

La radio como medio de divulgación de la problemática de la pobreza menstrual

Producción sonora

María Gabriela Ortega Saavedra

Yenny Sofía Torres Díaz

Facultad de Artes y Humanidades, Universidad de Pamplona

Comunicación Social

Mg. William Javier Gómez Torres

10 de junio de 2023

Resumen

¿Sabías que según la ONU cerca de 1.800 millones de personas en el mundo están en edad de menstruar?

A lo largo de los años han surgido diversos estereotipos frente a la menstruación y aunque es un proceso natural para las mujeres en edad reproductiva, estos prejuicios han abierto la brecha de la desigualdad, es allí donde nace la pobreza menstrual, una situación que afrontan muchas personas menstruantes a escala mundial debido a los tabúes, poca información y escasas políticas públicas frente al tema, es por eso que mediante el presente trabajo de grado, modalidad de producción para medios de comunicación: radio, se busca resaltar la problemática y los factores que inciden en ella. El objetivo es visibilizar que la falta de acceso a productos de gestión menstrual, infraestructura y educación, atenta a la dignidad de las personas menstruantes; y de esta manera ayudar a la búsqueda de estrategias que contribuyan a disminuir esta problemática.

Palabras Clave: Pobreza menstrual, producción radial, dignidad, acceso y política pública.

Abstract

Did you know that according to the UN about 1,800 million people in the world are of menstruating age?

Over the years, various stereotypes have emerged regarding menstruation and although it is a natural process for women of reproductive age, these prejudices have opened the gap of inequality, it is there where menstrual poverty is born, a situation faced by many menstruating people worldwide due to taboos, little information and few public policies on the subject, that is why through this degree work, production modality for the media: radio, it seeks to highlight the problem and the factors that incident in it. The objective is to make visible that the lack of access to menstrual management products, infrastructure and education, threatens the dignity of menstruating people; and in this way help the search for strategies that contribute to reducing this problem.

Keywords: Menstrual poverty, radio production, dignity, access and public policy.

Agradecimientos

Realizar el trabajo de grado en modalidad de medios, específicamente en radio, es una experiencia enriquecedora para la vida profesional y personal, generando conocimientos frente al periodismo de investigación.

Agradecemos a todas las personas que participaron del proyecto con el objetivo de evidenciar casos reales sobre esta problemática, informar y educar sobre la importancia de la salud menstrual.

Al Rojo Vivo, fue un acercamiento a esta realidad en el que cada día hay una mujer que no puede costear sus productos de gestión menstrual y recurre a elementos que perjudican su salud física y emocional, asimismo, agradecemos a todos los oyentes que encontraron en nuestro programa un espacio de aprendizaje y empatía. La pobreza menstrual no es un problema solo para las personas que menstrúan, al contrario, es un problema social en el que todos podemos contribuir a reducir los porcentajes de personas menstruantes que la padecen.

Damos las gracias especialmente a nuestro tutor quien nos acompañó y guio durante este proceso. Todos sus comentarios y sugerencias fueron aceptadas con el fin de mejorar cada emisión, haciendo de Al Rojo Vivo un programa incluyente, informativo y crítico sobre la vulnerabilidad de derechos como la salud, educación, entre otros.

Por último, a nuestros familiares, amigos y testigos del proceso de elaboración del presente trabajo de grado, gracias por su apoyo incondicional, por la motivación, por creer en nuestro programa y tema a investigar.

Índice

CAPÍTULO I PROBLEMA	7
1.1. Contextualización	7
1.2. Descripción del problema comunicativo	9
CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO	13
2.1. Antecedentes	13
2.1.1. Antecedentes Internacionales.....	14
2.1.1.1. Organización Mundial de la Salud (OMS)	14
2.1.1.2. Género y Pobreza.....	15
2.1.1.3. Retos e impactos del manejo de higiene menstrual	16
2.1.2 Antecedente Nacional.....	18
2.1.2.1. Comunicación con enfoque de género en colectivos de radio de mujeres ..	19
2.1.2. 2 Nosotras: mujer y publicidad	20
2.1.3 Antecedente local	21
2.1.3.1. Edad promedio de menarquía.....	21
2.1.3.2. Representaciones sociales de la menstruación.....	22
2.2. Bases teóricas.....	24
2.2.1. Comunicación	24
2.2.2. Comunicación comunitaria.....	26
2.2.3. Comunicación en salud.....	28
2.2.4. Menstruación	29
2.2.5. Vulnerabilidad	31
2.2.6. Pobreza	32
2.2.7. Pobreza Menstrual.....	33
2.2.8. La radio.....	34
2.2.9. Reportaje	36
2.2.10. Crónica	38
CAPÍTULO III PROPUESTA DE PRODUCCIÓN.....	39
3.1. Presentación de la Propuesta.....	40
3.2. Objetivo	40
3.2.1. Objetivos Específicos	40
3.3. Público objetivo	41
3.4. Cronograma de producción	41
3.5. Etapa de preproducción	43
3.5.1. Selección de Temas y Fuentes a Consultar por Cada Tema	44
3.5.2. Investigación Periodística	46
3.5.2.1. Entrevista periodística.....	47
3.5.2.1.1. Entrevista semiestructurada	48
3.5.2.2. Sondeo de opinión.....	50
3.5.2.3. Revisión documental.....	51

3.5.3. Diseño del Esquema de la Propuesta Radiofónica	52
3. 5. 4. Guiones Requeridos Para la Producción	53
Emisión N°1.....	53
Emisión N°2.....	59
Emisión N°3.....	62
Emisión N°4.....	67
Emisión N°5.....	71
Emisión N°6.....	76
Emisión N°7.....	81
Emisión N°8.....	88
3.6. Etapa de producción (informe procedimental del desarrollo de la etapa)	95
3.6.1. Grabación material sonoro	96
3.6.2. Selección y análisis del material	98
3.7. Etapa de postproducción	100
3.7.1. Edición y montaje de la producción radiofónica	102
3.7.2. Ficha técnica Emisión 1.....	105
3.7.2.1 Ficha técnica Emisión 2.....	106
3.7.2.2 Ficha técnica Emisión 3.....	106
3.7.2.3 Ficha técnica Emisión 4.....	107
3.7.2.4 Ficha técnica Emisión 5.....	107
3.7.2.5 Ficha técnica Emisión 6.....	108
3.7.2.6 Ficha técnica Emisión 7.....	108
3.7.2.7 Ficha técnica Emisión 8.....	109
3.7.3. Evidencia de la emisión de las producciones radiofónicas	109
CAPÍTULO IV CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	112
Referencias.....	115

LA RADIO COMO MEDIO DE DIVULGACIÓN DE LA PROBLEMÁTICA DE LA POBREZA MENSTRUAL

CAPÍTULO I PROBLEMA

1.1. Contextualización

Históricamente, el ciclo menstrual se ha considerado como una situación mala, alrededor de la cual se construyen mitos y tabúes, por ejemplo, el Fondo de Población de las Naciones Unidas menciona que alrededor de 1930, los científicos occidentales elaboraron la hipótesis de que los cuerpos de las mujeres que menstrúan producen "menotoxinas", una especie de veneno (Fondo de Población de las Naciones Unidas [UNFPA], 2021). Algo similar ocurre en Colombia, pues en la región amazónica habita una tribu llamada Ticuna, la diferencia es que en esa comunidad se tiene por tradición celebrar la menarquía (primera menstruación), sin embargo, antes de realizar el ritual aíslan a la niña por semanas para que no les transmita energías malas a los hombres y a la naturaleza, aunque los hábitos de vida se han modificado, aún se mantienen los pensamientos negativos hacia la menstruación dentro de esta organización social.

Es a raíz de esos pensamientos antropológicos y tradicionales que al día de hoy existe un tabú en torno a la menstruación, un temor o incomodidad que impide la visibilización de la misma como un proceso natural que involucra biológicamente a mujeres, hombres trans, personas no binarios, genderqueer, intersex y todos aquellos seres humanos que nacieron con sexo femenino y que continúan manteniendo dicha anatomía, por esta razón, la menstruación continúa siendo un tema que las personas menstruantes deben callar, no solo el hecho de

menstruar sino todo lo que implica desprender la membrana que cubre el útero por el conducto vaginal.

Es decir, que el desconocimiento no se debe únicamente a la poca educación en salud menstrual que se brinda en las instituciones educativas, sino que parte de la responsabilidad también recae en la desinformación o falta de información que pueden emitir los medios de comunicación, la publicidad, las políticas públicas y demás dimensiones que abarca la problemática de la pobreza menstrual.

Pero, la única responsable de que se siga padeciendo la falta de información es la misma sociedad, pues se ha encargado de mantener vivos los mitos y estigmas durante muchos años. La trascendencia de la pobreza menstrual es que no sólo la padecen mujeres que no cuentan con una independencia económica que les facilite adquirir los productos necesarios para su higiene personal, también la pobreza menstrual se ha visto en incremento por la decadencia en instalaciones y baños, que no permiten que se pueda llevar a cabo el respectivo proceso de higiene en la llegada de la menstruación.

Según el diario económico español, El Economista, la pobreza menstrual, aunque parece ser un problema invisible es una realidad que afecta a gran parte de la población femenina, por ejemplo, en España durante el año 2022 se evidenció que el 22% de las mujeres no pudieron acceder a artículos sanitarios en alguna ocasión, de igual forma, a las dificultades económicas que se enfrentan cada mes hay que agregarle la discriminación menstrual en espacios públicos, laborales y escolares. (Medinilla & Blanco, 2022)

En Colombia, según la Caja de Compensación Familiar de Antioquia (Comfama), 1,4 de cada 10 mujeres tienen dificultades económicas para atender su periodo menstrual, lo cual impide la garantía de las oportunidades, la salud, bienestar y la dignidad, es decir, el 77% de colombianas tienen inconvenientes para ingresar a un baño cercano, limpio, usan telas, trapos, ropa vieja, medias, papel higiénico, papel, bolsas, toallas durante la menstruación.

Aunque la sociedad hoy en día ha empezado a trabajar y a tener en cuenta más esta problemática, es muy evidente aún la falta de educación sexual y reproductiva en los jóvenes y adolescentes, no solo por parte de las instituciones educativas, sino también en los entornos familiares y sociales, existe falta de conocimiento y poca capacitación en el tema, porque las brechas de género han denotado que culturalmente es natural cuando un hombre explora sus partes íntimas, pero la mujer debe reprimirse para guardar su pureza para alguien más.

Entonces, el estigma y la represión machista han sido factores muy influyentes en estas actitudes que tiene la sociedad frente a la menstruación, no se dimensiona la presión social, la escasez de recursos para gestionar la menstruación, el desconocimiento de cómo afrontar este proceso biológico por el que tienen que pasar muchas mujeres a lo largo de su vida, desde la menarquía hasta la menopausia.

1.2. Descripción del problema comunicativo

Las mujeres se enfrentan a la falta de información y desconocimiento en el tema de la pobreza menstrual, e incluso algunas la padecen sin saberlo; gran parte de la responsabilidad la tienen los medios de comunicación como prensa, radio y televisión, que brindan poca

cobertura a situaciones relacionadas con la salud menstrual, y por lo tanto también de las coyunturas que se desencadenan de la misma.

Pero ¿por qué no se aborda el tema de manera amplia? Quizás una de las causas que más influye en que así sea el panorama comunicativo es que a través de la historia se demuestra que a la menstruación no se le ha dado un papel predominante en la agenda pública y política, sino que se ha excluido como tema que compete solo a las mujeres, causando una ironía en el comportamiento y la psiquis social, pues la menstruación es el proceso biológico que permite la reproducción de la vida humana.

Pese a ello, y bajo la premisa de que el medio de comunicación radial en Colombia tiene un poder de influencia indiscutible como señalan Valderrama J y Velásquez C, en el artículo Radio y responsabilidad social en Colombia; "el poder de este medio de comunicación es evidente. Su cobertura, inmediatez, uso y acceso le permite influir en la opinión pública, liderar cambios y avanzar en procesos formativos y en comportamientos." (Valderrama & Velásquez, 2004, p4). Pero, no es utilizado para hacer un cubrimiento de raíz a la problemática de la pobreza menstrual, pues se evidencia que las pocas producciones radiales se han enfocado simplemente en el tema de la menstruación como definición e implicaciones a la salud, cuánto dura, porqué se genera, entre otras informaciones que ayudan a contextualizar pero que no visibilizan la problemática de la pobreza menstrual.

Entonces, se está desaprovechando el alcance notorio del medio de comunicación radial, pues en la cultura latina y en especial la colombiana, es muy común tener en los hogares un receptor de radio, aún con la convergencia de los medios digitales y las redes

sociales, adquirir un radio en el mercado es más asequible económicamente para la población, por si fuese poco, hoy en día se puede sintonizar la radio por medio de un celular.

Para el año 2017, en Colombia “1.596 emisoras transmiten su señal por medio del espectro radioeléctrico de las bandas FM y AM” (Revista Semana, 2017), lo que quiere decir que es un medio de comunicación con notoria presencia en la cultura colombiana, que incluso no somos conscientes y su impacto pasa desapercibido, pues se utiliza en el transporte público, en el hogar, en el trabajo, en el comercio, en la publicidad, en las fiestas, en lugares y en actividades cotidianas, por lo que la señal puede llegar a cualquier persona sin discriminar su edad o estrato social.

No fue sino hasta mayo de 2021 cuando el Departamento Administrativo Nacional de Estadísticas (DANE) en la encuesta Pulso Social, incluyó unas preguntas relacionadas con la gestión menstrual cuyas respuestas revelaron que más de 61.900 mujeres en condición de pobreza deben utilizar telas o trapos, ropa vieja, calcetines, papel, papel higiénico o servilletas para retener el flujo, y cerca de 24.000 no utilizaron ningún elemento; algunos medios de comunicación le dieron importancia a las cifras oficiales y publicaron una noticia relacionada con las mismas, sin embargo, el tema no trasciende de dichos datos oficiales, es por eso que para muchos es un problema desconocido. (Departamento Administrativo Nacional de Estadística, 2021)

Como lo define Juan Carlos Pardo Lugo, asesor en derechos sexuales y reproductivos de la fundación Plan International: “La pobreza menstrual se refiere a la falta de acceso de mujeres y cuerpos menstruantes a productos y materiales para la gestión de su menstruación,

a la educación integral y la falta de infraestructura, ya sea por ejemplo por falta de agua" (como se citó en RCN Radio, 2021).

Es decir, que no es un problema único del sector monetario, aunque sí representa gran potencial esta dimensión, porque según señaló Comfama, menstruar en Colombia representaría para las personas un gasto anual de alrededor de 180.000 pesos aproximadamente, y para agosto de 2021, según proyecciones del DANE, 683 mil colombianas no pudieron acceder a elementos higiénicos para gestionar su menstruación. (Canal Institucional, 2021).

En ese sentido, la pobreza menstrual abarca también temas de infraestructura, por mencionar, el difícil acceso a baños públicos, la falta de agua potable en colegios y poblaciones, los productos de gestión menstrual como toallas higiénicas, tampones, protectores, pantis reutilizables, copas menstruales y entre otros elementos; las políticas de salud pública, en este momento se enfocan en el auge del Covid-19, mientras que el conocimiento y educación en salubridad, no se implementa masivamente. La legislación colombiana tampoco aporta de manera positiva frente a esta problemática, porque durante la pandemia del Covid 19 la pobreza menstrual en mujeres aumentó; la precarización laboral, los costos elevados en productos de la canasta familiar y productos sanitarios han hecho que la menstruación para las mujeres, se convierta en una condición de vergüenza y de silencio, pues, las ayudas que se brindan nacional e internacionalmente están dirigidas a la seguridad alimentaria, haciendo que muchas de ellas recurran a detener el sangrado con prácticas riesgosas para su salud, se vean forzadas a trabajar en ambientes laborales explotadores o a convivir en entornos familiares violentos.

Por otro lado, de acuerdo con las indagaciones, lecturas, experiencias y revisiones documentales, se connota que existen intereses monetarios en los medios de comunicación, pues muchos de los contenidos que se emiten referentes a la menstruación, son publicitarios y con el fin de lucrar a las empresas, pues no se ha visto publicidad de organizaciones que promueven el uso de la copa menstrual como instrumento para la gestión menstrual amable con el cuerpo, con las finanzas y con el medio ambiente, en muchas ocasiones no conocer alternativas de gestión menstrual más accesibles, hace que las mujeres padezcan de pobreza menstrual y en dado caso de elegir entre comprar un plato de comida para sus hijos o comprar compresas, ellas prefieran el plato de comida atentando contra su derechos.

Es por eso necesario difundir información accesible, confiable y de la mano con la comunidad, pues de seguir con esta situación se sometería a más niñas, jóvenes, adolescentes, adultas, miembros de la comunidad LGBTIQA+, migrantes y colombianas a ser sumisas en medio de una sociedad temerosa de comunicar las dificultades que, aunque afectan al sexo femenino, deberían ser de interés general, consecuencia de ello más derechos seguirán siendo vulnerados, menos dignidad y calidad de vida se garantiza para las futuras generaciones.

CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

Las mujeres a lo largo de la historia han sido víctimas de diversos tabúes, entre ellos, la sexualidad y la menstruación, en la que se involucra la pobreza menstrual, entendida como la falta de acceso a productos sanitarios, educación sobre salud menstrual, infraestructura para la

gestión de los desechos, falta de políticas públicas, e incluso la poca información frente al tema.

Es por esa última razón que los medios de comunicación tienen tanta importancia en el posicionamiento del tema, pues estos, han establecido una participación entre lo que se habla y se opina frente a diversos temas, una herramienta esencial en la lucha de la igualdad de género, creando espacios de empoderamiento y educación; entre esos, la radio, que desde su llegada a Colombia se implementó como un medio para educar, orientar y plantear ideas que contribuyeron al progreso social.

Por esta razón, conocer sobre otros estudios a nivel internacional, nacional y local sobre la pobreza menstrual y cómo a través de la radio se puede sensibilizar a la audiencia acerca de una problemática que, aunque parece invisible, existe tanto en Colombia como en el mundo entero, se convierte en una herramienta imprescindible.

2.1.1. Antecedentes Internacionales

2.1.1.1. Organización Mundial de la Salud (OMS)

La pobreza menstrual es un problema que afecta a mujeres en todo el mundo, por esta razón, la OMS ha pedido que la menstruación sea reconocida como un problema de salud, derechos humanos y no de higiene, pues, en muchos países el tema continúa lleno de estigmas que incentivan la desigualdad y la desinformación.

Uno de los proyectos implementados por la Organización mundial de la Salud para educar sobre la higiene menstrual fue declarar el 28 de mayo como el Día de la Salud Menstrual con el objetivo de que los países trabajen en disminuir la pobreza menstrual por medio de estrategias que promuevan la educación sexual y reproductiva, acceso al suministro de agua y estrategias nacionales de cobertura en el sistema de salud.

Aunque es un reto que los países trabajen por la salud menstrual de miles de personas menstruantes: mujeres, hombres trans, personas no binarias y otras variantes de género que nacieron con sexo femenino, la OMS busca promover el fortalecimiento del sector de la salud por medio de la educación en los adolescentes para que las próximas generaciones hablen de la menstruación con un proceso natural libre de prejuicios, siendo un tema de salud pública.

2.1.1.2. Género y Pobreza

La revista Red Europea de Lucha contra la Pobreza y la Exclusión Social en el Estado Español, publica como tema principal “Género y Pobreza: Determinantes sociales de la salud y el acceso a servicios sociosanitarios de las mujeres”, escrito por Graciela Malgesini, en el año 2020. En esta se promueve el espacio de participación, construcción de conocimiento sobre la pobreza en la que se relaciona a la mujer y los determinantes sociales que afectan la salud mental, sexual y reproductiva.

De igual forma, investiga la desigualdad de género en salud y sanidad, las tasas de pobreza y exclusión social son mayores en las mujeres donde las oportunidades son reducidas y tras la pandemia aumentaron, así como los problemas relacionados con la

salud mental y sexual. El volver natural algunas necesidades porque afectan a “todos” y dejar la menstruación, una característica biológica, un problema que deben solucionar y gestionar solo las mujeres y que, además, aún se considera un tabú relacionado a la impureza y suciedad sigue siendo un tema de desigualdad económica.

Esta revista aportó contexto con respecto a la implementación de ayudas a las niñas que menstrúan durante la jornada estudiantil en países europeos y latinoamericanos, permitiéndonos analizar de forma crítica la realidad que enfrentan las mujeres en el mundo, en especial, en Latinoamérica donde muchas de ellas no cuentan con los recursos necesarios para suministrar la menstruación de forma adecuada, ya que tienen trabajos de baja calidad, crianza en solitario de los hijos o deben elegir entre productos de la canasta básica familiar o productos de higiene personal.

Estos factores promueven brechas de género y la pobreza menstrual, además, conocer las cifras de los impuestos a los productos de higiene femenina y calcular el gasto mensual de muchas mujeres ayuda en la creación de las primeras cápsulas radiales, aquellas que introducirán a los radioescuchas al tema y que los contextualizan del problema que, aunque parece invisible existe y que aún en el siglo XXI, sigue existiendo.

