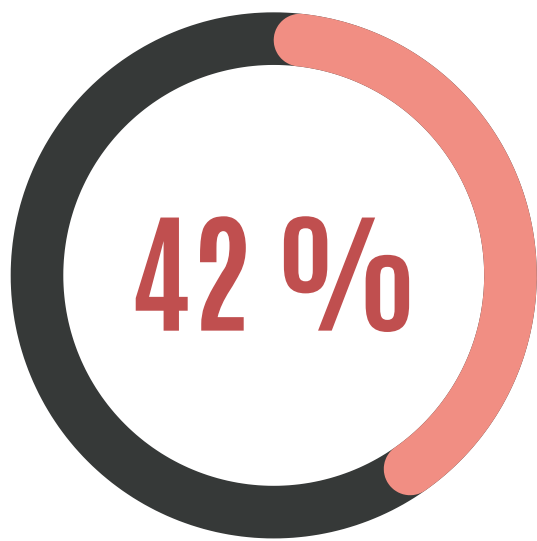


Talleres de educación menstrual



En España, más de 4 de cada 10 jóvenes llegan a su primera menstruación sin saber con exactitud qué les está ocurriendo ni cómo gestionarlo.

Dato: Pascual, 2021

La educación menstrual debe ser integral, por lo que ofrecemos talleres y charlas para toda persona implicada en el desarrollo de la infancia y juventud: el alumnado, su familia, y el equipo docente.

Los talleres incluyen aprendizajes necesarios para la vida, y se adaptan a la edad madurativa del grupo.

Debido al estigma social que conlleva la menstruación y a la falta de recursos, más de una de cada diez alumnas que menstrúan se ausenta al menos un día por ciclo menstrual al centro escolar. Esto supone perder el 5% del curso. (Pascual, 2021)

Cuerpo

Conocer la anatomía, saber nombrarla correctamente y explicar sus funciones

Usamos un aparato genital femenino a tamaño real y una variedad de actividades para conocer las diferentes partes del aparato genital.

Procesos

Conocer los cambios que se dan a lo largo de la vida y a lo largo de las fases del ciclo menstrual.

Aprendemos a registrar el ciclo menstrual en diferentes formatos y analizamos los cambios cíclicos. Conocemos las diferentes hormonas implicadas en estos cambios.

Cuidados

Conocer los diferentes productos menstruales y formas de aliviar el posible malestar

Tenemos muestras de todos los productos para poder comparar, observar y tocar. Sugerimos qué incluir en la mochila para anticiparse a la menstruación.

”

Estos talleres son muy necesarios, tanto para el alumnado como para las familias. Nos han ayudado ya que en muchos casos no sabíamos cómo afrontar este tema y cómo dar explicaciones al respecto, pero el taller para las familias nos ha resuelto estas dudas. Además, el taller que han recibido nuestras hijas e hijos ha sido clave para iniciar la conversación.

Asistente al taller, 2021