



# Principales resultados de la primera encuesta nacional de gestión menstrual en México

# Introducción

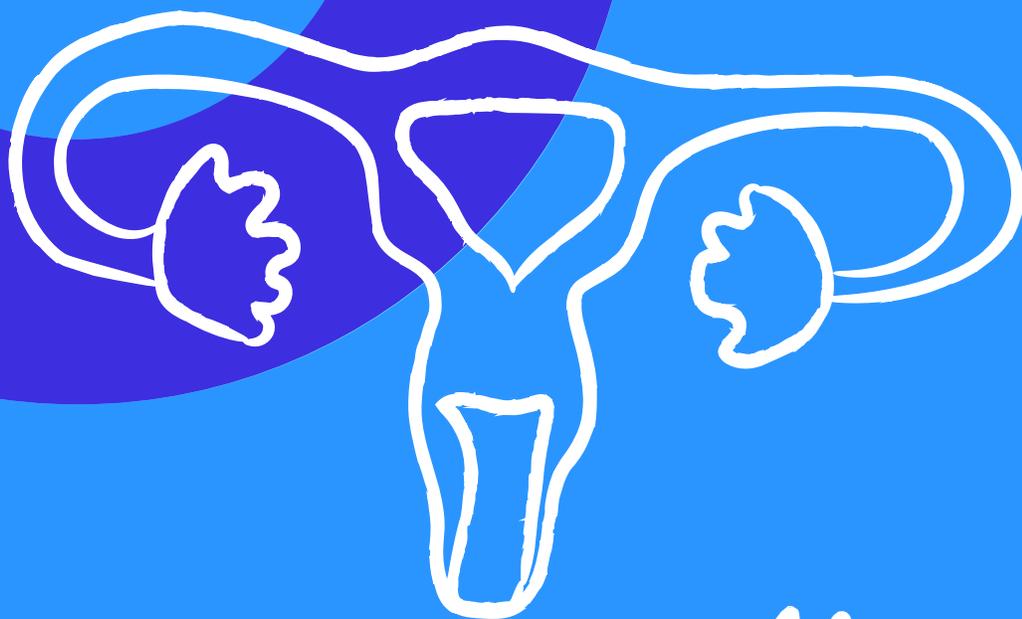
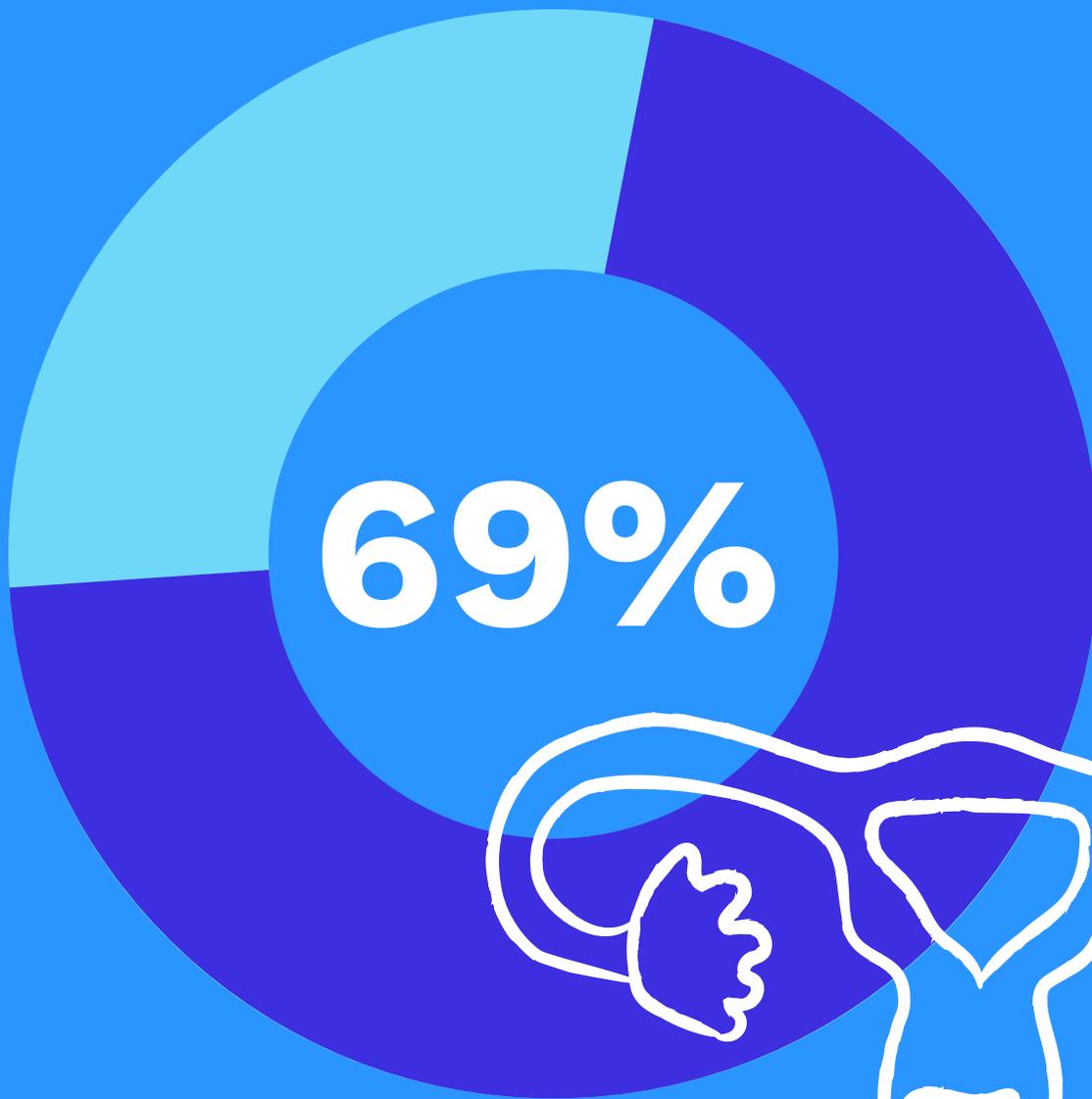
El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), Essity – empresa enfocada en higiene y salud – y la colectiva Menstruación Digna México presentan los resultados de la “Primera encuesta nacional de gestión menstrual” realizada en 2022.