2.1.1.3. Retos e impactos del manejo de higiene menstrual

El estudio titulado “Retos e impactos del manejo de higiene menstrual para las niñas y adolescentes en el contexto escolar” fue realizado en el año 2012 por el Instituto de Estudios Peruanos en relación con el UNICEF e investigado por Patricia Ames y Carmen Yon, que aborda experiencias, impactos, desafíos que enfrentan las niñas y adolescentes con respecto a la menstruación en el entorno de la escuela.

Para este análisis se contó con 277 participantes, 112 eran adolescentes entre los 10 y 17 años, 66 hombres y los demás estaban conformado por madres de familia, docentes, directores y tiene como objetivo identificar los desafíos, impactos y riesgos que enfrentan las niñas en el manejo de su higiene menstrual en el entorno escolar, así como los factores determinantes que los propician y convierten en barreras para su desarrollo integral.

Los resultados obtenidos permitieron un acercamiento frente a la imagen que se tiene de la menstruación, las barreras que existen entre hombres y mujeres desde las escuelas, la vergüenza que sienten las niñas al hablar de la menstruación frente a los hombres, ya que consideran que da “asco” porque si a las mujeres les generaban ese sentimiento a los hombres mucho más.

De igual forma, ante la pregunta realizada sobre si sentían incomodidad o dificultad cuando estaban con la menstruación y se encontraban en la escuela, en el que 80 de 112 participantes respondieron que sí, llevó a concluir la falta de educación sexual en las instituciones educativas de países en vías de desarrollo, ya que suele relacionarse la educación sexual con el sexo, dejando a un lado hablar de temas como la pobreza menstrual, métodos anticonceptivos, enfermedades de transmisión sexual, orientación e identidad de género, entre otros.

Cabe resaltar que en este análisis se encontró la historia de una estudiante que vive en una zona rural de Ucayali, quien manifestó haber faltado al colegio alguna vez por miedo a estar manchada o porque sus compañeros puedan oler el periodo, además,

afirmó usar serena (tela de tapicería) para detener el sangrado en el que se sintió incómoda de que se pudiera ver. Sirve en el trabajo de grado para completar el contexto y hace parte de la realidad que muchas mujeres viven mes a mes.

Por medio de las entrevistas semiestructuradas realizadas a niñas, jóvenes, madres, expertos en el área de comunicación y en la educación, se resaltaron los pocos espacios de información que tienen los adolescentes relacionados con temas como menstruación, sexualidad, embarazo y pobreza menstrual; pues, muchos ven esto como algo ajeno de comunicar o de consultar dentro de sus familias y en las instituciones educativas. En los análisis encontrados frente a qué se conoce como menstruación, la mayoría de las entrevistadas relaciona este proceso como un cambio físico y mental que todas las mujeres pasan, pero no conocen su función e incluso no identifican los nombres de las partes del aparato reproductor femenino.

Para concluir, este antecedente permitió un acercamiento frente al conocimiento que tienen los miembros de la sociedad frente a temas que afecta “únicamente” a las mujeres, la poca educación en temas de reproducción sexual, pobreza menstrual, desigualdad económica y social que aún existe tanto en mujeres como en hombres, el mal estado de las instalaciones sanitarias, las nulas investigaciones sobre la salud menstrual y física que presentan las mujeres de diferentes estratos socioeconómicos.

2.1.2 Antecedente Nacional

2.1.2.1. Comunicación con enfoque de género en colectivos de radio de mujeres

A nivel nacional se encontró un proyecto de la Universidad Distrital Francisco José de Caldas y realizado por Victoria Raquel Alean Cárdenas en septiembre del 2018, titulado: “Comunicación con enfoque de género en colectivos de radio de mujeres de emisoras comunitarias e independientes”, este se realizó a través de una etnografía multisituada de tres colectivos de comunicación: La Ciudad en Voz de Mujeres, Mujeres de mi barrio y la Voz de la Mujer con el fin de reconocer el trabajo que desarrollan las mujeres en cada uno de sus territorios.

Asimismo, el antecedente aporta en la investigación que la publicidad cumple un papel importante para la reducción de los prejuicios y estereotipos que se tienen frente a la menstruación, pues, antes que naciera la idea de la marca Nosotras, en 1975 existían las toallas higiénicas en Colombia, sin embargo, eran productos que muy poco se promocionaban y que solo se hacía a través de medios de comunicación como radio y revistas pero estos no tenían un buen alcance por la alta tasa del analfabetismo que existía en el país.

Por último, desarrolla un espacio en el que las mujeres participan activamente y quienes, además, pueden hablar acerca de los estereotipos que los mismos medios de comunicación han venido trabajando durante años y sobre otras problemáticas que todavía se ven reflejadas en un país donde la brecha de la desigualdad y violencia de género siguen siendo altas. Este antecedente aportó en el marco teórico del proyecto porque involucra a los medios de comunicación más específicamente la radio como herramienta de transformación social, integración y mecanismo de participación.

2.1.2. 2 Nosotras: mujer y publicidad

El trabajo de la Universidad Nacional Colombia- sede Medellín, titulado “Nosotras: mujer y publicidad. Representaciones femeninas en los comerciales de televisión Colombia (1975-2005)” realizado en el año 2019 por el estudiante David Alejandro Correa González, analizó el modelo de representación femenina construido a partir de los comerciales de televisión de la marca Nosotras y en los que pudo identificar temas como igualdad de género, derechos de la mujer, mitos y tabús de la menstruación y su repercusión en la cotidianidad, temas que ayudaron en la transformación del rol de la mujer en la sociedad.

En los comerciales estudiados se concluye que se vende la imagen de una mujer delicada que se encuentra realizando tareas del hogar, esta mujer se encuentra con la necesidad de higiene que muchas veces la hace sentirse insegura o con miedo y solo estando con la toalla higiénica logra estar cómoda y segura.

De igual forma, se plantea el término de consumismo, es decir, el consumo femenino tanto en la vestimenta como en la compra de productos sanitarios llevando consigo la propagación de nuevos ideales de la realización personal como mujer y aunque en los años setentas los tabús con respecto a la menstruación eran mucho más grandes, el buen uso de la publicidad como estrategia de venta ayudó a posicionar la marca Nosotras y este producto que es uno de los más vendidos a nivel nacional ya que las mujeres sienten la historia de los comerciales muy parecidas a la realidad.

Por consiguiente, aporta como antecedente ya que relaciona al medio de comunicación (televisión) con temas como la menstruación y aunque está relacionado

con las estrategias de venta utilizadas en esos años, se concluye que los medios de comunicaciones tradicionales sólo relacionan la menstruación con dinero, dejando de lado el análisis crítico frente a la poca educación sexual, igualdad de género y el alto nivel de pobreza menstrual que padecen las mujeres en Colombia.

2.1.3 Antecedente local

2.1.3.1. Edad promedio de menarquía

"Edad promedio de menarquía y su relación con el índice de masa corporal en mujeres de Cúcuta" es un trabajo de investigación de la Universidad de Pamplona publicado en el año 2012 y realizado por Fernanda Mora, Carolina Leal, German Beltrán y Carolina Niño donde se analiza el rango de edad en la que se da la menarquía en las mujeres de Colombia, una característica que ha sido ampliamente investigada por diferentes grupos humanos y que sigue sin ser adecuadamente estudiada en Colombia, en el que además su conducta clínica ha sido tomada de países extranjeros.

La menarquía a muy temprana edad puede estar relacionada con factores genéticos, ambientales, socioculturales, demográficas, asociada con una mala alimentación y que varía de un país a otro. Dentro de este marco, el desconocimiento del país frente a esta cultura clínica y temas demuestra el poco interés de cerrar la brecha de la desigualdad de género, sin promover espacios de participación en el que se integren diferentes comunidades y que ayuden a solventar la necesidad de utilizar elementos de higiene como parte de una necesidad que las mujeres presentan mes a mes.

Este antecedente permitió analizar de forma crítica el poco acercamiento del Gobierno Nacional frente a temas que afectan a la salud pública, así como en nulo interés en investigar las cifras de las edades en las que suele presentarse la menarquía en las niñas colombianas, así como estudiar si estas edades pueden estar relacionadas con enfermedades o se ve afectada según el nivel socioeconómico. Es decir, estos temas no son de importancia dentro del gobierno, por ende, la brecha de discriminación entre hombres y mujeres se hace evidente, pues, conocer sobre los factores que influyen en la menarquía y la menstruación, así como la desigualdad económica que se presenta frente al consumo mensual de los productos sanitarios.

2.1.3.2. Representaciones sociales de la menstruación

Para optar por el título de psicólogas en la Universidad Pontificia Bolivariana en la ciudad de Bucaramanga, Carolina Bravo y Carolina Meza en el año 2017, realizan en la modalidad de trabajo de grado su proyecto titulado “La sangre invisible: representaciones sociales de la menstruación en una institución educativa de Bucaramanga”. Por medio de técnicas como entrevistas semiestructuradas y carta asociativa se evidenciaron cinco categorías en las que la población de estudio suele clasificar la menstruación, entre ellas se encontraron: Tabúes, normalidad, vivencia del fenómeno, información, productos comerciales; en el que, además, se estudia cómo los medios de comunicación han influido en las representaciones sociales que se tiene frente a la menstruación.

Allí mismo, se analiza cómo desde la educación se asume un proceso de enseñanza del evento de la menstruación como algo único de la mujer y en el que debe

ser íntimo, secreto y de cumplir con las pautas socialmente adecuadas. Precisamente en Colombia, se han hecho estudios en los que se ha visto el cuerpo de la mujer idealizado e invisibilizado que llega a asociarse a la menstruación con sentimientos de vergüenza y miedo.

Este antecedente aporta en la investigación en que prioriza la educación como el método en el que se pueden enseñar sobre la menstruación como algo normal, además, se enfoca en la implementación de acciones para actuar sobre los factores de género y analiza las condiciones de cambios que permiten avanzar en la construcción de la igualdad y en la autonomía de la mujer. Asimismo, no se limita en responsabilizar a los docentes o a las instituciones educativas de los estereotipos que existen en la sociedad frente a la menstruación sino a resaltar el papel que cumplen los medios de comunicación ya que estos solo proyectan el tema del sangrado menstrual en temas de publicidad, pues, se venden como una necesidad de las mujeres el usar productos menstruales y aliviar sus “problemas”.

Por consiguiente, brindó información sobre la historia de la menstruación en el que su nombre al provenir del latín “Menstruos”, que significa mes está relacionado por su carácter mensual con el ciclo lunar, de allí han surgido creencias místicas de la mujer y la agricultura, en donde, la mujer menstruante puede afectar a la siembra y el proceso de cosecha. Sin embargo, muchas culturas han asociado la menstruación con poderes mágicos, curativos, enfermedades o brindaba utilidad dentro de rituales.

Para concluir, este antecedente además de brindar contexto, generó acercamiento frente a las experiencias de docentes, estudiantes y las opiniones de los

hombres frente a la menstruación por medio de la entrevista semiestructurada en donde se realizaron preguntas como: qué imagen se les viene a la cabeza cuando escuchan la palabra menstruación, qué sucede con las mujeres a nivel emocional y la importancia de la menstruación en el cuerpo, en lo que muchos entrevistados respondieron que relacionan la menstruación con dolor y que es de suma importancia para regular el desarrollo emocional, el desarrollo de la mujer permitiendo procrear y la sexualidad.

2.2. Bases teóricas

En un panorama social en el que poco se inmersa sobre temas de menstruación, pobreza y comunicación, es importante recopilar los pensamientos de autores que argumentan cada área, para de esta manera generar puntos en los que se encuentren las ideas, es por eso que en esta sección se exponen las bases teóricas que permiten enfocar el presente trabajo de grado sobre la pobreza menstrual y cómo a través de la radio las mujeres pueden contar con una herramienta que les permite expresar sus historias para evidenciar los estereotipos, la falta de educación, desigualdad social, pocas oportunidades y el limitado apoyo de los gobiernos ante las necesidades básicas y biológicas de la mujer convirtiendo a la menstruación en un negocio; en especial, se citarán autores que han abordado la radio como una herramienta de participación, inclusión y cambio social, en función de dilucidar el camino frente a la pobreza menstrual para ésta y futuras investigaciones.

2.2.1. Comunicación

Los seres humanos en esencia son seres de expresión, que buscan intercambiar ideas, pensamientos, propósitos, costumbres, información o sentimientos, es ese

proceso de intercambio de lenguaje verbal, kinésico y escrito, el proceso de la comunicación, que ha acompañado al ser humano y lo seguirá acompañando a la par de la evolución humana, como señala Fedor Simón J. Gómez:

La comunicación es un tema tan antiguo como el hombre y tan importante como él. Muchos problemas y conflictos se resolverían democráticamente si la comunicación entre los seres humanos partiera de escuchar con respeto y tolerancia, posibilitando la expresión honesta y clara de los mutuos intereses y sentimientos. (2016, pp 5-6)

Posiblemente si no se desarrollara el proceso de comunicación, tampoco lo hubiese hecho el hombre, pues como lo afirma Gómez, son dos temas importantes que se complementan y necesitan el uno del otro, pero la comunicación no solo implica el proceso de transmisión de la información, sino que además se incluye un punto importante y es el componente de la escucha, que implica oír e interpretar tanto los mensajes verbales, como los que se plasman en una superficie o los que se transmiten con los movimientos y gestos corporales, esto permite comprender al emisor y de alguna manera generar un feedback o retroalimentación sabia y tolerante.

Ahora bien, sabiendo la importancia de la comunicación para la sociedad, porque no se puede hablar de una comunicación sin la otredad, se convierte en un arma de dominación, si se propone un ejemplo de un orador, como lo es un Pastor de alguna religión, quien siempre le brindará a sus feligreses las palabras de aliento, de fe y de convicción sobre un ser superior y de cómo éste les ayuda en las buenas decisiones, les propone retos para probar la credibilidad, y de esta manera, los feligreses se convierten en receptores pasivos de la información, pues no generan controversia o

cuestionamientos sobre la información emitida, sino que simplemente acatan las instrucciones y modifican su pensamiento.

Simplificando lo anterior, se asemeja al modelo propuesto por Harold Laswell, aquel modelo de la aguja hipodérmica que señala que la información se “inyecta” en las masas sin obtener retroalimentación por parte de ellas, lo que llama la atención es que se unifica a todo un grupo poblacional y se le denomina ‘masa’, sin reconocer las cualidades personales, como lo hace, al contrario, el término ‘comunidad’. Es pues, hacia esa perspectiva de lo comunitario a lo que se le apunta mediante la comunicación, que debe ser para el servicio y desarrollo de las comunidades, más no para la dominación de las mismas.

2.2.2. Comunicación comunitaria

Bajo esa perspectiva de que la comunicación es una herramienta para la movilidad social es que se plantea la función y el deber de los medios de comunicación pero también de los profesionales de éstas áreas, pues la ciudadanía tiene los recursos para informarse desde distintos enfoques y así desarrollar una postura crítica, pero aun así la influencia de estos canales de información generan en el subconsciente una influencia que afecta a la moral y la ética, modificando los comportamientos sociales, hoy en día estos datos se transmiten por los diferentes canales y se propagan de forma más rápida y eficiente, reproduciendo así el fenómeno mencionado.

Pero de la misma manera, los medios han evolucionado incorporando el componente participativo de las comunidades, más aún en el ámbito radial, porque es

un medio de más fácil acceso para los consumidores y en cuanto a logística, es por eso también que Bertold Brecht dramaturgo y poeta alemán en su obra dramática “Teoría de la radio” (1932), reflexiona sobre transformar la radio en un verdadero medio de comunicación, volverla un espacio democrático que permita el acercamiento real y no solo limitarse a reproducir o a informar; al contrario, crear espacios en donde los invitados, expertos o entrevistados tengan la oportunidad de responder, hablar de temas novedosos y que involucren a todos los públicos.

La teoría además propone la comunicación horizontal para reformar la radio e integrar a diferentes comunidades, permitirles un espacio en el que puedan conversar, denunciar y analizar de forma crítica lo que sucede en su entorno. Brindarles un espacio dentro de los medios de comunicación y que la radio, un medio tan influyente para los ciudadanos no termine siendo solo un dispositivo que no aporta al crecimiento, o que no transforme, ni que siga siendo un “pequeño aparato”.

Si bien es cierto que en un principio las comunidades se sienten tímidas o temerosas de participar, se debe llevar a cabo un proceso de confianza, de generación de debate y plazas de participación, dando a entender que las radios son de las comunidades y que estos espacios no funcionarían sin la participación de ellos.

En este sentido, Selma Vega en su tesis “Radio comunitaria para el cambio social” señala que *“las radios mineras de Bolivia figuran entre las primeras experiencias de radios comunitarias del continente, su impulso se dio con los sindicatos mineros en los años 50, la emisora La voz de los mineros, instalada en la mina Siglo XX, defendía sus condiciones de trabajo y los intereses de los trabajadores”* (Vega Iturbe, 2021), al

mencionar un tema de gran interés para esta comunidad, los trabajadores se sintieron identificados, fue importante para ellos conocer sus derechos, es pues tras esta proximidad que surgen los procesos de participación e identificación.

Lo que se define como una actitud de empoderamiento, un hito en la historia de la radio comunitaria que fundamenta los pilares que debería seguir la comunicación para el desarrollo y cambio social, aquellos que siempre se deben transmitir, fortalecer, fomentar para desarrollar habilidades de liderazgo, comunidades democráticas y sobre todo dialógicas.

2.2.3. Comunicación en salud

Aún se sigue diciendo que los medios de comunicación poseen gran poder de influencia en los pensamientos y comportamientos de las personas, de allí que es importante reconocer el papel de los comunicadores sociales en la transmisión de información, sobre todo en aquella relacionada con la responsabilidad de comunicación en salud, como se cita en EVERCOM, la última definición aportada por la Organización Mundial de la Salud (Healthy People 2010, volumen I), determina que la comunicación en salud se enfoca en el estudio, la creación e implementación de estrategias de comunicación para informar e influenciar sobre decisiones individuales y comunitarias que mejoren la salud, en este caso la salud sexual, menstrual y mental (Cuervo, 2019).

La anterior es una delimitación precisa y acertada, al reconocer que el primer paso para una buena comunicación en salud es el de estudiar a la población a la que estarán dirigidos los mensajes, esto con el fin de reconocer sus percepciones sobre

métodos de curación, por ejemplo, costumbres o creencias en símbolos y seres naturales o artificiales, el nivel de escolaridad, la tecnicidad del lenguaje y jerarquización, así como otros aspectos característicos de las comunidades que determinan su comportamiento y por lo tanto la reacción a las futuras comunicaciones, partiendo de este conocimiento, de cómo funciona la comunidad, se crean modelos de estrategias a implementar para obtener un mayor alcance y receptividad por parte de la comunidad.

Su importancia radica en que desde la comunicación se espera y desea que los mensajes emitidos sean escuchados, debatidos y que generen cierta semilla del conocimiento entre los miembros de un grupo poblacional.

2.2.4. Menstruación

Según el Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA), “la menstruación es el proceso en el cual el útero desprende sangre y tejido a través de la vagina. Es un proceso natural y sano para las niñas y las mujeres en edad reproductiva.” (2021), contrario a las creencias tradicionales de algunas comunidades, de que las mujeres cuando menstrúan son impuras, o es algo malévolo, e incluso es sinónimo de suciedad, la UNFPA reconoce a la menstruación como un proceso sano que denota la fertilidad de las mujeres para reproducir la vida humana, dando relevancia así al papel de la mujer, sin necesidad de posicionarla como símbolo sexual y mucho menos minusvalorando sus capacidad de razonamiento.

En este sentido la menstruación tampoco debería ser un tema del que se sienta vergüenza al hablar, porque si se trata como cualquier otro tema, se pueden reclamar

los derechos, las garantías para vivir el proceso lo más cómodo posible e incluso se fortalecen las investigaciones científicas en función de resolver problemas biológicos, como el síndrome pre menstrual, la amenorrea, la dismenorrea, los pólipos endometriales y entre otros que obstaculizan la calidad de vida de las mujeres, por esta razón principal es que se relaciona a la menstruación directamente con la dignidad humana y por lo tanto, los derechos humanos, como lo señala la organización:

La menstruación está intrínsecamente relacionada con la dignidad humana, cuando las personas no pueden acceder a instalaciones de baño seguras y medios seguros y eficaces de manejo de la higiene menstrual, no pueden manejar su menstruación con dignidad. Las burlas relacionadas con la menstruación, la exclusión y la vergüenza también socavan los principios de la dignidad humana.

La desigualdad de género, la pobreza extrema, las crisis humanitarias y las tradiciones nocivas pueden tornar la menstruación en una etapa de estigma y privaciones, que puede socavar su disfrute de los derechos humanos fundamentales. Esto es cierto para las mujeres y las niñas, así como para los hombres transgénero y las personas no binarias que menstrúan. (UNFPA, 2021).

Así, queda en evidencia que las personas menstruantes se enfrentan a situaciones de rechazo y estigma social, o de violencia de género, que pueden terminar desencadenando una serie de problemas psicológicos individuales y colectivos, los cuales interfieren en el libre desarrollo de la personalidad, y alteran la rigurosidad con que se deberían garantizar de los derechos establecidos en la constitución colombiana, pues pensamientos de que las mujeres “son menos capaces”, “son muy sentimentales” se van transmitiendo y creando un pensamiento colectivo de “no estamos hechas para

eso”, pero menstruar no debería ser motivo de problemáticas tan trascendentales y silenciosas como lo son las repercusiones psicológicas, es injusto que una persona sienta la exclusión y el abandono por una situación difícil de controlar, por ejemplo, tolerar el machismo, o no tener recursos para adquirir productos de gestión menstrual.

