

POBREZIA ETA HIGIENE MENSTRUALARI BURUZKO AZTERLANA EAE-N



Erakunde autonomikoa

Organismo Autónomo del

EUSKO JAURLARITZA



GOBIERNO VASCO

BERROGATZEN JAURTZA
LEY GOBERNATIVA SOCIALA

DEPARTAMENTO DE IGUALDAD
AUTONOMA Y POLITICAS SOCIALES



Izenburua: Pobrezia eta higiene menstrualari buruzko azterlana EAEn

Argitaratzailea: Emakunde – Emakumearen Euskal Erakundea

Lantaldea: EDE Fundazioa

Data: 2021eko abendua

Aurkibidea

1. Sarrera	4
2. Metodologia	6
3. Hurbilketa teoriko eta kontzeptuala	10
3.1. Pobrezia menstrualaren kontzeptualizazioa: Zertaz ari gara pobrezia menstrualaz ari garenean?	10
3.2. Zer faktorek baldintzatzen dute?	12
3.3. Nori eragiten dio pobrezia menstrualak?	16
4. Pobrezia menstrualaren irismena EAEn	19
4.1. Arazoaren norainokoa: Zenbat emakumeri eragiten die pobrezia menstrualak EAEn?	19
4.2. Nola eragiten die pobrezia menstrualak EAEn kalteberatasun-egoeran dauden emakumei? Zer ondorio ditu?	20
<i>Hilekorako produktuak eskuratzeko zailtasunak</i>	21
<i>Komunak eta konketak erabiltzeko aukerarik eza</i>	22
<i>Hilekoari buruzko hezkuntzarik eza</i>	24
<i>Diagnostikorako eta aholku medikorako zailtasunak</i>	27
<i>Beste ondorio batzuk emakumeen eguneroko ongizatean</i>	28
<i>COVID-19aren pandemiaren eragina</i>	29
5. EAEko Hirugarren Sektore Sozialetik pobrezia menstrualari eman zaion erantzuna	31
6. Ondorioak	34
7. Inpaktua minimizatzeko eta erantzuna hobetzeko gomendio nagusiak, eta zenbait ekimen inspiratzaile	37
7.1. Inpaktua minimizatzeko eta erantzuna hobetzeko gomendioak	37
7.2. Zenbait ekimen inspiratzaile	39
8. Bibliografia	42
9. Eranskina	46
9.1. Hirugarren sektoreko erakundeei eta pertsona eta erakunde adituei egindako elkarrizketaren gidoia	46
9.2. Galdetegia	48
9.3. Galdetegia hedatzen lagundu duten erakundeak	51

1. Sarrera

Txosten honek Emakundek bultzatutako eta EDE Fundazioak garatutako azterlan baten emaitzak biltzen ditu. Azterlan horren bidez, pobrezia eta higiene menstrualari buruzko ezagutza zabaldu nahi izan da EAEko testuinguru espezifikoan, betiere, ikuspegi integral eta intersektionala oinarri hartuta.

Hilekoa da ziklo menstrualaren zatirik agerikoena. Emakumearen gorputzak, hilero, balizko haurdunaldi baterako prestatzeko izaten dituen aldaketen multzoa da ziklo menstrual. Hilero, obulazio izeneko prozesuan, obulutegietako batek obulu bat askatzen du, eta, aldi berean, aldaketa hormonalak gertatzen dira, umetokia haurdunaldirako prestatzen dutenak. Obulazioa gertatzen bada, baina obulua ernaltzen ez bada, umetokia estaltzen duen ehuna baginatik kanporatu, eta menstruzioa edo hilekoa deritzon odoljariora gertatzen da.

Emakumeen erdiak, gutxi gorabehera, ugaltzeko adinean daude, eta gehienek bi eta zazpi egun arteko hilekoak dituzte hilero¹. Batez beste, emakumeek 3.000 egunez izaten dute hilekoa, hau da, bizitzako 8 urtez inguru.

Ikuspegi zabal batetik, pobrezia menstrualak emakume guztiei eragiten die modu batera edo bestera, hilekoaren kudeaketari aurre egin behar baitiote beren bizitza ugalkorreko hilabete guztietan, eta horrek nabarmen eragiten du haien bizitzetan, ekonomiari, osasunari eta abarrei dagokienez. Hala ere, guztiek ez dituzte aukera berdinak hilekoa behar bezala kudeatzeko behar diren produktuak eskuratzeko. Kalteberatasun handiena duten eta bazterketa-arrisku egoeran dauden emakumeei eragiten die arazo honek gehien, haiek baitira higiene menstrual egokia izateko zailtasun handienak dituztenak.

Hala eta guztiz ere, kontuan izan behar da pobrezia menstrual ez dagoela pertsona baten ahalmen ekonomikoarekin soilik lotuta. Izan ere, barne hartzen baititu beste faktore baldintzatzaile batzuk, hala nola konketa garbi eta seguruak izateko aukera edo hilekoari buruzko hezkuntza jasotzeko aukera.

Zaila da jakitea zenbat emakumek duten arazo hori, baina gutxi gorabeherako erreferentziatzat har daiteke pobrezia- edo bazterketa-arriskuan dauden emakumeen ehunekoa, egoera horregatik beragatik higiene menstrual egokirik ez izateko arrisku handia baitute. EAE-n, emakumeen % 8,6 inguru pobrezia-arriskuan edo gizarte-bazterketako arriskuan bizi dira².

¹ «La menstruación es importante... Es reglamentaria». UNICEF. 2016.

²EUSKO JAURLARITZAKO BERDINTASUN, JUSTIZIA ETA GIZARTE POLITIKETAKO SAILA. Pobrezia eta Gizarte Desberdintasunei buruzko Inkesta, 2020.

Azken urteotan, hainbat kolektibo eta elkartek ekintzak eta proiektuak jarri dituzte abian, arazo hori ikusarazteko eta gizartean zein legerian berau desagerrarazteko aldaketa bultzatzeko asmoz. Osasunaren Mundu Erakundeak (OME) berak maiatzaren 28a izendatu zuen Higie-ne Menstrualaren Eguna 2014an, higie-ne eta kudeaketa menstrual eskasaz kontzientziatzeko eta haren inguruan oraindik dauden uste negatiboak aldatzeko.

Pobrezia menstrualak ikusarazteko eta horren aurka borrokatzeko ahaleginak ugaritu egin dira EAEn ere. Ondorioz, 2021eko ekainaren 3an, Eusko Legebiltzarrak mozio bat onartu zuen, pobrezia menstrualari helduko dioten politika publikoak sustatzeari buruzkoa, emakume kalteberen egoera hobetzera bideratutako neurriak hartzeko bidean aurrera egiteko.

Hala, azterlan honen xedea honako helburu espezifiko hauetan xeha daiteke:

- **Fenomenoa azaltzea eta** pobrezia zein higie-ne menstrualean **eragiten duten faktoreak ezagutzea**, zentzu zabalean.
- EAEn pobrezia menstrualak neurri handiagoan edo txikiagoan **zenbat pertsonari eragin diezaiokeen kalkulatzeko**.
- **Pobrezia menstrualak**, oro har, emakumeen bizitzan eta eskubideetan eta, bereziki, kolektibo kalteberenetan **duen eragina deskribatzeko**.
- **COVID-19ak eragindako pandemiak** errealitate horretan eragin ahal izan dituen ondorioetarako **hurbilketa**.
- **Gaur egun** errealitate horri **ematen ari zaion erantzuna ezagutzea**, egoera bereziki kalteberan dauden pertsonen zuzenduta.
- **Inpaktua gutxitzeko** eta erantzunak hobetzeko **gomendioak ezartzeko**.

Azkenik, esan behar da azterlan honetan **pobrezia menstrualaren inguruko bi begirada edo hurbilketa konbinatu direla**: alde batetik, ez da ahaztu nahi izan hilekoa ugaltzeko adinean dauden emakume guztien fenomeno komuna dela, eta ikuspegi orokor hori hartu da zifra handi batzuk azaltzerakoan, horrek dakartzan inplikazioak deskribatzerakoan eta hartu beharreko neurriak planteatzerakoan. Bestalde, pobrezia mota hori arreta handiz aztertu da kalteberatasun eta bazterketa-arrisku handiena duten emakumeen artean, haien errealitate espezifikoan sakondu ahal izateko eta haiei zuzendutako laguntza-baliabideak hobetzeko orientabideak planteatu ahal izateko.

2. Metodologia

Azterlanaren helburuak lortzeko, metodo mistoen ikuspegia erabiltzea erabaki da, **metodologia kualitatiboa eta kuantitatiboa** konbinatuz. Zehazki, informazioa biltzeko teknika hauek aplikatu dira: dokumentuak berrikustea; estatistika-iturriak kontsultatzea; galdetegia; eztabaida-taldea eta elkarrizketa sakonak.



Dokumentuak kontsultatzea eta datu estatistikoak berrikustea

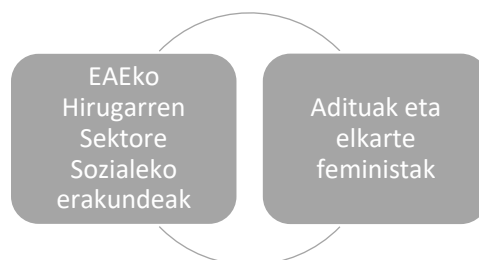
Teknika honen helburua izan da gaia ezagutzea eta informazioa lortzea, erreferentziako esparru bat ezarri ahal izateko. Azken kapituluan zerrendatu dira erabilitako erreferentzia bibliografikoak.

Gainera, beste lurralde-eremu batzuetan aurretik egindako azterlanetatik abiatuta, gutxi gorabeherako zifrak jaso ahal izan dira, eta, horiei esker, arazoaren dimentsioaren inguruko zenbatespenak egin ahal izan dira EAE-n.



Elkarrizketa sakonak

Lanean zehar elkarrizketa sakonak egin dira pobrezia menstrualaren gaia zehatz-mehatz landu eta ezagutzen duten **adituekin eta talde feministekin**, baita **EAEko Hirugarren Sektore Sozialeko erakundeekin** ere, kalteberatasun eta arrisku bereziko egoeran edo bazterkeria-egoeran dauden pertsonen arreta ematen esperientzia dutelako³.



Alde batetik, **10 elkarrizketa egin dira adituekin eta talde feministekin**, eta, horiei esker, dokumentu-bilaketaren bidez jasotako informazioan sakondu ahal izan da, azterlana bera zein jasotako ondorioak alderatu ahal izan dira, eta gomendioak bildu.

Kontsultatu beharreko pertsonak eta erakundeak identifikatzeko, bigarren mailako iturriak baliatu ditu bilaketan ikerketa-taldeak (komunikabideetako albisteak, web-orriak, sare sozialak, elkarteek emandako informazioa edota beste azterlan batzuetan bildutakoa...). Lehen identifikazio-fasearen ondoren, ikerketa-taldea haiekin harremanetan jarri zen, azterketan parte hartzera gonbidatzeko.

³ Elkarrizketa horien gidoiak eranskinean kontsulta daitezke.

Azkenik, honako pertsona eta erakunde hauek parte hartu dute elkarrizketetan:

- Rocío Rodríguez - Nüwa Social Elkartea
- Erika Irusta - Pedagogo menstrual
- Águeda Gómez – Soziologoa eta Vigoko Unibertsitateko irakaslea
- Ainara Lijó - Hezitzaile menstrual
- Laura Medina – Jordi Gol i Gurina Lehen Mailako Arretako Ikerketarako Unibertsitate Institutua Fundazioko ikertzailea (IDIAPJGol)
- María Victoria López - La Vida en Rojo Asociación Cultura Menstrual Elkartea
- Marta Beltran – Rezero - Hondakinen prebentziorako eta Kontsumo arduratsurako Fundazioa
- Marina Hervás Olmos - Chi-Chi, hilekorako produktuak eta hilekoari buruzko hezkuntza
- Verónica Satrustegui - Marigorri Hezitzaile menstrual
- Calara García - Be artsy- GKE

10

Aditu eta elkartheei egindako elkarrizketak



Bestalde, **9 elkarrizketa egin dira EAEko Hirugarren Sektore Sozialeko erakundeetako arduradunekin**. Elkarrizketa horien bidez, EAEko gizarte-erakundeak egoera ahulenean dauden emakumeen kolektiboari zer erantzun ematen ari diren aztertu ahal izan da, baita erantzuna hobetzeko arloak identifikatu ere. Elkarrizketak aurrez aurre zein modu birtualean egin dira, kasuan kasuko lehentasunen eta aukeren arabera.

Aipatzekoa da erakunde horien esku-hartzea hizkuntza-oztopoak dituzten emakume migratzaileekin izaten dela batez ere. Oro har, ez dute baliabide ekonomikorik izaten eta enplegarritasunerako zailtasunak izaten dituzte, ikasketa-maila oso txikia baitute. Emakume horietako askok, gainera, ez dute gizarte-sarerik edota familia-babesik izaten.

Zehazkiago, honako erakunde hauek kontsultatu dira:

- Hiesaren aurka borroka egiteko T4 elkarte (Gizarte-bazterkeriaren eremua).
- Arabako Elikagaien Bankua.
- Bizitegi elkarte (Gizarte-bazterkeriaren eremua).
- Cáritas - (Gizarte-bazterkeriaren eremua).
- Gurutze Gorria Bizkaia eta Gipuzkoa.
- Auzolan modulua (Arreta psikosozialaren eremua).
- Sartu (Laneratzearen eremua).
- Sortarazi (Gizarte bazterkeriaren eremua).

9

Hirugarren sektore sozialeko erakundeak





Inkesta

Galdetegi bat diseinatu da arazo honen eraginari eta ezaugarriei buruzko informazio kuantitatiboa jasotzeko (zein maiztasunekin izaten diren zailtasun jakin batzuk, aplikatzen dituzten irtenbideak, eragiten duten aldagaiak edo faktoreak...), eta EAEn kalteberatasun edo bazterkeria-arrisku handieneko egoeran dauden emakumeetan ardaztu da batez ere, emakume horiei eragiten baitie gehien arazo horrek.

Galdetegia emakume horien artean zabaltzeko, lehentasuna eman zitzaion kalteberatasun handiena duten edo gizarte-bazterkeriako arriskuan edo egoeran dauden emakumeekin esku hartzen duten EAEko Hirugarren Sektore Sozialeko erakundeekin aliantzak egiteari⁴. Zehazki, pobrezia-egoeran edo -arriskuan dauden emakumeekin lan egiten duten erakundeekin (EAPN sarean bildutakoak) harremanetan jartzea erabaki zen, baita desgaitasuna duten eta/edo kalteberatasun bereziko beste egoera bat duten emakumeekin lan egiten duten erakundeekin ere (Emakumeok Bidean sarean eta EDEKA sarean bildutakoak).

Ikertzaile-taldea erakunde horiekin harremanetan jarri zen azterlana ezagutarazteko eta elkarlanean aritu zitezen eskatzeko. Emakume guztien parte-hartzea errazteko hainbat aukera eskaini zitzaizkien: paperezko galdetegiak bidali eta jasotzea, galdetegia erakundearen egoitzetan aurrez aurre aplikatzea, galdetegia *online* aplikatzea, etab.

Guztira, EAEko emakumeen **128 erantzun** jaso dira. Jasotako lagina ez da EAEn kalteberatasun-egoeran edo bazterkeria-arriskuan dauden emakumeen adierazgarria estatistikoki, baina erakusten du azterlanak ahotsa eman diola emakume kopuru adierazgarri bati, eta horrek aukera eman du arazo horrek emakume horien bizitzan nola eragiten duen ezagutzeko.

128

Inkestan parte hartu duten emakumeak



Eztabaida-taldea

Talde-saio bat ere egin da; hausnarketa kolektiboa erraztu du eta kalteberatasun-egoeran edo bazterkeria-arriskuan dauden emakumeen testigantzak zehatzago jasotzeko aukera eman du, pobrezia eta higiene menstrualari dagokienez.

Eztabaida-taldearen edo foku-taldearen teknika pertsona batzuk elkartzean datza, beren iritziak eman ditzaten; horrela, informazioaren zati bat sakonago azter daiteke. Azken batean, pertsonen arteko topaketak dira, eta hainbat ikuspuntutatik egoera hobeto ulertzeko gakoak eman ditzakete.

⁴ Galdetegia zabaltzen lagundu duten erakundearen zerrenda eranskinetan dago ikusgai.

Saio horren funtzionamendu egokia ziurtatzeko, aldeztu aurretik eratutako emakume talde batekin lan egitea erabaki da. Talde horrekin ari da lanean azterlaneko gizarte-erakunde kolaboratzaileetako bat, higie-nearekin, osasunarekin, sexualitatearekin eta abarrekin lotutako gaietan.

Zehazki, **eztabaida-talde bat** garatu da Caritas Otxarkoagaren Familia Hezkuntzako Programan parte hartu duten emakumeekin. Saioa azaroaren 29an egin zen, aurrez aurre. Guztira **9 emakumek** parte hartu zuten eta ordu eta erdi inguru iraun zuen.



