



Generalitat de Catalunya
Departament d'Igualtat i Feminismes

Estratègia Nacional de Drets Sexuals i Reproductius

Estratègia Nacional de Drets Sexuals i Reproductius

Els drets humans constitueixen el fonament, l'objectiu i les eines per fer possible un desenvolupament humà sostenible.

Els drets sexuals i reproductius són drets humans universals basats en la llibertat, la dignitat i la igualtat inherent a tots els éssers humans. Atès que la salut és un dret humà fonamental, la salut sexual ha de ser un dret bàsic. L'exercici d'aquests drets implica poder expressar i gaudir dels nostres cossos i les nostres sexualitats sense cap mena de violència ni discriminació. Alhora, ens garanteix poder gaudir de la plena sobirania corporal, incloent-hi l'orientació sexual i la identitat i l'expressió de gènere.

Els drets menstruals garanteixen que les noies, dones i persones menstruants puguin prendre decisions autònomes sobre els seus cossos i experiències menstruals amb llibertat, cura, confiança, seguretat, prevenció i tractament dels dolors o condicions físiques i emocionals derivades d'aquesta vivència, a partir de garanties jurídiques.

Estratègia Nacional de Drets Sexuals i Reproductius

L1. Garantir el dret a l'educació en sexualitats

L2. Garantir l'equitat menstrual a totes les dones i persones que menstruen

L3. Garantir l'equitat en la reproducció a tota la població

L4. Garantir l'equitat en la interrupció voluntària de l'embaràs (IVE)

L5. Garantir el dret de les dones a decidir el tipus de part que desitgen tenir

L6. Garantir l'atenció integral als drets sexuals i reproductius

L7. Garantir l'equitat en l'accés a les estratègies i als instruments de prevenció d'ITS i VIH i la lluita contra l'estigma i la discriminació

L8. Fer front a la vulneració dels drets sexuals i reproductius

Context

El 12,6% de les dones enquestades no sabia què era la menstruació abans de la primera regla i el 47% en tenia només informació parcial

IDIAP Jordi Gol i Gurina (2021)

El 41,5% de les participants en l'estudi s'ha sentit discriminada

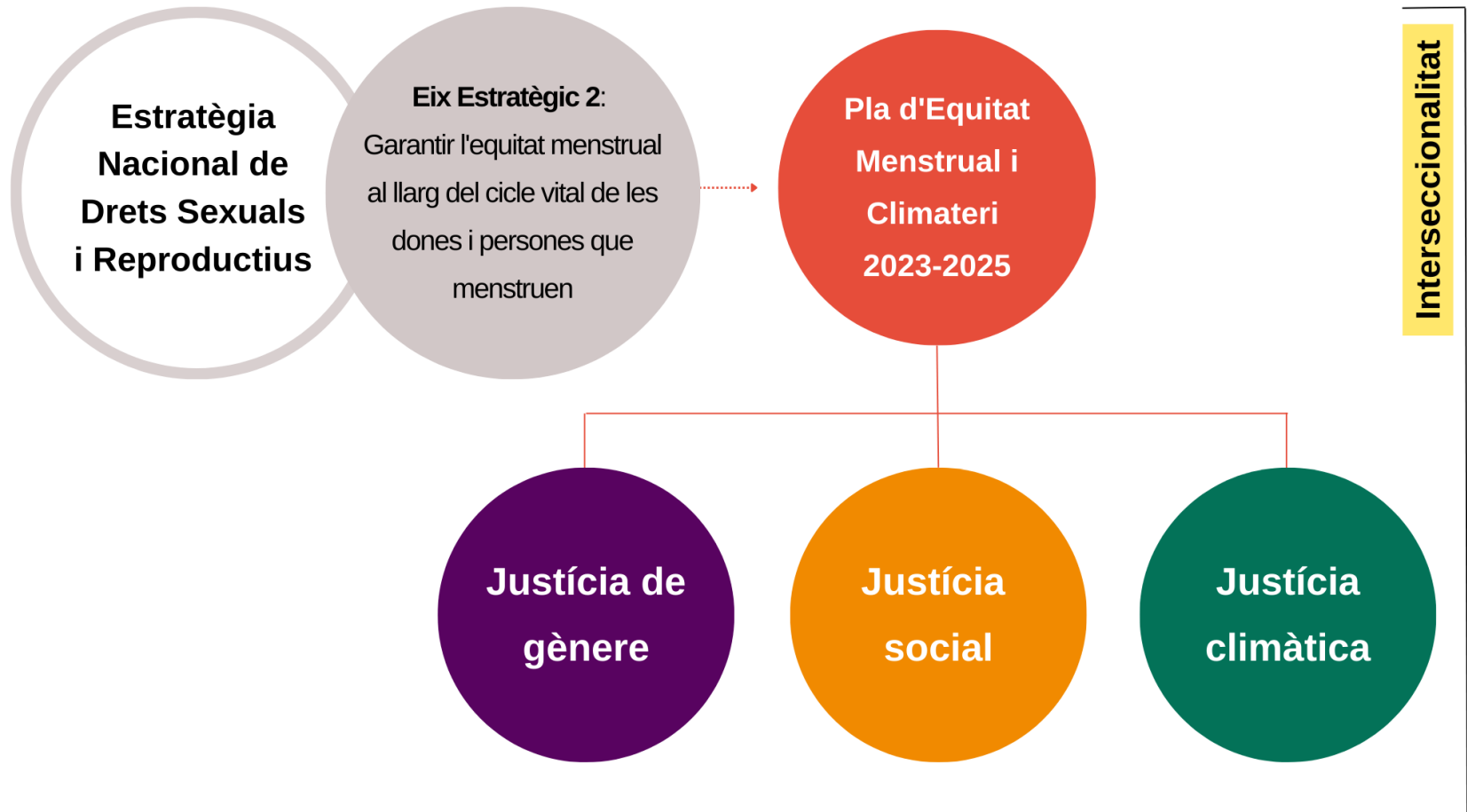
o jutjada en algun moment pel fet de tenir la menstruació *IDIAP Jordi Gol i Gurina (2021)*