2.2.5. Vulnerabilidad

Esto último lleva el caudal hacia la llamada dependencia, es decir, cuando una mujer debe someterse bajo el poder de una figura, generalmente masculina para que a cambio de favores sexuales u hogareños se le brinde dinero para la adquisición de toallas higiénicas, tampones, protectores, pantis o entre otros, lo cual denota la falta de oportunidades que poseen las mujeres, la incapacidad de superar los obstáculos mentales para salir adelante con una idea de negocio o por medio de capacitación y fortalecimiento de habilidades.

Sin embargo, como se viene relatando, estas actitudes han sido desarrolladas colectivamente y son fruto de muchos años de historia, es allí cuando puede ocurrir la discriminación o auto discriminación por problemas relacionados a la pobreza, ya sean de tipo económicos o de pensamiento, según el Instituto Nacional de Estadística y Geografía mexicano (INEGI), “una persona se encuentra en situación de pobreza multidimensional cuando: presenta al menos una carencia social y no tiene un ingreso suficiente para satisfacer sus necesidades.” (CONEVAL, 2010). Lo cual pone en desventaja a las mujeres de estratos sociales bajos frente a las otras clases sociales, pero sobre todo, presentan una característica de vulnerabilidad frente a la masculinidad.

Pierre Bourdieu sociólogo francés en su libro “La dominación masculina” (1998) analiza la división sexual considerando que la dominación de género puede ser la causante de llamar al hombre como un ser superior ya sea por las actividades que realice, estas actividades él las define como habitus que son inseparables de las personas que los poseen. De igual forma, el sociólogo francés denuncia la desigualdad social y de poder que existen frente a la mujer y que parecen indiferentes ante una sociedad que solo sigue los patrones de belleza y de perfección que es vendida por los medios de comunicación. Con ayuda de la publicidad se vendía la imagen de una mujer casta, pura, dedicada a su hogar, los comerciales no abarcaban a la publicidad ni como un proceso biológico natural. Los medios de comunicación influyeron en los comportamientos sociales de hombres y mujeres con respecto a la dominación y violencia simbólica.

2.2.6. Pobreza

Tradicionalmente se dice que el nivel socioeconómico en el que viven las personas puede ser un factor de pobreza y por lo tanto de discriminación, sin embargo, actualmente la pobreza no está ligada solo a lo económico sino a también se define por el nivel de escolaridad, las condiciones de salud y la garantía de los derechos humanos.

Por ejemplo, es el caso específico de la pobreza menstrual, las mujeres que no poseen los recursos económicos para solventar los gastos de la menstruación, deben elegir entre comprar un producto de la canasta familiar o un producto para gestionar su menstruación ya sea toallas higiénicas, tampones, copa menstrual, entre otros.

La pobreza se refleja tanto en el concepto material, como en la situación económica y social; pues, las mujeres que sufren de pobreza menstrual pueden encontrar un aislamiento social debido a la pérdida de confianza en sí mismas, causado por la desigualdad de género al pensar que por sólo haber nacido mujeres y menstruar ya se tiene una desventaja frente a los hombres, a esto se le conoce como pobreza cultural, que se hace evidente con la existencia de estereotipos, tabúes y creencias que aún en el siglo XXI siguen existiendo, generando brechas de desigualdad en el desarrollo de los géneros masculino, femenino o no identificado, que prontamente se convierten en exclusión social.

La exclusión social se define entonces como una situación concreta fruto de un proceso dinámico de acumulación, superposición y/o combinación de diversos factores de desventaja o vulnerabilidad social que pueden afectar a personas o grupos, generando una situación de imposibilidad o dificultad intensa de acceder a los mecanismos de desarrollo personal, de inserción socio comunitaria y a los sistemas preestablecidos de protección social. (Subirats, 2004)

Al estar las mujeres en desventaja frente a los hombres, ya sea por los costos de los productos, el machismo, la falta de oportunidades laborales, y/o académicas y entre otras, implican estar sometidas a una vulneración de los derechos, por parte de las parejas conyugales, compañeros y ciudadanía en general.

2.2.7. Pobreza Menstrual

Si bien es importante comprender los términos de 'menstruación' y 'pobreza' de forma separada, también se hace necesario conocer el significado de manera conjunta para así mismo delimitar las causas y consecuencias. Por su parte, la Organización de

las Naciones Unidas (ONU), puntualiza que “La pobreza menstrual, o la incapacidad de permitirse productos para la higiene íntima femenina, es un problema grave, especialmente en los países en desarrollo, con el que las niñas y mujeres tienen que lidiar cada mes” (Hinojo, 2023).

Sin embargo la pobreza menstrual trasciende del factor monetario, es decir, que no solo se refiere a la incapacidad de adquirir productos para gestionar la menstruación, sino que además, tiene en cuenta factores como el educativo, el socio-cultural, informativo, político y como los que menciona Comfama:

La pobreza menstrual es la falta de acceso a productos sanitarios, educación para la higiene menstrual, baños, lavado de manos y gestión de residuos, que obstaculiza la garantía de los derechos fundamentales de mujeres, niñas y personas menstruantes en todo el mundo. (s.f)

De esta manera, la pobreza menstrual se convierte en una problemática que atenta contra la dignidad y los derechos humanos, pues posibilita el desarrollo de padecer problemas de salud física y emocional, permite que el comportamiento social sea excluyente, discriminatorio e incluso incapacitante para las personas menstruantes (mujeres y miembros de la comunidad LGBTIQ+), aquellas que ya menstruaron y las que están próximas a menstruar.

2.2.8. La radio

Los medios de comunicación han permitido que los seres humanos se informen de forma rápida y desarrollen un sentido crítico; sin embargo, estos han influenciado en la creación y aumento de estereotipos de género, pues, temas como la menstruación se visualizan en la publicidad de los productos de higiene menstrual, en donde, además,

las mujeres son las encargadas de las tareas del hogar; productos como toallas y tampones permiten que puedan seguir con sus labores del hogar sin ningún problema.

La participación de las mujeres en los medios de comunicación ha sido muy baja en comparación con los hombres, pues, tan solo en 1920 la cubana Esther Perea de la Torre fue considerada como la primera locutora del mundo, 14 años después de que Reginald Aubrey Fessenden lograra la primera radiotransmisión de música y de voz en 1906. En un mundo liderado por los hombres las mujeres están marcando la diferencia.

“Los hombres de mi pueblo suelen reprimir nuestras voces. Pero Sambal nos ha dado la fuerza, el valor y una plataforma para que se nos escuche” (Mahato, 2022). Sambal es un programa de radio emitido en Nepal, implementado por FAO (Fondo Internacional de Desarrollo Agrícola), ONU (Organización de las Naciones Unidas) y PMA (Programa Mundial de Alimentos) en el que empodera a la mujer y la anima a desafiar las normas sociales. En este programa las personas elegidas responden preguntas relacionadas con la igualdad de género, conocimientos financieros, normas que sustentan la violencia contra las mujeres y niñas. Con ayuda de este programa radial que permite la participación de las mujeres en este medio de comunicación, Ramkali Mahato, una líder social y agricultora que alzó su voz frente a la explotación y sumisión de la mujer en su país logró animar a más mujeres a cambiar su forma de pensar, a participar en la comunidad y en la radio; en especial, enseñó a las futuras generaciones a no depender de un hombre financieramente y en la importancia de la educación.

En Colombia una experiencia significativa y ejemplar fue el proyecto Radio Sutatenza, que por medio de la transmisión de programas de radio, con un total de 1.489.935 horas, se brindó educación a las comunidades campesinas y rurales en su mayoría, siendo pioneros en la educación radiofónica en el país y en la construcción de sociedad, una experiencia además ejemplar para la región latinoamericana. (Bernal Alarcón, 1953, p11) Que al igual que la experiencia en Nepal, Radio Sutatenza le dió voz a las mujeres, hombres, adultos, adolescentes, jóvenes, niños y niñas que no habían tenido la posibilidad de aprender herramientas fundamentales para la vida como leer y escribir.

En este sentido, se puede mencionar que la mayoría de radiofrecuencias en Colombia se dirigen a un público mixto y con rango de edades amplio, en el que se le brinda atención a locutores, expertos, líderes y políticos, porque la experiencia es de las cosas que más valora la ciudadanía al sintonizar los programas informativos, es por eso que el modelo funcionalista del teórico Lasswell aplica a cómo se elaboran los contenidos de radio, teniendo en cuenta quién emite, a quién está dirigido y con qué efecto (Chingaté, 2013).

En el proyecto de Radio Sutatenza los programas eran emitidos por las personas con más saberes, utilizando un lenguaje coloquial en el contexto de las comunidades rurales para un objetivo específico de enseñar y complementar los elementos de las cartillas para poder compartir conocimientos entre la población. Este modelo sigue funcionando, en los diferentes formatos de radio actuales, desde noticieros, programas musicales y hasta podcast.

2.2.9. Reportaje

(...) género maestro del periodismo informativo que es el reportaje en el cual concluyen todas las otras especies para enriquecerlo con sus dones y darle esa

unidad y esa variedad que son esencia misma; el reportaje, en el cual el periodismo hereda toda la alcuria y toda la enseñanza de la gran literatura universal y por el cual, bajo la luz de tan grandes guías, crea la clásica literatura periodística de nuestra época. Pues el reportaje es, como en los inmortales relatos de Homero, naturalidad, frescura, precisión, fidelidad y viveza descriptivas; pero es también no una crónica de lo que fue, sino de lo que acaba de ocurrir, de lo que aún no pasa totalmente porque está en las retinas, en los oídos, en la imaginación de los testigos; y esto, una y otra vez, cada hora si es necesario. Con el reportaje y por el reportaje, el periodismo informativo alcanza su meta de perfección incesante: realizar obras maestras no una vez al año o en la vida, sino todos los días. (Septién García, 1952)

El reportaje es un género periodístico que permite transformar problemáticas que, así como lo dice Carlos Septién García, periodista mexicano no solo se realizan una vez al año sino todos los días, ya que, este género debe ser de un hecho que, aunque no sea de actualidad puede reunir noticias, entrevistas, antecedentes, descripciones detalladas, historias de vidas y promover libertad en la escritura. Así como lograr transmitir a los radioescuchas diferentes emociones.

Es un género que necesita utilizar una gran variedad de fuentes, pues se caracteriza por tener una profunda investigación, asimismo, su narración debe ser de forma creativa y que genere en el receptor un gran interés por conocer el desenlace de la historia. Hay diferentes tipos de reportaje, en el que se centrará el presente trabajo de grado es el reportaje investigativo en el que el periodista indaga a profundidad en el tema elegido, en esa misma línea, el reportaje narrativo en donde se emplean relatos.

Por ejemplo, en el trabajo de "La radio como medio de divulgación de la problemática de la pobreza menstrual" el reportaje profundizará el concepto de pobreza menstrual, acompañado de sondeos, fuentes, expertos en áreas como la salud, derecho, historia. Brindará un espacio de participación de las mujeres en las que nos contarán su historia de vida y cómo ha mejorado ahora los conceptos de menstruación y la diferencia entre los tabús, el miedo y la discriminación.

2.2.10. Crónica

Este género periodístico es y ha sido utilizado históricamente para compartir conocimientos entre generaciones, para informar y dar lucidez sobre algo e incluso para entretener, generalmente son producciones que se dirigen desde los profesionales hacia la ciudadanía en general, por cualquier medio y formato, como el impreso, el televisivo y radial, es por eso que se considera una herramienta fundamental en la construcción de la memoria histórica de lugares, personajes y acontecimientos importantes, que son narrados, detallados y armonizados de manera cronológica.

Debido a estos diferentes recursos que se pueden utilizar para ambientar las crónicas, resultan atractivas y de fácil consumo para los espectadores, pues el interés se despierta desde el primer minuto, pero este proceso de captar la atención se debe tener en cuenta en la producción de la crónica, como propone José Francisco Sánchez, la crónica periodística debe entremezclar dos ingredientes fundamentales, que son el interés y el tiempo.

En ese sentido, cabe resaltar que los temas a abordar dentro de éste género deben ser de interés general, de un tema relevante para la sociedad y en el cual se pueda fijar un gran número de audiencias, además se debe pensar en la manera en que se va a consumir el producto final, es aquí cuando juegan un papel importante los formatos de distribución radial , ya sea por medio de radios físicas, comunitarias, privadas o por medio de los medios digitales, pues las personas prefieren por cuestiones de optimización del tiempo, escuchar las producciones mientras conducen, se duchan, asean o toman una siesta.

Al ser la crónica radiofónica un medio que llega directamente a los oídos de las audiencias, Grijelmo A. señala que “El cronista debe presentar los hechos con humildad, sin omnisciencia, de modo que el lector aun tenga la oportunidad de elogiarlos o censurarlos por sí mismo” (1997), pues como bien se señala la crónica es un medio informativo que no busca persuadir como algunos lo pretenden.

De este modo, y teniendo en cuenta lo anterior, la crónica al ser un género periodístico que impacta e informa a un gran número de radioescuchas a la vez, puede ilustrar tanto a mujeres como a hombres sobre la temática de la pobreza menstrual, así, al estar la comunidad enterada sobre este problema social del que poco se habla, se comenzará a dar relevancia y posición como un proceso natural de las mujeres, el cual merece ser escuchado, atendido y debatido.

CAPÍTULO III PROPUESTA DE PRODUCCIÓN

3.1. Presentación de la Propuesta

La investigación es una herramienta constantemente implementada en la Comunicación Social, utilizada para producir cualquier tipo de información precisa, o en el caso particular para obtener información sobre un tema del que pocos se atreven a hablar públicamente: la pobreza menstrual. Cuando se habla de información precisa es porque las fuentes a las que se deben recurrir son aquellas quienes viven la situación, a quienes buscan esperanzadamente en solucionar las dificultades, e incluso quienes tienen pena de hablar o ignoran el tema.

Lo anterior, para cumplir con un objetivo social que podrá mejorar las condiciones de calidad de vida a futuro, por ello, se realiza la producción de esta información mediante ocho producciones sonoras, presentadas de manera tal que resulten agradables al oído y fáciles de comprender, a través de crónicas y reportajes radiales.

A continuación, se presenta la propuesta de producción para medio de comunicación radio con un enfoque para el desarrollo y cambio social.

3.2. Objetivo

Difundir las dificultades relacionadas con la pobreza menstrual que presentan las mujeres colombianas. Producción sonora.

3.2.1. Objetivos Específicos

- Identificar las situaciones de pobreza menstrual que afrontan las mujeres.
- Producir y transmitir crónicas y reportajes radiales sobre las dificultades y necesidades de la gestión menstrual.
- Indagar posibles alternativas de solución al problema de la pobreza menstrual.

3.3. Público objetivo

En un primer plano, la propuesta de producción radial está dirigida a la población radioescucha tanto hombres como mujeres, quienes sintoniza la frecuencia radial 94.9 FM Radio Universidad de Pamplona, que cuenta con una cobertura a nivel de la provincia de Pamplona, en Norte de Santander, hace parte de la red de Radios Universitarias de Colombia y además se puede escuchar por internet en tiempo real desde cualquier ubicación geográfica.

También, está dirigida a aquellos oyentes de la frecuencia 95.3 FM Manare Radio, Emisora de la Gobernación de Casanare, cuya señal llega a otros departamentos vecinos como Boyacá, Arauca, Meta y Vichada. De esta zona es oriunda una de las productoras y realizadoras del presente trabajo.

En este mismo sentido, y en un segundo plano, la producción radial se dirige a toda la población colombiana e internauta, que pueda escuchar las producciones por medio de la plataforma de audio iVoox.

3.4. Cronograma de producción

Establecer la duración del proyecto permite generar una trazabilidad, es decir, el paso a paso para cumplir con el proceso de elaboración de las cápsulas radiofónicas, comenzando desde la investigación y hasta la emisión de las mismas, es importante porque ayuda a descomponer las actividades para realizarlas de forma progresiva y ordenada, de acuerdo con los objetivos planteados.

Propuesta de producción - 2022								
Actividad/ Tiempo	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre
FASE INVESTIGACIÓN								
Análisis problema comunicativo								
Antecedentes								
Bases teóricas								
FASE PREPRODUCCIÓN								
Propuesta inicial								
Selección de temas y fuentes								
Diseño de técnicas de investigación								
Elaboración de guiones								

Propuesta de producción - 2022 - 2023							
Actividad/ Tiempo	Noviembre	Diciembre	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo
FASE PRODUCCIÓN							
Grabación sonora							
Selección y análisis de material							
FASE POSTPRODUCCIÓN							
Edición y montaje							
Emisiones							

3.5. Etapa de preproducción

En este apartado se generó una planificación del trabajo a realizar, pues resulta necesaria al momento de trazar metas, horizontes y caminos a seguir; la investigación sobre la problemática de la pobreza menstrual demostró que no es un tema solo de salubridad, sino que en él convergen más áreas, como la educación, la economía, el comercio, entre otras, por eso, se plasmaron diversos testimonios en las producciones radiales.

En primer lugar, se brindó una contextualización sobre la importancia de la menstruación y el problema de la pobreza menstrual, para posicionar a la audiencia en un ambiente de expectativa sobre la existencia de dicha problemática. Desde este punto de partida, se dirigió la atención hacia un testimonio colombiano que padece la problemática, y así

se continuó desglosando la información de un tema tan común, pero a la vez tan marginado; finalmente, se indagó sobre las posibles soluciones, con la esperanza de conmover y comenzar a generar cambios desde los corazones, las voces de liderazgo y los proyectos comunitarios.

3.5.1. Selección de Temas y Fuentes a Consultar por Cada Tema

1. Prefacio sobre la pobreza menstrual. Esta primera producción se realizó en forma de reportaje, una delimitación del tema, para ello se contó con la participación de expertos en el área de salud, como médicos, psicólogos, economistas, entre otros. De igual forma, se realizó un sondeo a la ciudadanía en el que respondieron a la siguiente pregunta: ¿Ha escuchado sobre la pobreza menstrual?
2. Mujeres que vivieron la pobreza menstrual. En esta crónica mujeres que habitan en diferentes barrios de Pamplona, Chinácota y Yopal contaron su historia con respecto a la menstruación, su niñez, los productos que usan durante su periodo. Testimonios de mujeres colombianas de diferentes edades (estudiantes, madres de familia, trabajadoras independientes) que padecen de pobreza menstrual.
3. Menstruación como tabú. En este reportaje se abordaron los mitos y creencias sobre la menstruación, así como también se indagó sobre porqué ha sido un tema marginado y cuáles son las consecuencias de ello, frente a ello se buscaron aportes de estudiantes Unipamplona, ciudadanos, líderes sociales, activistas feministas y profesionales en el área, entre otros.

4. Migración y su impacto en la higiene menstrual. En esta crónica se evidenció cómo las mujeres migrantes enfrentan la pobreza menstrual y cómo esta problemática se incrementó durante la pandemia, se contó con fuentes documentales y entrevistas a mujeres migrantes de algunos medios de comunicación, asimismo, las historias dieron a conocer la realidad de menstruar en un país donde los derechos menstruales se ven vulnerados.
5. Educación en salud menstrual paralelo de antes y ahora. En esta producción se visibilizó otra área de influencia para la pobreza menstrual; la falta de educación sexual y reproductiva en los hogares, las instituciones educativas y las entidades del Estado, que impiden que la pobreza menstrual sea una preocupación ciudadana, en este sentido se indagó con la ciudadanía, hombres y mujeres, viejos, adultos, jóvenes y adolescentes sobre su experiencia con la educación o falta de la misma en temas de salud menstrual, sexual y reproductiva, para de esta manera lograr un paralelo de la educación anterior y la actual en esta materia.
6. Educación en salud menstrual de la mano de expertos. A modo de complementar la producción anterior en la que se visibilizó la postura de los estudiantes, en esta emisión se contemplaron argumentos de psicólogos, las experiencias de maestros y las posturas de otros profesionales que ayudan a dilucidar si se brinda educación en salud menstrual o no y cuál sería el modelo pedagógico ideal o las estrategias que contribuyen a disminuir la pobreza menstrual desde el aspecto educativo.

7. Menstruación sustentable. En esta producción se informó sobre la relación del medio ambiente con la gestión de la menstruación y cómo se puede mitigar, con ayuda de las fuentes documentales se obtuvo una visión holística del impacto ambiental y de salubridad, pero a la vez de sus alternativas.
8. La menstruación también es un acto político. Esta producción se abordó a modo de brindar alternativas y soluciones a la problemática de la pobreza menstrual, se compartieron soluciones y estrategias como, por ejemplo el área política, con las leyes que le aportan a la disminución de la problemática, para esta emisión se abordan fuentes ciudadanas, documentales y de profesionales. Es importante resaltar también las experiencias que han tenido otros países y hacer el comparativo para que las autoridades y líderes colombianos puedan contribuir a las estrategias de disminución de la problemática de la pobreza menstrual.