Eztabaida taldea



Made with VISME

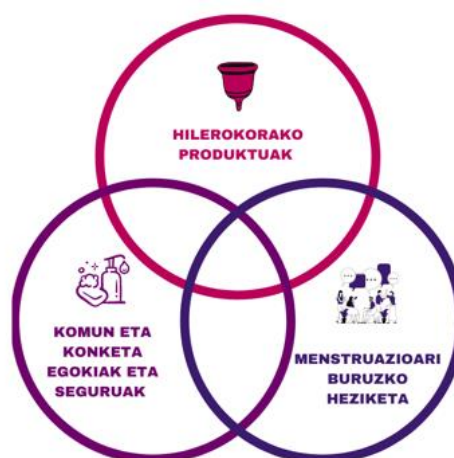
3. Hurbilketa teoriko eta kontzeptuala

3.1. Pobrezia menstrualaren kontzeptualizazioa: Zertaz ari gara pobrezia menstrualaz ari garenean?

Pobrezia menstrual terminoa 2016an sortu zen, eta oso gutxi ezagutzen da, nahiz eta munduko herrialde guztietan existitzen den⁵. Alderdi ekonomikoarekin lotu ohi bada ere, hau da, diru-sarrera txikiak dituzten eta, ondorioz, produktu sanitarioak eskuratu ezin dituzten emakumeei soilik eragiten diela uste bada ere, errealitate honek biztanleriaren erdiari eragiten dio, eta hainbat faktorek eragiten dute.

Pobrezia menstrualak zerikusia du hilekorako higie-ne-produktuak (tanpoiak, konpresak, hilekoaren kopa...) eskuratzeko aukerarik ez izatearekin, baina baita produktu horiek erabiltzeko leku egokietara sartu ahal izatearekin (oinarrizko saneamendu-zerbitzuak tartean) eta hilekoaren inguruko informazioa lortzeko aukerekin ere⁶.

Hilekoa ondo kudeatzea funtsezkoa da pertsona orok bere hilekoa duin kudeatu ahal izateko, lotsarik eta estigmatizaziorik gabe.



OME/UNICEFen arabera (2012)⁷, higie-ne menstrualaren kudeaketa honela definitzen da:

- Emakumeek eta nerabeek, hilekoaren odola xurgatzeko edo biltzeko, material garbiak erabili ahal izatea, eta hilekoak iraun bitartean behar adina bider modu pribatuan aldatzeko aukera izatea.
- Beharrezkoa denean, ura eta xaboia erabili ahal izatea gorputza garbitzeko, eta kudeaketa menstrualeko materialak baztertzeko instalazio seguru eta egokiak eskura izatea.
- Emakumeek eta neskek ziklo menstrualari buruzko oinarritzko informazioa eskuratu ahal izatea, baita zikloa duin, eragozpenik eta beldurrik gabe kudeatzeko moduari buruzko informazioa ere.

⁵ Pascual Armendariz, N. «Análisis de la pobreza menstrual en edad escolar. Lecciones aprendidas del caso de Reino Unido y su aplicación a España». Master amaierako lana. 2021.

⁶ Rossouw, L., and H. Ross. 2021 March 4. «Understanding period poverty: Socio-economic inequalities in menstrual hygiene management in eight low- and middle-income countries». *International Journal of Environmental Research and Public Health* 18 (5):2571.

⁷ Tull. «Period poverty impact on the economic empowerment of women». University of Leeds.

Hilekoaren ikusgarritasunaren inguruko eztabaida ez da berria, baina ezkutuan mantendu da. Faktore soziokulturalak direla eta, hilekoa eta haren kudeaketa arlo pribatuan eta indibidualean gorde izan dira historikoki. Hilekoa ezkutuan gordetzearen ondorioz, gaia eremu pribatu edo familiarra mugatu da. Horren aurrean, begirada feministak arazoa gizarteratzeko ahalegina egin du eta esperientzia kolektibo bihurtu nahi du; izan ere, pertsonala dena politikoa ere bada, baita hilekoa bera ere, eta, beraz, ikuspegi sozial eta ekonomikotik aztertu behar da, baita ikuspegi sanitario eta biologikotik ere⁸.

Mugimendu feministak ahalegin handia egin du hilekoa desmitifikatzeko eta haren inguruko tabu sozialak indargabetzeko, baina hamarkada honetan hasi da hilekoa gizarteratze-faktore gisa eztabaida politikoan sartzen, mugimendu sozial eta feministen presioaren ondorioz. Hilekoa eta horren ondorioak normalizatzeko bide horretan, oso garrantzitsua da, pertsonen duintasunerako, hilekoaren ondoriozko arazoak osasun publikoko gai gisa interpretatzea, oinarrizko eskubideei eragiten baitiete.

Era berean, fenomeno horrek lotura zuena du NBEk definitutako Garapen Jasangarriko Helburuetako (GJH) asko betetzearekin. Zehazkiago:

- Ziklo menstrual ezagutzeak eta hilekoaren maneian konfiantza izateak lotura zuzena izan dezake ongizatearekin, baita hilekoaren mina eta hilekoaren odoljariora ulertzeko moduarekin ere, eta erabakigarriak izan daitezke aholkularitza edo arreta medikoa bilatzeko beharra dagoen ala ez identifikatzeko. Hortaz, aipatutako guztiak emaitza sanitarioei eragiten die (3. helburua).
- Baliteke, hilekoa eduki bitartean, neskatoak eskolara ez joatea edo ohi bezain adi ez egotea, instalaziorik ezagatik edo eskola-komunitatearen laguntzarik ezagatik, eta horrek hezkuntzari eragiten dio (4. helburua), baita lanari ere, eta, ondorioz, aukera ekonomikoei (8. helburua).
- Genero-berdintasuna (5. helburua) lortzea ezinezkoa da, baldin eta tabuek eta mitoek gizartean bete-betean parte hartzeko aukera eragozten badiete hilekoa duten emakumei eta neskatoei.
- Azkenik, hilekorako kalitatezko materialen porrotak nabarmen eragin diezaieke ekoizpen-ereduei eta kontsumo zein ekoizpen jasangarrii (12. helburua)⁹.

Azkenik, nabarmendu behar da hilekoa erabat lotuta dagoela giza duintasunarekin. Izan ere, emakumeek higie-ne menstrual kudeatzeko instalazio eta baliabide seguru eta eraginkorrak erabiltzeko aukerarik ez badute, ezin izango dute beren hilekoa duintasunez kudeatu. Hilekoarekin lotutako isekak, bazterkeriak eta lotsak ere giza duintasunaren printzipioa urratzen dute.

⁸ Lucia Espiñera; Nicole Becker. «La Ola Roja». 2021. *El País*.

⁹ «How addressing menstrual health and hygiene may enable progress across the Sustainable Development Goals. Global Health Action». 2021.

3.2. Zer faktorek baldintzatzen dute?

Osasun eta higiene menstrualaren barnean biltzen dira bai higiene menstrualaren kudeaketa, bai beste hainbat faktore sistemiko, hilekoa beste alderdi batzuekin lotzen dutenak: osasunarekin, ongizatearekin eta genero-berdintasunarekin, hezkuntzarekin, ekitatearekin, ahalduntzearekin eta eskubideekin. UNESCOk honela laburbildu ditu faktore sistemiko horiek: ezagutza zehatzak eta egokiak; material erabilgarriak, seguruak eta eskuragarriak; saneamendu- eta garbiketa-instalazioak, deuseztatze segurua eta higienikoa barne; arau sozial positiboak (definizioz, horiek dira higiene menstrualaren kudeaketa); profesional informatuak eta eskuraerrazak, osasun-zerbitzuetarako sarbidea eta erreferentziak, sustapena eta politikak¹⁰.

Aipatu dugun bezala, pobrezia menstrual terminoak barne hartzen ditu, hilekorako produktuak eskuratzeko aukerarik ezaz gain, baita beste hainbat faktore ere. Atal honetan, faktore horietako bakoitzaren aurkezpen labur bat eskainiko da:

Hilekorako produktuak eskuratzeko aukera

Pobrezia menstrual definitzen duten faktoreetako lehenak, eta nabarienenak, hilekorako produktuak eskuratzeko zailtasunarekin du zerikusia. Hitz gutxitan esanda, hilekorako produktuen (hala nola tanpoien edo konpresen) karga ekonomikoari aurre egin ezin izatea da.

Zaila da kalkulatzeko zenbat ordaindu behar duen emakume batek bere bizitza ugalkorrean hilero hilekoa edukitzeagatik; izan ere, hilekoaren odoljarioaren eta iraupenaren arabera da kalkulua, baita erabiltzen den higiene menstrualerako produktuaren arabera ere. Hala ere, agerikoa da hilekoak gastu handia dakarkiola hilero hilekoa duten pertsonen.

Kontsumitzaileen eta Erabiltzaileen Erakundeak (OCU)¹¹ egindako kalkuluen arabera, batez besteko gastua 50 eurokoa izan daiteke urtean. Emakumeen bizitza ugalkorraren batez besteko iraupena 40 urtekoa dela kontuan hartuta, guztizko zenbatekoa 2.000 eurokoa izan daiteke:

- Konpresak erabiltzen dituen emakume batek 13 euro eta 59 euro bitartean gastatuko ditu urtean.
- Tanpoiak erabiltzen dituen emakume batek 11,5 eta 54 euro bitartean gastatuko ditu urtean.
- Hilekorako kuleroak erabiltzen dituenak, urtean 20 eta 53 euro bitartean.
- Hilekorako kopa da aukerarik jasangarriena eta merkeena. 5 urtean behin berritu behar dira, eta prezioa 5,04 eurokoa da urtean.

¹⁰ «Hacia una Inversión en la salud y la Higiene Menstrual». 2021.

¹¹ OCU. «Tener la regla se paga caro». <https://www.ocu.org/salud/bienestar-prevencion/noticias/coste-regla>

Hondakinen Prebentziorako eta Kontsumo Arduratsurako Rezero Fundazioak¹² ere antzeko kalkulua egiten du. Konpresa estandar batek 0,05 € eta 0,15 € bitarteko prezioa du, eta tanpoiek 0,15 € eta 0,30 € bitartekoa. Hilekoa duen pertsona batek urtean 416 tanpoi edo konpresa inguru kontsumitzen baditu, urtean 21 € eta 125 € bitartean gastatuko ditu erabili eta botatzekoak diren hilekorako produktuetan, edo, bestela esanda, 749 € eta 4.493 € bitartean bizitzan zehar.

Gainera, FACUA-Consumidores en Acción¹³ erakundeak egindako azterlan baten arabera (bederatzi markatako konpresen 103 ontzi eta zortzi markatako hirurogeita hamar tanpoi aztertu dituzte), ezaugarri bereko konpresa-pakete baten prezioa % 400 ere alda daiteke merkaturatzen den markaren eta supermerkatuaren edo hipermerkatuaren arabera. Tanpoiei dagokienez, gehieneko aldea % 185,3koa da.

Ez da ahaztu behar pobrezia menstrual pobrezia feminizazioari estuki lotutako fenomeno dela. Pobrezia feminizazioaren eta genero-arrakala ekonomiko handien testuinguruan, hilekoa desberdintasun-faktore gehigarri bat da.

Pobrezia menstrual pairatu dezaketen emakumeen bolumenari buruzko daturik ia ez dagoen arren, *Period Spain* GKEak uste du Espainian 10 emakumetik 2 pobrezia atalasearen pean bizi direla eta, beraz, pobrezia menstrualaren eraginpean egongo liratekeela, ez leukaketelako higiene menstrual egokia izateko aukerarik. Erakunde horren arabera, kopurua % 28ra areagotzen da ugalkortasun handieneko adinean dauden emakumeen artean¹⁴.

Jordi Gol Lehen Mailako Arretako Ikerketa Institutuak (IDIAPJGol)¹⁵, Espainian ekitateari eta osasun menstrualari buruzko datuak lortzeko lehen ikerketa koordinatzen duenak, ia 22.000 parte-hartzailei aplikatutako inkesta batetik abiatuta, agerian utzi du inkestatutako emakumeen % 22,2k hilekorako produktuak erosteko zailtasun ekonomikoren bat izan duela bizitzan noizbait¹⁶.

Adierazi behar da hilekorako produktuei zerga handiak aplikatzen zaizkiela; horrek baldintzatu egiten du artikulu horien azken salmenta-prezioa, eta, beraz, eragin zuzena du pobrezia menstrualean. Herrialde batzuetan auzi publikotzat hartu berri da arazo hori, eta kudeaketa egokia garatzeko neurriak hartzen eta politikak aplikatzen hasi dira. Azken bi hamarkadetan, eztabaida osasun eta higiene menstrualarekin lotutako zerga-politikei buruzkoa izan da batez ere. Bereziki, mugimendu feministek eta emakumeen sare antolatuek agerian utzi dituzte kudeaketa menstrualerako produktuei aplikatzen zaizkien zerga-politiken genero-alborapenak. Zerga-politika generoarekiko neutroa ez

¹² «The Environmental & Economic costs of Single Use Menstrual Products, Baby Nappies & Wet Wipes». Europe. Rezero, Break Free From Plastic, Zero Waste Europe, Reloop (2019).

¹³ FACUA. «Estudio comparativo de los precios de compresas y tampones». 2015. ([emaitzak hemen ikusgai](mailto:emaitzak@hemenikusgai)).

¹⁴ *Period Spain*. <https://ihelp.org.es/es/project/period-spain>

¹⁵ IDIAPJGol. «Equidad y Salud Menstrual». 2021. <https://www.idiapjgol.org/index.php/es/actualidad/noticias/1396-estudio-equidad-y-salud-menstrual>

¹⁶ Beste lurralde-eremu batzuetan (Eskozian, esaterako) egindako azterlan batzuen datuekin ere argi geratzen da arazo horren munta. Horrela, 2.000 pertsona baino gehiagori egindako *online* inkesta batek agerian utzi zuen eskolan, ikastetxean edo unibertsitatean inkestatutako laurik batek zailtasunak zituela produktu sanitarioak eskuratzeko (<https://youngscot.net/access-to-sanitary-products>).

dela salatu dute, hau da, hartzen diren neurriek sexuaren arabera bereizitako ondorioak dituztela¹⁷. Zerga-politikak genero-ikuspegia badu, aitortzen da sexu-desberdintasunaren eraikuntza sozialak sortzen duela desberdintasuna. Hori dela eta, zerga-politikak analisi bereizi bat egin behar luke bere ezarpenak emakumeengan eta gizonengan izan ditzakeen ondorioez¹⁸.

Bestalde, pentsatzekoa da COVID-19aren pandemiak egoera okertu duela, kontuan hartuta krisi horrek eragin negatiboa izan duela kolektibo askorentzat, bereziki kalteberatasun eta lan-prekaritate handieneko egoeran daudenentzat¹⁹.

Komun eta konketa egoki eta seguruak erabiltzeko aukera

Hilekorako produktu egokienak erabiltzea bezain garrantzitsua da hilekoa era duin eta seguruan kudeatzeko behar bezala hornituta dauden instalazio eta azpiegitura segurueta sartzeko aukera izatea.

UNICEFen osasun eta higiene menstrualari buruzko eskuliburuaren arabera²⁰, higiene menstrualarekiko sentikorrak diren komunen diseinuaren xehetasunak aldatu egiten dira tokiko testuinguruaren arabera, baina, oro har, eskoletako komunitan, osasun-kliniketan eta espazio publikoetan honako hauek barne hartu behar dira:

- Sexuaren arabera bereizitako komun-blokeak, sarrera pribatua, horma solidoak eta barruko ateetan kisketak dituztenak.
- Garbiketa-kabina gehiago emakumeentzat gizonentzat baino, garbiketa-premia desberdinak dituztelako; adibidez, larrialdietan, Esferako arauak 3:1eko proportzioa gomendatzen dute.
- Ura eta xaboa erabiltzeko aukera, ahal dela komunaren barruan eta pribatutasunerako aukera ematen duen kubikulu batekin gutxienez, baita bainugelan ere.
- Kubikuluaren barruan hondakinak ezabatzeko instalazioak; adibidez, errauskailuak edo kubo sanitarioak, hondakinak garbitzeko plan erregularra dutenak.
- Argiztapen ona, norberaren gauzak eskegitzeko kakoak eta aireztapen egokia.
- Ahal denean, ispilu bat, orbanik badagoen egiaztatzeko.

¹⁷ «Menstruación libre de impuestos: una lucha contra la discriminación tributaria». 2021. *Cuadernos de investigación en finanzas públicas*. 21. zk.

¹⁸ Marúm-Espinosa, E. «Finanzas públicas con perspectiva de género en la construcción de la democracia en México». CLAD *Reforma y Democracia* aldizkaria. 2013.

