

Salud menstrual en Chile: 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, favoreciendo el retraso diagnóstico y la cronificación 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.

Finalmente, se agradece que estos temas sean abordados en la agenda pública, ya que poner este tema en discusión resulta clave para impulsar políticas públicas en salud menstrual que garanticen dignidad, equidad y calidad de vida para las personas menstruantes.

Orietta Ramírez Pacheco
Académica Escuela de Obstetricia
Universidad Andrés Bello