3.5.2. Investigación Periodística

Las técnicas de recolección de información permiten recopilar datos, aportes, experiencias y fundamentos necesarios para investigar a profundidad la problemática de la pobreza menstrual, permite de igual forma, organizar las ideas, las fuentes, preguntas guía durante la investigación y que brindan al receptor una mayor credibilidad y acercamiento con la misma. La pobreza menstrual es un tema que poco se conoce y poco se divulga, por esta razón, antes de la realización las producciones radiales es importante obtener respuestas para formular más preguntas y de esta manera abordar

la problemática con un enfoque holístico, a su vez, la información recolectada es utilizada en los guiones para la grabación de cada producción radial.

3.5.2.1. Entrevista periodística.

La entrevista periodística se convierte en un instrumento de recolección de información porque permite entablar una conversación con dos o más personas sobre algún tema del cual se requiera esa indagación con los miembros de una comunidad, está destinada a ser publicada en algún medio de comunicación.

El principal objetivo de una entrevista es obtener información de forma oral y personalizada sobre acontecimientos, experiencias, opiniones de personas... Al igual que el número de personas establece una tipología de entrevista, también lo marca el grado de estructuración de la misma; la entrevista estructurada, semiestructurada y la entrevista no estructurada o en profundidad.

(Folgueiras Bertomeu, 2016)

En este sentido es ventajoso que a través de esta técnica de investigación periodística se obtenga la información de expertos, testimonios y demás fuentes en un formato de audio. La entrevista permite hacer un estudio sociocultural a manera individual y grupal, lo cual brinda las herramientas para construir las crónicas y reportajes. Sin embargo, para obtener buenos resultados también se delimita qué tipo de entrevista periodística se debe aplicar de acuerdo con los objetivos planteados.

3.5.2.1.1. Entrevista *semiestructurada*.

Para la presente investigación fue pertinente utilizar la entrevista semiestructurada, pues permitió recolectar la mayor información teniendo un guion como base, pero a la vez permitió indagar más al momento de aplicar el instrumento; de igual forma, se pudieron seleccionar luego los testimonios. El entrevistador recopila información veraz y oportuna y antes de comenzar a grabar se realizan las guías de pautas, estas plantean las preguntas, escucha y escribe las respuestas de los entrevistados. Para conseguir una buena entrevista es necesario la correcta interacción, escucha, y que no haya un ambiente de superioridad por parte del entrevistador.

Características:

- Haber leído la guía y conocer a profundidad el tema.
- Identificar los aspectos característicos de los invitados y las razones por las que fue seleccionado.
- Iniciar con una introducción sobre el tema y presentación.
- Durante la entrevista se recomienda un ambiente tranquilo, agradable y permitir al entrevistador generar confianza.
- Para finalizar, se recomienda que el entrevistador despida al entrevistado e invitarlo a terminar con una reflexión.



**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE ARTES Y HUMANIDADES
COMUNICACIÓN SOCIAL**

“La radio como medio de divulgación de la problemática de la pobreza menstrual”, es un proyecto de producción para medios de comunicación radiales, este es un formato de entrevista semiestructurada como instrumento de recolección de información cualitativa, dirigido a mujeres y hombres.

- 1 ¿Sabe qué es la pobreza menstrual?
- 2 ¿Alguna vez ha sufrido de pobreza menstrual?
- 3 ¿Qué cree que necesitan las mujeres y las niñas para manejar la menstruación?
- 4 ¿Qué hace una mujer que no cuenta con el dinero para comprar productos de higiene menstrual?
- 5 ¿Qué elementos utiliza para retener el período?
- 6 ¿Cuál fue su reacción frente a la menarquía?
- 7 ¿Considera que tener los productos sanitarios necesarios durante la menstruación es un derecho?
- 8 ¿Cómo cree que pueda disminuir o detenerse la pobreza menstrual en Colombia?
- 9 ¿Alguna vez ha tenido que elegir entre toallas higiénicas o hacer mercado?
- 10 ¿Conoce algún estereotipo frente a la menstruación?
- 11 ¿Qué opina del alza de los precios de los productos sanitarios?
- 12 ¿Conoce alguna institución, fundación que apoyan y suministran productos útiles durante la menstruación?
- 13 ¿Le gustaría que en Colombia se implementaran estrategias donde garantizara que en los colegios se suministrara los productos sanitarios?
- 14 ¿Alguna vez durante su formación académica le hablaron sobre la menstruación?
- 15 ¿Considera que es necesario hablar sobre pobreza menstrual en las instituciones educativas y de igual forma, hacer de ella una problemática visible?

Gracias por hacer parte del cambio, para difundir las dificultades de pobreza menstrual.



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”
 Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co

3.5.2.2. Sondeo de opinión.

Esta técnica permite recolectar información, preferencias sobre una comunidad determinada, permite conocer diferentes puntos de vista. Asimismo, la opinión pública juega un papel importante dentro esta técnica, ya que, brinda un espacio en el que las personas pueden hablar y expresar su opinión con respecto a las preguntas sin ningún tipo de miedo o rechazo al no saber la respuesta, pues, no se miden por el conocimiento sino por la percepción y experiencia que haya tenido cada participante. Según James Bryce (1900), la opinión pública hace la diferencia entre un país libre y uno que no lo es, sin embargo, la participación de las personas es escasa y se pueden generar a través de estímulos y de la motivación que personas “líderes” (periodistas, estadistas, docentes, entre otros) puedan incentivar a opinar sin miedo (pp. 149-179).

Al ser un instrumento que permite obtener información sobre temas de debate social, es funcional para conversar con personas que sufren o no de pobreza menstrual, un tema que puede generar incomodidad en las fuentes, pero que gracias a que el instrumento permite capturar no solo las respuestas verbales, sino también kinésicas, conocemos la postura de los participantes, así como en ellos puede generarse un ambiente de cercanía, seguridad y tranquilidad al expresarse. Además, que se realizó tanto de forma presencial como por medio de las ayudas digitales, como llamadas telefónicas, mensajería instantánea y aplicaciones de redes sociales.

Características:

Definir las preguntas dependiendo de la población, que sean claras, coherentes y con un lenguaje entendible. A continuación, las preguntas realizadas:



Formando líderes para la construcción
de un nuevo país en paz

ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



Sondeo de opinión

1. ¿Conoce qué es la pobreza menstrual?
2. ¿Quién es la persona cabeza de hogar y en qué trabaja?
3. ¿Le alcanza el sueldo para cubrir todas las necesidades?
(alimentación, vivienda, educación)
4. ¿Y para gestionar su menstruación? (toallas higiénicas, tampones,
entre otros)

3.5.2.3. Revisión documental.

Es la investigación cualitativa que se realiza para obtener información en libros, documentales, películas, periódicos, revistas, artículos, internet y entre otros formatos, los cuales, en su mayoría son fáciles de acceder, y que representaron una gran fuente de información al momento de realizar guiones o entablar conversaciones respecto a la pobreza menstrual.

Por otra parte, la profesora Victoria Eugenia Valencia López señala que “la revisión documental permite identificar las investigaciones elaboradas con anterioridad, las autorías y sus discusiones; delinear el objeto de estudio; construir premisas de partida; consolidar autores para elaborar una base teórica; hacer relaciones entre trabajos; rastrear.” (s.f).

Pero el objetivo de utilizar esta técnica de recolección de información es nutrir las producciones radiales a realizar, al contrario de lo que propone la profesora Valencia, si bien es cierto que se utiliza la técnica para delimitar las bases teóricas, indagar sobre los antecedentes y demás, se puede utilizar para tener referentes estables e históricos, datos para analizar las causas del problema e indagar alternativas de solución al mismo.

Características:

- Recolecta y usa documentos existentes para analizar y ofrecer resultados lógicos.
- Mantiene un orden lógico y cronológico.
- Analiza, sintetiza y deduce.
- Propone metas específicas.

3.5.3. Diseño del Esquema de la Propuesta Radiofónica

Para el desarrollo de la presente investigación periodística y con el objetivo de tener un alto bagaje de información desglosada que permita a la audiencia comprender la relevancia del tema para la sociedad del siglo XXI, de este modo, se realizaron ocho producciones radiales, las cuales tuvieron duración de entre 10 a 16 minutos.

Para cada producción se utilizaron recursos sonoros como cortinillas, musicalización, efectos de sonido y recursos humanos. Los programas radiales en sus diferentes formatos, crónica y reportaje fueron elaborados bajo el siguiente formato:

Para el formato reportaje:

1. Cabezote.
2. Dato llamativo (emitido ya sea por las locutoras, testimonios o fuentes documentales)
3. Saludo de bienvenida por parte de las locutoras.
4. Introducción al tema de la producción.
5. Definición.
6. Testimonios.
7. Expertos.
8. Sondeo de opinión.
9. Despedida.
10. Cabezote.

Para el formato crónica:

1. Dato llamativo (emitido ya sea por las locutoras, testimonios o fuentes documentales).
2. Cabezote del proyecto.
3. Testimonios.
4. Introducción al tema de la producción.
5. Desarrollo del contenido.
6. Despedida.
7. Cabezote.

3. 5. 4. Guiones Requeridos Para la Producción

Emisión N°1.

Nombre(s) de la(s) emisora(s): Manare Radio.

Nombre del programa: Al Rojo Vivo

Fecha de grabación: 2022/2023

Fecha de emisión: 04 de mayo del 2023

Duración: 14:09 minutos

Formato: Reportaje

Realizadora(s): Gabriela Ortega y Sofía Torres

Locutora(s): Gabriela Ortega y Sofía Torres

Tema: Prefacio sobre la pobreza menstrual.

CONTROL: Entra cabezote.

CONTROL: Pregrabado dato llamativo: Sabías que cada día 300 millones de personas están en fase de sangrado menstrual. Imagínate tres estadios Camp Nou, del famoso Fútbol Club Barcelona, a reventar, o un número de personas casi igual a la población de Estados Unidos (330 mil personas).

LOCUTORA 1: Bienvenidos Al Rojo Vivo, un programa radial para informar sobre la pobreza menstrual los saludo soy Sofía Torres y junto con mi compañera Gabriela Ortega les presentamos una primera emisión en donde hablaremos sobre la pobreza menstrual.

LOCUTORA 2: ¡Pero antes de entrar en materia Sofía y oyentes, quería comentarles que en el mundo son 300 millones de personas que pasan aproximadamente 2.700 días de su vida — más de 7 años —menstruando! Son 2.700 días que implican:

1. Inversión en productos para recoger la sangre menstrual, como toallas higiénicas, copas y ropa interior absorbente.
2. Acceso a agua y baños limpios, bien equipados y seguros.

3. Medidas para aliviar las manifestaciones físicas del ciclo menstrual, que, en algunas personas, por ejemplo, se traduce en dolor abdominal y de cabeza, para poder cumplir con las tareas diarias, estudiar y trabajar.
4. Exposición a la discriminación y/o maltrato a causa de estigmas y tabúes.

LOCUTORA 1: Pero eso nadie lo discute y son muy pocas personas las que se preocupan, ustedes dirán ¿debemos preocuparnos porque una mujer menstrúe? no exactamente, pero sí porque tengan garantías para afrontar estos temas que mencionamos, y tampoco es una justificación que digan “no voy a preocuparme porque es un tema exclusivo para mujeres”, por eso desde Al rojo vivo queremos visibilizar esta problemática social, ya se darán cuenta por qué le consideramos una problemática.

Le preguntamos a la ciudadanía si conocían el significado de la pobreza menstrual y esto fue lo que respondieron...

CONTROL: Entra música de transición.

CONTROL: Entra sondeo de opinión ¿Sabe qué es la pobreza menstrual?

LOCUTORA 1: Pero no es un desconocimiento de la ciudadanía en general, pues al entrevistar a Milayet González, Secretaria General de la Gobernación del departamento de Casanare, se muestra desconcertada

CONTROL: Entra audio “entrevista gobernación pm”, primera parte

LOCUTORA 2: Para esclarecer, la pobreza menstrual es la falta de acceso a productos de gestión menstrual, educación e infraestructura, por ejemplo, cuando en un sitio hay sanitarios sin asear o cuando no se garantiza el agua potable para garantizar un correcto lavado de manos. Para la higiene menstrual también es necesaria una apta gestión de residuos. El incumplimiento o la falta de estos requerimientos obstaculiza la garantía de los derechos fundamentales de mujeres, niñas y personas menstruantes en todo el mundo.

Surge entonces la inquietud, si las entidades no conocen sobre lo que abarca la pobreza menstrual, ¿cómo se pueden buscar soluciones a la problemática?

Es que no fue sino hasta junio del año 2021 que el Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE) incluyó seis preguntas relacionadas con la menstruación, como por ejemplo si se ha tenido dificultades económicas para adquirir los elementos de gestión menstrual, o qué tipo de elementos utiliza y entre otras; es por eso, que Andrés Gómez presidente del Grupo Familia menciona para Revista Semana la importancia de conocer sobre la pobreza menstrual y cómo disminuir esta problemática.

CONTROL: Entra Fuente documental, video

[https://www.youtube.com/watch?v= LH1XXHIUw8&ab_channel=RevistaSemana](https://www.youtube.com/watch?v=LH1XXHIUw8&ab_channel=RevistaSemana)

LOCUTORA 2: En la siguiente encuesta Pulso Social del DANE reveló en agosto del 2021 que 683.000 colombianas no pudieron acceder a elementos higiénicos para gestionar su menstruación por problemas económicos. Así mismo, esta encuesta dio a conocer que 292.899 mujeres en el país tuvieron dificultades de acceso a un baño cercano, privado y limpio para cambiar sus instrumentos de higiene menstrual; por esta razón, Richard Parada Jauregui

docente de Derecho con especializaciones en derecho administrativo, constitucional con diversas maestrías y que actualmente se encuentra realizando un doctorado en la Universidad Nacional de Mar del Plata en Argentina en una entrevista con Al Rojo Vivo menciona la relación de los derechos humanos y la pobreza menstrual.

CONTROL: Audio de Richard: Inicia en 9:46" hasta 10:58"

LOCUTORA 1: "La menstruación no es solo un asunto de mujeres, es un tema de derechos humanos". En un estudio realizado por la UNFPA (Fondo de Población de las Naciones Unidas) se entrevistó a mujeres de diferentes países frente a su experiencia, opinión y qué significa para ellas la menstruación.

Los testimonios que escucharán a continuación han sido dramatizados por el equipo de Al Rojo Vivo.

CONTROL: Entran testimonios

(Texto de testimonios)

1. *Soy Nyanjuma Galoth, tengo 20 años y soy de un campamento de protección en Sudán del Sur. "Mis períodos son una pesadilla, son muy dolorosos, y no puedo conseguir productos sanitarios". Es una considerable fuente de estrés. "En mis días de suerte consigo unas cuantas toallas sanitarias de mis amigas; otros días termino usando trapos para absorber el flujo de sangre". Es como "una enfermedad terrible".*
2. *Yo soy de Kenia y tengo 13 años, cuando llegó el periodo mi padre me dijo que me iba a casar. "Me sentí avergonzada de ser niña, y parecía un castigo".*
3. *Tengo 13 años y soy de Madagascar, quería estudiar, pero los chicos comenzaron a molestarme por menstruar.*

LOCUTORA 1: El silencio desempeña un papel importante en la perpetuación de las creencias y tabúes frente a la menstruación y es que otro de los derechos vulnerados cuando hablamos de menstruación es el derecho a la información. Según la ONU, las oportunidades de mujeres y niñas también se limitan cuando carecen de información acerca de la salud menstrual, los servicios para tratar los trastornos menstruales o sobre los suministros para mantener la higiene menstrual. En la India, un estudio de UNICEF realizado con casi 100.000 niñas refleja que casi la mitad no sabía nada acerca de la menstruación hasta la primera vez que la tuvo. Esto puede tener graves repercusiones en sus vidas. Muchas de ellas sentían confusión por el dolor y la sangre o creían tener una enfermedad grave. La educación se convierte en un punto clave para ayudar a las niñas a enfrentarse a este cambio con seguridad y los medios necesarios.

Richard Parada Jauregui, docente de Derecho con más de 10 años de experiencia y quien ha realizado diversos estudios en Derecho Público y Derecho de daños nos explica la importancia de no vulnerar el derecho a la información.

CONTROL: Entra audio de Richard: 12:57" hasta 14:16"

LOCUTORA 2: Son estas y más razones que se hacen necesarias conocer para disminuir los casos de pobreza menstrual.

Nos despedimos por hoy, pero recuerden seguir escuchando Al Rojo Vivo, un programa realizado por Sofía Torres y Gabriela Ortega, estudiantes de Comunicación Social en el que abordamos la problemática de la pobreza menstrual.

CONTROL: Entra Cabezote

Emisión N°2.

Nombre(s) de la(s) emisora(s): Manare Radio.

Nombre del programa: Al Rojo Vivo

Fecha de grabación: 2022/2023

Fecha de emisión: 04 de mayo del 2023

Duración: 11:47 minutos

Formato: Crónica

Realizadora(s): Gabriela Ortega y Sofía Torres

Locutora(s): Gabriela Ortega y Sofía Torres

Tema: Mujeres que vivieron la pobreza menstrual.

CONTROL: Entra cabezote

CONTROL: Entra sondeo

Los mitos que acabamos de escuchar son de mujeres nortesantandereanas, pero ¿existirán otros mitos en otras regiones de Colombia?

música en segundo plano https://www.youtube.com/t/creative_commons

Locutora: Bienvenidos Al Rojo Vivo, soy Gabriela Ortega y junto con mi compañera Sofía Torres queremos invitarlos a que escuchen cómo viven las mujeres de diferentes lugares de Colombia la pobreza menstrual.

LOCUTORA: A pesar de ser un proceso biológico natural, la menstruación se sigue considerando un tabú en nuestra sociedad, creencias, mitos y estereotipos siguen abriendo la brecha de desigualdad. La pobreza menstrual, es un problema existente y aunque parece invisible, podemos decir que en Colombia al menos 45.000 mujeres viven su menstruación en la carencia de estos productos esenciales para garantizar su dignidad. Un producto necesario pero que se ha convertido en un lujo para unas cuantas.

Maria Eugides, más conocida como Paloma es una mujer originaria del departamento de Norte de Santander, pamplonesa; o como la llaman sus habitantes: la ciudad mitrada o ciudad de la neblina, donde los campesinos, ancianos, adultos, niñas y niños comienzan su día con una bebida caliente para aclimatarse al hielo de las madrugadas, una ciudad donde las ruanas hacen parte del paisaje, las mejillas son coloradas por excelencia, y las personas expulsan un vaho de su aliento cuando hablan...

CONTROL: Audio 11.06 del 20' 57" hasta el 21'14" Paloma parte 1

Audio 11.06 del 21'32 hasta 21'45"

LOCUTORA: Con 70 años y madre de 15 hijos, Paloma, la mujer de las manos y pies duros, la del carácter fuerte, decidida, valiente, echada para adelante y que no se derrumba fácilmente, es una de las muchas historias sobre pobreza menstrual que existen en nuestro país. La violación de los derechos humanos y de la dignidad deja en evidencia el abandono y la desigualdad que existe en Colombia. Aunque no se avergüenza de su pasado y reconoce lo difícil que ha sido su vida y la de muchas mujeres que, así como ella no han contado con los recursos necesarios ni la suerte para comprar sus productos de higiene menstrual.

CONTROL: Audio 11.06 del 10' 34" hasta 11' 06" Paloma parte 2

Audio 11.06 del 12'16" hasta 12'43"

LOCUTORA: Paloma, Rosa y María Úrsula son colombianas trabajadoras que tienen una historia en común, las tres, tienen la huella del sol en sus rostros, con ojos cansados, creyentes y fieles a su Dios salvador, esperanzadas en que algún día su vida mejore, no solo para ellas sino para miles de niñas y mujeres en todo el mundo, porque como lo expresa Rosa Bautista, una mujer de 72 años, nacida en el municipio de Charalá y quien actualmente vive en Chinácota, municipio ubicado en Norte de Santander "a las mujeres nos ha tocado muy duro".

CONTROL: Audio de Rosa

CONTROL: Música

LOCUTORA: Y a más de 400 kilómetros de separación, en Casanare, la situación no parece mejorar, pues para el 2019 un 18,3% de la población entró en situación de pobreza multidimensional, es decir, que no hay suficiente salud, trabajo o empleo digno en el departamento, María Úrsula Cristian, una mujer llanera y campesina quien desde la puerta de su casa fabricada en láminas de Zinc, escoltada por sus mascotas, pollos, gallos y gallinas, nos cuenta cómo vivió la pobreza menstrual, sin saber conscientemente que pasaba por dicha situación.

CONTROL: Audio María 0'44" al 1'00" (Habla sobre los trapos)

Audio María 5'10" al 5'47" (Habla sobre los trapos y cómo los reutilizaba)

Audio de María desde 4'55" al 5'07" (Haga el experimento a ver cómo se siente)

CONTROL: Entra música instrumental en segundo plano

LOCUTORA: Es que, la pobreza menstrual es una problemática que se genera de varios factores y por lo tanto, genera muchas consecuencias, una de ellas, la afectación a la salud mental, tras la incertidumbre de muchas niñas y adolescentes que no conocen el por qué menstrúan o de aquellas que lo saben y que deben recurrir a elementos antihigiénicos y poco dignos, o aquellas que temen por que los demás se enteren y las tachen como “sucias”, o aquellas que deben esconderse de sus propios padres o hermanos, o simplemente faltar a su escuela por sentirse incómodas.