¹⁹ International UK planaren azken ikerketetan COVID-19aren pandemiaren eragin negatiboari buruz hausnartu dute, eta adierazten dute 14 eta 21 urte bitarteko nesken ia heren batek (% 30) arazoak izan dituela itxialdian hilekorako produktuak ordaintzeko edo eskuratzeko. Nabarmenezkoa da datu hau ere: neska horien erdiek baino gehiagok (% 54) komuneko papera erabili dute hilekorako produktuen alternatiba gisa. Hala ere, hori ez da beti aukera bat izan itxialdian; izan ere, bost neskatiletatik batek (% 20) esan zuten hilekoa kudeatzea zailagoa gertatu zitzaizela komuneko paperaren faltagatik (<https://plan-uk.org/media-centre/over-one-million-girls-in-the-uk-struggled-to-afford-or-access-period-products-during-the-pandemic>). Statista¹⁹ atariak emandako beste datu batzuen arabera, 2020an mundu osoan inkestatutako emakumeen erdiek baino gehiagok esan zuten COVID-19aren pandemiaren ondorioz diru gutxiago zutela hilekorako produktuak erosteko (<https://www.statista.com/statistics/1243493/period-poverty-worldwide-covid/>).

²⁰UNICEF. «Manual sobre salud e higiene menstrual». New York, Amerikako Estatu Batuak: UNICEF. 2019.

- Desgaitasunen bat duten pertsonentzako irisgarritasuna: adibidez, arrapalak, eskudelak, heldulekuak eta txorrota luzeak edo palankazkoak; barrak eta eserlekuak kubikuluen barruan; garbiketa-gela zabalagoak, zirkulatzeko tokia dutenak (1.500 mm x 1.500 mm); instalazioetan eta kubikuluetan zabalera egokia duten ateak (900 mm gutxienez).

Kontuan izan behar da emakume batzuek zailtasun gehiago izaten dituztela hilekoa kudeatzeko. Izan ere, desgaitasun fisikoa duten emakumeek ez dute saneamendu-, ur- eta higiene-instalazio irisgarriak izaten. Emakumeen generoarekin identifikatzen ez diren pertsonen ere, gizonen komunetan aldatu behar dutenez, ez dute instalazio egokirik izaten, eta erasoak pairatzeko arriskua ere izaten dute, espazio segurua ez delako²¹.

Nabarmentzekoa da COVID-19aren pandemiaren ondorioz hiri eta herri gehienetan komun publikoen kopurua murriztu egin dela. Horiek desinfektatzeko eta kutsatzeak saihesteko behar adina garbitu ezin zirenez, are gehiago mugatu da haien erabilera²². Ondorioz, emakumeek, oro har, mugatuago izan dute komunon eskuragarritasuna higiene menstrual egokia egiteko, eta horrek bereziki eragin die emakume kalteberenei, ekipamendu horien mendeakoenak direlako.

Osasun menstrualeko hezkuntza jasotzeko aukera

Nahiz eta populazioaren erdiak hilekoa edukitzen duen bizitzaren zati handi batean, oraindik ez da aski ezaguna, oro har, hilekoak berak zein zikloaren gainerako aldiek emakumeen gorputzari eta bizitzari nola eragiten dioten.

Hilekoari buruzko hezkuntza funtsezkoa da emakumeek beren gorputza ezagutzeko eta zikloaren une bakoitzean zer gertatzen ari zaien jakiteko. Hezkuntza horrek barne hartzen ditu hilekoa egoera natural eta ahalduzkoak batetik kudeatzeko beharrezkoak diren ikaskuntzak, genero femeninoaren rolari eta gorputzari buruzko judizio sozialik gabe eta osasun fisikoa eta mentala zaintzeari lehentasuna emanez. Horretarako, garrantzia ematen zaio zikloaren gaineko ezagutzari eta norbanako bakoitzari nola eragiten dion ulertzeari.

Baina, horrez gain, hilekoari buruzko hezkuntza on batek aukera ematen die neskei eta emakumeei zer produktu eskura ditzaketen jakiteko, beren gustu, ezaugarri eta beharretara hobekien egokitzen direnak aukeratu ahal izateko.

Hortaz, hilekoari buruzko hezkuntza beharrezkoa da oraindik tabua den prozesu fisiologiko hori normalizatzeko. Izan ere, hilekoa tabua izan da antzinatek. Gai horri buruzko informaziorik eta pedagogiarik ezaren ondorioz, hainbat uste faltsu sortu dira, eta, horiek, askotan, urratu egiten dituzte hilekoa duten pertsonen eskubideak, hilekoa infantilizatzen dute, eta mina normalizatzen.

²¹ Pascual Armendariz, N. «Análisis de la pobreza menstrual en edad escolar. Lecciones aprendidas del caso de Reino Unido y su aplicación a España». Gizarte eta Giza Zientzien Fakultatea. Master amaierako lana. 2021.

²² Pascual Armendariz, N. «Análisis de la pobreza menstrual en edad escolar. Lecciones aprendidas del caso de Reino Unido y su aplicación a España». Gizarte eta Giza Zientzien Fakultatea. Master amaierako lana. 2021.

2015eko «*Miedos y temores relacionados a la menstruación. Estudio cualitativo desde la perspectiva de género*²³» azterlan antropologikoan, emakumeek hilekoaren inguruan zituzten beldurrak aztertu ziren, eta horiek benetako justifikazioetan oinarrituta dauden ala belaunaldiz belaunaldi igarotako mitoak diren baieztatzen saiatu ziren. Emaizte agerian utzi zuten beldur nagusiak higieneari eta hilekoa izan bitartean ura erabiltzeari buruzkoak zirela. Ikerketan hainbat beldur aipatzen dira: hilekoa mozteko beldurra, tontotuta geratzekoa, kisteak edo tumoreak sortzeko beldurra, erotzeko beldurra, enbolia bat sortzeko beldurra, edota paralitiko geratzeko beldurra²⁴.

Hilekoa oraindik ere ez da behar beste aztertu ez medikuntza-arloan, ez hezkuntza-arloan, ez arlo soziologikoan. Izan ere, azterlan gutxi egiten dira maila psikologikoan eta fisikoan izan ditzakeen ondorioen inguruan, eta emakumezko adituek uste dute hilekoa «emakumeen gauza» delako gertatzen dela hori.

UNICEFen²⁵ zenbait azterlanek agerian utzi dutenez, hainbat herrialdetan lotura estua dago lehen hilekoaren eta neskato zein emakume nerabeen eskola-uztearen artean. Hori gertatzen da zerbitzu sanitario egokietarako sarbiderik ez dagoelako, odoljariora kontrolatzeko produkturik ez dutelako, eta, zenbait komunitatetan, dagoeneko hilekoa izan duen neskato bat espazio publikoan uzteko beldur direlako, haurdunaldi batek etorkizuneko ezkontza zapuztu dezakeelakoan. Horrelakoak gertatzen dira ezkontzara iristeko birjintasuna ezinbesteko ondasuna den kulturetan.

3.3. Nori eragiten dio pobrezia menstrualak?

Ziklo menstrual prozesu natural eta osasuntsua da ugaltzeko adinean dauden neska eta emakumeentzat, eta gutxi gorabehera 28 egun irauten du, nahiz eta laburragoa edo luzeagoa izan daitekeen. Ziklo horiek koherenteak izan daitezke, baita aurreikusteko modukoak ere, baina aldatu ere egin daitezke, bereziki menarkiaren ondorengo lehen urteetan. Aldaketa batzuk, odoljariora ez izatea adibidez, haurdunaldiaren seinale dira. Beste aldaketa batzuk antisorgailuen erabilerarekin, estresarekin, nutrizioarekin, jarduera fisikoarekin edo osasun-arazoekin lotuta egon daitezke. Zikloaren aldaketa batzuk zahartzearen berezko parte dira.

Pobrezia menstrualak, ikuspegi zabal batetik, higiene eta osasun menstrual eta hilekoari buruzko hezkuntza barne hartzen ditu, eta hilekoaren kudeaketari hilero aurre egin behar dioten emakume eta neskato guztiei eragiten die modu batean edo bestean.

Emakume batzuek aurre egin beharreko zailtasun gehigarriek diskriminazio erantsia dakarte, eta, nolabait ere, generoaren egiturazko desorekaren indargarri gisa jokatzeko du hilekoak.

²³ Hemen kontsultatu daiteke: <https://idus.us.es/handle/11441/107158>

²⁴ «*El tabú de la menstruación: símbolo de la represión sexual femenina*». Mariana Mota Armand Ugón.

²⁵ Felitti, Karina «*El ciclo menstrual en el siglo XXI. Entre el mercado, la ecología y el poder femenino*». Sexualidad, Salud y Sociedad. 2016.

Ikuspegi intersektional horretatik, pobrezia menstrualak oztopo handiagoa da kalteberatasun-egoeran dauden emakumeentzat. Hilekoak modu desberdinean eragiten du, bizi izandako esperientziek, beharrek eta inguruabarrek baldintzatuta, eta faktore horiek eragina dute hilekoaren gaineko bizipenetan, eta oso kontuan hartu behar dira osasun menstrualeko beharrak egoki asetzeko²⁶.

Horregatik, arreta berezia eskaini behar zaie pobrezian eta/edo bazterkerian bizitzeko arrisku handiena duten emakumeei, hala nola etxerik gabeko emakumeei, migratuei, prostituzio-egoeran daudenei, indarkeria matxistaren biktima izan direnei, guraso bakarreko etxeetako buru diren emakumeei, adineko emakumeei, preso daudenei, ezkutuko ekonomian lan egiten dutenei eta abarrei.

Eusko Jaurlaritzako Berdintasun, Justizia eta Gizarte Politiketako Sailak 2020an egindako Pobreziari eta gizarte-desberdintasunei buruzko Inkestaren arabera, EAEko emakumeen mantenu-pobreziari dagokion arrisku-tasa % 8,6koa da, eta horrek esan nahi du oinarritzko premiei erregulartasunez erantzuteko baliabide ekonomiko nahikorik ez dutela.

Pobrezia- eta bazterkeria-egoeran bizitzeko probabilitatea areagotu egiten da tartean beste aldagai batzuk dauden kasuetan. Inkesta horren arabera, halaber, erreferentziako pertsona atzeritarra duten bizikidetza-unitateetan pobrezia-arriskua askoz handiagoa da nazionalitate espainiarra duten pertsonak buru dituzten bizikidetza-unitateetan baino (% 34,1 eta % 3,6, hurrenez hurren). Era berean, pobrezia-tasa % 15,6ra igozen da guraso bakarreko etxeetan, batez ere emakumeak buru dituztenetan.

Gurutze Gorriaren «*Las mujeres víctimas de violencia de género, atendidas en el servicio ATENPRO*» azterlanaren arabera²⁷, emakume horiek gainerakoek baino arrisku handiagoa dute pobrezia eta gizarte-bazterkeria jasateko. Biztanleria orokorrean, % 6,1 dira gabezia material larria duten bizikidetza-unitateak; intzidentzia hori ia 7 aldiz handiagoa da artatutako emakumeen bizikidetza-unitateetan (% 42,9).

Gainera, kontuan hartu behar da muturreko pobrezian bizi diren emakume eta neskatok, etxegabetasun-egoeran edo bizitegi-bazterketa larrian dauden emakumeek, eta krisi humanitarioetan daudenek zailtasun handiagoak izan ditzaketela erronka horiei aurre egiteko. Siriako errefuxiatuen komunitate batean, adibidez, osasun-arloko profesionalek adierazi zuten baginako infekzio ugari antzeman zituztela, eta horren arrazoia higiene menstrualaren kudeaketa txarra izan zitekeela. Hala ere, ez dago infekzio horien arriskuei eta prebalentziari buruzko proba sendorik²⁸. Hilekoaren ardura duten pertsonen osasun fisikorako arriskuez gain, nahitaez aipatu behar da ziklo menstrualari aurre egiteko baliabiderik ezari lotutako higadura psikologikoa.

²⁶ Wilbur J, Torondel B, Hameed S, et al. «*Systematic review of menstrual hygiene management requirements, its barriers and strategies for disabled people*». PLoS One. 2019.

²⁷ Malgesini, Graciela, Romero, Rosario eta Grané, Aurea. «*Las mujeres víctimas de violencia de género, atendidas en el servicio ATENPRO*». Gizarte-kalteberatasunari buruzko aldizkaria. 2017.

²⁸ UNFPA. 2021. «*La menstruación y derechos humanos*».

Desgaitasuna eta osasun mentaleko arazoak dituzten emakumeek ere zailtasun handiagoak dituzte beren hilekoa modu higieniko eta duinean bizitzeko, estigma bikoitza jasaten baitute, bai generoari eta hilekoari buruzko arau sozialen ondorioz, bai desgaitasuna izatearen ondorioz. 2019an desgaitasuna duten pertsonen higiene menstrualarekin lotutako beharrei, eragozpenei eta estrategiei buruz egindako azterketa metodikoak²⁹ ondorioztatu zuenez, hilekoaren inguruko arazoek lotsa eragiten dute desgaitasuna duten nesken eta emakumeen artean, eta hainbat ondorio dakartzate, hala nola gizarte-isolamendua, baina baita nahitaezko esterilizazioa ere.

UNICEFen «*Salud e higiene menstrual para las niñas y las mujeres con discapacidad*»³⁰ azterlanaren arabera, gorputzeko goiko aldean eta besoetan ezintasun fisikoak dituzten neskek eta emakumeek agian zailtasunak izango dituzte higiene intimoko materiala ondo jartzeko, garbitzeko, edo arropa nahiz materiala garbitzeko. Ikusmen-ezintasunak (itsutasuna edo ikusmen eskasa) dituztenek zailtasunak izan ditzakete ondo garbitu diren egiaztatzeko; eta ezintasun intelektual edo kognitiboak dituztenek material irisgarriak eta irakurtzeko errazak behar izan ditzakete, zeintzuen aproposak izan behar baitute mina sentitzen badute horren berri emateko, beren beharren berri emateko eta osasun eta higiene menstrualari buruz ikasteko.

Kontuan izan behar da, inkesta batzuek adierazten dutenez, 2018an EAEn emakumeen % 11 inguruk zutela mendekotasun edo ezintasunen bat³¹.

Gainera, kontuan hartu behar da genero-identitate desberdinak dituzten pertsonen izaten dutela hilekoa, hala nola gizon transgeneroek eta identitate ez-bitarra duten pertsonen³². Horiek guztiek oztopo osagarriak izaten dituzte hilekoa segurtasunez tratatzeko behar duten informazioa edo hornigaiak lortzeko, eta oztopo horien artean egon daitezke beren segurtasun eta ongizatearen kontrako mehatxuak. Pertsona horiek, gainera, gizonen komunitan kudeatu behar izaten dute hilekoa, eta ez dira horretarako prestatuta egoten (ez dute hilekorako produktuak botatzeko paperontzirik izaten, ez da paperik egoten, etab.), eta, oro har, erasoak edo iruzkin iraingarriak jasateko arrisku handiagoko gunetzat hartzen dira.

Kolektibo horren zailtasun espezifikoak eremu sanitarioan ere antzeman daitezke. Lesbiana, Gay, Trans eta Bisexualen Estatuko Federazioaren ikerketaren arabera³³, inkestatuen % 75ek uste du osasun-arloko profesionalek gutxi edo oso gutxi dakitela beren errealitateari buruz, eta galdeketa parte hartu zutenen ia % 50ek medikuaren hitzorduak baliogabetu edo atzeratu egiten ditu, kontsultan diskriminaziorik ez sentitzeko.

²⁹ Wilbur, Torondel, Hameed, Mahon eta Kuper. «*Systematic review of menstrual hygiene management requirements, its barriers and strategies for disabled people*». 2019.

³⁰ «*Salud e higiene menstrual para las niñas y las mujeres con discapacidad*». UNICEF. 2021

³¹ Gizarte Zerbitzuen Eskariaren Estatistika – Gizarte Premiei buruzko Inkesta (GZEE-GPI. 2018).

³² UNFPA. 2021. «*La menstruación y derechos humanos*».

³³ Espainiako Lesbiana, Gay, Trans eta Bisexualen Federazioa. «*Las personas trans y su relación con el sistema sanitario*». Espainiako Lesbiana, Gay, Trans eta Bisexualen Federazioa. Madril: 2019

4. Pobrezia menstrualaren irismena EAEn

Kapitulu honetan, pobrezia menstrualak EAEn duen irismenari buruzko hurbilketa bat eskaintzen da, termino kuantitatiboetan eta kualitatiboetan. Lehenik eta behin, EAEn arazo horren eraginpean dauden emakumeen kopurua zenbatesten da, hainbat irizpide eta faktore kontuan hartuta. Bigarrenik, pobrezia mota espezifiko horrek emakumeen bizitzan dituen eraginak edo ondorioak deskribatzen dira, eta arreta berezia eskaintzen zaie kalteberatasun-egoeran daudenek pairatzen dituzten ondorio espezifikoiei.