Este ejercicio analizó cómo viven su periodo las adolescentes, mujeres y personas menstruantes al profundizar sobre temas de infraestructura sanitaria, legislación, aspectos fisiológicos, métodos de gestión y contexto sociocultural (casa, escuela, trabajo o comunidad) de la menstruación.

La encuesta se aplicó a adolescentes, mujeres adultas y otras personas menstruantes entre los 12 y 70 años, con una muestra de tres mil personas a nivel nacional y con especial atención en Aguascalientes, Baja California, Chihuahua, Michoacán, Oaxaca, Puebla y Tamaulipas.

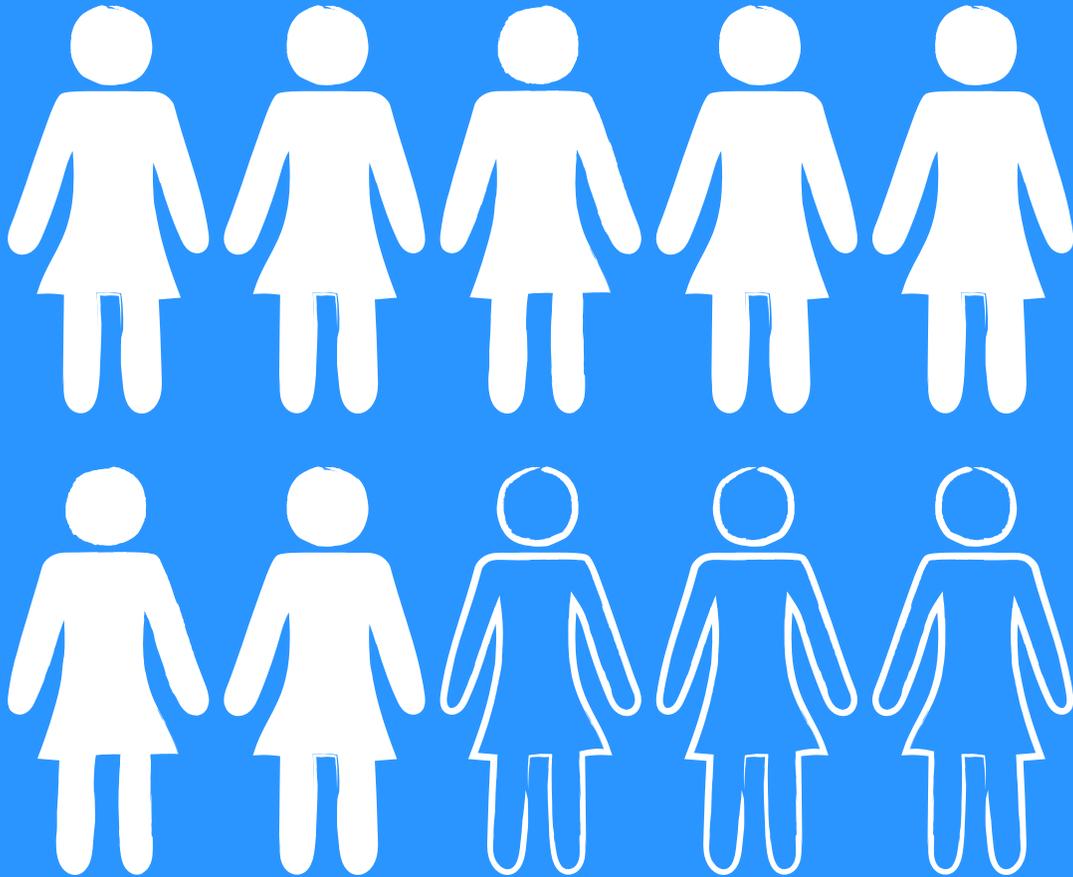
Esta encuesta complementa otras acciones de UNICEF en cuanto a acceso a agua e instalaciones de higiene y saneamiento, como [manuales sobre salud e higiene menstrual](#) dirigidos a docentes y estudiantes y la [app OKY](#), destinada a brindar información sobre el periodo menstrual y facilitar su gestión.





