos e inclusivos.

Desde el enfoque de promoción de la salud, resulta fundamental fortalecer los conocimientos de la comunidad educativa sobre el acceso a información científica, espacios dignos, productos de higiene menstrual y servicios de salud oportunos.

OBJETIVOS

General:

Promover el reconocimiento de la salud menstrual como un derecho humano, resaltando su vínculo con la equidad de género, la salud integral y la no discriminación.

Específicos:

* Sensibilizar a las docentes sobre la importancia de la salud menstrual y el autocuidado.
* Socializar los derechos asociados a la salud menstrual desde un enfoque de derechos.
* Fortalecer conocimientos relacionados con información científica, espacios dignos y acceso a servicios de salud.

CONTENIDOS

* Concepto de salud menstrual.
* Menstruación y dignidad humana.
* Derechos asociados a la salud menstrual.
* Equidad de género y no discriminación.
* Autocuidado y manejo adecuado de la salud menstrual.
* Importancia de entornos educativos inclusivos.

MOMENTO DE DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

La actividad se desarrolló mediante visitas individuales a mujeres docentes de instituciones educativas de básica primaria de la zona urbana, con una duración aproximada de 20 minutos por participante.

Durante el encuentro, el profesional de la salud realizó un proceso informativo y de sensibilización utilizando como apoyo el folleto educativo “Ciclo de Derechos: Menstruación con Dignidad”.

Inicialmente, se exploraron conocimientos y percepciones frente a la menstruación y la importancia de abordar este tema en los contextos educativos.Posteriormente, se socializaron los principales derechos asociados a la salud menstrual, enfatizando:

* Derecho al acceso a información clara y libre de mitos.
* Derecho a espacios dignos y seguros.
* Derecho a productos de higiene menstrual.
* Derecho a servicios de salud oportunos y sin discriminación.

Finalmente, se promovió un espacio de reflexión sobre el papel de las docentes como agentes de orientación y promoción de entornos escolares respetuosos e inclusivos.

ACTIVIDAD DE SÍNTESIS

Como actividad de cierre, las participantes expresaron reflexiones y aprendizajes relacionados con la importancia de visibilizar la salud menstrual desde una perspectiva de derechos, resaltando la necesidad de fortalecer procesos educativos libres de prejuicios y discriminación.

PUNTOS PENDIENTES

* Continuar fortaleciendo procesos educativos relacionados con salud sexual y reproductiva en las instituciones educativas.
* Promover estrategias pedagógicas orientadas a la eliminación de mitos y estigmas sobre la menstruación.
* Fortalecer acciones de promoción del autocuidado y bienestar integral.

Evaluación / Sistematización

Evaluación:

La evaluación se realizó mediante observación de la participación, retroalimentación verbal y nivel de apropiación de los contenidos desarrollados durante la actividad.

Sistematización:

Se registró la participación de las docentes y las principales reflexiones generadas durante el proceso educativo, evidenciando interés y apropiación frente al reconocimiento de la salud menstrual como un derecho humano.

Lina María Montoya López

Profesional en Desarrollo Familiar
TP: 0231

H-H

Enfermero Jefe
TP:71313