4.1. Arazoaren norainokoa: Zenbat emakumeri eragiten die pobrezia menstrualak EAEn?

Esan bezala, ez dago pobrezia menstrualari buruzko azterlanik EAEn arazo hori izan lezaketen emakumeen bolumenari buruzko datu kuantitatiborik eskaintzen duenik. Hala ere, beste lurralde-eremu batzuetan egindako azterlan aitzindari batzuetatik ateratako datuak lagungarriak izan daitezke horri buruzko zenbait kalkulu egiteko.

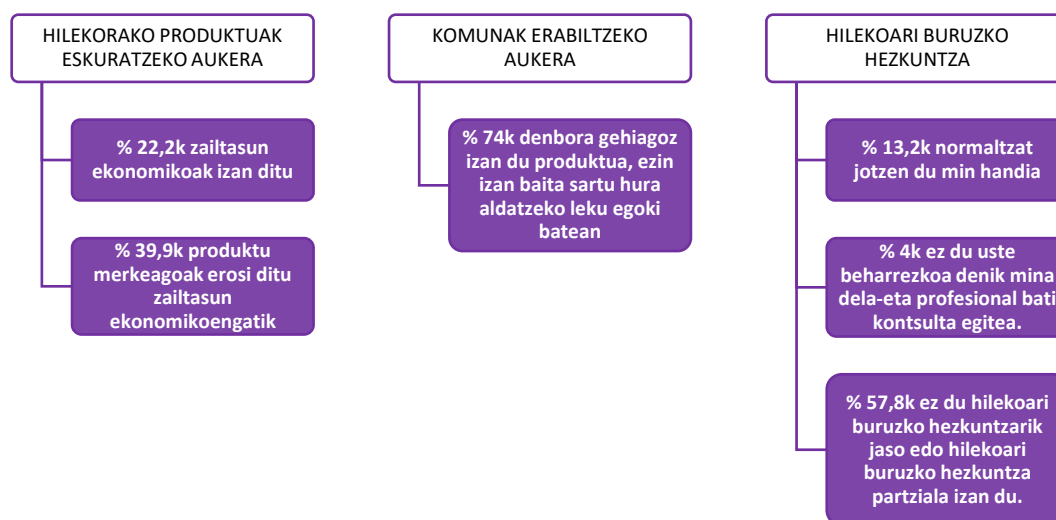
Estatu mailan, Espainian ekitate ezari eta osasun menstrualari buruzko datuak lortzera bideratutako lehen azterlana koordinatzen du Jordi Gol i Gurina Lehen Mailako Arretako Ikerketarako Unibertsitate Institutuak (IDIAPJGol)³⁴. Ikerketa horretan eskuratutako datuek, 22.000 parte-hartzaile baina gehiagori egindako inkesta batetik ateratakoek, agerian utzi dute galdetutako emakumeen % 22,2k hilekorako produktuak erosteko zailtasun ekonomikoren bat izan dutela bizitzan noizbait. Gainera, % 39,9k hilekorako produktu merkeagoak aukeratu behar izan dituzte, zailtasun ekonomikoak direla eta.

Bestalde, komun eta konketak erabiltzeko aukerarik ezari dagokionez, kontsultatutako emakumeen % 74k gomendatutakoa baino denbora luzeagoan erabili dituzte produktuak, hilekoa kudeatzeko leku egokiren batera sartzerik izan ez dutelako.

Azterlan horren arabera, halaber, kontsultatutako emakumeen % 13,2k uste du «normala» dela hilekoarekin batera min handia izatea, eta % 4k uste dute ez dela beharrezkoa hilekoaren minagatik osasun-profesional bati kontsultarik egitea.

Gainera, parte-hartzaileen % 57,8k esan du ez duela hilekoari buruzko hezkuntzarik izan hilekoa lehen aldiz eduki baino lehen, edo hilekoari buruzko hezkuntza partziala izan duela.

³⁴ Medina-Perucha, L, López-Jiménez, T, Jacques-Aviñó, C, Munrós Feliu, J, Martínez-Bueno C, Holst AS, Valls-Llobet C, Pinzón Sanabria D, Vicente-Hernández MM, Berenguera A. «*Equidad y salud menstrual*». Jordi Gol i Gurina Lehen Mailako Arretako Ikerketarako Unibertsitate Institutua (IDIAPJGol). Bartzelona: 2021.



Iturria: guk geuk eginga, Jordi Gol i Gurina (IDIAPJGol) Lehen Mailako Arretako Ikerketarako Unibertsitate Institutuaren (IDIAPJGol) «*Equidad y salud menstrual*» txosteneko datuetan oinarrituta. 2021.

Estatuan jasotako ehunekoak EAEn ugaltzeko adinean dauden emakumeen biztanleriara aldatuz gero (13 eta 49 urte bitarteko emakumeak), ondorioztatzen da 105.000 emakume inguruk zailtasun ekonomikoak izan dituztela hilekoarako produktuak erosteko. Gainera, 188.00 emakumek baino gehiagok erosi behar izan dituzte hilekoarako produktu merkeagoak, zailtasun ekonomikoek eraginda.

Bestalde, EAEn ugaltzeko adinean dauden emakume askok (349.108 emakume) behar baino denbora luzeagoz izan dute hilekoarako produktua, hilekoa behar bezala kudeatzeko lekurik aurkitu ez dutelako.

Kalkulu horien arabera, 62.300 emakume inguruk normaltasunez onartzen dute hilekoak min handiak eragitea, eta 18.900 emakumek uste dute ez dela beharrezkoa hilekoak eragindako minen inguruko kontsultak profesional batekin egitea.

Gainera, 272.700 emakume inguruk ez dute hilekoari buruzko hezkuntzarik jaso hilekoa lehendabizikoz eduki aurretik, edo hezkuntza partziala jaso dute.

4.2. Nola eragiten die pobrezia menstrualak EAEn kalteberatasun-egoeran dauden emakumeei? Zer ondorio ditu?

Atal honetan zehazkiago aztertzen dira pobrezia menstrualak emakumeengan dituen ondorioak, eta arreta berezia eskaintzen zaie kalteberatasun-egoeran dauden emakumeen kolektiboaren ondorio espezifikoiei.

Hilekorako produktuak eskuratzeko zailtasunak

Hilekorako produktuak eskuratzeko zailtasun ekonomikoek eragin handia izan dezakete osasun menstrualean. Ildo horretan, garrantzitsua da ulertzea pobrezia menstrual ez dela soilik hilekorako produktuak eskuratzeko aukerarik eza, baizik eta baita aukera partzialik ez izatea ere.

Hilekoa kudeatzeko metodo desegokiak eta antihigienikoak aukeratzea (hala nola eskuoihalak, komuneko papera, pixoihalak edo egokiak ez diren beste produktu batzuk), edo haren erabilera behar baino gehiago luzatzeak eragin nabarmena izan dezake emakume baten bizi-kalitatean, eta gernu- edo bagina-infekzio ugari eragin ditzake, baita ondorio emozional negatiboak, sexu-harreman mingarriak eta estigma soziala ere.

Aipatu den bezala, pobrezia menstrualak emakume guztiei eragiten die modu batera edo bestera, baina pentsatzekoa da kalteberatasun-egoeran edo egoera sozioekonomiko okerragoan dauden emakumeei neurri handiagoan eragiten diela.

EAE-n kalteberatasun-egoeran dauden emakumeei galdetegia egin ondoren eskuratutako datuek (azterlan honen landa-lan espezifikoak) hipotesi hori berresten dutela dirudi.

Zifrak tentuz hartu behar dira laginak mugak dauzkalako, baina datuek erakusten dute kontsultatutako hamar emakumetik seik *zailtasun ekonomikoak izan dituztela hilekorako produktuak eskuratzeko* (% 60,3). Horrela, emakume horiek produktu egokiak eskuratzeko dituzten zailtasun ekonomikoak ia hirukoiztu egiten dira, emakumeen guztizkoari dagokionez Espainian ekitaterik ezari eta osasun menstrualari buruzko azterlanean zenbatetsitako kopuruarekin alderatuz gero (% 22,2).

Bestalde, hamarretik zortzik (% 82,5) *hilekorako produktu merkeagoak erosi behar izan dituzte zailtasun ekonomikoak direla-eta*. Ehuneko hori emakumeen guztizkoari dagokionez kalkulaturakoa baino nabarmen handiagoa da (% 39,9).

Horrelako produktuen kostu ekonomikoa nolabait arintzeko, ohikoa da emakumeek marka merkeagoetako produktuak erostea, nahiz eta produktu horiek deserosoagoak izan eta ondoez handiagoa eragin (desitsatsi egiten dira, deserosoak dira, usain txarragoa dute...).

«Askotan beste marka bat erosten nuen eta ondoez handiagoa nabaritzen nuen, gernu-infekzioak ere eragiten zizkidan, eta neuk banekien produktu hori erabiltzeagatik zela. Baina une batzuetan, ondoeza eragiten zidala banekien arren, erosi egin behar izan dut, zerbait jarri behar nuelako»

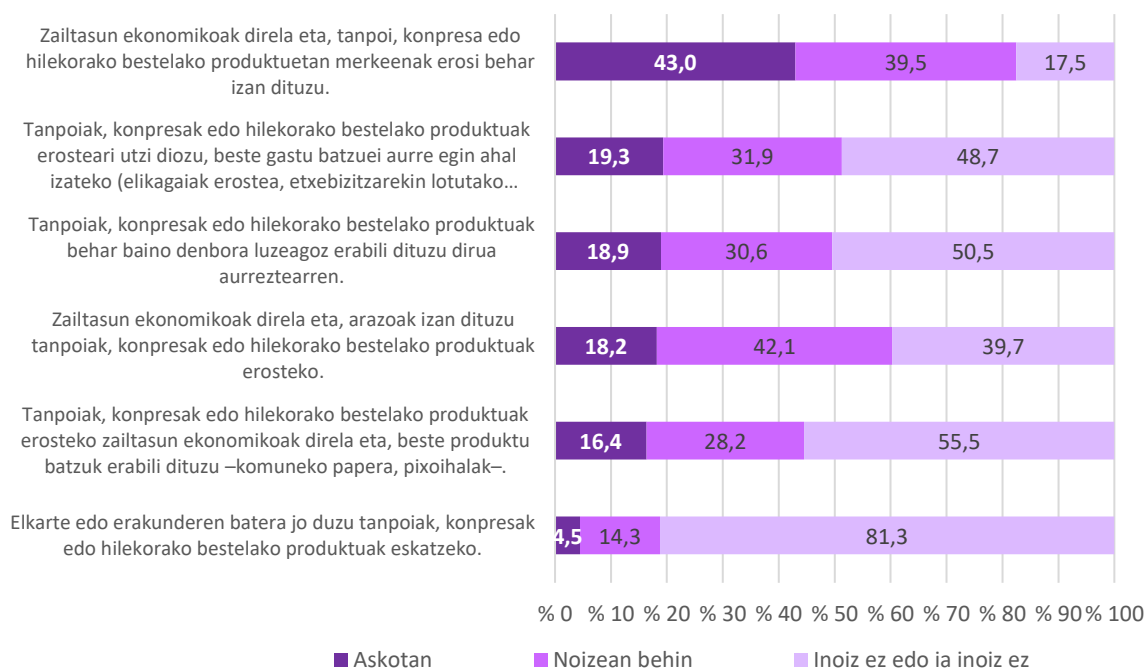
Bestalde, kontsultatutako emakumeen erdiek diote *behar baino denbora luzeagoz erabili dituztela hilekorako produktuak, diru pixka bat aurrezteko*, eta % 51,3k *hilekorako produktuak erosteari utzi dio beste gastu batzuei aurre egin ahal izateko* (elikagaiak, etxebizitzarekin lotutako gastuak edo beste edozein gastu).

Inkesta honetako datuen arabera, emakumeen % 44,6k *beste produktu batzuk erabili ditu (komuneko papera, pixoihalak...), hilekorako produktuak erosteko zailtasun ekonomikoak direla eta*. Horri dagokionez, emakume batzuek zehaztu dute beste mota batzuetako produktuak erabiltzea ohikoagoa dela ustekabeko egoeretan edo odoljariora txikiagoa den une jakinetan.

«Erabili eta garbitzeko eskuoihalak erabiltzen nituen beti, baina ahizpa zaharrenak konpresak erabiltzen zituen, eta orduan berarekin egoten nintzenean eskatu egiten nion, produktu hobea iruditzen zitzaidalako, baina niretzat oso garestia zen».

Azkenik, aipatu behar da bost emakumetik ia batek (% 18,8) *elkarte edo erakunderen batera jo duela hilekorako produktuak eskatzera*. Hala eta guztiz ere, emakumeek onartu dute ohikoena lagunengana edo senideengana jotzea izan dela horrelako produktuak eskatzeko.

ADIERAZI ZEIN MAIZTASUNEKIN...



Komunak eta konketak erabiltzeko aukerarik eza

Hilekorako produktu egokienak erabiltzea bezain garrantzitsua da hilekoa era duin eta seguruan kudeatzeko behar bezala hornituta dauden komun eta instalazio segurueta sartzeko aukera izatea.

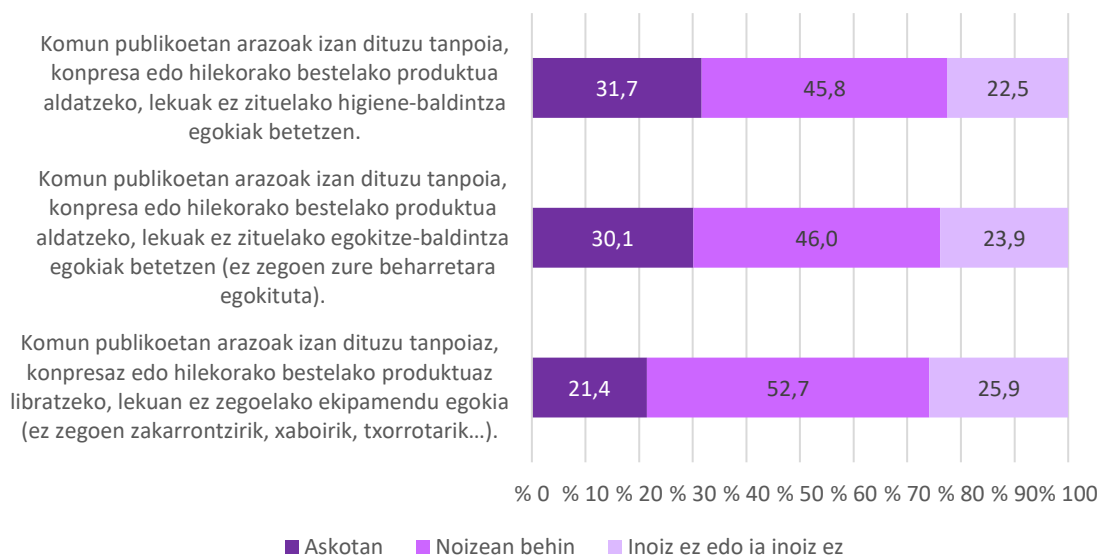
Hala ere, higiene menstrual ondo kudeatzeko leku egokirik eta higienikorik ez egoteak eragina izan dezake emakumeen osasun menstrualean, areagotu egiten baitira infekzioak edo beste gaixotasun batzuk izateko aukerak (shock toxikoaren sindromea, kasu; tanpoiak luzaroan erabiltzearekin lotzen da sindrome hori).

Aipatu dugunez, zenbait kolektibok zailtasun gehigarriak dituzte komun publikoetan hilekoa behar bezala kudeatzeko, hala nola desgaitasuna duten emakumeek –batez ere desgaitasun fisikoa edo mugitzeko arazoak dituztenek– edo hilekoa eduki eta emakume gisa identifikatzen ez diren pertsonen, gizonen komunean kudeatu behar baitute hilekoa, eta komunok are okerrago prestatuta egoten baitira (ez dute hilekorako produktuak botatzeko paperontzirik, ez da paperik egoten...). Gainera, espazio ez hain segurutzat hartzen dira, erasoak edo iruzkin iraingarriak jasateko arriskua baitago.

Kalteberatasun-egoeran dauden emakumeei buruzko azterketa espezifikoa agerian utzi ditu zailtasun handiak daudela hilekoa kudeatzeko guztiz hornituta eta prestatuta dauden komun eta bainugela publikoak erabiltzeko. Inkestatutako hamar emakumetik ia zortzik (% 77,5) *arazoak izan dituzte hilekorako produktua aldatzeko, lekuak higie-ne-baldintzak betetzen ez zituelako*. Gainera, % 76,1ek *egokitze-arazoak dituzten komun eta bainugela publikoak erabili ditu*, eta % 74,1ek *hilekorako produktua duintasunez eta baldintza higienikoetan aldatzeko behar bezain hornitu edo prestatuta ez dauden komun publikoak erabili ditu* (hilekorako produktuak botatzeko paperontzirik gabe, txorrotarik gabe, kisketa apurtuta...).