Y aunque María ya llegó a la edad de la menopausia, aún se le opaca la mirada, se le acelera el corazón y se le corta la voz recordando con dolor su niñez y adolescencia...

CONTROL: Audio María 9'36" al 10'10" (llora y termina diciendo que ninguna mujer le da una entrevista, porque le da dolor contar su historia)

LOCUTORA: Son muchas historias que unen a Paloma, María Úrsula y Rosa, mujeres en todo el mundo que sufren de pobreza menstrual. Recuerde seguir escuchando Al Rojo Vivo, un programa realizado por Sofía Torres y Gabriela Ortega dos estudiantes de décimo semestre de Comunicación Social, en el que buscamos informar sobre los factores negativos de la pobreza menstrual y la importancia de una menstruación digna.

Emisión N°3.

Nombre(s) de la(s) emisora(s): Manare Radio.

Nombre del programa: Al Rojo Vivo

Fecha de grabación: 2022/2023

Fecha de emisión: 08 de mayo del 2023

Duración: 14:36 minutos

Formato: Reportaje

Realizadora(s): Gabriela Ortega y Sofía Torres

Locutora(s): Gabriela Ortega

Tema: Menstruación como tabú.

CONTROL: Cabezote

LOCUTORA: Han escuchado frases como las siguientes: ¿Las flores o árboles frutales se secan cuando una mujer que está menstruando las toca? o ¿has escuchado que si la mujer tiene la menstruación no puede preparar alimentos que tengan lácteos porque se cortan? ¿Cuál puede ser la razón o las razones para que las personas piensen esto?

CONTROL: Entra música

LOCUTORA: Bienvenidos Al Rojo Vivo, un programa radial para informar sobre la pobreza menstrual los saludo soy Sofía Torres y junto con mi compañera Gabriela Ortega les hablaremos de una forma amplia sobre los mitos, estereotipos, sus posibles causas y consecuencias.

CONTROL: Música (colombiana)

LOCUTORA: Algunas invenciones y mitos alrededor de la menstruación no han surgido de la nada, hay un origen y un cuándo se crearon. En este caso debemos viajar hacia atrás un par

de milenios para encontrarnos los primeros escritos en los que se advertía de los peligros que rodeaban a las mujeres cuando estaban menstruando.

En el siglo I d.C., Plinio el Viejo dedicó un capítulo a la menstruación en su “Naturalis historia”, en el que menciona lo siguiente:

El contacto con el flujo mensual de la mujer amarga el vino nuevo, hace que las cosechas se marchiten, mata los injertos, seca semillas en los jardines, causa que las frutas se caigan de los árboles, opaca la superficie de los espejos, embota el filo del acero y el destello del marfil, mata abejas, enmohece el hierro y el bronce, y causa un terrible mal olor en el ambiente... (Plinio, 77 d. C.)

CONTROL: Entra música

LOCUTORA: Los mitos y estereotipos han existido durante años y muchos de estos han hecho que la pobreza menstrual y desigualdad de género permanezcan en nuestra sociedad. Verónica Satrústegui, periodista y educadora menstrual, nacida en Navarra, España, nos habla en Al rojo Vivo sobre la existencia de los mitos y estereotipos.

CONTROL: Audio5 Verónica del 0 hasta el 0.17”

LOCUTORA: Verónica Satrústegui quien además de ser periodista y educadora menstrual, es creadora de contenido digital en redes sociales, principalmente, en la plataforma de Instagram, ella desde España enseña a sus seguidores la importancia de educar sobre la menstruación y aunque nos separan más de 8.000 km de distancia, la situación no es diferente. En Al Rojo Vivo hablamos con ella sobre este proceso natural en el que todas las mujeres nos vemos envueltas.

CONTROL: Audio Verónica (7) desde 0" hasta 1.18"

LOCUTORA: Sin embargo, estos mitos han sido causantes del absentismo escolar. No solo en América Latina se habla de pobreza menstrual y carencia de productos de higiene menstrual, pues, en Inglaterra, 1 de cada 10 no puede costear productos de higiene menstrual para sus hijas, en Estados Unidos y Alemania, los productos de higiene menstrual no se consideran objetos de requerimiento básico y se gravan como artículos de necesidad secundaria o de lujo, asimismo, los dolores menstruales terminan siendo normalizados.

CONTROL: Audio 4 Verónica:0" hasta 1.52"

LOCUTORA: Las mujeres colombianas no somos la excepción a esta problemática, por esta razón, le preguntamos a diferentes mujeres su experiencia frente a menstruar en un país donde comprar productos de higiene menstrual y contar con instalaciones limpias está cada vez más lejos de la realidad.

CONTROL: Entra sondeo de opinión (estudiantes)

LOCUTORA: ¿Podemos decir que en las comunidades indígenas hay mitos sobre la menstruación? Olimpia Palmar, nacida en Uribia, La Guajira, es Comunicadora Social, activista, habla sobre la importancia de la mujer Wayuu.

CONTROL: Audio Olimpia: Inicia en 0.2" hasta el 0.20"

LOCUTORA: Las comunidades indígenas en Colombia también han tenido sus creencias, tradiciones y mitos sobre la menstruación; por ejemplo, en el resguardo indígena Nazareth, ubicado en el Amazonas colombiano viven cerca de 700 indígenas pertenecientes a la etnia de los Ticunas se realiza el rito de “La pelazón” para dar paso a la transición de niña a mujer. Desde meses se ha tejido un collar hecho de semillas, plumas, huesos y colmillos para que cuando a las niñas les llegue su primera menstruación lo puedan colgar y así sus mamás se preparen para avisar a los médicos tradicionales, dando inicio al ritual que dura 8 días y 8 noches, en el que se arropa a la niña en un vestido rojo que simula la sangre, su cuerpo es pintado con “huító”, un fruto característico, que gracias a su tinte natural perdura en el cuerpo los 8 días del ritual; asimismo, a la homenajeadada se le rapa la cabeza para sacar como lo afirman ellos, sus “impurezas”, se le perforan las orejas y entran a un baño donde el agua está fertilizada con plantas que son llevadas por los invitados y que permiten que la niña tenga abundancia en su nueva etapa.

CONTROL: Entra música

LOCUTORA: No solo la etnia Ticuna tiene rituales para dar inicio a la transición de niña a mujer como se le conoce comúnmente, pues, Olimpia Palmar además de ser activista también forma parte de la comunidad Wayuu, ella nos cuenta en Al Rojo Vivo sobre la tradición realizada por su comunidad.

CONTROL: Entra música (tradicional en etnias)

CONTROL: Audio 3: Inicia 0.6 hasta 1.00' y todo el audio 4 y 8

LOCUTORA: Aunque los tabúes, mitos y estereotipos han existido desde hace años continúan impactando y generando brechas de desigualdad en la actualidad, pues, en Nepal, Dambara Upadhyay una joven de 26 años fue encontrada sin vida por permanecer en las llamadas cabañas menstruales, una práctica en donde las mujeres son aisladas y encerradas mientras están menstruando porque se consideran impuras y malditas.

CONTROL: Entra música de suspenso

LOCUTORA: Existen muchos métodos que satanizan el proceso natural de la menstruación, creando desventajas, daños y un peligro real para las mujeres de todo el mundo. Recuerde seguir escuchando Al Rojo Vivo, un programa realizado por Sofía Torres y quien les habla, Gabriela Ortega, dos estudiantes de décimo semestre de Comunicación Social en el que buscamos enseñar y hablar sin tabúes sobre la pobreza menstrual.

CONTROL: Entra cabezote

Emisión N°4.

Nombre(s) de la(s) emisora(s): Manare Radio.

Nombre del programa: Al Rojo Vivo

Fecha de grabación: 2022/2023

Fecha de emisión: 08 de mayo del 2023

Duración: 9:09 minutos

Formato: Reportaje

Realizadora(s): Gabriela Ortega y Sofía Torres

Locutora(s): Gabriela Ortega

Tema: Migración y su impacto en la higiene menstrual

LOCUTORA: En Colombia, de acuerdo a la ONG Plan Internacional, las mujeres menstruantes gastan alrededor de 2 a 3 dólares mensuales en toallas sanitarias. Eso representa un gasto de 36 a 40 dólares al año: entre 120.000 y 150.000 pesos anuales. Teniendo en cuenta esto, y en vista de la crisis política y humanitaria que se vive en Venezuela, la realidad de las niñas, mujeres y personas menstruantes venezolanas puede ser incluso más alarmante.

CONTROL: Entra cabezote

LOCUTORA: Hola, hola los saludo soy Gabriela Ortega y junto con Sofía Torres estamos muy felices de que nos acompañen en esta nueva emisión en la que hablaremos sobre la migración y su impacto en la higiene menstrual. Bienvenidos al Rojo Vivo.

CONTROL: Entra música.

LOCUTORA: Las mujeres migrantes, actualmente, enfrentan un fenómeno conocido como “feminización de la migración venezolana”, esto significa que la reciente migración hacia Colombia se da mayoritariamente por mujeres en condiciones de vulnerabilidad, el paso por la frontera implica dificultades que van desde la violencia de género, malas condiciones de salubridad, afectando la salud y la dignidad de las migrantes.

CONTROL: Entra música

LOCUTORA: Abigail Torres es una mujer venezolana de 31 años que tuvo que emigrar de su país por diferentes condiciones sociales que estaban afectando su dignidad humana. Ella decide buscar un nuevo rumbo en el que junto con su esposo e hijo puedan cambiar su vida.

CONTROL: Entra audio desde 2 .55" hasta 3.11

LOCUTORA: La pobreza menstrual no solo la sufren las mujeres que migran, pues, Katiuska Hernández una joven de 26 años que vive en una zona rural del Estado Miranda, Venezuela, tiene 4 hijos y aunque no es migrante, pertenece al sector afectado por la pobreza menstrual. Ella menciona para el canal de noticias France 24 sobre cómo acceder a productos sanitarios o los elementos que usa para detener el sangrado menstrual.

CONTROL: Audio 0.18" hasta el 0.28"

LOCUTORA: Katiuska es una de las muchas mujeres que no cuentan con acceso al agua potable, en el mejor de los casos el agua llega por tubería de 10 a 15 días.

CONTROL: Audio: 0.46" hasta 052".

LOCUTORA: Abigail Torres migró con su hijo desde Venezuela y llegaron hasta Perú caminando a través de Colombia y Ecuador. Abigail cuenta en la Conferencia de Alto Nivel con Sociedad Civil en Solidaridad con los Refugiados y Migrantes Venezolanos su testimonio y su dura experiencia siendo mujer migrante en una sociedad donde la desigualdad y la violencia de género toma más fuerza.

CONTROL: Inicia en 3.13" hasta 3.48"

CONTROL: Entra música

LOCUTORA: La violencia de género para esta población se hace mucho más presente por las condiciones de desempleo que viven departamentos como Norte de Santander convertido en el primer destino para los migrantes. De acuerdo con un estudio llevado a cabo por el Observatorio de Mujeres de Norte de Santander, la violencia económica que padecían las mujeres en esta región afectaba en mayor cantidad a mujeres migrantes, en donde según la Encuesta Integrada de Hogares (GEIH) del DANE demostró que el 91,1% de las migrantes trabajan en condiciones de informalidad, sin protección social para poder sobrevivir y en muchas ocasiones, poder costear sus productos de higiene menstrual. Abigail Torres, venezolana que actualmente reside en Perú, narra para Save the Children América Latina, una organización que trabaja por derechos, lo más difícil que fue su proceso como migrante.

CONTROL: Entra audio desde 3.57" hasta el 4.37"

LOCUTORA: Una de las principales razones por las que los gobiernos no han implementado ayudas humanitarias con enfoques de género en torno a la menstruación se debe a que aún se considera un tema tabú. Mientras esta discusión no se transforme en acciones concretas a favor de esta población, habrá mujeres migrantes, e incluso mujeres en estado de vulnerabilidad en Colombia que tendrán que elegir entre alimentarse a sí mismas y a sus familiares por medio de la informalidad, o comprar productos de cuidado menstrual, perpetuando así las brechas de género y la pobreza menstrual en nuestro país.

Abigail Torres desde su experiencia deja un mensaje contundente para las organizaciones encargadas de velar por los derechos humanos.

CONTROL: Entra audio desde 6:02" hasta 7:30"

LOCUTORA: Son muchas las historias como las de Abigail y Katiuska que siendo mujeres de zonas rurales o migrantes deben elegir entre comprar alimentos o productos de cuidado menstrual, incrementando las brechas de desigualdad de género y pobreza.

Recuerde seguir escuchando Al Rojo Vivo, un programa creado por Sofía Torres y quien les habla Gabriela Ortega en el que queremos invitarlos a que sean parte del cambio, no ignoremos esta problemática que, aunque parece invisible, existe en la actualidad.

CONTROL: Entra cabezote

Emisión N°5.

Nombre(s) de la(s) emisora(s): Manare Radio.

Nombre del programa: Al Rojo Vivo

Fecha de grabación: 2022/2023

Fecha de emisión: 09 de mayo del 2023

Duración: 15:16 minutos

Formato: Reportaje

Realizadora(s): Gabriela Ortega y Sofía Torres

Locutora(s): Sofía Torres

Tema: Educación en salud menstrual paralelo de antes y ahora.

CONTROL: Entra cabezote del programa.

LOCUTORA: Hola, hola queridos oyentes, los saluda Sofía Torres y junto con Gabriela Ortega, estudiantes de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona, les damos la bienvenida a una nueva emisión de Al Rojo Vivo, un programa radial para informar, visibilizar y debatir sobre la pobreza menstrual, en esta ocasión hablaremos sobre la educación en salud menstrual.

CONTROL: Entra fragmento de fuente documental, 8:16 al 8:42 y 8:49 al 9:10 https://youtu.be/-1oEWT_nQIY

LOCUTORA: Este es el relato de Miha, un curandero tradicional, hombre miembro del grupo étnico antandroid, en Madagascar, en declaraciones para France 24 en un reportaje que evidencia que la pobreza menstrual es un problema mundial.

Pero es aún más generalizado el desconocimiento de la menstruación, salud y pobreza menstrual, desconocimiento y desinformación que nacen desde que se crearon los mitos sobre la menstruación, considerar que la mujer es impura o sucia por menstruar es simplemente una manifestación de la falta de educación justa y equitativa para hombres y mujeres.

En Colombia, la educación frente al tema ha venido evolucionando, según esta investigación:

CONTROL: Entra audio Señora 1 estudiaba en una escuelita rural, mi mamá me pegaba una cachetada.

LOCUTORA: Este fue el relato de Lodianis García Flórez, una mujer de 40 años, quien vive en Pamplona, madre de 4 hijos, pero, por otro lado, tenemos la versión de José Martínez, de 68 años de edad, también pamplonés nos habla sobre la educación en su época...

CONTROL: Entra audio 3 sep. 10.42 José Martínez, 68 años pamplonés habla sobre la educación antes.

LOCUTORA: Y es que las niñas, jóvenes y adolescentes no sabían qué era la menarquía, no sabían qué era menstruar, por eso significaba para ellas una situación temerosa, María Teresa Zabala, una mujer de 70 años que, desde el seno de su hogar en San Vicente de Chucurí, nos cuenta sobre cómo se tropezó con la sangre menstrual por primera vez sin saber nada de lo que le estaba sucediendo, sin saber que era su menarquía...

CONTROL: 4 ene 19 23(2) min 4:31 María Teresa Zabala cuenta sobre su menarquía.

LOCUTORA: Una situación similar la vivieron o la viven, en ciertas zonas, muchas mujeres en el mundo, como el caso de María Omaira Hernández, pamplonesa de 42 años de edad

CONTROL: Entrevista 3, María Omaira Hernández 42 años, no hice sino hasta 5to, menarquía, el día que me llegó pensé que me había cortado, le pregunté a mis hermanas y profesoras. En el colegio empezaron a explicar, que uno menstruaba.
Cuando estábamos menstruando casi nunca íbamos al colegio.

LOCUTORA: Esta es la cruda realidad que les tocó vivir a los adultos que hoy nos rodean a diario, pero ¿qué tanto ha cambiado hoy en día esa educación? Paloma desde su perspectiva nos habla de este paralelo

CONTROL: Entra audio 3 sep. 11.06 Paloma habla del paralelo de la educación de antes y ahora

CONTROL: Entra audio de Gustavo Ramírez, cuando les iban a hablar de menstruación sacaban a los niños de los salones

LOCUTORA: Gustavo Ramírez, un yopaleño de 21 años, una diferencia de más de dos décadas frente a los testimonios anteriores...

Fue un estudiante víctima del sistema educativo excluyente que considera que solo las mujeres deben saber cómo gestionar su ciclo, dándole a entender a los hombres que la menstruación no es un tema por el cual deberían interesarse, porque si a ellos no les sucede es mejor ser indiferentes

Dándoles a entender que las mujeres son sucias o raras, y por supuesto sembrando el sentimiento de vergüenza en las niñas, jóvenes y adolescentes que están iniciando su etapa de la menarquía.

La poca educación que se brinda en los colegios que está más relacionada con la salud y gestión menstrual, es la educación sexual y reproductiva en donde discriminadamente se brinda la enseñanza del ciclo menstrual, como nos cuentan Yulieth de 20 años y Alejandra Ramos, de 14, una en Pamplona y la otra en Yopal, respectivamente:

CONTROL: Entra audio entrevista 2 Yulieth 20 años, pamplonesa, educación de ahora

CONTROL: Entra audio Alejandra Ramos, 14 años, yopaleña, educación de ahora

CONTROL: Entra música

LOCUTORA: Es que la educación en salud menstrual ha evolucionado, gracias a leyes, normativas e iniciativas de organizaciones, representantes, líderes y lideresas, sin embargo, como señala la Senadora Soledad Tamayo Tamayo, en la exposición de motivos del proyecto de ley Proyecto de Ley N° 042 de 2022, se menciona que:

En el ámbito educativo, las acciones promocionales y preventivas adelantadas son puntuales y generalmente están vinculadas a una charla anual en las instituciones educativas sobre la prevención del embarazo e infecciones de transmisión sexual. Y que el Ministerio de Educación Nacional, establece que la formación e información sobre la menstruación debe abordarse en la asignatura de biología entre los grados octavo y noveno, buscando que las niñas y niños puedan establecer la relación entre el ciclo menstrual y la reproducción humana para prevenir el embarazo, enfatizando en aspectos biológicos, pero, estos contenidos son poco interiorizados por las niñas y niños.

LOCUTORA: Y aunque estas acciones contribuyen a la equidad, no son lo eficientemente abordadas para aportar a la eliminación de las brechas de pobreza menstrual, comenzando porque las niñas pueden experimentar la menarquía antes del grado octavo...

En la próxima emisión trataremos de resolver estas y más dudas con la intervención de expertos en la materia... Esto fue Al rojo vivo, una producción de Gabriela Ortega y Sofía Torres.

CONTROL: Canción Al Rojo Vivo

Emisión N°6.

Nombre(s) de la(s) emisora(s): Manare Radio.

Nombre del programa: Al Rojo Vivo

Fecha de grabación: 2022/2023

Fecha de emisión: 09 de mayo del 2023

Duración: 16:30 minutos

Formato: Reportaje

Realizadora(s): Gabriela Ortega y Sofía Torres

Locutora(s): Sofía Torres

Tema: Educación en salud menstrual de la mano de expertos.

CONTROL: Entra cabezote del programa.

LOCUTORA: Es un gusto estar nuevamente en sus oídos, gracias por sintonizar Al Rojo Vivo, el programa radial realizado por quien les habla Sofía Torres y por Gabriela Ortega, quien también les saluda, somos estudiantes de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona, y queremos informar, visibilizar y debatir sobre la pobreza menstrual, por eso, en esta entrega de Al Rojo Vivo continuaremos hablando sobre la educación en salud menstrual.

En la emisión anterior señalamos que desde el Ministerio de Educación Nacional se ha tratado de incluir el tema del ciclo menstrual y la sexualidad en los colegios, sin embargo, estos esfuerzos no son lo suficientemente eficaces...

Pues conocimos el lado de los estudiantes, pero no nos hemos preguntado si ¿los docentes están capacitados para educar sobre la menstruación? conozcamos algunas experiencias...

En el reportaje “Educación menstrual, un desafío para docentes”, realizado por Mariela Castañón con el apoyo de la International Women’s Media Foundation

CONTROL: Entra audio IWMF

https://www.youtube.com/watch?v=2qL1EPTIAIo&ab_channel=NUESTRASHISTORIAS

LOCUTORA: Así como la experiencia de César, en Guatemala también encontramos la de la profesora Griselda Vásquez:

La toalla sanitaria estaba en la mesa. Había 45 niños, niñas y adolescentes, de 10 a 13 años, de cuarto y quinto primaria, mirándola.

La maestra miraba que estaban sentados en sus escritorios, en un salón administrado por la Asociación de Estudios y Proyectos de Esfuerzo Popular (Eprodep), un proyecto comunitario para niñas y niños de primaria y básicos de bajos recursos económicos, en San Juan Sacatepéquez, un municipio del departamento de Guatemala.

Un niño se levantó de su pupitre. Sintió curiosidad. Tocó la toalla. La olió. “¡Qué asco!”, gritaron en coro sus compañeros del salón. Soltó la toalla. Levantó la mirada desconcertada.

