

Día Internacional de la Niña: Empoderar a través del conocimiento sobre su salud íntima



Fabiola González,
brand manager de Nosotras Chile

El 11 de octubre, Día Internacional de la Niña, nos invita a reflexionar sobre sus derechos y los desafíos que enfrentan. Más allá de los problemas estructurales que limitan su desarrollo en cada país, como la calidad de la educación que reciben, el acceso a la salud y la protección necesaria para que se desarrollen íntegramente como mujeres, hay un tema esencial que muchas veces queda al margen de las conversaciones: la salud menstrual y sexual. Y es que la falta de información sobre la menstruación perpetúa estigmas y crea barreras a nivel global.

De acuerdo con la Encuesta Global de Higiene y Salud de Essity 2022, solo el 55% de los entrevistados, incluyendo a hombres y mujeres, afirmó tener conocimientos sobre la menstruación. Una cifra alarmante que pone en evidencia lo mucho que falta por avanzar. Este desconocimiento no solo favorece la aparición de mitos, sino que también restringe el acceso a una educación integral que permita abordar la sexualidad de manera más saludable y abierta.

La sexualidad, a menudo vista únicamente desde el ángulo reproductivo, involucra mucho más que eso. Se relaciona con roles e identidades de género, relaciones afectivas, placer e intimidad. Sin embargo, en muchos casos, las mujeres no tienen acceso a la información necesaria para comprender su propio cuerpo. Incluso, según los datos de la encuesta sobre la realidad de la mujer chilena, realizada por Essity, el 53% de las jóvenes entre 16 y 18 años utilizan las redes sociales para informarse sobre su salud íntima, en lugar de recurrir a fuentes oficiales o a su propia familia.

El empoderamiento de niñas y adolescentes a través del acceso a información sobre salud sexual puede cambiar esta realidad. Promover el conocimiento sobre su propio cuerpo les permite tomar decisiones más conscientes y saludables a lo largo de su vida. Y en eso, las marcas que desarrollamos soluciones para la higiene y salud íntima tenemos mucho que aportar.

A través de campañas educativas y el desarrollo de productos relacionados con la menstruación, la higiene y la salud reproductiva, podemos amplificar este mensaje y contribuir al bienestar de las futuras generaciones. Por lo mismo, junto con Nosotras impulsamos charlas en colegios de Chile para fomentar la educación sexual en niñas y niños, en quienes hemos podido ver el positivo impacto que estas instancias producen.

Asimismo, incluir la salud menstrual como parte de los programas de educación de escuelas y colegios es esencial para derribar tabúes. Esto no solo beneficia a las niñas, sino también a los niños, quienes reciben información esencial para valorar la importancia de la equidad y el respeto en torno a la salud íntima de sus compañeras y amigas.

Décadas de investigación han demostrado los beneficios directos e indirectos de priorizar la salud menstrual de las mujeres. Esto no solo mejora su bienestar, sino que también contribuye a la prosperidad de las comunidades y fomenta el desarrollo social y económico de la sociedad en su conjunto.

En este camino, tanto las instituciones educativas como las empresas tenemos la responsabilidad de promover el conocimiento, derribar estigmas y crear un entorno donde la salud menstrual y sexual sean parte del diálogo cotidiano, para construir un futuro más equitativo y saludable.