Datu horiek estatu mailan ekitaterik ezari eta osasun menstrualari buruzko azterlanean jasotakoen oso antzekoak dira; izan ere, haren arabera, parte-hartzaileen % 74k behar baino denbora luzeagoz erabili du hilekorako produktua, aldatzeko leku egoki batean sartzerik izan ez duelako.

ADIERAZI ZEIN MAIZTASUNEKIN...



Emakumeek onartzen dute komun eta bainugela publikoak garbi egoten direla eguneko lehen orduetan. Hala ere, orduak aurrera joan ahala, gero eta zikinago egoten dira eta, gainera, paperik, xaboirik, etab., gabe geratzen dira. Higie-ne-baldintza eskasak ikusita, ez da harritzekoa emakume askok hilekorako produktua ez aldatzeko erabakia hartzea.

«Tabernetan zerbait kontsumitzen ez baduzu, ez dizute sartzen uzten... Guztiek ez dute taberna batean kontsumitzeko dirurik!»

Kontsultatutako emakumeek adierazi dute askotan sartu behar izan direla ostalaritzako lokaletako komunetara (gehienetan tabernetara). Kasu horietan, lokalean kontsumitzea aukeratzen dute arazorik gabe sartzeko, baina, hala ere, ezin dute beti hori egin, eta batzuetan arazoak izan dituzte komun horiek erabiltzeko.

Horrelako egoerak saihesteko, emakume batzuek onartu dute haurraren aitzakian eskatu dutela inoiz komuna erabiltzeko baimena, hurrei ez baitaie hainbeste eragozpen jartzen.

«Gezurra esan izan dut noizbait, eta komunera joan behar zuena alaba zela esan, kontsumitu gabe tabernan sartzen utz ziezadaten»

Hilekoari buruzko hezkuntzarik eza

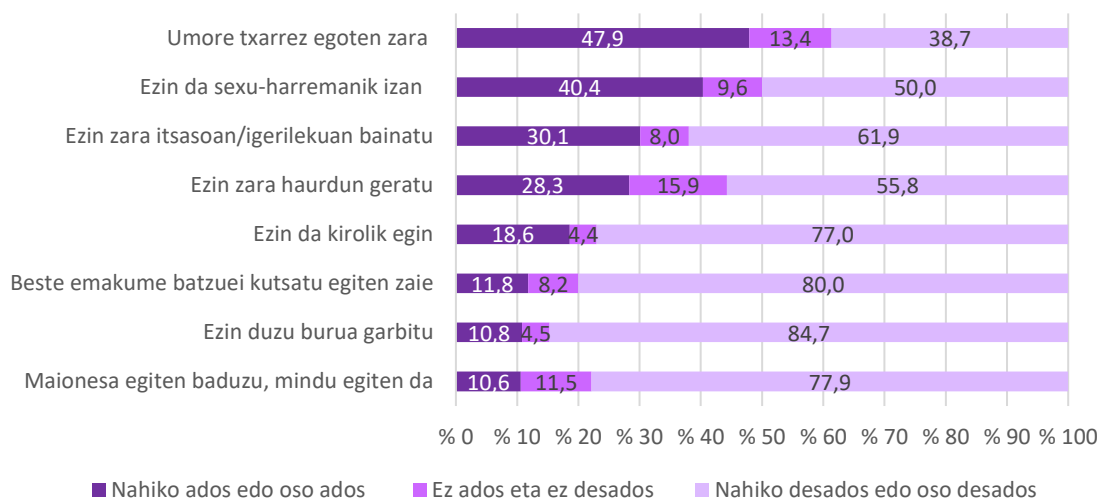
Biztanleriaren zati handi batek bizitzaren zati handi batean hilekoa izaten badu ere, oraindik ez da aski ezaguna, oro har, ziklo menstrualak emakumeen gorputzari eta bizitzari nola eragiten dioten. Horregatik, funtsezkoa da alderdi horretan hezteak.

Hilekoa tabua izan da denbora luzez, eta horrek haren inguruko mito eta sinesmen faltsuak elikatu izan ditu. Horren ondorioz, informazioa urria da eta, batzuetan, ahoz aho transmititutako eta ebidentzia zientifikorik gabeko sinesmenetan oinarritzen da.

Kalteberatasun-egoeran dauden emakumeei aplikatutako galdetegiaren bidez jakin nahi izan da kolektibo horretako emakumeen artean zer nolako irismena duten hilekoaren inguruan dabilzan hainbat mitok. Jasotako datuen arabera, kontsultatutako emakumeen ia erdiak (% 47,9) ados agertu dira *hilekoa duzunean umore txarrez zaudela* dioen esaldiarekin, eta lautik batek esan du *hilekoarekin ezin dela sexu-harremanik izan*. Horrek agerian uzten du mito horietakoren batzuen garrantzia.

Gainera, % 30ek uste dute hilekoarekin *ezin zarela itsasoan edo igerilekuan bainatu*, eta antzeko ehunekoak (% 28,3) uste du *hilekoa duzunean ezin zarela haurdun geratu*. Gehien zalantzan jartzen diren uste okerrak dira *hilekoarekin ezin duzula burua garbitu* (% 10,8k sinetsi egiten du mito hori) eta *maionesa moztu egiten dela* (% 10,6).

ADIERAZI ZENBATERAINO ZAUDEN ADOS HONAKO ESALDI HAUEKIN: HILEKOA DUZUNEAN...



Taldeko saioan parte hartu zuten emakumeek aho batez aitortu zuten gaur egun ere hilekoak lotsa eragiten duela oraindik. Mundu guztiak daki existitzen dela, baina publikoki ez da hari buruz hitz egiten, ezkutatu egiten da, are gehiago aurrean gizonak badaude.

«Nik, hilekoa daukadanean, ez dut inoiz praka zuririk janzen, eta, ahal badut, jertse edo txamarra batekin estaltzen naiz»

Horren ondorioz, oso ohikoak dira hilekoa disimulatzeraz bideratutako jokabide batzuk (galtza zuriak ez janzteak, aldakan jertsea lotzea estalki gisa, aldatu behar denean hilekorako produktua ezkutatzea...).

Bestalde, taldeko saioan parte hartu zuten emakume guztiek bazekiten hilekoa zer zen lehen hilekoa (menarkia) izan aurretik, baina aitortu zuten zalantza asko sortzen zizkiela gaiak.

«Ez dakizu gertatzen ari zaizuna normala den, edo goizegi edo beranduegi etorri den»

Emakume horiek ez bezala, azterlan batzuetako datuek agerian utzi dute emakume kopuru handi batek oraindik ez dakiela argi zer den hilekoa lehen aldiz izan aurretik. Hala, Estatuan ekitateari eta osasun menstrualari buruz egindako azterlanaren arabera, inkestatuen % 57,8k ziurtatu zuen ez zuela hilekoari buruzko hezkuntzarik izan hilekoa lehendabizikoz izan aurretik, edo hezkuntza partziala izan zela.

Horren osagarri, Nora Pascualek, Master Amaierako Lanean (MAL), eskola-adineko pobrezia menstrual aztertzen du espezifikoki³⁵, eta bertan adierazten du inkestatutako 10 eta 19 urte bitarteko gazteen % 4,8k, hilekoa lehendabizikoz izan aurretik, ez zekitela hilekoa zer zen, eta % 38k zerbait entzuna zutela horretaz, baina ez zekitela zehatz-mehatz zer zen. Hau da, 10 gaztetik 4 baino gehiago lehen hilekoa izatera iristen dira, zehazki zer gertatzen ari zaien eta nola kudeatu dezaketen jakin gabe.

Oro har, emakume gertukoenak (amak, ahizpa nagusiak eta lagunak) arduratzen dira emakume gazteenei hilekoa zer den eta zer ondorio duen informatzeaz, eta oso emakume gutxik izaten dute informazioa bestelako espazioetan (ikastetxeetan, etab.). Baieztapen horrek agerian uzten du alderdi hezitzaile hori familiako emakumeen esku geratzen dela soilik, eta gizonak gai horretatik kanpo geratzen direla.

Bestalde, ez da ahaztu behar hilekoari buruzko hezkuntza on batek aukera ematen diela emakumeei eskura dituzten produktuak ezagutzeko, bizitzako une bakoitzean dituzten gustu eta beharretara hobekien egokitzen direnak aukeratu ahal izan ditzaten.

Kalteberatasun-egoeran dauden emakumeei hilekorako produktuen erabilerari dagokionez egindako inkestaren bidez bildu diren datuen arabera, *konpresak* erabiltzen dira gehien (% 77,9), baina baita *salva-slipak* ere (% 48,1). % 36,1ek tanpoiak erabiltzen dituzte normalean.

Datu horiek agerian uzten dute emakumeek nahiago dituztela erabilera bakarreko hilekorako produktuak. Hala eta guztiz ere, adierazi behar da azken hamarkadan ezagunagoak egin direla hilekorako produktu berrerabilgarriak, eta merkatu-kuota handitzen hasi dela, merkeagoak, osasungarriagoak eta ingurumenarekiko jasangarriagoak direlako, itsas hondakinak murrizten laguntzen baitute³⁶.

Galdetegiaren bidez bildutako datuek agerian utzi dute emakume talde horretan produktu berrerabilgarriak erabiltzen hasi direla. Hala, % 9,1ek dio *konpresa berrerabilgarriak* erabiltzen dituela, % 8,4k *hilekorako kuleroak* eta % 7k *hilekorako kopa*.

³⁵ «Análisis de la pobreza menstrual en edad escolar. Lecciones aprendidas en el Reino Unido y su Aplicación a España». Jaume I Unibertsitatea. 2021.

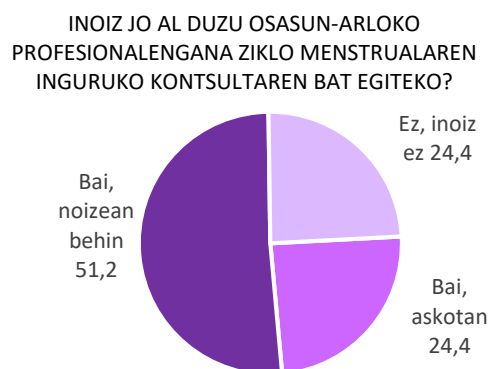
³⁶ Hondakinen prebentziorako eta Kontsumo arduratsurako Fundazioak egindako azterlanaren arabera, EBko merkatuan saltzen diren ohiko hilekorako produktu gehienak erabilera bakarrekoak dira, eta % 90ean plastikoz fabrikatuta daude (zifra hori 5 erosketa-poltsaren baliokide da). Azterlanean kalkulaturakoaren arabera, hilekoa duen pertsona batek erabilera bakarreko 32 produktu kontsumitzen ditu hileko bakoitzean. Beraz, bizitza ugalkorrean zehar, 14.000 baino gehiago kontsumituko ditu. Hala, hilekoa duen pertsona bakar batek 180 kg hondakin inguru sortzen ditu bere bizitza ugalkorrean zehar. Hemen kontsulta daiteke: <https://zerowasteurope.eu/library/the-environmental-economic-costs-of-single-use-menstrual-products-baby-nappies-wet-wipes/>

Diagnostikorako eta aholku medikorako zailtasunak

Nahasmenduak eta eragozpenak diagnostikatzeko eta horiei laguntza emateko, ziklo menstrualaren duten pertsonen gai izan behar dute beren gorputzarentzat anormalak diren hilekoaren sintomak identifikatzeko, eroso sentitu behar dute aholkularitza eta laguntza eskatzen, eta aukera izan behar dute osasun menstrualeko beharrei erantzuteko diseinatutako sistema batean diharduten profesional eskudunen osasun-zerbitzuak eskuratzeko³⁷.

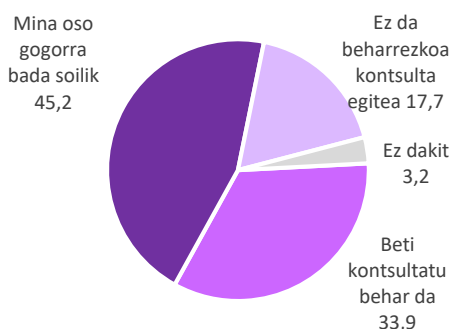
Hala ere, ikerketen arabera, ohikoa da emakumeek hilekoa minekin lotzea, eta batzuetan baita min gogorrekin ere; horrek, neurri handi batean, eragotzi edo atzeratu egiten du osasun-arloko profesionalen kontsultatzea, eta askotan gaitz larriagoak eragiten ditu (endometriosisa, infekzioak...).

Kalteberatasun-egoeran dauden bost emakumetik batek (% 24,4k) ez du inoiz osasun-arloko profesionalengana jo (ginekologia, medikuntza, erizaintza...) ziklo menstrualaren inguruko kontsultaren bat egiteko.



Datu horiek ekitateari eta osasun menstrualari buruzko azterlanak erakusten dituenak baino pixka bat txikiagoak dira; izan ere, azterlan horren arabera, Espainian parte-hartzaileen % 39,5ek ez du inoiz osasun-arloko profesionalengana jo hilekoari buruzko kontsultarik egiteko.

ZENBATERAINO USTE DUZU BEHARREZKOA DELA OSASUN-ARLOKO PROFESIONALEI HILEKOAREN MINEN INGURUKO KONTSULTA EGITEA?



Hilekoaren ondoriozko minei dagokienez, kontsultatutako emakumeen ia erdiek (% 45,2k) uste dute *mina oso handia denean soilik kontsultatu behar zaiela osasun-profesionalei*. % 17,7k uste du *ez dela beharrezkoa osasun-profesionalei galdetzea, «normala» baita hilekoarekin batera min handiak izatea*.

³⁷ Royal College of Obstetricians & Gynaecologists. «Better for women: improving the health and wellbeing of girls and women». Londres: Royal College of Obstetricians & Gynaecologists; 2019.

Hilekoaren min handien ondorioz osasun-arloko profesionalei kontsultatzea beharrezkoa ez dela uste duten emakumeen ehunekoa handiagoa da kalteberatasun-egoeran daudenen artean emakumeen guztikoan baino; izan ere, ekitaterik ezari eta osasun menstrualari buruzko azterlan horren arabera, % 13,2 ingurukoa dela uste da. Datu horiek agerian uzten dute kolektibo horretako emakumeen artean mina zertxobait gehiago normalizatzen dela, eta horrek osasun-arazo handiak ekar diezazkiela (infekzioak, diagnostiko berantiarrak, etab.).

Minaren normalizazio horri gehitu behar zaio kalteberatasun-egoeran dauden emakumeek zailtasun espezifikoak izaten dituztela, osasun-zentrora iristeko aukera baldintzatu dezaketenak.

«Batzuetan, utzi egiten diote beren osasun ginekologikoa zaintzeari, eta, askotan, produkturik gabe edo minak jota egiten dute aurrera»

Horrekin lotuta, kolektibo horrekin esku hartzen duten zenbait gizarte-erakundek ohartarazi dute emakume horiek egunero dituzten zailtasunen ondorioz, askotan, beren osasun menstrualala alde batera uzten dutela, eta horrek ondorio handiak eragin ditzakeela bizi-kalitatean eta osasun orokorrean.

Kultura-desberdintasunak eta hizkuntza-oztopoak ere galga handiak izan daitezke, eta, eragiten dituzten konplexutasunak direla eta, emakumeek zerbitzu horiek eskuratzeko aukera atzeratu edo ekidin egiten delako askotan.

Gainera, emakume batzuen esanetan, zerbitzu sanitarioetara iritsitakoan, ohikoa da osasun-profesionalek ere min horiek normalizatzea eta garrantzia kentzea.

«Medikuari galdetzen diodan bakoitzean, dena normala dela esaten dit, dena

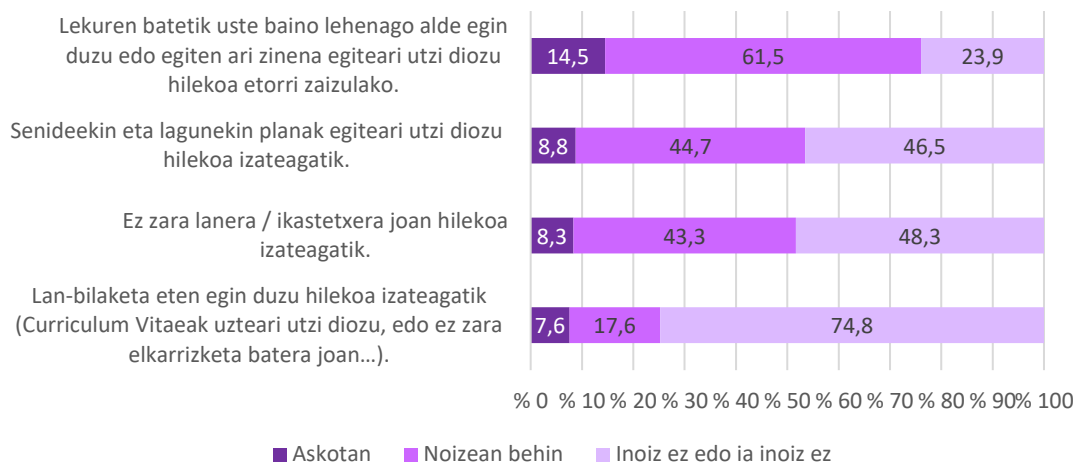
Beste ondorio batzuk emakumeen eguneroko ongizatean

Aipatutako gaiez gain, hilekoak eragina du emakumeen bizitzako beste arlo askotan ere: lan-arloan, gizarte-arloan, esparru pertsonalean, emozionalean, etab.