«Es una toalla limpia», dijo Griselda. “¿Por qué les da asco?», preguntó a sus estudiantes. “Pasen la toalla, véanla, siéntala. Ahora les explico qué es y para qué sirve”.

Era 2017 y Griselda habló con sus estudiantes sobre la menstruación, los cambios que representa y de la información que deben tener los niños varones. Era la primera vez que esta maestra maya kaqchikel, con diez años de experiencia en la docencia, formada por Eprodep y por activistas del Colectivo Fuego, hablaba en su salón sobre el periodo.

LOCUTORA: Es que la educación menstrual, aunque permite que las y los docentes transmitan conocimientos a sus estudiantes, les enseñan a conocer la menstruación como un proceso natural y empoderante, donde puedan alejarse de los juicios sociales sobre el cuerpo y el rol de las mujeres, priorizando el autocuidado, y la salud física y mental a través del conocimiento del ciclo menstrual.

Pues la educación menstrual, como estas experiencias en Guatemala, es delegada a docentes que, en su mayoría, son capacitados por oenegés. Los pocos que se atreven a enseñar sobre la menstruación, encuentran que es un tabú en los estudiantes y las familias. Ante la falta de acceso a Internet del alumnado, muchos no han logrado continuar con la formación.

LOCUTORA: Sin embargo, y en el caso de Casanare, la Directora Técnica de Calidad Educativa de la Secretaría de Educación de Casanare, Nidia Said Rocha, señala que existen unos Proyectos Pedagógicos Transversales que intentan brindarle a los docentes las herramientas para compartir conocimientos en el tema a los estudiantes...

CONTROL: Entra audio psicóloga parte 2, sobre los PPT

LOCUTORA: Pero no podemos culpar solo a las Instituciones educativas, como bien señala la psicóloga Rocha, el desconocimiento se da también por los medios de comunicación, los padres de familia y la comunidad en general.

Como indicaban algunos testimonios, los padres de familia les tenían rotundamente prohibido hablar de menstruación y no prohibido porque la ley así lo indicara, si no prohibido por los tabúes sobre la menstruación... Escuchemos a Lodianis García Flórez

CONTROL: Entra audio Lodianis García Flórez

LOCUTORA: Al respecto la psicóloga Nidia Said Rocha puntualiza lo siguiente:

CONTROL: Entra audio psicóloga parte 2, 3:50

LOCUTORA: Una vez señalado nuestro entorno social, cultural y educativo como una de las causas de la pobreza menstrual que se vive hoy en día, debemos también señalar a los medios de comunicación a los que estamos expuestos a diario y que por supuesto van formando conceptos desde nuestra infancia.

Los medios de comunicación, sobre todo los visuales, que publicitan productos de 'higiene menstrual', muestran a la sangre de color azul indicando de manera subliminal que la sangre es algo despectivo y que no se puede mostrar ese contenido.

Según el medio digital Puro Marketing, los anuncios de productos vinculados a la regla empezaron el siglo XX vendiendo 'discreción' y en la televisión se llenaron de metáforas y alusiones. El líquido azul apareció en los años 90, para mostrar las capacidades de absorción de los productos. (Puro Marketing, 2020) El azul se veía como un color clínico, científico y asociado además a la idea de limpieza, el pretexto era no usar rojo por no incumplir las leyes anti-obscenidad, es decir que ¿menstruar es obsceno?

CONTROL: Entra audio menstrualidad Laura Benavides González, 5:38 al 7:11 “El primer reto fue poner en medios de comunicación una palabra tan satanizada, ocultada e invisibilizada como ‘menstruación’, y empezar a entender las experiencias menstruales de manera colectiva”.
<https://periodico.unal.edu.co/articulos/derechos-menstruales-en-colombia-un-asunto-de-todos/>

LOCUTORA: Con el fin de eliminar esos prejuicios, lideresas y movimientos feministas han alegado la importancia de mostrar lo que verdaderamente sucede en el cuerpo de las mujeres, por eso, escuchamos a la politóloga Laura Benavides González, vocera del colectivo Derechos Menstruales Colombia, en una entrevista para Radio UNAL, nos comparte la experiencia de la labor del colectivo con las intervenciones ciudadanas

CONTROL: Entra audio menstrualidad Laura Benavides 11:30 al 13: 10

LOCUTORA: Como señala Isis Tijaro, antropóloga de la Universidad de los Andes e investigadora. Directora y fundadora de la Organización Tyet, dedicada a la educación menstrual, los derechos menstruales y la autonomía femenina. Sobre cómo debería ser la educación en salud menstrual en Colombia

CONTROL: Entra Solución a educación: Audio de Isis Tijaro, dice una solución de cómo debería ser la educación en salud menstrual en Colombia 24:53 al 26:52

https://www.youtube.com/watch?v=ZgGdNxQwrNU&ab_channel=MargaritaOrtegaOficial

LOCUTORA: Al rojo vivo, por ejemplo, es una serie audible para visibilizar la problemática de la pobreza menstrual, gracias por escucharnos, porque usted también es parte del cambio.

LOCUTORA: Esto fue Al rojo vivo, una producción de Gabriela Ortega y Sofía Torres. Nos vemos en una próxima emisión.

CONTROL: Canción Al Rojo Vivo

Emisión N°7.

Nombre(s) de la(s) emisora(s): Manare Radio.

Nombre del programa: Al Rojo Vivo

Fecha de grabación: 2022/2023

Fecha de emisión: 10 de mayo del 2023

Duración: 15:24 minutos

Formato: Reportaje

Realizadora(s): Gabriela Ortega y Sofía Torres

Locutora(s): Sofía Torres

Tema: Menstruación sustentable.

CONTROL: Entra cabezote del programa.

CONTROL: Música.

LOCUTORA: Los estudios indican que las toallas higiénicas o tampones, tardan aproximadamente 500 años en degradarse.

CONTROL: Música.

LOCUTORA: Reciban un caluroso saludo de parte de Gabriela Ortega y Sofía Torres, estudiantes de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona, realizadoras de Al Rojo Vivo, el programa radial para informar, visibilizar y debatir sobre la pobreza menstrual, en esta emisión hablaremos sobre menstruación y el impacto medio ambiental.

CONTROL: Música.

LOCUTORA: Pero cuando hablamos de impacto medio ambiental, no significa que es un impacto por culpa del sangrado, sino por culpa de las industrias y en un momento escucharemos por qué...

CONTROL: Entra coro de la canción Agüita de Mi Ventre - Canto Menstrual - Susan Ricalde
https://www.youtube.com/watch?v=cOI75fdVWEE&ab_channel=Sumariblu

LOCUTORA: La mayoría de las mujeres menstrúan entre 3 a 5 días al mes, durante una vida fértil que ronda a los 40 años. Eso equivale a 2.400 días de sangrado menstrual. Es decir que

una sola mujer habrá desechado alrededor de 10.140 unidades de productos de gestión menstrual durante toda su vida. lo que equivale a aproximadamente 300 libras de residuos.

Es por eso que la forma en cómo gestionamos nuestra menstruación se ha convertido en una preocupación para muchos.

En los últimos años, ha habido un aumento en la conciencia ambiental, y muchas personas están buscando formas de reducir su impacto en el planeta. Sin embargo, a menudo se pasa por alto esta relación que existe entre la menstruación y el medio ambiente.

La menstruación es una parte natural del ciclo reproductivo femenino, pero el impacto ambiental de los productos menstruales que utilizamos puede ser significativo.

Como lo mencionábamos, los tampones y las toallas higiénicas son una de las mayores fuentes de residuos en todo el mundo, puesto que estos productos pueden tardar más de 500 años en descomponerse en un vertedero.

Además, un año de existencia de un producto típico de higiene femenina deja una huella de 5,3 kg de CO2 dióxido de carbono. (Sanmiguel Vargas, 2021)

CONTROL: Desde el 6:40 al 7:30 juanita verde bienestar

https://www.youtube.com/watch?v=RLMti8xDCkM&ab_channel=freeform

LOCUTORA: todo lo que desechamos regresa a nosotros de una u otra forma, es lo que menciona Juanita, representante y socia de verde bienestar, una marca medioambiental

panameña, y esto nos ayuda a entender también que no solo los productos, sino que, además, hay que tener en cuenta que los empaques de esos productos también contaminan

CONTROL: Canción super colombianísima entra y pasa a segundo plano

LOCUTORA: En Colombia, según los datos mencionados por el DANE en el 2021, si cada una de las mujeres utiliza toalla o tampón se estarían registrando 4.051'635.900 residuos anuales de este tipo de métodos por cada mujer en etapa fértil, estos residuos acompañados de fluidos corporales se disponen en cada uno de los botaderos estipulados en las unidades territoriales.

Según la Unidad Administrativa de Servicios Públicos (UAESP), el 78 % de los hogares colombianos no separa, ni recicla los residuos, enviando cada uno de los residuos e incluso siendo peligrosos al botadero o al sitio de disposición de cada municipio.

y esto solo demuestra los malos hábitos que tenemos los colombianos en términos de reciclaje y disposición de residuos.

CONTROL: Música

LOCUTORA: Pero no solo se trata de reducir el impacto ambiental, también es importante tener en cuenta cómo la menstruación puede afectar nuestra salud. Muchos productos menstruales convencionales están hechos con productos químicos y materiales sintéticos que pueden causar irritación e incluso infecciones.

El Dr. Gonzalo Ernesto Díaz Murillo Especialista en ultrasonido de la Universidad Nacional de Colombia explica sobre los peligros de los tampones.

CONTROL:

https://www.youtube.com/watch?v=ltfwBr3QaqU&ab_channel=DrGonzaloDiaz%2CUltrasound

Entra audio Dr. Gonzalo del 1:13 al 3:07

LOCUTORA: Joy Sapoznik, fundadora y directora de El Brote Urbano, una comunidad internauta sobre el cuidado del medio ambiente, señala que estos productos son compuestos en su mayoría por polietileno de baja densidad y polipropileno, para la fabricación de estos se insume petróleo, gas natural y agua, mucha agua, entre unos 30 litros por paquete producido. (Sapoznik, 2019)

Adicional a los insumos anteriormente mencionados encontramos químicos altamente tóxicos como lo son los polímeros súper absorbentes como lo es el rayón utilizado para el blanqueamiento de estos productos, entre otros compuestos también está el algodón, el cual se trata con glifosato y celulosa, produciendo así un riesgo a la exposición de pesticidas en la zona donde se da uso del producto, lo cual podría generar infecciones o alteraciones en la mujer o niña que dé uso a estos productos. (Rutina sustentable, 2020)

LOCUTORA: ¿Si es taaan dañino, entonces por qué se sigue comercializando? Simplemente por las ganancias:

CONTROL: https://www.youtube.com/watch?v=CubjnXdeVrw&ab_channel=Hora13Noticias

¿cuánto gastan las mujeres colombianas?

LOCUTORA: Ahora imaginemos esa cifra a gran escala teniendo en cuenta que más de la mitad de la población en el mundo somos mujeres

Según Karen Barbosa (2020) En Colombia las principales empresas sanitarias son:

- Grupo Familia con un reporte de ventas para el año 2017 de más de 2 billones de pesos
- Kimberly Clark (2017) = 37 mil millones
- Jhonson & Jhonson (2017) = 4 billones de pesos (Barbosa, 2020)

CONTROL: Entra cortinilla

¿Sabías que en Colombia las toallas, tampones y copas menstruales están exentas del IVA? En la sentencia C-117 de 2018 se declaró el no impuesto para toallas y tampones, Así, Colombia se convirtió en el país pionero en la región en eliminar los impuestos a toallas higiénicas y tampones.

Mientras que tres años después en la sentencia C-102 se declaró el no impuesto para copas menstruales, visibilizando así la relación de la menstruación con otros derechos como: la salud y la dignidad.

LOCUTORA: Entonces, ¿qué podemos hacer para reducir nuestro impacto ambiental durante nuestra menstruación? Una alternativa sustentable puede ser la utilización de los productos reutilizables y biodegradables a menudo están hechos con materiales naturales y libres de químicos, lo que los convierte en una opción más saludable para nuestro cuerpo y el medio ambiente.

Hay varias opciones disponibles, y es importante explorar cuál es la mejor para cada persona. Una de las opciones es usar productos reutilizables, como copas menstruales, compresas de tela o ropa interior menstrual. Estos productos son amigables con el medio ambiente, ya que se

pueden lavar y reutilizar varias veces, como nos comparte Darlin Ramírez periodista del medio la Opinión

CONTROL: https://www.youtube.com/watch?v=sNvYsyCK5jk&ab_channel=LaOpini%C3%B3n%C3%BAcuta del 0:26 al 2:20

LOCUTORA: Ha habido proyectos como el cortometraje documental: Período. Fin de la oración. Dirigido por Rayka Zehtabchi sobre mujeres indias que lideran una revolución sexual silenciosa, mientras aprenden a operar una máquina que fabrica toallas sanitarias biodegradables de bajo costo, que venden a otras mujeres a precios asequibles. Mejorando la situación de pobreza menstrual en el sector.

CONTROL: Música

LOCUTORA: Además de usar productos reutilizables, podemos ser conscientes de cómo desechamos los productos que utilizamos. En muchos lugares, los tampones y las compresas se deben desechar en la basura regular, pero en algunos lugares, se pueden reciclar. este planteamiento deja abierta la duda de si en nuestro país ¿existen normas para desechar los productos de higiene menstrual?, pues los únicos conocidos hasta el momento es que no deben ser tirados al inodoro porque pueden causar obstrucciones en las tuberías y dañar el sistema de tratamiento de aguas residuales...

CONTROL: Música

LOCUTORA: Este es un pequeño abrebocas de todo lo que gira alrededor de la menstruación y su relación con el medio ambiente, por eso que en Al Rojo Vivo queremos motivarlos a que investiguemos, aprendamos y seamos conscientes de nuestras maneras de vivir y la huella que estamos dejando.

Esto fue Al rojo vivo, una producción de Gabriela Ortega y Sofía Torres.

Música: Agüita de Mi Vientre - Canto Menstrual - Susan Ricalde

CONTROL: Música

Emisión N°8.

Nombre(s) de la(s) emisora(s): Manare Radio.

Nombre del programa: Al Rojo Vivo

Fecha de grabación: 2022/2023

Fecha de emisión: 10 de mayo del 2023

Duración: 15:40 minutos

Formato: Reportaje

Realizadora(s): Gabriela Ortega y Sofía Torres

Locutora(s): Gabriela Ortega y Sofía Torres

Tema: La menstruación también es un acto político.

CONTROL: Entra cabezote del programa.

LOCUTORA 1: ¡Es un gusto encontrarnos en una nueva emisión de Al Rojo Vivo!, mi nombre es Gabriela Ortega y junto con Sofía Torres, estudiantes de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona, los hemos estado acompañando en este viaje sonoro informando, ¡visibilizando y debatiendo sobre la pobreza menstrual!

LOCUTORA 2: Así es, Gabriela, ya hemos hablado sobre la definición de la pobreza menstrual, hemos conocido testimonios, hemos hablado también con expertos en las diferentes áreas, porque recordemos que la pobreza menstrual no solo es una problemática de salud o economía, sino también de medio ambiente, de educación, infraestructura y por supuesto es un acto político.

LOCUTORA 1: Es en ese último aspecto en el que nos vamos a enfocar en esta octava emisión, que además es la última emisión de esta producción Al Rojo Vivo, ¿o será la última de esta temporada?

LOCUTORA 2: Esperemos que así sea

LOCUTORA 1: Ya lo averiguaremos

LOCUTORAS 1 y 2: Risas

CONTROL: Entra fragmento de un acto político:

https://www.youtube.com/watch?v=DjDZdca8p1o&ab_channel=ByeByeTV

https://www.youtube.com/watch?v=Ht9q8XLdsg0&t=104s&ab_channel=FronteraJesuita

https://www.youtube.com/watch?v=i2-y70xlvnw&ab_channel=AlceBlancoLibros

LOCUTORA 1: La menstruación también es un acto político. Es un proceso natural y fisiológico que experimentan la mayoría de las personas con útero (Mujeres, hombres trans, personas no binarios, genderqueer, intersex y entre otros). Sin embargo, históricamente se ha considerado como un tema tabú y vergonzoso, lo que ha llevado a la marginación y discriminación de las personas menstruantes en muchos ámbitos de la vida.

LOCUTORA 2: Pero la búsqueda de desestigmatizar la menstruación, promover su aceptación y normalización, reconoce la menstruación como un acto político y como una cuestión de derechos humanos.

LOCUTORA 1: Como lo hemos visto, en muchos lugares del mundo, las personas menstruantes enfrentan barreras en el acceso a productos de higiene menstrual, lo que les impide llevar una vida digna y saludable. Esto se debe en gran parte a la falta de información y a **la falta de políticas públicas** que no abordan la menstruación como un tema importante de salud pública, cuestiones de género y justicia social.

CONTROL: Entra fragmento de justicia social protesta.

https://www.youtube.com/watch?v=xnfuYI1ecEY&ab_channel=Org%C3%A1nicaProducciones

min 1:18 al 1:32

LOCUTORA 1: En muchas culturas, se considera que las personas menstruantes son "impuras" o "contaminadas", esto les impide participar en ciertas actividades religiosas o sociales, un ejemplo reportado por Radio Nacional de Colombia es una celebración que

realizan los indígenas tikuna en torno a la menarquía: la pelazón, este es el relato de una de las lideresas de la comunidad tikuna...

CONTROL: Entra audio 6:37 al 7:21 la pelazón

<https://www.radionacional.co/cultura/tradiciones/amazonas-la-resistencia-de-la-palabra-en-el-ritual-tikuna>

LOCUTORA 2: La menstruación es un acto político porque las personas menstruantes enfrentan discriminación y violencia de género, lo que afecta la capacidad para ejercer sus derechos.

LOCUTORA 1: La menstruación es un acto político porque las personas menstruantes pierden días de trabajo, faltan al colegio o universidad ya sea por la falta de productos de higiene menstrual, instalaciones sanitarias adecuadas o dolores fuertes causados por problemas de salud como la endometriosis. Esto puede afectar significativamente sus oportunidades de vida y su capacidad para participar plenamente en la sociedad.

Pero a pesar de ser un acto político, la menstruación es a menudo un tema descuidado en los debates políticos y de salud pública. **Reconocer** con ere(R) mayúscula a la menstruación como un acto político implica abogar por políticas y medidas que aborden estas cuestiones de manera integral.

LOCUTORA 2: Recientemente los representantes a la cámara Pedro Suárez Bacca y María Fernanda Carrascal radicarón un proyecto de ley que propone la creación de una licencia menstrual, escuchemos a la representante

CONTROL: entra audio Carrascal https://www.youtube.com/watch?v=q6c-gyGp6ps&ab_channel=CanalCongreso-Programas

0 :13 al 0:38

https://www.youtube.com/watch?v=4oJjqCjJpuE&ab_channel=NoticiasCaracol

0:22 al 0:31

0:40 al 0:47

LOCUTORA 1: Cabe aclarar que la licencia se otorgaría un día al mes y no tendría afectación en otros derechos, así mismo se busca el establecimiento de una política pública que promueva, sensibilice y establezca planes de acción sobre la protección de los derechos menstruales.

Sin embargo, el proyecto de la licencia menstrual ha sido controversial, escuchemos las opiniones:

CONTROL: Entra audio opiniones licencia menstrual:

de caracol 0: 57 al 1:18

https://www.youtube.com/watch?v=4oJjqCjJpuE&ab_channel=NoticiasCaracol

canal capital 0:37 al 1:01

https://www.youtube.com/watch?v=8Cq0wj8vhAA&ab_channel=Capital

LOCUTORA 2: Por su parte la neuropsicóloga Nidia Said Rocha, en una entrevista para Al Rojo Vivo, nos cuenta su opinión

CONTROL: Entra audio psicóloga parte 2

CONTROL: Entra Cortinilla Al Rojo Vivo

LOCUTORA 1: Frente a este panorama, queda claro que el camino para solucionar la problemática de la pobreza menstrual es pedregoso, sin embargo, cada paso cuenta.

Una primera solución que puntualizamos en Al Rojo Vivo, es sin duda alguna: la educación sexual, menstrual y ginecológica, no solamente capacitando a los estudiantes sino también a los docentes, Isis Tijaro, antropóloga dedicada a la educación menstrual nos aporta lo siguiente:

CONTROL: Entra audio solución a educación: Audio de Isis Tijaro, dice una solución de cómo debería ser la educación en salud menstrual en Colombia 24:53 al 26:52

https://www.youtube.com/watch?v=ZgGdNxQwrNU&ab_channel=MargaritaOrtegaOficial

LOCUTORA 1: Pero se habla de otra alternativa y es el acceso gratuito y universal a productos de gestión menstrual, por ejemplo, la Ley 2261 de 2022 garantiza la entrega gratuita, oportuna y suficiente de artículos de higiene y salud menstrual a las mujeres y personas menstruantes privadas de la libertad.

