

**DINOS LO  
QUE PIENSAS** [cronica@lidersanantonio.cl](mailto:cronica@lidersanantonio.cl)

## Salud menstrual : más allá de lo privado

La reciente publicación sobre la Encuesta de Salud Menstrual, que señala que seis de cada diez mujeres en Chile limitan sus actividades cotidianas durante la menstruación, expone una realidad que por años ha permanecido naturalizada y escasamente abordada desde una perspectiva de salud pública. Los resultados muestran una alta prevalencia de dolor menstrual y otros síntomas que interfieren de manera significativa en la vida diaria. Que un 63 % de las personas menstruantes deje de participar en actividades sociales y que

un 39 % se ausente del establecimiento educacional durante su período evidencia que el malestar asociado a la menstruación no es una experiencia menor ni anecdótica, sino un factor que condiciona trayectorias educativas, laborales y sociales.

Cuando los síntomas son persistentes o afectan la vida cotidiana, se requiere evaluación clínica. Sin embargo, la normalización del dolor menstrual desincentiva la búsqueda de atención especializada y el acceso a información y acompañamiento profesional, favore-

ciendo el retraso diagnóstico y la cronicación del malestar.

Estos hallazgos muestran que la salud menstrual no puede seguir abordándose solo desde la esfera privada. Requiere respuestas articuladas desde el sistema de salud, la educación y las instituciones, que reconozcan la menstruación como parte del bienestar integral y no como una carga individual que debe ser tolerada en silencio.

**Orietta Ramírez Pacheco**  
**Académica Escuela de Obstetricia**  
**Universidad Andrés Bello**