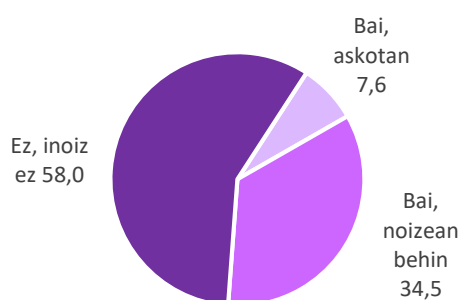
Inkestan jasotako datuen arabera, galdetutako emakumeen % 76,1ek *alde egin dute zeuden lekutik, edo egiten ari zirena egiteari utzi diote inoiz, hilekoa jaitsi zaielako*. Gainera, % 53,5ek *hilekoa izateagatik uko egin diote senideekin eta/edo lagunekin planak egiteari*, eta % 51,7k *arrazoi beragatik utzi diote lanera edo ikastetxera joateari*.

Gainera, lau emakumetik batek *lan-bilaketa eten egin du hilekoa izateagatik* (CVA banatzeari utzi dio, ez da elkarriketa batera joan...), eta horrek eragin negatiboa izan dezake.

ADIERAZI ZEIN MAIZTASUNekin...



DISKRIMINATUA EDO EPAITUA SENTITU AL ZARA NOIZBAIT HILEKOA EDUKITZEAGATIK?



Hilekoaren kudeaketa desegokiak ondorioak izan ditzake emakumeen autoestimuari eta autozainketari dagokienez. Hala, kalteberatasun-egoeran dauden emakumeei *hilekoa izateagatik inoiz diskriminatuta edo epaituta sentitu diren galdetzen zaienean*, emakumeen % 42,1ek baietz erantzun du.

Ehuneko hori emakume guztiei dagokienez jasotakoaren berdina da; izan ere, emakumeen % 42 diskriminatua edo epaitua sentitu da noizbait egoera horregatik.

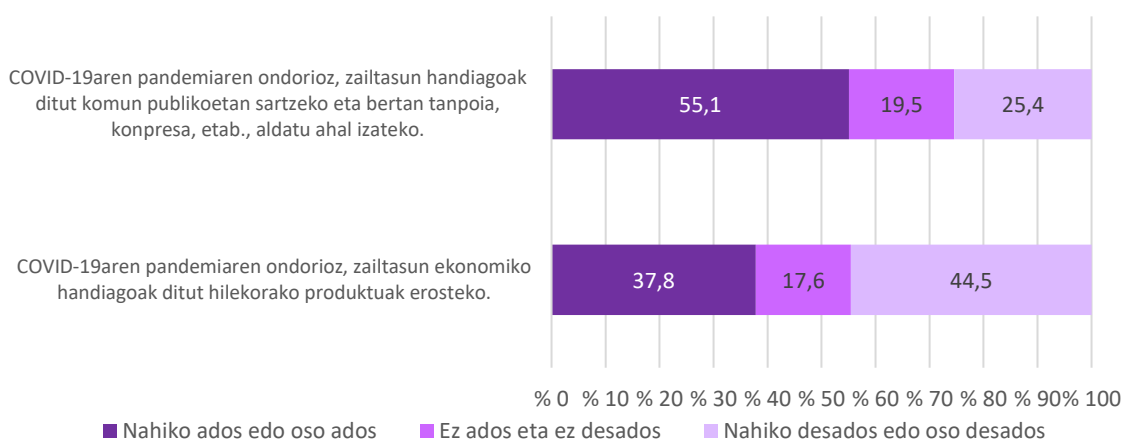
COVID-19aren pandemiaren eragina

Azkenik, kontuan hartu behar da COVID-19 pandemiaren agerpenak eragin garrantzitsua izan duela pobrezia menstrualaren eremuan. Hauek dira pandemiak hilekoa egoki kudeatzeari begira izan dituen ondorioetako batzuk:

- Neurri handi batean, itxita egon dira komun eta bainugela publikoak, kutsadura-fokuak saihesteko, egoki desinfektatzea bermatu ezin zitekeelako
- Nabarmen murriztu da, oro har, bizikidetza-unitateen eta, bereziki, emakumeen lan- eta ekonomia-jarduera, eta horrek areagotu egin du ezegonkortasun ekonomikoa eta are gehiago prekarizatu du lan-merkatuan duten egoera.
- Handitu egin da gizarte-zerbitzuak edo zerbitzu sanitarioak eskuratzeko zailtasuna, profesionalekin kontsultatu behar izan den kasuetan.

Krisi horrek maila orokorrean izan duen eraginari buruzko daturik ez dagoen arren, inkestaren bidez nahiz eztabaida-taldearen bidez bildutako informazioak agerian utzi du pandemiak eragin negatiboa izan duela pobrezia menstrualari dagokionez.

Kontsultatutako emakumeen erdiek baino gehiagok (% 55,1) uste dute *pandemiak are gehiago zaildu duela hilekoa kudeatzeko komun publikoetan sartu ahal izatea*. Gainera, % 37,8k krisialdi hau gertatu aurretik baino *zailtasun ekonomiko handiagoak izan ditu hilekorako produktuak eskuratzeko*.



Bestalde, hainbat azterlanetan, pandemia garaian emakume askok ziklo menstrualean izandako alderazioak aztertzen saiatu dira. Azterlan honen esparruan datu espezifikorik jaso ez bada ere, interesgarria da jakitea «*Alteraciones menstruales durante la pandemia de la COVID-19 en España*» txostenak (17.455 parte-hartzaile egin zaie) ondorioztatzen duena: kontsultatutako emakumeen % 39,4k adierazi zuten hilekoan aldaketak izan zituztela pandemian zehar (mina areagotzea, ziklo menstrual luzeagoak edo laburragoak, edo odoljario ugariagoak, besteak beste)³⁸.

Gainera, txosten horren arabera, 10etik 2k baino gehiagok zailtasunen bat izan zuten pandemia garaian hilekorako produktuak aurkitzeko. % 5,1ek ezin izan zuen osasun-arloko profesionalekin kontsultatu hitzordurik ez zegoelako; % 11,5ek osasun publikora eta % 9,5ek osasun pribatura jo zuten pandemia garaian hilekoarekin lotutako kontsultak egiteko.

³⁸ Laura Medina Perucha, Tomás López Jiménez, Anna Sofie Holst, Constanza Jacques Aviñó, Jordina Munrós Feliu, Cristina Martínez Bueno, Carme Valls Llobet, Diana Pinzón Sanabria, M^a Mercedes Vicente Hernández, Anna Berenguer. «*Alteraciones menstruales durante la pandemia de la COVID-19 en España*». Jordi Gol i Gurina Lehen Mailako Arretako Ikerketarako Unibertsitate Institutua Fundazioa (IDIAPJGol), Bartzelona: 2021.
https://www.idiapjgol.org/images/Informe_alteraciones_menstruales_y_COVID19_en_Espana.pdf

5. EAEko Hirugarren Sektore Sozialetik pobrezia menstrualari eman zaion erantzuna

Lehen esan bezala, pobrezia menstrualak emakume guztiei eragiten die, baina bereziki egoera kalteberenean daudenei. Gogoratu behar da lan honetan bildutako datuen arabera, kontsultatutako hamar emakumetik ia bik (% 18,8) *elkarte edo gizarte-erakunderen batera jo duela hilekorako produktuak eskatzera*.

Horregatik, bereziki interesgarria da ezagutzea EAEko Hirugarren Sektore Sozialak gaur egun zer erantzun ematen duen emakumeen kolektibo horrek pobrezia menstrualari dagokionez dituen beharrak arintzeko.

Zer erantzun ematen diote arazo horri EAEko Hirugarren Sektore Sozialeko erakundeek?

Kontsultatutako erakunde gehienek artatzen dituzten emakumeen pobrezia menstrualari arintzera bideratutako baliabideak eskaintzen dituzte; ohikoena da hilekorako produktuak ematea, edo, bestela, produktuok erosteko laguntza ekonomiko bat. Erakundeek ziurtatu dute urteak daramatzatela artatzen dituzten emakumeei hilekorako produktuak ematen, kolektibo horretan beti izan baita premia hori.

Oro har, uste da **egungo erantzuna mugatua eta eskasa** dela, eta emakume horien premien zati bat baino ez dutela betetzen.

«Beharren zati bat betetzen dugu, baina ez da nahikoa»

«Kanpainetan eta dohaintzetan jasotzen genituen produktuekin nahikoa ez zela uste genuenez, orain konpresak erosi egiten ditugu eta hilero pakete bat ematen diegu ugaltzeko adinean dauden emakumeei»

Izan ere, erakunde batzuek **premia hori arintzera bideratutako baliabideak handitzeko beharra ikusi dute**, ematen ari ziren erantzuna oso eskasa zela sumatzen baitzuten.

Hilekorako produktuak askotarikoak diren arren, eskaintzen diren produktuak erabilera bakarrekoak dira (konpresak eta tanpoiak batez ere), eta horrek mugatu egiten du emakumeek beren gorputzerako eta hilerokorako aukeratzen dituzten produktuak hautatzeko aukera.

Horrez gain, beharrezkotzat jotzen da hilekoaren beste ondorio batzuk (mina kasu) arintzeko bestelako laguntzak ematea (analgesikoak), antisorgailuetarako sarbidea eraztea edo hilekoa eduki bitartean babes sozial edo instituzionala handitzea.

«Batez ere, osasun menstrualarekin zerikusia duten gaiei buruzko informaziorik ez zegoelako antzeman zen premia hori»

Kontsultatutako hainbat erakundek **hezkuntza-arloan ere laguntza eskaintzen dute, osasun eta higiene menstrualarekin lotutako alderdiak** ikuspegi zabalago batetik lantzeko.

Erakunde batzuek antzeman dute emakume horiek informazioa falta dutela ziklo menstrualari dagokionez, eta, horregatik, osasun eta higiene menstrualari, sexu-hezkuntzari edo familia-plangintzari buruzko hitzaldiak eta tailerrak antolatu dituzte. Hori bai, egindako ekintzak gorabehera, hezkuntza-lan hori indartzen jarraitu behar dela uste dute.

Hala ere, zenbait zailtasun daude erabiltzaileak programatutako hitzaldi edo prestakuntzan parte hartzeko; erakundeen arabera, tabuak eta mandatu kulturalak dira horretarako arrazoi nagusiak. Nabarmendu dute oso kontuan hartu behar direla bai emakumeen jatorria, bai artatzeko, galdetzeko eta informazioa emateko erabiltzen den hizkera; izan ere, horretan oinarrituta ulertu ahal izango da emakume bakoitzak nola ulertu eta bizi duen alderdi hori bere bizitzan eta gorputzean.

«Neurriak eta erantzunak diseinatzeko, oso garrantzitsua da erabiltzaileei informazio egokia ematea. Idatziz eta ahoz informatu behar da, betiere bakoitzaren mailara eta ulermen-gaitasunera egokitutako hizkuntzaren bidez»

Neurri txikiagoan bada ere, kontsultatutako erakunde batzuek kontuan hartzen dute hilekoa egoki kudeatzeko aukera ematen duten komun eta bainugelak erabiltzeko aukera, baita horiek egoki hornituta egotearen garrantzia ere.

«Gaur egun, gure komun gehienak egokituta daude egoera horri erantzuteko. Komun guztietan daude txorrotak eta paperontziak»

Ahal den neurrian, erakundeak saiatzen dira komun guztiak erabat seguruak izan daitezen emakumeentzat, eta unean-unean izan ditzaketen beharrei erantzuteko egokituta eta behar bezala hornituta egon daitezen. Hala ere, nabarmendu dute zaila dela intimitaterako eskubidea erabat bermatzea zenbait establezimendutan, hala nola pertsona asko elkarrekin bizi diren eta komunak partekatzen dituzten aterpetxe edo pisuetan.

Erakunde batzuek, gainera, jarraipen- eta laguntza-lanak egiten dituzte emakumeen osasunaren esparruan, osasun ginekologikoa, informazioa eta autozaintza-jarraibideak eskuratzeko eta horien jarraipena egiteko orduan dauden gabeziei eta zailtasunei erantzuteko.

«Osasunaren arloan laguntza eskaintzen dugu, eta hitzorduetara, osasun-azterketetara, etab., joan daitezela azpimarratzen da»

Kontsultatutako erakundeen artean kezka dago Hirugarren Sektore Sozialak errealitate horri ematen dion erantzunaren inguruan. Uste dute bazterkeria-egoeran edo -arriskuan dauden emakumeekin esku hartzen duten erakunde espezializatuak soilik erreparatzen diotela pobrezia menstrualari, baina oraindik ikusezina dela, oro har, sektorearentzat.

«Nolabait erantzuna ematen zaie oinarrizko premiei; besteak beste, aldatzeko produktuak eta espazio bat edukitzea»

EAEko Hirugarren Sektore Sozialeko erakundeei sektoreak pobrezia menstrualari ematen dion erantzunari buruz galdetzen zaienean, antzematen da erakunde askok ez dakitela sektoreak, orokorrean, zer nolako arreta ematen dion arazo horri.

«Hirugarren Sektorean ez da hilekoaren esperientzia ikusarazten edo zaintzen»

«Hein batean tabu bat izaten jarraitzen du, eta pixka bat isildua dago oraindik. Emakumeen arazoa izaten jarraitzen du, eta, beraz, ez du lehentasunik»

Gizarte osoan gertatzen den bezala, badirudi hilekoa tabua dela Hirugarren Sektorean ere. Emakumeen eremu pribatu eta pertsonalari dagokion zerbait da, eta jendaurrean aipatzen edo jorratzen ez den zerbait. Erakunde batzuen arabera, ikusezin bihurtze horren ondorioz, askotan ez zaio behar besteko erantzuna ematen gaiari.

Kontsultatutako erakundeek ez dute pobrezia menstrualaren eta COVID-19aren ondorioen arteko lotura ezagutzeko nahikoa informazio, baina, oro har, uste dute, kalteberatasun-egoeran edo bazterketa-arriskuan dauden emakume askoren egoerak okerrera egin duen bezalaxe, pobrezia menstruala ere ugartu egin dela. Erakundeetako batek errealitate horren isla antzeman du, batez ere, gazteen kopuruan.

Azpimarratu dute, halaber, emakumeei ildo horretan laguntza ematen zieten erakunde askok beren jarduera murriztu edo bertan behera utzi behar izan zutela konfinamenduan, eta horrek muturreko pobrezia menstrualean utzi zituela emakume asko.

6. Ondorioak

Pobrezia menstrualaren irismena EAEn:

- ✓ EAEn, 105.000 emakume inguruk eduki ahal izan dituzte zailtasun ekonomikoak noizbait hilekorako produktuak erosteko. Gainera, 188.000 emakumek baino gehiagok erosi behar izan dituzte hilekorako produktu merkeagoak, zailtasun ekonomikoek eraginda.
- ✓ Bestalde, ugaltzeko adinean dauden emakume gehienek (349.108 emakume) behar baino denbora luzeagoz izan dute hilekorako produktua, hilekoa behar bezala kudeatzeko lekuri aurkitu ez dutelako.
- ✓ Gainera, 37.270 emakume inguruk normaltasunez onartzen dute hilekoak min handiak eragitea, eta 18.000 emakumek uste dute ez dela beharrezkoa hilekoak eragindako minen inguruan kontsultatzea profesional bati.
- ✓ 272.700 emakume inguruk ez dute hilekoari buruzko hezkuntzarik jaso hilekoa lehendabizikoz eduki aurretik, edo hezkuntza partziala jaso dute.

Pobrezia menstrualaren ondorioak

Hilekorako produktuak eskuratzeko zailtasunak:

- ✓ Hilekorako produktuak eskuratzeko zailtasun ekonomikoak dituzten eta kalteberatasun-egoeran dauden emakumeen ehunekoa gainerako emakumeen ehunekoa halako hiru da (% 60,3 eta % 22,2, hurrenez hurren).
- ✓ Zailtasun ekonomikoak direla-eta hilekorako produktu merkeagoak erosteko beharra ere askoz handiagoa da kalteberatasun-egoeran dauden emakumeen artean (% 82,5, emakume guztien % 39,9arekin alderatuta).
- ✓ Kontsultatutako emakumeen erdiek diote *behar baino denbora luzeagoz erabili dituztela hilekorako produktuak, diru pixka bat aurreztearren*, eta % 51,3k *hilekorako produktuak erosteari utzi dio beste gastu batzuei aurre egin ahal izateko* (elikagaiak, etxebizitzarekin lotutako gastuak edo beste edozein gastu).
- ✓ Gainera, emakumeen % 44,6k *beste produktu batzuk erabili ditu (komuneko papera, pixoihalak...), hilekorako produktuak erosteko zailtasun ekonomikoak direla eta*.