LOCUTORA 2: Además, en Colombia, han eliminado el impuesto de valor agregado IVA a los productos de gestión menstrual. Empresas han otorgado productos gratuitos y también se han establecido subsidios como el de la caja de compensación familiar de Antioquia Comfama, que otorga un subsidio para sus afiliados, como lo reporta Teleantioquia:

CONTROL: Entra Audio de Teleantioquia

https://www.youtube.com/watch?v=9yJ_MGdMwiY&ab_channel=TeleantioquiaNoticias

LOCUTORA 2: aunque los subsidios ayudan, no es considerada una solución definitiva para la problemática, pues la pobreza menstrual se ha hecho mucho más presente, por esta razón, Verónica Satrústegui, periodista española y educadora menstrual resalta la importancia de enseñar sobre la pobreza menstrual con el objetivo de conocer la problemática y encontrar soluciones frente a ella.

CONTROL: Entra audio 6 (completo)

LOCUTORA 1: La pobreza menstrual, no debería ser visto como un tabú o un tema del que las mujeres sientan vergüenza al momento de hablar. En Colombia, se deberían llevar a cabo investigaciones nacionales y locales sobre la higiene menstrual, mejorar la infraestructura en lugares públicos que garanticen a las mujeres y niñas acceso al agua limpia, de igual forma, educar a los jóvenes sobre la educación menstrual con el objetivo de brindar una sociedad justa y digna, donde menstruar no sea una brecha de desigualdad y en donde, no se tenga que elegir entre poder comprar alimento o un producto de higiene menstrual como lo menciona Milayet González secretaria general de la gobernación de Casanare...

CONTROL: Entra audio de la gobernación

LOCUTORA 1: En definitiva, la menstruación es un acto político que debe ser reconocido y abordado de manera integral. Al hacerlo, se puede trabajar hacia la creación de una sociedad

más justa e inclusiva para todas las personas, independientemente de su género o capacidad menstrual.

LOCUTORA 2: Recuerden que trabajar por la igualdad nos involucra a todos. Gracias a todos nuestros oyentes por estar siempre conectados y por conocer sobre la pobreza menstrual, una problemática que, aunque parece inexistente o invisible, es real y existe en nuestro país.

LOCUTORA 1: Con este mensaje nos despedimos de Al Rojo Vivo, una producción realizada por Gabriela Ortega y Sofía Torres, estudiantes de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona.

CONTROL: Entra música.

3.6. Etapa de producción (informe procedimental del desarrollo de la etapa)

Para realizar una producción radial y transmitir contenido de alta calidad a la audiencia, con el fin de informar, educar y entretener, es necesario de una planificación o esquema del trabajo a crear, que permita plasmar las ideas cambiantes sin desviarse del objetivo principal, es decir, realizar una producción radial de ocho emisiones siendo éstas capaces de abordar los ámbitos o áreas que están intrínsecamente relacionadas con el tema de la pobreza menstrual, para de ésta manera visibilizar la problemática.

En este mismo sentido y para el procedimiento, se hace necesario estar inmerso en una constante búsqueda de información, fuentes y/o situaciones que puedan aportar a la creación de las producciones radiales, para ello, se han realizado periódicamente revisiones

documentales de tipo bibliográfico y webgráfico sobre artículos, personajes, ONGs, fundaciones, lideresas y entre otras fuentes de información que contribuyan a la realización de cada producción, sin incluso aparecer en ellas.

De la misma manera, se han realizado acercamientos con el fin de obtener entrevistas que brinden información de manera presencial en la ciudad de Pamplona, Bogotá, Medellín, San Vicente de Chucurí, Chinácota y Yopal, a sitios como casas de la mujer, secretarías de salud, secretaría general y departamental, secretaría de salud sexual y reproductiva, y de desarrollo social, médicos, enfermeros, psicólogos, abogados y ciudadanía en general.

3.6.1. Grabación material sonoro

En primer lugar, se definieron los objetivos generales de la producción radial, es decir qué y de qué manera se produciría, se establecieron los temas y formatos que se abordaron en los programas, la frecuencia de emisión y los recursos necesarios para llevar a cabo el proyecto.

Una vez establecidos los objetivos y los temas a abordar, se focalizaron las fuentes en las distintas ciudades, que aportaron en la elaboración de las producciones, incluyendo a madres de familia, jóvenes, niñas, niños, adolescentes, hombres de distintas edades, ancianos, profesionales universitarios, líderes y lideresas, organizaciones públicas y privadas, e incluso fuentes documentales.

Realizamos las entrevistas en diferentes plataformas digitales, algunas fueron grabadas de forma virtual, ya que, se concretaron vía WhatsApp; por este medio, acordamos con los

entrevistados un espacio durante el día para realizar la llamada y grabarla con autorización, sin embargo, al realizar las entrevistas se nos presentaron problemas de conexión en el que quedaban cortadas las respuestas o las preguntas formuladas por el equipo de Al Rojo Vivo.

Asimismo, se hizo uso de redes sociales como Instagram y Tandem para contactar con personas de forma más rápida. Cabe resaltar que muchos expertos que hicieron parte de las emisiones no aceptaron realizar llamadas por motivos de tiempo y prefirieron responder las preguntas a través de audios, compartidos a través de mensajería instantánea, pese a que lo ideal sería dialogar en tiempo real, pero en las situaciones que no se logró de esa forma, se recurrió a las ayudas tecnológicas anteriormente mencionadas.

Las redes sociales en la actualidad conectan a millones de personas en distintas partes del mundo y aunque muchas personas de diferentes lugares de Colombia y del exterior nos compartieron sus conocimientos frente al tema, usar las redes puede tener sus dificultades, tales como los contratiempos, fallas de conectividad, señal inestable y otras como que los entrevistados no se conecten en el día, fecha y hora acordada para el desarrollo de la entrevista, generando así consecuencias como la alteración y retrasos en la agenda del progreso del presente trabajo.

De igual forma, envían sus audios con mucho ruido de fondo, tapando el micrófono y en el momento de seleccionar qué partes de los audios se necesitaban para complementar los reportajes decidimos descartarlos porque generaban distracción. En algunas ocasiones nos sucedió que usamos testimonios de audios que nos compartieron por Instagram, pero la calidad del audio hizo que la información pasara de forma desapercibida y sin importancia.

Aceptamos recurrir a esta estrategia porque nos conectaba con personas de diferentes lugares y profesiones.

Las entrevistas que realizamos de forma presencial brindaron una cercanía con las mujeres y niñas que sufren de pobreza menstrual, enriqueciendo el trabajo de campo y las emisiones, porque podíamos describir los lugares a los que viajamos. Se realizaron en diferentes barrios de Pamplona, en sus sitios característicos como el parque Águeda Gallardo, Cristo Rey, Calle Real, Plazuela Almeyda, entre otros lugares.

Igualmente, se llevaron a cabo entrevistas en municipios como Chinácota, de donde es oriunda una de las productoras y realizadoras del programa, y en la capital del departamento de Casanare, Yopal. Grabar el material sonoro de forma presencial permite acercarse a la realidad de las mujeres, generar vínculos, observar las reacciones frente a las diversas preguntas formuladas; por otra parte, presentamos dificultades ya que varias mujeres al enterarse que las emisiones se transmitirían por emisoras rechazaron participar con sus testimonios, incluso, de forma anónima, al ofrecerles esa posibilidad.

3.6.2. Selección y análisis del material

Para el material, principalmente, hicimos un estudio de nuestros públicos y separamos los posibles temas, entre esos fueron:

- ¿Qué es la pobreza menstrual?
- Testimonios
- Mitos y estereotipos
- Migración

- Educación en salud menstrual
- Menstruación sustentable
- La menstruación también es un acto político

Después de tener los temas de los que hablaríamos en cada emisión, empezamos con la selección de nuestras fuentes de investigación: educadores menstruales, docentes, periodistas, psicólogos, abogados, líderes y feministas; les realizamos unas preguntas en formato de entrevista utilizando diferentes redes sociales en el que grabamos las llamadas. Estas entrevistas empezaron a realizarse las primeras semanas del mes de diciembre del 2022.

Asimismo, algunos testimonios fueron sacados de fuentes documentales de los cuales ya dimos su respectivo crédito durante la emisión y quedaron escritos de igual forma en el presente trabajo. Los testimonios que fueron grabados bajo la autoría de Al Rojo Vivo fueron realizados en diferentes lugares de Colombia, mujeres que residen en municipios de Norte de Santander, Casanare, Guajira y el Pacífico, las preguntas que nos permitieron realizar un análisis y conocer desde el concepto de menstruación, su menarquía, los mitos que tienen frente a esta y los productos más usados durante su periodo.

Después de conocer cada una de sus respuestas, seleccionamos qué historias tenían relación con nuestro tema de investigación, fuimos separando los tiempos en los que las mujeres hablaban sobre los productos de higiene menstrual y cómo fue la educación de ellas con respecto a la menstruación.

Se unieron pensamientos con historias que tenían similitud o completaban las ideas para que en el momento de redactar las crónicas o los reportajes fuera mucho más claro definir qué audios iban en cada emisión y cuáles historias debían ir juntas. Cabe aclarar que no todo el material recolectado pudo ser usado en las emisiones porque, aunque las respuestas eran de interés, muchas fuentes se negaron a hacer públicos sus relatos. De todas maneras, dichos testimonios nos ayudaron a comprender y dimensionar mucho más la problemática objeto de investigación periodística.

3.7. Etapa de postproducción

Garantizar que el producto final cumpla con los estándares de calidad establecidos y esté listo para la emisión es el objetivo de la etapa de postproducción, en la que se experimenta con sonidos, pero además se le da forma y vida al proyecto, a aquello que finalmente escucharán los oyentes.

En un principio y una vez culminadas las etapas de grabación, selección y análisis del material sonoro, se procedió a la elaboración de guiones para cada uno de los programas que se transmitirían, pues es ésta la base de la postproducción. Estos guiones se elaboraron teniendo en cuenta la información recopilada en la fase de producción, previa planificación; es decir, la elaboración de las entrevistas, los sondeos de opinión y la fase de revisión documental fueron indispensables para recopilar la información necesaria, logrando que cada producción tenga su hilo conductor.

Además, aunque cada producción sea con base en un mismo eje central, el de la problemática de la pobreza menstrual, es cierto también que cada producto sonoro debe fijar un objetivo particular que se logre al tener el contenido final.

Sin embargo, tener los guiones listos no significa que el trabajo pueda estar exento de modificaciones, pues en algunos casos se puede ir variando con el paso del tiempo, a medida que se van escuchando los audios y a medida también que lo que se plasmó en los guiones realmente cumpla con los tiempos que se establecieron para las producciones.

Más aún en esta problemática que tiene además un área de influencia política, y que está en el debate social, pues significa que es una problemática cambiante, por lo que de la misma manera, la información que aquí se presenta, debe ser adaptada y actualizada de acuerdo a las nuevas necesidades.

Una vez que esta etapa de planeación estuvo culminada, se procedió a la grabación de los programas. Esta fase se llevó a cabo en varias fechas, pues hay que tener en cuenta que la materia prima es la voz, por lo tanto, ésta debe estar en óptimas condiciones, y las locutoras podían presentar variaciones en ella a causa de distintos factores, desde el estado mental y el físico por sus otros compromisos académicos, personales y familiares.

Entre otros aspectos y debido a las circunstancias de ubicación espacio temporal, la cabina de grabación se convierte en el hogar de cada locutora, e incluso en el vehículo familiar, para evitar cualquier intervención de algún sonido externo, procurando siempre mantener la calidad en cada producción, en cada frase, en cada palabra. Un micrófono de solapa ha sido el compañero ideal en la elaboración de este proyecto. El estar fuera de Pamplona durante esta

fase no permitió acceder a los recursos de infraestructura y técnicos habilitados en la Universidad de Pamplona, específicamente la sala de grabación y montaje de audio del pregrado de Comunicación Social en su sede principal.

3.7.1. Edición y montaje de la producción radiofónica

Una vez grabadas las producciones radiofónicas, se procedió a la edición y montaje de las mismas, es quizá uno de los pasos más relevantes no solo para las producciones de manera técnica, sino para el equipo de producción, pues significa que se está aún más cerca de lograr el objetivo.

La edición requiere de tiempo, habilidad y sobre todo de una escucha atenta, es por eso que se tuvo que disponer de una duración de tres meses, aproximadamente para esta tarea, en donde se trabajó diariamente, puliendo cada entrevista e intervención locutada, con los recursos propios de las productoras y realizadoras del trabajo de grado.

Pero editar no es solo unir el material sonoro; editar y hacer montaje sonoro incluye la mezcla de audio, la edición de los contenidos, la corrección de errores, la selección de música y efectos de sonido. En este último aspecto inclusive se trató de resolver una simplicidad sonora con la creación desde cero de una canción que le diera el matiz que necesitaban las producciones, pues el esfuerzo hecho en materia investigativa y de acercamiento a distintas fuentes de información ameritaba también una propuesta musical propia para complemento a los demás elementos del contenido sonoro desarrollado.

Canción: Al Rojo Vivo

*Coro gutural 4 tiempos**Coro: 4 tiempos*

El ciclo menstrual es la danza de la vida,
la melodía del tiempo y del espacio.
La luz que guía el camino de la vida,
La conexión entre la naturaleza y la humanidad.

Verso 1: 4 tiempos

La menstruación es lluvia de primavera,
que trae nueva vida y esperanza
El vientre es una fuente de energía,
que debe ser nutrido con sabiduría.

Verso 2: 2 tiempos

Que cada mujer abrace su ciclo menstrual,
y celebre su vientre con amor
Que cada hombre respete y valore,
el poder divino del ciclo menstrual.

Coro: 2 tiempos

El ciclo menstrual es la danza de la vida,
la melodía del tiempo y del espacio.
La luz que guía el camino de la vida,
La conexión naturaleza y humanidad

Verso 3: 8 tiempos

La menstruación es brisa
 que lleva los sueños
 y las esperanzas a cada corazón.
 el tiempo en que el alma se siente más profundo.

Medio Coro gutural en 8 tiempos

El ciclo menstrual es la danza de la vida,
 la melodía del tiempo y el espacio.

Agregado a lo anterior, no solo se creó la canción, sino que también para la música instrumental utilizada se generaron tres pistas sonoras, creadas por el equipo de Al Rojo Vivo, se utilizaron máximo 6 segundos de la canción y en diferentes producciones se usó el instrumental con el objetivo de que los oyentes reconocieran la canción e identificaran el programa.

Además, se generó una base de archivos en línea en la que se almacenaba el material sonoro en crudo, es decir, sin ningún tipo de edición, lo que significó que para editar se tomó en cuenta también el tiempo descargando audios y otros recursos sonoros. Aquí dependió el tamaño del archivo y la velocidad de la conectividad a internet para la definición de tiempo en cuánto a demora para el cargue y descargue de los archivos.

Asimismo, en el instrumento de recolección de información de tipo entrevista, se logró un aproximado de entre treinta minutos hasta una hora de grabación para cada una de las fuentes de información consultadas y en la que solo se usó un porcentaje del 50%, 0 incluso

menos en algunas de ellas, tras el proceso de selección de audios, teniendo en cuenta lo que previamente se había definido sobre el promedio de duración de cada emisión.

En el montaje se debía tener en cuenta tanto la coherencia como el dinamismo, por eso fue importante intercalar las fuentes cuando se seleccionaron los fragmentos que se utilizarían de cada audio. También, se realizaron los guiones en los que se incluyó música, efectos sonoros y el cabezote, para enriquecer las emisiones.

Finalmente, no fue fácil establecer un tiempo determinado para la edición y montaje de cada producción radiofónica, pues algunas de ellas representaron mayor complejidad que otras; en algunas emisiones variaba según la cantidad de audios que se debían cortar, pegar, eliminar ruidos, seleccionar los minutos correspondientes en la edición.

Se puede afirmar que el tiempo para la edición y el montaje de cada producción sonora fue de cuarenta y ocho horas, sin embargo, las horas no fueron seguidas, sino que se fueron agotando progresivamente, cuando se disponía de tiempo, espacio e inspiración por parte de las realizadoras, pues un programa sonoro es una apuesta creativa permanente.

3.7.2. Ficha técnica Emisión 1

Nombre de la producción radiofónica: Al Rojo Vivo

Formato: Reportaje

Género: Periodístico

Tema central: Prefacio sobre la pobreza menstrual

Medios de emisión: Manare Radio

Fecha y hora de emisión: 04 de mayo del 2023 a las 9:00 a.m.

Equipo de producción: Gabriela Ortega y Sofía Torres

Sinopsis: Prefacio sobre la pobreza menstrual. Esta primera producción se realizará en forma de reportaje, una delimitación del tema, para ello se contará con la participación de expertos en el área de salud, como médicos, psicólogos, economistas y entre otros.

3.7.2.1 Ficha técnica Emisión 2

Nombre de la producción radiofónica: Al Rojo Vivo

Formato: Crónica

Género: Periodístico

Tema central: Mujeres que vivieron la pobreza menstrual

Medios de emisión: Manare Radio

Fecha y hora de emisión: 04 de mayo del 2023 a las 9:00 a.m.

Equipo de producción: Gabriela Ortega y Sofía Torres

Sinopsis: En esta crónica mujeres que habitan en diferentes barrios de Pamplona, Chinácota y Yopal contaron su historia con respecto a la menstruación, su niñez, los productos que usan durante su periodo.

3.7.2.2 Ficha técnica Emisión 3

Nombre de la producción radiofónica: Al Rojo Vivo

Formato: Reportaje

Género: Periodístico

Tema central: Mitos y estereotipos

Medio de emisión: Manare Radio

Fecha y hora de emisión: 08 de mayo del 2023 a las 9:00 a.m.

Equipo de producción: Gabriela Ortega y Sofía Torres

Sinopsis: ¿Pueden los mitos influir en las brechas de desigualdad? o ¿pueden las creencias religiosas causar estigmas que en la actualidad aún se hacen presentes? En este reportaje conocerás la influencia de los estereotipos en la violencia que han enfrentado y que todavía sufren muchas mujeres frente a su menstruación.

3.7.2.3 Ficha técnica Emisión 4

Nombre de la producción radiofónica: Al Rojo Vivo

Formato: Crónica

Género: Periodístico

Tema central: Migración y su impacto en la higiene persona

Medio de emisión: Manare Radio

Fecha y hora de emisión: 08 de mayo del 2023 a las 9:00 a.m.

Equipo de producción: Gabriela Ortega y Sofía Torres

Sinopsis: Barreras migratorias para menstruar en libertad. Una crónica que contará la historia, dificultades y maneras de gestionar el periodo, de una o varias personas menstruantes venezolanas que residen en Colombia bajo el estatus migratorio.

3.7.2.4 Ficha técnica Emisión 5

Nombre de la producción radiofónica: Al Rojo Vivo

Formato: Crónica

Género: Periodístico

Tema central: Educación en salud menstrual paralelo de antes y ahora

Medio de emisión: Radio

Fecha y hora de emisión: 09 de mayo del 2023 a las 9:00 a.m.

Equipo de producción: Gabriela Ortega y Sofía Torres

Sinopsis: Se dice que la base de una sociedad justa está relacionada con la educación, ¿sucede lo mismo con la higiene menstrual? En esta crónica encontrarás el paralelo entre la educación menstrual antes y la actual, ¿ha mejorado o sigue igual?

3.7.2.5 Ficha técnica Emisión 6

Nombre de la producción radiofónica: Al Rojo Vivo

Formato: Reportaje

Género: Periodístico

Tema central: Educación en salud menstrual de la mano de expertos

Medio de emisión: Manare Radio

Fecha y hora de emisión: 09 de mayo del 2023 a las 9:00 a.m.

Equipo de producción: Gabriela Ortega y Sofía Torres

Sinopsis: No educar es violentar nuestros derechos, es vivir en desconocimiento y vulnerabilidad, es permitir que la desigualdad siga vigente, en especial, es vivir engañados. Conoce en Al Rojo Vivo y con ayuda de expertos la importancia de educar sobre la higiene menstrual.

3.7.2.6 Ficha técnica Emisión 7

Nombre de la producción radiofónica: Al Rojo Vivo.

Formato: Reportaje

Género: Periodístico

Tema central: Menstruación sustentable

Medio de emisión: Manare Radio

Fecha y hora de emisión: 10 de mayo del 2023 a las 9:00 a.m.

Equipo de producción: Gabriela Ortega y Sofía Torres

Sinopsis: En esta entrega aprenderemos más sobre prácticas que impulsan la sustentabilidad de las mujeres en la etapa de la menstruación, ¿de qué otra forma podemos cuidar nuestra higiene personal?

3.7.2.7 Ficha técnica Emisión 8

Nombre de la producción radiofónica: Al Rojo Vivo

Formato: Reportaje

Género: Periodístico

Tema central: La menstruación también es un acto político

Medio de emisión: Manare Radio

Fecha y hora de emisión: 10 de mayo del 2023 a las 9:00 a.m.

Equipo de producción: Gabriela Ortega y Sofía Torres

Sinopsis: ¿Puede el gobierno ser responsable de la pobreza menstrual existente en Colombia?

En este último reportaje conocerán sobre las recomendaciones, posibles soluciones para disminuir la pobreza menstrual desde la opinión de expertos, de igual forma, se analizarán las leyes planteadas por el gobierno nacional y de algunos países europeos.

3.7.3. Evidencia de la emisión de las producciones radiofónicas

El medio de comunicación que inicialmente emitió las producciones fue la emisora Manare Radio, emisora de la Gobernación de Casanare, que opera en dicho departamento a través de la frecuencia 95.3 FM. Como evidencia se anexa la carta de emisión en papel membretado y con firma del jefe de la Oficina Asesora de Comunicaciones.