El 19,2% de les participants han tingut algun tipus de dificultat econòmica per adquirir productes mensuals *IDIAP Jordi Gol i Gurina (2021)*

Cada any a Catalunya es produeixen al voltant de 9.000 tones de productes mensuals no reutilitzables *Rezero (2019)*

Al llarg d'una vida fèrtil es poden arribar a generar aproximadament 180 kg de residus en productes d'un sol ús *Rezero (2019)*

Pla integral d'equitat menstrual i climateri 2023-2025



Línia estratègica 2. Garantia de l'equitat menstrual

Àmbit 1	Educació menstrual en la infància, l'adolescència i la joventut	Promoure una cultura menstrual positiva i fomentar un canvi de percepció social envers la menstruació
Àmbit 2	Educació menstrual en l'àmbit sociocomunitari	Promoure una cultura menstrual i del climateri positiva i fomentar un canvi de percepció social envers la menstruació i la menopausa
Àmbit 3	Accessibilitat als productes i espais adequats	Assegurar l'accés als productes menstruals i promoure espais adequats a les necessitats de la gestió menstrual i l'etapa del climateri.
Àmbit 4	Mesures en l'àmbit laboral	Garantir el dret al treball en condicions d'igualtat, així com promoure el coneixement i la consciència sobre la menstruació i l'etapa del climateri.
Àmbit 5	Formació de professionals	Capacitació dels i de les professionals dels diversos àmbits d'intervenció en educació menstrual i climateri, per tal d'oferir assessorament i orientació.
Àmbit 6	Foment de la recerca i el coneixement	Promoure la recerca i el coneixement en salut menstrual i climatèrica, per tal de millorar la qualitat de vida en aquestes etapes del cicle vital.
Àmbit 7	Divulgació i sensibilització	Dur a terme campanyes i accions de sensibilització i normalització de la menstruació i el climateri que contribueixin a erradicar l'estigma i els tabús associats.

Mesures del Pla d'equitat menstrual i climateri

Educació menstrual en la infància, l'adolescència i la joventut

La meva regla, les meves regles

Guia sobre el coneixement de la menstruació

Educació menstrual per a famílies de l'alumnat

Educació menstrual en equipaments juvenils

Educació menstrual en educació en el lleure

Educació menstrual en l'àmbit social i comunitari

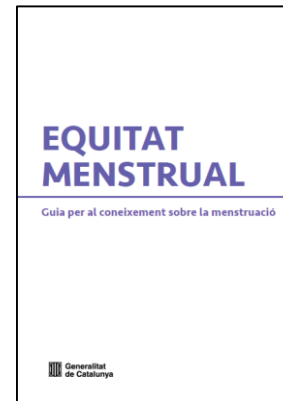
Assessorament en climateri i menopausa als ASSIR

Tallers als equipaments cívics i comunitaris

Tallers als serveis d'atenció i recuperació de VM

Tallers en centres de formació d'adults

Tallers a la Xarxa SAI LGTBI+



Mesures del Pla d'equitat menstrual i climateri

Accessibilitat als espais i productes

Universalització dels productes menstruals reutilitzables

Dispensadors de productes en punts estratègics

Introduir descomptes per la compra de productes reutilitzables

Incorporar criteris d'accessibilitat en lavabos d'espais públics

per a l'ús de productes reutilitzables

Formació professional

Formació professionals de la salut

Formació a professionals de l'educació

Formació a professionals de la intervenció social

Incloure formació en salut menstrual i climatèrica a la formació universitària

i a la formació professional de les ciències de la salut

La Delegació del Govern a Girona col·loca distribuïdors de compreses i tampons als lavabos públics

Girona / 14 Març 2023



Mesures del Pla d'equitat menstrual i climateri

Mesures en l'àmbit laboral

Adequació dels espais de treball

Flexibilització laboral en cas de menstruació o climateri amb afectació sobre la salut i el benestar

Recerca i coneixement

Jornades, sessions i debats sobre salut menstrual

Xarxes de persones expertes en equitat i educació menstrual

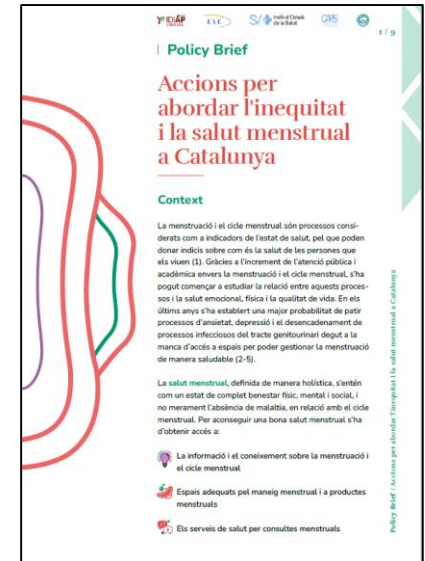
Guia per la implementació de bones pràctiques en equitat menstrual

Recerca sobre el consum i la generació de residus de productes menstruals

Divulgació i sensibilització

Foment d'activitats artístiques

Campanyes de normalització de la menstruació i el climateri



Policy Brief elaborat per l'IDIAP Jordi Gol i Gurina

Per a més informació

Secretaria de Feminismes

secretariafeminismes.igualtat@gencat.cat