Komunak eta konketak erabiltzeko aukerarik eza

- ✓ Analisiak agerian utzi du emakumeek arazoak dituztela hilekoa duintasunez kudeatzeko erabat hornituta eta prestatuta dauden komun eta bainugela publikoak eskura izateko. Inkestatutako hamar emakumetik ia zortzik (% 77,5ek) *arazoak izan dituzte hilekorako produktua aldatzeko, lekuak higiene-baldintzak betetzen ez zituelako, eta % 74,1ek duintasunez eta baldintza higienikoetan aldatzeko behar bezala hornitu edo prestatuta ez dauden komun publikoak erabili ditu* (hilekorako produktuak botatzeko paperontzirik gabe, txorrotarik gabe, kisketa apurtuta...).
- ✓ Arrazoi ekonomikoak direla-eta hilekorako produktua behar baino denbora luzeagoz erabiltzeak edo behar bezala hornitutako eta prestatutako bainugelak erabili ezin izateak ondorio garrantzitsuak izan ditzakete emakumeen bizi-kalitatean eta osasunean.
- ✓ Komun publikoetan hilekoa egoki kudeatzea are zailagoa da desgaitasuna duten emakumeentzat edo hilekoa eduki eta emakumeen generoarekin identifikatzen ez diren pertsonen kolektiboarentzat, besteak beste.

Hilekoari buruzko hezkuntzarik eza

- ✓ Hilekoaren inguruko mito eta uste faltsu batzuek errotuta jarraitzen dute, eta horrek agerian uzten du beharrezkoa dela kalitatezko hilekoari buruzko hezkuntza bultzatzen jarraitzea, emakumeek beren gorputza ezagut dezaten eta zikloaren une bakoitzean gertatzen ari zaiena jakin dezaten. Jasotako datuen arabera, kontsultatutako emakumeen ia erdiak (% 47,9) ados agertu dira *hilekoa duzunean umore txarrez zaudela* dioen esaldiarekin, eta lautik batek esan du *hilekoarekin ezin dela sexu-harremanik izan*.
- ✓ Hilekoari buruzko hezkuntzak aukera ematen die emakumeei zer produktu eskura ditzaketen jakin, eta beren gustu, ezaugarri eta beharretara hobekien egokitzen direnak aukeratu ahal izateko.

Diagnostikorako eta aholku medikorako zailtasunak

- ✓ Ohikoa da emakumeek hilekoa minekin lotzea, eta batzuetan baita min gogorrekin ere; horrek, neurri handi batean, eragotzi edo atzeratu egiten du osasun-arloko profesionalen kontsulta egitea, eta horrek gaitz larriagoak eragin ditzake (endometriosisa, infekzioak...). Kontsultatutako bost emakumetik batek (% 24,4k) *ez du inoiz osasun-arloko profesionalengana jo* (ginekologia, medikuntza, erizaintza...) *ziklo menstrualaren inguruko kontsultaren bat egiteko*.

- ✓ Gainera, kontsultatutako emakumeen % 17,7k uste du *ez dela beharrezkoa osasun-profesionalei galdetzea, «normala» baita hilekoarekin batera min handiak izatea*. Ehuneko hori emakume guztien artean antzemandakoa baino handixeagoa da (% 13,2).

Beste ondorio batzuk emakumeen eguneroko ongizatean

- ✓ Emakume askok, hilekoa dutenean, uko egiten diote lagunekin eta senideekin planak edo jarduerak egiteari. Kontsultatutako emakumeen % 76,1ek *alde egin dute zeuden lekutik, edo egiten ari zirena egiteari utzi diote noizbait, hilekoa etorri zaielako*, eta % 53,5ek *hilekoa izateagatik uko egin diote senideekin eta/edo lagunekin planak egiteari*.
- ✓ Hilekoak eragina izan dezake autoestimuari dagokionez ere. Kalteberatasun-egoeran dauden emakumeen % 42,1 diskriminatua edo epaitua sentitu da noizbait hilekoa izateagatik.

COVID-19aren pandemiaren eragina

- ✓ Kalteberatasun-egoeran dauden emakumeen artean, COVID-19aren pandemiak eragin negatiboa izan du pobrezia menstrualari dagokionez. Kontsultatutako emakumeen erdiek baino gehiagok (% 55,1) uste dute *pandemiak are gehiago zaildu duela hilekoa kudeatzeko komun publikoetan sartu ahal izatea*. Gainera, % 37,8k *zailtasun ekonomiko gehiago ditu hilekorako produktuak eskuratzeko*.

EAEko Hirugarren Sektore Sozialaren erantzuna

- ✓ Hirugarren Sektore Soziallean kontsultatutako erakunde gehienek errealitate horri erantzuten diote, eta ohikoena da hilekorako produktuak ematea edo horiek eskuratzeko laguntza ekonomikoa ematea, nahiz eta kasu batzuetan osasun menstrual eta hilekoari buruzko hezkuntza ere lantzen diren.
- ✓ Erakunde batzuek hezkuntza-arloan ere laguntza eskaintzen dute, osasun eta higieine menstrualarekin lotutako alderdiak ikuspegi zabalago batetik lantzeko.
- ✓ Hala ere, oro har, uste da kalteberatasun-egoeran dauden emakumeen pobrezia menstrual arintzeko laguntza eskasa dela gaur egun.
- ✓ Kezkak sumatzen dira Hirugarren Sektore Sozialak, orokorrean, errealitate horri ematen dion erantzunaren inguruan. Badirudi bazterkeria-egoeran edo -arriskuan dauden emakumeekin esku hartzen duten erakunde espezializatuek soilik erreparatzen diotela pobrezia menstrualari, baina oraindik ikusezina dela, oro har, sektorearentzat.

7. Inpaktua minimizatzeko eta erantzuna hobetzeko gomendio nagusiak, eta zenbait ekimen inspiratzaile

7.1. Inpaktua minimizatzeko eta erantzuna hobetzeko gomendioak

Lanean zehar, kontsultatutako eragileek proposatutako orientabide eta ekintza batzuk bildu dira, emakumeek hilekoa behar bezala kudeatzeko dituzten aukerak areagotzen lagun dezaketen hobekuntzei dagokienez. Jarraian jasota daude gomendio horiek, azterketa-dimentsioen ikuspegiaren arabera ordenatuta:

Alderdi ekonomikoari dagokionez:

- **Hilekorako produktuen BEZa kentzea edo, gutxienez, murriztea**, gaur egun % 10eko zerga baitute (BEZik gabeko produktuen artean sailkatzea edo, gehienez, % 4ko BEZ supermurriztua aplikatzea).
- **Zenbait puntu estrategikotan hilekorako produktuak doan eskaintzea**, behar duten emakumeek eskura izan ditzaten. Hona hemen aipatzen diren gunetako batzuk: ikastetxeak eta unibertsitateak, zentro publikoak, gizarte-bazterkeria egoeran edo arriskuan dauden emakumeei arreta emateko guneak edo espetxeak.

Hezkuntzari dagokionez:

- **Kalitatezko hilekoari buruzko hezkuntzaren aldeko apustua egitea ikastetxeetan, ikasle guztiei zuzenduta** (ez soilik emakume eta neskatoei), baita hezkuntza informaleko eremuetan ere, ziklo menstrual normalizatzeko eta hilekoaren inguruan dauden estigma eta aurreiritziak ezabatzeko; betiere, ekintzak adinaren arabera egokituta.
- **Erabil daitezkeen hilekorako produktuei buruzko informazioa** ematea ikastetxeetan, nor bere beharretara, gorputzaren ezaugarrietara eta gustuetara ondoen egokitzen diren produktuak ezagutu ditzan (alergiak, erosotasuna, odoljarioaren bolumena, hilekoaren iraupena eta maiztasuna, etab., kontuan hartuta).
- **Ziklo menstrualarekin eta haren kudeaketarekin lotutako dibulgazio- eta sentsibilizazio-ekintzak** martxan jartzea, kontuan hartuta pertsona bakoitzak esperientzia ezberdina duela hilekoarekiko.

Komun eta bainugela publikoei dagokienez:

- «Hilekoarekin lagunkoiak» edo «hileko-friendly» diren komunak sustatzea leku publikoetan, ikastegietan eta lantokietan gutxienez. Horrek esan nahi du komunak behar bezala hornitu behar direla hilekoa duintasunez eta era seguruan kudeatu ahal izateko (komuneko papera, txorrota, paperontzia...).
- Komun eta bainugela publikoak 24 orduz irekita edukitzea.

Ingurumenari dagokionez:

- Hilekorako produktu organiko eta berrerabilgarrien ezagutza eta erabilera bultzatzea, ingurumenarekiko errespetutsuagoak izateaz gain, epe luzera merkeagoak eta osasungarriagoak baitira.
- Hilekorako produktu berrerabilgarrien hondakinak kudeatzeari eta botatzeari buruzko informazioa ematea.

Ikerketari dagokionez:

- Pobrezia menstrualari buruzko azterlanean aurrera egitea, eta arazo horrek kolektibo espezifikoetan duen eraginean sakontzea (degaitasuna duten emakumeak, gizon transgeneroak, bizitegi-bazterketa larrian dauden emakumeak...); izan ere, kolektibo horien errealitatea, hilekoaren garaian, ez dator bat beste emakume batzuenarekin.
- Pobrezia menstrualari desagerrarazteko politiken jarraipena eta ebaluazioa egitea.
- Pobrezia menstrualari buruzko adierazleak txertatzea inkestetan eta aldizkako kontsultetan.

Esku-hartze soziosanitarioari dagokionez:

- Administrazio publikoaren ekintza sozial eta politikoak sustatzen dituzten jarduerak sustatzea, beste eragile batzuekin lankidetzan (elkarte feministak eta Hirugarren Sektoreko beste erakunde batzuk, hezkuntza-eremua, eremu sanitarioa, emakumeak, etab.).
- Osasunaren, esku-hartze sozialaren eta hezkuntzaren arloetako langileen prestakuntza eta gaikuntza sustatzea, ziklo menstrualari eta haren kudeaketari dagokienez.
- Kalteberatasun- edo/eta bazterkeria-egoeran dauden emakumeei osasun publikorako sarbidea erraztea, baita jarraipen sanitarioa egitea ere; izan ere, sistema sanitariotik aldentzeko aukera handiagoa dute emakume horiek, eta horrek ondorioak izan ditzake beren bizi-kalitatean eta, oro har, osasunean.

7.2. Zenbait ekimen inspiratzaile

Toki bakoitzean, pobrezia menstrual ezberdin azaleratzen da. Esan bezala, egoera kalteberenean dauden emakumeek eta diru-sarrera txikienak dituztenek pairatzen dute gehien, eta horrek genero-, arraza- eta gizarte-desberdintasunak islatzen ditu. Hala ere, arazoak ez die soilik diru-sarrera txikiko herrialdeei eragiten; izan ere, emakumeen egoera kaskarrari buruzko txostenak daude hainbat herrialdetan, hala nola: Estatu Batuak, Espainia, Kanada, Etiopia, Kenya edo India.

Jarraian, hainbat lurralde-eremutan gauzatutako ekimen azpimarragarri batzuk aurkeztzen dira:

Nazioarteko eremuan

Eskoziak egin du pobrezia menstrual desagerrarazteko ekimenik ezagunena. Esperientzia pilotu baten ondoren, 2020an aho batez onartu zuen hilekorako produktuak doan eskuratzeko aukera. Munduko lehen herrialdea izan da horretan. Legegintza-proiektu horrek legez ezartzen du konpresa eta tanpoien gisako produktuak doan eskuratzeko eskubidea, «pobrezia menstrualaren gaitza errotik ezabatzen» laguntzeko. Orain arte, produktu horiek doakoak ziren jada bigarren hezkuntzako eta unibertsitateko ikasleentzat, eta dagoeneko beste leku publiko batzuetan ere halako produktuak banatzeko erraztasunak ematen zituen gobernu autonomoak. Neurri honek urtean 11 milioi euro inguruko kostua du.

Nahiz eta Eskozia izan produktu horietarako sarbide unibertsala bermatuko duen munduko herrialde bakarra, herrialde batzuek aurrera egin dute hornidura partzialean. Horrela, Zeelanda Berriak³⁹ iragarri zuen 2021eko ekainetik aurrera herrialdeko ikastetxe guztietan hilekorako produktuak doan emateko asmoa zuela, pobrezia menstrualari aurre egiteko.

Hilekorako produktuen horniduraz haratago, azken urteotan agenda publikoan garrantzia hartu du hilekoa kudeatzeko artikuluei Balio Erantsiaren gaineko Zerga (BEZ) kendu edo murrizteko ideiak. 2007tik, Europar Batasunak (EB) aukera ematen die estatu kideei tanpoien gaineko zerga delakoa gutxieneko jakin batera aldatzeko. Orain arte, BEZa % 5era⁴⁰ arte murrizteko aukera soilik ematen zuen zuzentarau bat zuten estatu kideek. Hala ere, 2021eko abenduan, Europako Batzordea akordio batera iritsi da produktu batzuei % 0ko BEZa aplikatzeko, besteak beste, higiene menstrualerako produktuei⁴¹.

³⁹ «Global citizen Period Poverty: New Zealand Announces Free Menstrual Products for All Students». 2021.

⁴⁰ Taxation and Customs Union: https://ec.europa.eu/taxation_customs/vat-rates_en

⁴¹ Europako Batzordea, abenduak 7: «New rules on VAT rates offer Member States more flexibility while supporting the EU's green, digital and public health priorities».

Hauek dira zerga altuenak dituzten herrialdeak: Hungaria (% 27), eta Kroazia, Suitza eta Danimarka (% 25)⁴². Herrialde horietan, emakumeen higiene-produktu horiek behar-beharrezkoak ez diren beste produktu batzuen BEZ tarte berean mantendu dituzte. Gainera, Eskandinaviako hainbat herrialdek, EBko kideak izan edo ez, % 25 inguruko zerga ezartzen dute, eta Greziak «tanpoien gaineko zerga» delakoa % 23ra igo zuen, herrialdearen austeritate-neurrien barruan⁴³. EBko 28 estatu kideetatik ia erdiek jarraitzen dute konpresei eta tanpoiei BEZ tasa normala aplikatzen, besteak beste, bitxiei, ardoari, garagardoari eta zigarroei ezartzen zaien tarte berean.

2015ean, Frantziak emakumeen higiene-produktuen BEZa % 11tik % 5,5era murriztu zuen. 2018an, Alemaniako gobernuak % 19tik % 7ra murriztu zuen 2019an. Azken urteotan, Europa erdialdeko eta ekialdeko hiru herrialdek (Polonia, Txekiar Errepublika eta Lituania) % 5era jaitsi dute tanpoiaren zerga. Luxenburgo da gehien murriztu duen herrialdea (% 3raino)⁴⁴.

Hornidura mota horri inolako zergarik aplikatzen ez dion Europako herrialde bakarra Irlanda da; BEZa murrizteko eta salbuesteko Europako legeria onartu baino lehenago ezarritako neurria denez, eta, hortaz, orain arte ezarritako % 5eko minimoa ez da aplikagarria han.

Bestalde, herrialde batzuek hilekoa eta ziklo menstrualak maneiatzeko beste neurri batzuk ezarri dituzte. Hala, adibidez, ordutegi-malgutasuna eta telelana sustatzen dituzte batzuek, edo, Asiako herrialdeen kasuan, «Hilekoaren Legea» deritzon legeria dute, zeinaren arabera 1-3 eguneko lizentzia ematen baitzaie hilekoaren ondorioz min handia duten emakumeei, baldin eta mediku batek egiazta badezake. Japonia izan zen neurri hori praktikan jarri zuen lehen herrialdea⁴⁵.

Estatuan

Azken urteotan, pobrezia menstrualaren ondorioak arintzeko ekimenak egin dira Espainian. Ekimen horiek erakunde feministen eta gizarte zibiletik sortutako ekimenen eskutik sustatu dira batez ere, haiek jarri baitute eztabaida mahai gainean.