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

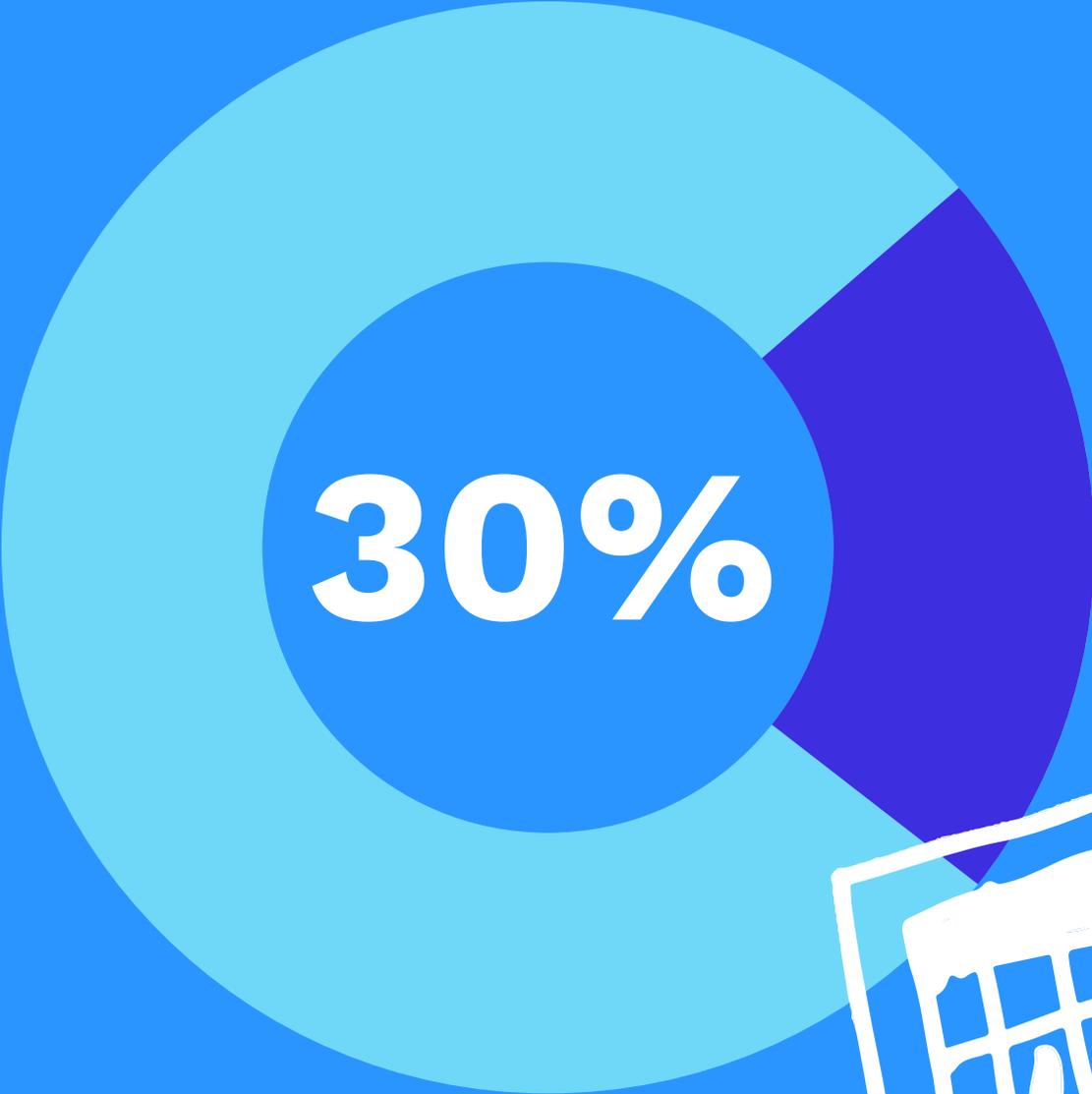




**7 de cada 10 de las encuestadas señala que su mamá es la primera persona con quien habló de menstruación.