Yopal, 10 de mayo de 2023

**EL JEFE DE LA OFICINA ASESORA DE COMUNICACIONES DE LA
GOBERNACION DE CASANARE**

CERTIFICA QUE:

Se realizó la emisión del programa de radio "Al Rojo Vivo" a través de la emisora Manare Radio 95.3 FM, bajo la coordinación del docente William Javier Gómez Torres, en el marco del trabajo de grado que desarrollan las estudiantes del programa Comunicación Social de la Universidad de Pamplona: Yenny Sofía Torres Díaz y María Gabriela Ortega Saavedra.

El programa se emitió al aire en las siguientes fechas: 04, 08, 09 y 10 de mayo de los corrientes, con 15 minutos de producción.

GIOVANNY REYES PARRA

Jefe Oficina Asesora de Comunicaciones

Proyectó: Mayra Carolina Niño
Profesional de apoyo CPSP 109-2023

En esa misma línea, Al Rojo Vivo se emitió por medio de la emisora institucional Radio Universidad de Pamplona, 94.9 F.M. desde el 15 de mayo hasta el 18 de mayo del 2023, siendo emitidas dos producciones por día como lo indica la constancia de emisión:



Pamplona, 23 de mayo 2023

Radio Universidad de Pamplona, hace constar

Que los estudiantes **YENNY SOFIA TORRES DIAZ** identificada con cédula de ciudadanía número 1002528341 y **MARIA GABRIELA ORTEGA SAAVEDRA** identificada con cédula de ciudadanía número 1193270720 estudiantes de Comunicación Social, realizaron la emisión de (8) producciones radiales denominado "Al Rojo Vivo" como producto de trabajo de grado.

Se ha emitido según lo establecido desde el día 15 de mayo hasta el 18 de mayo en el horario de 6:00 pm (2) emisiones por día, por la Emisora 94.9 F.M. Radio Universidad de Pamplona.

Se expide la certificación a solicitud del interesado a los 23 días del mes de mayo del 2023.

María del Socorro Luna S

*Jefe Oficina de Producción y Realización Radiofónica.
Radio Universidad de Pamplona
"la radio joven y cultural"*



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co

Finalmente, las producciones también se publicaron en la plataforma de audio digital iVoox, que se pueden encontrar en el siguiente enlace: <https://go.ivoox.com/sq/1992313>

CAPÍTULO IV CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

La pobreza menstrual es una problemática de la que poco se conoce. Durante la recolección de información se observó que muchas mujeres han sufrido alguna vez de pobreza menstrual, sin embargo, hablar de estos temas sigue generando incomodidad y vergüenza, pues los mitos y creencias sobre la menstruación producen estigmas frente a este proceso natural en la vida de la mujer.

La pobreza menstrual afecta a mujeres de diferentes edades y sin importar su nacionalidad, esta problemática impacta derechos fundamentales como la salud en el que las mujeres que la padecen pueden presentar complicaciones emocionales y físicas, pues, contar con atención médica evita el riesgo de sufrir de infecciones y promueve la menstruación de forma digna y segura.

Educar sobre la menstruación es el primer paso para reducir la pobreza menstrual, enseñar sobre la importancia de menstruar en condiciones dignas disminuye prejuicios sociales, de esta forma, las instituciones educativas pueden contribuir a la salud menstrual de sus estudiantes a través de instalaciones dignas y a eliminar las brechas de desigualdad.

La búsqueda de la equidad es poner sobre las mesa de diálogo las dificultades que se padecen, y lo más importante: justificar por qué se deben reconocer dichas dificultades que ponen en desventaja a un género de otro, pero es un camino pedregoso, con tabúes,

machismo, con asco y sobre todo desinterés, es cuando se encuentran más obstáculos que se debe motivar a investigar y visibilizar más.

Si bien varios autores se refieren a las implicaciones medioambientales que conlleva el uso de productos digestión menstrual de un solo uso, son muy pocas las personas u organizaciones, las que de verdad aportan al cambio de cultura sobre cómo gestionar la menstruación disminuyendo el impacto al medio ambiente.

Proponer estos temas en los medios de comunicación para su divulgación no es tarea fácil, pues es un asunto estigmatizado, como si fuera algo que se debe mantener oculto o que es sucio, y por lo tanto no se debe abordar de forma tan abierta; sin embargo, al explicarse la magnitud de las implicaciones y consecuencias del mismo, más personas son tolerantes y muestran disposición por conocer sobre la problemática.

Los medios de comunicación de sus inicios han infundido estereotipos sobre diversos temas, muchos de ellos están relacionados con la mujer, creando estereotipos sobre la sexualidad, comportamientos, carácter, menstruación, entre otros. Por esta razón, en Al Rojo Vivo, un programa radial creado para enseñar la problemática de la pobreza menstrual, la participación de mujeres y hombres fue esencial para eliminar prejuicios no solo de la menstruación sino sobre la participación de las mujeres en un medio de comunicación.

Cuando se trabaja sobre un tema tan marginado, quienes son víctimas, o padecen las necesidades de primera mano, son personas temerosas para manifestar su situación, es por eso que la radio juega un papel muy importante en el factor de la confianza, que permite que los testimonios relaten sus historias, experiencias y dificultades con más tranquilidad, pues

evitan el ser juzgadas, por miradas, por comentarios poco empáticos que generen secuelas en la salud mental. Esa tranquilidad se siente en el momento de aplicar la entrevista, sin embargo, no todos los testimonios se comportan de la misma manera, por lo tanto es importante hacer una lectura del lenguaje corporal para conocer con qué estrategia abordar a la persona.

Así mismo, la radio es un medio de comunicación pionero en Colombia, que fomentó la cultura de la educación, y que hasta el día de hoy se sigue expandiendo, por la inmediatez, sencillez y economía con que cualquier persona puede informarse o entretenerse, por ese motivo es pertinente abordar temas con testimonios de personas que hablen un mismo idioma y contexto, que posibiliten crear una conexión directa con el oyente.

En la actualidad muchas personas vinculadas a diferentes colectivos de género que además de buscar la igualdad de derechos, buscan un espacio en los medios de comunicación en el que puedan expresarse libremente sobre diversos temas y lo hacen a través de los medios de comunicación alternativos, estos permiten que miles de personas de diferentes países o edades conozcan e interactúen con su contenido. Estas plataformas digitales que brindan un espacio de información fueron implementadas por el equipo de Al Rojo Vivo alcanzando a públicos de diferentes edades y géneros.

En cuanto a las políticas públicas, Colombia es uno de los países con más iniciativa de disminuir la problemática de la pobreza menstrual, sin embargo muchos proyectos de ley solo se quedan en eso, proyectos de ley, que impiden la evolución del cambio y reducción de las brechas de género.

Abordar un tema con poca investigación al respecto significa ser más constante e insistente con el objetivo, muchas puertas se cierran y pocas se abren, sin embargo, esas pocas se deben saber aprovechar, teniendo en cuenta que la radio es un medio con el que se puede informar a muchas personas, pero a la vez sensibilizar, promover la inquietud de la problemática en los pensamientos y motivar a la acción del cambio.

Referencias

- Acosta Martín, L. (2013). *Violencia simbólica: una estimación crítico-feminista del pensamiento de Pierre Bourdieu*. Dialnet. Retrieved April 8, 2022, from <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=78418>
- Barbosa, K. (2020). *Colombia produce cerca de 20 mil toneladas en desechos de toallas higiénicas en un año*. Repositorio Universidad Santo Tomás. Retrieved 2023, from <https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/28167/2020karenbarbosa5.pdf?sequence=18&isAllowed=y>
- Bernal Alarcón, H. (1953). *Radio Sutatenza: un modelo colombiano de industria cultural y educativa* (82nd ed., Vol. 46). Luis Ángel Arango. https://publicaciones.banrepcultural.org/index.php/boletin_cultural/article/view/67/65
- Bocanegra Marín, K., & Meza Medina, E. (2018). *CUERPOS EN REGLA: SANAS, SEGURAS Y FELICES Corporalidades y tecnologías de gestión menstrual en Colombia 1965-1975 Karina Boc*. Repositorio Institucional CINDE. Retrieved May 19, 2022, from <https://repository.cinde.org.co/bitstream/handle/20.500.11907/2413/CUERPOS%20EN%20REGLA%20SANAS%20SEGURAS%20FELICES.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Bourdieu, P. (1998). *La dominación masculina*. EDITORIAL ANAGRAMA. 4-nuevas-masculinidades.pdf
- Bravo Rueda, C., & Meza Villada, D. C. (2017). *LA SANGRE INVISIBLE: REPRESENTACIONES SOCIALES DE LA MENSTRUACIÓN EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE BUCARAMANGA CAROLINA BRAVO*. Alejandría - UPB Bucaramanga. Retrieved May 19, 2022, from https://biblioteca.bucaramanga.upb.edu.co/docs/digital_34464.pdf

Brecht, B. (2003). LA RADIO: ¿UN DESCUBRIMIENTO ANTEDILUVIANO? *Revista de Economía Política de las Tecnologías de la Información y Comunicación*, 2(May/Ago), 5-

16. TEORIAS DE LA RADIO (1927-1932)

Canal Institucional. (2021, October 15). *Puntos claves del primer subsidio menstrual en Colombia*. Canal Institucional. Retrieved March 29, 2022, from

<https://www.canalinstitucional.tv/primer-subsidio-menstrual-colombia>

Castañeda Gómez, A. M., Chagui Spath, R. H., González Rodríguez, A. R., García Burgos, N. M., Benedetti Martelo, J. E., Muñoz Cerón, F. A., Pizarro Rodríguez, M. J., Barraza Arraut, J. L., Pinedo Campo, J. L., Rojano Palacio, K. E., Hurtado Sánchez, N., Cure Corcione, K. V., Aguilera Vides, M. E., Arias Falla, J. K., Goebertus Estrada, J. M., & Vega Pérez, A. A. (2021, September 22). *DERECHOS MENSTRUALES*. Camara de Representantes. Retrieved April 7, 2023, from <https://www.camara.gov.co/derechos-menstruales>

Chingaté, W. (2013). *La Radio en la Teoría Crítica de la comunicación de masas*. Prezi. Retrieved June 9, 2023, from <https://prezi.com/8taoiih7gme/la-radio-en-la-teoria-critica-de-la-comunicacion-de-masas/>

Comfama. (n.d.). *Qué es la pobreza menstrual [Infográfico interactivo]*. Comfama.

Retrieved June 8, 2023, from <https://www.comfama.com/menstruacion-consciente/pobreza-menstrual/>

CONEVAL. (2010). La utilidad de la información estadística oficial en la medición de la pobreza en México. *Coneval*, (Octubre 2010), 34. Diapositiva 1

Correa González, D. A. (2019). *NOSOTRAS: MUJER Y PUBLICIDAD*.

Representaciones femeninas en los comerciales de televisión en Colombia (1975-2005).

Repositorio Universidad Nacional. Retrieved May 19, 2022, from

<https://repositorio.unal.edu.co/bitstream/handle/unal/77497/8026199.2019.pdf?sequence=4&isAllowed=y>

Cuervo, E. (2019, May 30). *Comunicación de salud: de lo científico al mainstream*.

Evercom. Retrieved May 3, 2022, from <https://evercom.es/comunicacion-salud/>

Departamento Administrativo Nacional de Estadística. (2021, May 8). *Resultados decimoprimer ronda (Periodo de referencia: mayo de 2021)*. DANE. Retrieved May 10, 2023, from <https://www.dane.gov.co/files/investigaciones/boletines/pulso-social/presentacion-pulso-social-mayo-2021.pdf>

DEPARTAMENTO ADMINISTRATIVO NACIONAL DE ESTADÍSTICA - DANE. (s.f).

Menstruación. DANE. Retrieved April 7, 2023, from

https://www.dane.gov.co/files/investigaciones/notas-estadisticas/Nota-estadistica-Menstruacion-Colombia_VF.pdf

Folgueiras Bertomeu, P. (2016, 05 30). *La entrevista*. Dipòsit Digital.

<http://diposit.ub.edu/dspace/handle/2445/99003>

Fondo de Población de las Naciones Unidas. (2021, JUNIO). *La menstruación y derechos humanos*. Fondo de Población de las Naciones Unidas. Retrieved March 28, 2022, from <https://www.unfpa.org/es/menstruaci%C3%B3n-preguntas-frecuentes#%C2%BFCu%C3%A1les%20son%20los%20mitos%20y%20tab%C3%BAes%20comunes%20sobre%20la%20menstruaci%C3%B3n?%20%C2%BFC%C3%B3mo%20afectan%20la%20condici%C3%B3n%20de%20las%20mujeres?>

Gómez, F. S. (2016, Diciembre). La Comunicación. *SCIELO*, 20(3), 5-6.

http://ve.scielo.org/scielo.php?pid=S1316-71382016000300002&script=sci_arttext

Grijelmo, A. (1997). *Rasgos diferenciales de la crónica radiofónica*. Cambridge

Dictionary | English Dictionary, Translations & Thesaurus. Retrieved May 24, 2022, from

https://www.researchgate.net/publication/337118750_crossref?enrichId=rgreq-

b64d2edb612b90fc011692ddc01f9828-

XXX&enrichSource=Y292ZXJQYWdlOzMzNzExODc1MDtBUzoxMDQ4MzMxNDcyMTAxMzc2QDE2MjY5NTMxMDg0MTc%3D&el=1_x_2&_esc=publicationCoverPdf

Henao, D. (2021, June 3). "Pobreza menstrual" e higienización, problemas y tabúes de los que poco se habla. *RCN Radio*. <https://www.rcnradio.com/recomendado-del-editor/pobreza-menstrual-e-higienizacion-problemas-y-tabues-de-los-que-poco-se>

Hinojo, N. (2023, May 27). *Acabar con la pobreza menstrual, un paso más para terminar con la desigualdad*. UN News. Retrieved June 8, 2023, from <https://news.un.org/es/story/2023/05/1521412>

López, A. (2016, November 12). *¿De dónde surge el mito que indica que durante la menstruación si se hace mayonesa ésta se cortará? | Ya está el listo que todo lo sabe*. Blogs en 20minutos.es: análisis y opinión.

<https://blogs.20minutos.es/yaestaellistoquetodolosabe/tag/de-donde-surge-el-mito-que-indica-que-durante-la-menstruacion-si-se-hace-mayonesa-esta-se-cortara/>

López Pintor, R. (2020). Opinión pública y encuestas de opinión en España. *Revista mexicana de opinión pública*, (28), 149-179. 10.22201/fcpys.24484911e.2020.28.72598

Mahato, R. (2022, April 19). *Lo que pueden hacer un programa de radio y una mujer decidida*. FAO. Retrieved May 24, 2022, from <https://www.fao.org/fao-stories/article/es/c/1505559/>

Malgesini, G. (2020, Diciembre). Género y Pobreza: Determinantes sociales de la salud y el acceso a servicios sociosanitarios de las mujeres. *RED EUROPEA DE LUCHA CONTRA LA POBREZA Y LA EXCLUSIÓN SOCIAL EN EL ESTADO ESPAÑOL*. https://www.eapn.es/ARCHIVO/documentos/documentos/1612197892_estudio-generoypobreza-web-final.pdf

Medinilla, M., & Blanco, V. (2022, February 23). *Las cifras de la pobreza menstrual: el 22% de las mujeres no ha podido acceder a artículos sanitarios alguna vez.*

elEconomista.es. Retrieved May 10, 2023, from

<https://www.eleconomista.es/economia/noticias/11633061/02/22/La-pobreza-menstrual-en-cifras-el-22-de-las-mujeres-no-ha-podido-adquirir-articulos-sanitarios-alguna-vez.html>

Molina, S., & Alvado, A. (2022, June 2). *Publicidad sin sangre azul en las toallitas y el desafío de profundizar la igualdad en los mensajes.* Télam. Retrieved April 7, 2023, from <https://www.telam.com.ar/notas/202206/594387-cambios-publicidad-igualdad-ni-una-menos.html>

Mora, M. F., Leal, V. C., Lopez, G. B., & Niño, C. (2012, June 25). *EDAD PROMEDIO DE MENARQUIA Y SU RELACIÓN CON EL INDICE DE MASA CORPORAL EN MUJERES DE CÚCUTA* MARIA FERNANDA MORA VICTORIA CARO. Universidad de Pamplona. Retrieved May 19, 2022, from https://www.unipamplona.edu.co/unipamplona/portallG/home_43/recursos/01general/25062012/trab_edadpromediomenarquia.pdf

Puro Marketing. (2020, 2 25). *Por qué los anuncios de compresas usan un líquido azul y por qué está empezando a desaparecer.* Puro Marketing. Retrieved April 7, 2023, from <https://www.puromarketing.com/9/33294/anuncios-compresas-usan-liquido-azul-esta-empezando-desaparecer>

Revista Semana. (2017, February 18). *Colombia, un país de radio.* Semana.com.

Retrieved June 9, 2023, from <https://www.semana.com/tecnologia/articulo/colombia-un-pais-de-radio/516027/>

Rutina sustentable. (2020). *El gran problema de las toallas higiénicas y los tampones*.

Rutina Sustentable. Retrieved April 7, 2023, from <https://www.rutinasustentable.cl/el-gran-problema-de-las-toallas-higienicas-y-los-tampones>

Sanmiguel Vargas, M. (2021, 11 24). Problemática ambiental y económica del uso y disposición de productos de higiene femenina. *Repositorio Institucional UMNG, Gestión Integral Ambiental*, 18. <https://repository.unimilitar.edu.co/handle/10654/40124>

Sapoznik, J. (2019). *Toallitas femeninas y tampones: los enemigos del medio ambiente*. El brote urbano. Retrieved April 7, 2023, from <https://www.elbroteurbano.com/toallitas-femeninas-y-tampones-los-enemigos-del-medio-ambiente/>

Senado de la República de Colombia. (2021). *Proyecto de Ley N° 20422 de 2021 “Por medio de la cual se desarrolla el derecho a la gestión menstrual”*. TEXTO

PROPUESTO. Leyes Senado. Retrieved April 7, 2023, from <http://leyes.senado.gov.co/proyectos/images/documentos/Textos%20Radicados/proyectos%20de%20ley/2020%20-%202021/PL%20422-21%20Derecho%20a%20la%20Gestion%20Menstrual.pdf>

Septién García, C. (1952). *Definiciones de Reportaje - Géneros Periodísticos III*.

Géneros Periodísticos III. Retrieved May 24, 2022, from <https://generosperiodisticos3florgh.weebly.com/definiciones-de-reportaje.html>

SUÁREZ VACCA, P. J., CARRASCAL ROJAS, M. F., MÚNERA MEDINA, L. M., &

PIZARRO GARCÍA, M. D. M. (2023, March 28). *P.L.378-2023C (LICENCIAS MENSTRUALES)*. Camara de Representantes. Retrieved April 7, 2023, from

<https://www.camara.gov.co/sites/default/files/2023-03/P.L.378-2023C%20%28LICENCIAS%20MENSTRUALES%29.pdf>

Subirats, J. (2004). Pobreza y exclusión social: un análisis de la realidad española y europea. *observatoriodelainfancia*, 16, 184.

https://www.observatoriodelainfancia.es/oia/esp/documentos_ficha.aspx?id=346

Thorpe, J. (2017, October 20). *Why Do Period Product Commercials Use Blue Liquid? The Practice Has A Long & Bizarre History*. Bustle. Retrieved April 7, 2023, from <https://www.bustle.com/p/why-do-period-product-commercials-use-blue-liquid-the-practice-has-a-long-bizarre-history-2957963>

Triana, N. (2021, July 15). *La menstruación y las mujeres migrantes: la difícil situación sanitaria en la frontera*. Fundación Paz y Reconciliación. Retrieved April 7, 2023, from <https://www.pares.com.co/post/la-menstruaci%C3%B3n-y-las-mujeres-migrantes-la-dif%C3%ADcil-situaci%C3%B3n-sanitaria-en-la-frontera>

UNFPA Fondo de Población de las Naciones Unidas. (2019, May 28). *La menstruación no es solo un asunto de mujeres – es un tema de derechos humanos*. unfpa.org. Retrieved 2023, from <https://www.unfpa.org/es/news/la-menstruaci%C3%B3n-es-un-tema-de-derechos-humanos>

Valderrama, J., & Velásquez, C. M. (2004). Radio y responsabilidad social en Colombia. *Palabra clave*, 11(2004), 4.

<https://palabraclave.unisabana.edu.co/index.php/palabraclave/article/view/1295>

Valencia López, V. E. (s.f). REVISIÓN DOCUMENTAL EN EL PROCESO DE INVESTIGACIÓN. *Univirtual aprendiendo juntos*.

<https://univirtual.utp.edu.co/pandora/recursos/1000/1771/1771.pdf>

Vega Iturbe, S. M. (2021, 06). *Radio comunitaria para el cambio social*. Repositorio BUAP. <https://repositorioinstitucional.buap.mx/handle/20.500.12371/15160>

Wikipedia. (2023). *Period. End of Sentence*. Wikipedia. Retrieved April 7, 2023, from https://en.wikipedia.org/wiki/Period._End_of_Sentence.