**

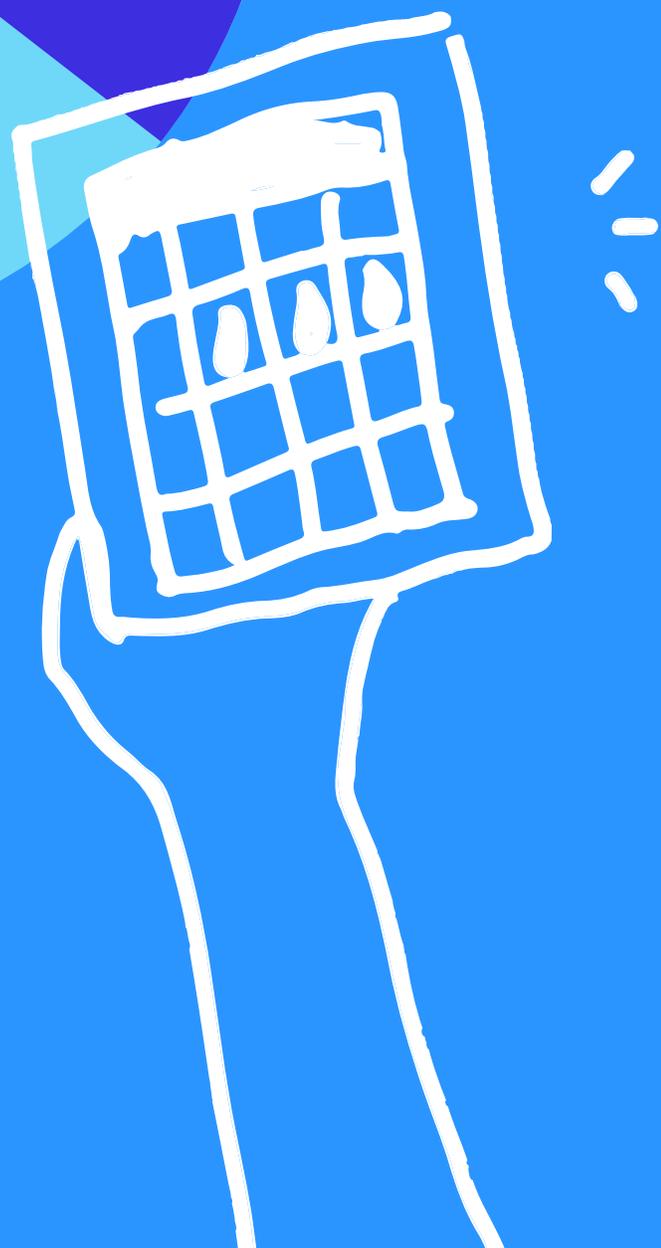
**Después, internet o las redes sociales son las principales fuentes de información respecto a la menstruación y/o productos de higiene.**





**30%**

**Tan solo el 30% de las encuestadas lleva 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.**







**20%**

**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.**

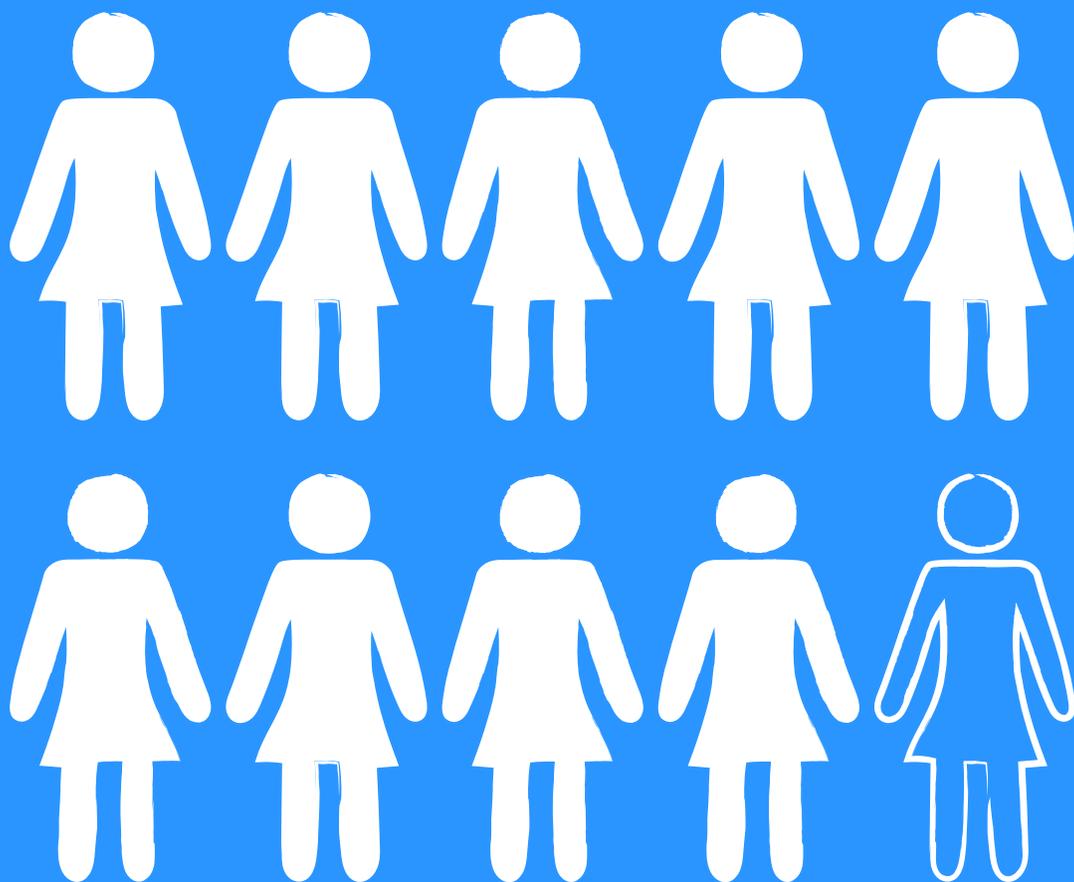




**56%**

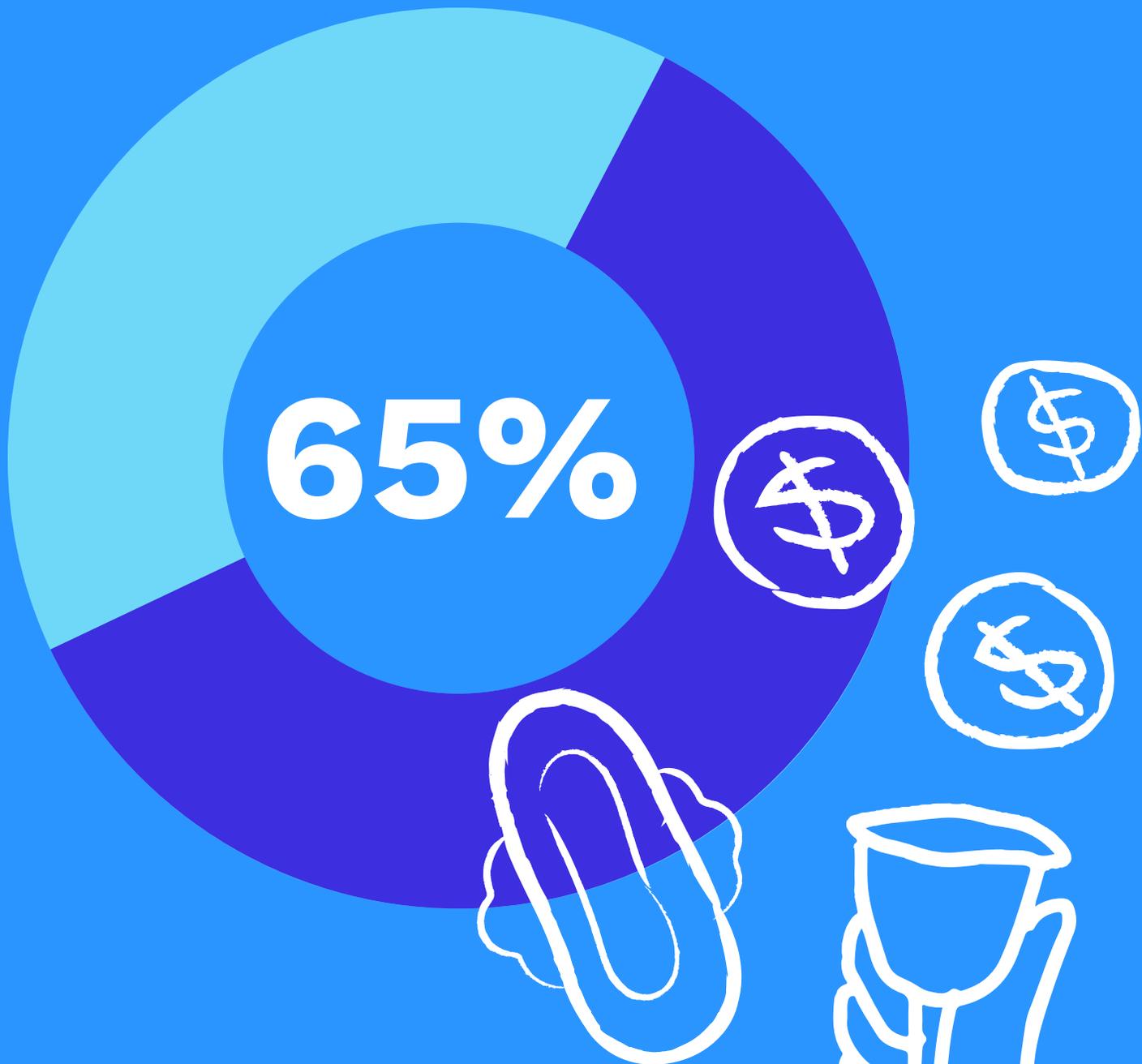
**El 56% de las adolescentes, mujeres y/o personas menstruantes encuestadas refiere que su escuela o lugar de trabajo no provee gratuitamente los productos de gestión menstrual.**





**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.**

Los comentarios inapropiados en la calle, las frases molestas de familiares y las burlas de colegas o compañeros son las situaciones desagradables que han tenido que vivir las adolescentes, mujeres y/o personas menstruantes durante sus ciclos. Cabe señalar que, sin distinción por escenario evaluado, la ignorancia y la desinformación son las principales razones mencionadas como explicación a las malas situaciones vividas.

El promedio de edad de la menarquia de las adolescentes, mujeres y/o personas menstruantes encuestadas está entre los 12 y 15 años.

Sentirse cansada, estar sensible o irritable son los sentimientos o condiciones más señalados por las encuestadas cuando tienen su periodo.





El 33% de las encuestadas tiene un ciclo menstrual irregular, este porcentaje es especialmente alto en Tamaulipas (41%). La menopausia y la irregularidad del periodo son las principales razones, siendo la menopausia especialmente alta en Tamaulipas y la irregularidad en Puebla.

Hacer deporte y tener relaciones sexuales son las actividades que más se dejan de realizar durante la menstruación, especialmente en Aguascalientes y Michoacán. La intensidad de los dolores y el miedo a manchar la ropa son las dos principales razones que explican por qué dejan de realizar diferentes actividades.

El producto menstrual más usado por las encuestadas son las toallas desechables y, en un lejano segundo lugar, las toallas de tela. Si bien no hay diferencia significativa entre los estados, en Michoacán es donde más se registra el uso de toallas de tela.

Entre quienes afirman usar toallas de tela, más del 50% no recuerda qué marca usan y un tercio más de las encuestadas señala que ellas mismas las fabrican. Las dos principales razones por las que usan estas toallas son: porque este producto es la única opción que tienen disponible, especialmente en Aguascalientes, Michoacán y Tamaulipas; y porque lo usan en su familia, especialmente significativo en Oaxaca y Puebla.





En el hogar, más del 80% de las encuestadas cuentan con la infraestructura necesaria para su gestión menstrual. Puebla es el estado donde un mayor número de personas no tienen las herramientas necesarias.

El promedio de edad en el que las encuestadas dejaron de menstruar está entre los 46 y 50 años. Los bochornos, los sudores nocturnos, los cambios en el estado de ánimo, los periodos menstruales irregulares y problemas de sueño son los principales síntomas de menopausia mencionados por las encuestadas. Si bien más del 50% de las personas no tomó algún tratamiento o medicamento para aliviar los síntomas, otros menores porcentajes señalan la terapia hormonal, los antidepresivos y el estrógeno vaginal como las herramientas más usadas.

Nueve de cada 10 encuestadas que se vacunaron contra el COVID-19 aseguran no tener cambios en su ciclo menstrual. Entre quienes sí han observado algunos síntomas diferentes, estos son sangrado abundante, cólicos más fuertes y/o periodos irregulares.







**essity**

apoya a



para cada infancia



UNICEF no avala ninguna marca, producto o servicio.