Hilekorako produktuen BEZa % 10etik % 4ra jaitea da elkarte horien aldarrikapen nagusia. Eskari hori handitu egin zen 2022ko Aurrekontu Orokorren negoziazioari dagokionez; izan ere, Period Spain⁴⁶ erakundearen eskutik, 70.000 sinadura baino gehiagoren bidez, Diputatuen Kongresuan honako hauek aldarrikatu ziren: hilekorako

⁴² Europako herrialdeen erdiek BEZ bera ezartzen diete konpresa eta tanpoiei eta tabakoari, garagardoari edo ardoari: <https://civio.es/medicamentalia/2018/11/07/14-paises-europeos-tienen-el-mismo-iva-para-las-compresas-y-tampones-que-para-el-tabaco-la-cerveza-o-el-vino/>

⁴³ Statista. <https://www.statista.com/chart/18192/sales-tax-rates-on-feminine-hygiene-products-in-europe/>

⁴⁴ «*Género y Pobreza: Determinantes sociales de la salud y el acceso a servicios sociosanitarios de las mujeres*» - EAPN-ES. 2020.

⁴⁵ «*La menstruación como política pública innovadora en el marco de los derechos sexuales y reproductivos de niñas y mujeres en Colombia*». Daniela Patricia Moya González 2019. Pagni 7

⁴⁶ Period Spain. 2021. https://www.instagram.com/p/CV3eulDKoHv/?utm_source=ig_embed

produktuen BEZa murriztea eta pobrezia menstrualarekin amaitzeko neurri espezifikoak hartzea; espazio publikoetan higie-ne menstrualerako produktuak jartzea, hala nola osasun-zentroetan, ikastetxeetan edo gizarte-jantokietan, horiek behar dituzten emakumeek erabil ditzaten; pobrezia menstrualak Espainian duen inpaktuari buruzko azterlana egitea nazio mailan; eta osasun menstrualaren gainean hezteko eta sentsibilizatzeko kanpaina abian jartzea.

Esperientzia berrien artean aipatzekoa da 2021eko ekainean egindakoa⁴⁷: Banco Farmacéutico GKEak eta Asociación Cívica La Nau elkarteak (elikagai ez diren produktuen bankua) kalteberatasun-egoeran dauden emakumeei hilekorako produktuen sortak emateko lehen ekimena bultzatu zuten Katalunian, hirugarren sektoreko 300 erakunderen laguntzarekin. Ekimen haren bidez, 20.000 lote banatu zituzten, konpresekin eta emakumeen higie-ne intimorako materialarekin, kalteberatasun-egoeran dauden eta horiek eskuratzeko zailtasun ekonomikoak dituzten emakumeen artean.

Pobrezia menstrualaz ezabatzeko ekintzaren bat egin duten erakunde publikoei dagokienez, Vigoko Unibertsitatea nabarmentzen da, ikasleen zein unibertsitateko langileen artean konpresak eta tanpoiak doan banatzen dituen lehen erakunde akademikoa baita⁴⁸.

Era berean, Gironako Udalaren Osoko Bilkurak ekimen aitzindaria onartu zuen 2021eko maiatzean: hilero zortzi orduko baimena emango zitzaien emakumezko langileei, hilekoarekin zerikusia duten min edo eragozpenen ondorioz lana utzi ahal izateko⁴⁹.

⁴⁷ «20.000 lotes con material de higiene íntima femenina para combatir la pobreza menstrual». El País. 2021.

⁴⁸ UVigo. 2021. «Primeira universidade española na que as mulleres poderán acceder de xeito gratuito a produtos de hixiene feminina».

⁴⁹El País. «Las trabajadoras del Ayuntamiento de Girona tendrán un permiso menstrual de ocho horas al mes». 2021

8. Bibliografia

BILBOKO UDALA. Akta. 2021eko Osoko bilkurak. 2021/06/24

BELBUR BARIK 2021: Eskuragarri hemen: <https://www.beldurbarik.eus/eu/hilekoak-min-emen-dit/>

BOTELLO-HERMOSA, A; CASADO-MEJIA T. «*Fears and concerns related to menstruation: a qualitative study from the perspective of gender*». 2015 aldizkaria. Enferm. 24 (Eskuragarri hemen: <https://doi.org/10.1590/0104-07072015000260014>)

EUSKO JAURLARITZAKO BERDINTASUN, JUSTIZIA ETA GIZARTE POLITIKETAKO SAILA. Pobreziari eta Gizarte Desberdintasunei buruzko Inkesta, 2020. Eskuragarri hemen: <https://www.euskadi.eus/dokumentazioa/2020/2020ko-pobreziaren-eta-gizarte-ezberdintasunen-inkestaren-txostena/web01-s2enple/eu/>

EUSKO JAURLARITZAKO BERDINTASUN, JUSTIZIA ETA GIZARTE POLITIKETAKO SAILA. Euskadiko familien eta familia-etxeen inkesta, 2020. Eskuragarri hemen: <https://www.euskadi.eus/informazioa/euskal-familien-eta-familia-etxeetako-inkesta-ffej/web01-a2hestat/eu/>

EUSKO JAURLARITZAKO LAN ETA ENPLEGU SAILA. Gizarte Zerbitzuen Eskariaren Estatistika / Gizarte Beharren Inkesta (GZEE-GBI). 2018. Eskuragarri hemen: <https://www.euskadi.eus/informazioa/gizarte-zerbitzuen-eskariaren-estatistika-gizarte-premiei-buruzko-inkesta-gzee-gpi/web01-a2langiz/eu/>

DOMÍNGUEZ RIVAS, M; VÁZQUEZ CORREA, L. «*Menstruación libre de impuestos: una lucha contra la discriminación tributaria*». 2021. *Cuadernos de investigación en finanzas públicas*. 21. zk. 2021. <http://bibliodigitalibd.senado.gob.mx/handle/123456789/5241?show=full>

ENPLEGU ETA GIZARTE POLITIKA SAILA. Pobreziari eta Gizarte Desberdintasunei buruzko Inkesta. 2018.

EAPN. «*Género y Pobreza: Determinantes sociales de la salud y el acceso a servicios sociosanitarios de las mujeres*» - ES. 2020.

EAPN. «*Género y Pobreza en Europa*». 2018

EMAKUNDE «*Berdintasuna pandemia-garaian. COVID-19aren eragina genero-ikuspegitik*». 2020

ESPIÑERA, L; BECKER, N. «*La Ola Roja*». 2021. El País. [EUROPEAN COMMISSION. Taxation and Customs Union. 2021: https://ec.europa.eu/taxation_customs/vat-rates_en](https://ec.europa.eu/taxation_customs/union/2021:https://ec.europa.eu/taxation_customs/vat-rates_en)

FACUA. «*Estudio comparativo de los precios de compresas y tampones*». 2015. Eskuragarri hemen: https://www.facua.org/es/enviar_amigo.php?Id=9249&seleccion=noticias

FELITTI, K. «*El ciclo menstrual en el siglo XXI. Entre el mercado, la ecología y el poder femenino*». Sexualidad, Salud y Sociedad. 2016.

GLOBAL CITIZEN. «*Period Poverty: New Zealand Announces Free Menstrual Products for All Students*». 2021.

Medina-Perucha, L, López-Jiménez, T, Jacques-Aviñó, C, Munrós Feliu, J, Martínez-Bueno C, Holst AS, Valls-Llobet C, Pinzón Sanabria D, Vicente-Hernández MM, Berenguera A. «*Equidad y salud menstrual*». Jordi Gol i Gurina Lehen Mailako Arretako Ikerketarako Unibertsitate Institutua (IDIAPJGol). Bartzelona: 2021.

Laura Medina Perucha, Tomàs López Jiménez, Anna Sofie Holst, Constanza Jacques Aviñó, Jordina Munrós Feliu, Cristina Martínez Bueno, Carme Valls Llobet, Diana Pinzón Sanabria, M^a Mercedes Vicente Hernández, Anna Berenguera. «*Alteraciones menstruales durante la pandemia de la COVID-19 en España*». Jordi Gol i Gurina Lehen Mailako Arretako Ikerketarako Unibertsitate Institutua Fundazioa (IDIAPJGol), Bartzelona: 2021.

https://www.idiapjgol.org/images/Informe_alteraciones_menstruales_y_COVID19_en_Espana.pdf

INE. «*Encuesta de Condiciones de Vida 2020*». Eskuragarri hemen: https://www.ine.es/dyngs/INEbase/operacion.htm?c=Estadistica_C&cid=1254736176807&menu=resultados&secc=1254736194793&idp=1254735976608

Julie Hennegan, Inga T. Winkler, Chris Bobel, Danielle Keiser, Janie Hampton, Gerda Larsson, Venkatraman Chandra-Mouli, Marina Plesons & Thérèse Mahon (2021) «*Menstrual health: a definition for policy, practice, and research, Sexual and Reproductive Health Matters*», 29:1.

KERINA TUL. «*Period poverty impact on the economic empowerment of women*». University of Leeds.

MALGESINI, GRACIELA, ROMERO, ROSARIO eta GRANÉ, AUREA. «*Las mujeres víctimas de violencia de género, atendidas en el servicio ATENPRO*». Gizarte-kalteberatasunari buruzko aldizkaria. 2017.

MOTA ARMAND UGÓN, M. «*El tabú de la menstruación: símbolo de la represión sexual femenina*». Errepublikako Unibertsitatea (Uruguai). 2019. Eskuragarri hemen: <https://hdl.handle.net/20.500.12008/22777>

OCU. «*Tener la regla se paga caro*». 2021. Eskuragarri hemen: <https://www.ocu.org/salud/bienestar-prevencion/noticias/coste-regla>

PASCUAL ARMENDARIZ, N. «*Análisis de la pobreza menstrual en edad escolar. Lecciones aprendidas del caso de Reino Unido y su aplicación a España*». Gizarte eta Giza Zientzien Fakultatea. «Purificación Escribano» Ikasketa feministen eta genero-ikasketen Unibertsitate Institutua. Master amaierako lana. 2021.

PERIOD SPAIN. <https://ihelp.org.es/es/project/period-spain>

PLAN INTERNATIONAL UK. «*Over one million girls in the uk struggled to afford or access period products during the pandemic*». 2021. Eskuragarri hemen: <https://plan-uk.org/media-centre/over-one-million-girls-in-the-uk-struggled-to-afford-or-access-period-products-during-the-pandemic>

REZERO, ZERO WASTE EUROPE, RELOOP; BREAK FREE FROM PLASTIC. «*The Environmental & Economic costs of Single Use Menstrual Products, Baby Nappies & Wet Wipes*». Europe. Rezero, Break Free From Plastic, Zero Waste Europe, Reloop. 2019.

ROSSOUW, L.; H. ROSS. «*Understanding period poverty: Socio-economic inequalities in menstrual hygiene management in eight low- and middle-income countries*». International Journal of Environmental Research and Public Health 18 (5):2571. 2021

SOMMER M, TORONDEL B, HENNEGAN J, PHILLIPS-HOWARD PA, MAHON T, MOTIVANS A, ZULAIKA G, GRUER C, HAVER J, CARUSO BA; MONITORING MENSTRUAL HEALTH AND HYGIENE GROUP. «*How addressing menstrual health and hygiene may enable progress across the Sustainable Development Goals. Glob Health Action*». 2021. Eskuragarri hemen: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34190034/>

STATISTA. «*Percentage of women worldwide whose access to menstrual products changed during the COVID-19 pandemic as of 2020*». Statista. 2021. Eskuragarri hemen: <https://www.statista.com/statistics/1243493/period-poverty-worldwide-covid/>

STATISTA. «*Where the "Tampon Tax" is Highest and Lowest in Europe*». 2021. Eskuragarri hemen: <https://www.statista.com/chart/18192/sales-tax-rates-on-feminine-hygiene-products-in-europe/>

THE EUROPEAN COMMISSION, «*New rules on VAT rates offer Member States more flexibility while supporting the EU's green, digital and public health priorities*». 2021eko abenduak 7.

THE LONDON ECONOMIC. «*Shocking report highlights extent of "period poverty" in Britain*». 2021. <https://www.thelondoneconomic.com/must-reads/shocking-report-highlights-extent-of-period-poverty-in-britain-82801/>

UNFPA. 2021. «*La menstruación y derechos humanos*».

UNICEF (2019) «*Manual sobre salud e higiene menstrual*». New York, Amerikako Estatu Batuak: UNICEF. Eskuragarri hemen: www.unicef.org/wash/files/UNICEF-Guidancemenstrual-health-hygiene-2019.pdf

UNICEF (2019) «*Salud e higiene menstrual para las niñas y las mujeres con discapacidad*». UNICEF. 2021

UNICEF. «*La menstruación es importante... Es reglamentaria*». 2016. Eskuragarri hemen: <https://blogs.unicef.org/es/blog/la-menstruacion-es-importante/>

UNITED NATIONS HUMAN RIGHTS OFFICE OF THE HIGH COMMISSIONER. (2019). www.ohchr.org/EN/NewsEvents/Pages/DisplayNews.aspx?NewsID=24256&LangID=E

WILBUR J, TORONDEL B, HAMEED S, ET AL. «*Systematic review of menstrual hygiene management requirements, its barriers and strategies for disabled people*». PLoS One. 2019.

YOUNG SCOT. «*Insight: Access to sanitary products in Scotland*». 2018. Eskuragarri hemen: <https://youngscot.net/access-to-sanitary-products>

MARÚM-ESPINOSA, E. «*Finanzas públicas con perspectiva de género en la construcción de la democracia en México*». CLAD Reforma y Democracia aldizkaria, 2013.

Eskuragarri hemen: <https://bit.ly/2ZFuf1f>

9. Eranskina

Azterlaneko parte-hartzaileei buruzko informazioa, eta emaitza nagusiak sintetizatzen dituzten taulak.

9.1. Hirugarren sektoreko erakundeei eta pertsona eta erakunde adituei egindako elkarrizketaren gidoia.

Elkarrizketetan, **3 azterketa-blokeren** ingurukoak ziren galderak Hirugarren Sektoreko erakundeen kasuan, eta 2 blokeren ingurukoak adituen kasuan (ez zitzairen erakundearen eta, oro har, hirugarren sektorearen **erantzunari buruz galdetzen**).

- A. **Arazoaren irismena** erakundeak artatzen dituen emakumeen artean.
- B. Erakundearen eta, oro har, hirugarren sektorearen **erantzuna**.
- C. Erantzuna hobetzeko **gomendioak**

IDENTIFIKAZIO-DATUAK

Galdetegia erantzuten duen pertsonaren izena:

Zein erakundetako den:

Erakundean zer kargu duen:

A.- ARAZOAREN IRISMENA

1. Zer neurritan eragiten die pobrezia menstrualak artatzen dituzuen emakumeei? Zer beharrian espezifiko dituzte artatzen dituzuen emakumeek?
2. Profilari dagokionez, nori eragiten dio gehien pobrezia menstrualak? Ba al dago pobrezia menstruala pairatzeko besteek baino arrisku handiagoa duen profilik? Zein da arazo hori duten pertsonen profil ohikoena?
3. Zer ondorio ditu pobrezia menstrualak artatzen dituzuen emakumeengan? Zer erronka nagusiri egin behar diote aurre? Nola egiten diete aurre egoera horiei?
4. COVID-19aren pandemiak izan al du eraginik arazo horretan? Nola uste duzu eragin diola pandemiak kontu horri?

B.- HIRUGARREN SEKTOREKO ERAKUNDEEK ARAZO HORRI EMANDAKO ERANTZUNA

5. Zuen erakundean, estaltzen ari al zarete egun pobrezia menstruala pairatzen duten emakumeen beharrianak? Zer erantzun ematen ari zaio zuen erakundea arazo horri? Zure aburuz, nolako bilakaera izan du zuen erakundeak beharrian horiei erantzuteko eman duen arretak?

6. **Gaur egun zure erakundea arazo horri erantzuten ari bazaio:** Noiztik ematen diozue erantzuna beharrian horri? Zeintzuk izan ziren horretarako arrazoiak? Zer beharrian nagusi dituzte pobrezia menstrualak pairatzen duten emakumeek? Ba al da alderik beharrianen artean, pertsonaren profilaren arabera? (*adibidez, emakume gazteak, desgaitasuna dutenak, LGBTI kolektiboko kideak...*).

7. **Gaur egun zure erakundea arazo horri erantzuten ari ez bazaio:** Zergatik ez diezue beharrian horiei arretarik ematen? Uste al duzu erantzunen bat eman beharko zenuketela? Zergatik? Pentsatu al duzue inoiz beharrian horri arreta ematea? Uste duzue etorkizunean beharrian horri helduko diozuela? Zure aburuz, zeintzuk dira beharrian hori estaltzeko zailtasun nagusiak?

8. Oro har, zer erantzun ematen ari zaio Hirugarren Sektorea arazo horri? Emakumeen beharrian espezifikoak betetzen ari al da sektorea? Zure aburuz, nolako bilakaera izan du Hirugarren Sektoreak beharrian horiei erantzuteko eman duen arretak?

C.- ERANTZUNA HOBETZEKO GOMENDIOAK

9. Zure aburuz, nola hobetu dezakezue artatzen dituzuen emakumeen pobrezia menstrualari ematen diozuen erantzuna? Zer jar daiteke martxan arazo horri egoki erantzuteko? Noren inplikazioa beharko lukete hobekuntza horiek? Zure aburuz, zer alderdik dute lehentasuna? (*ekonomiari dagokionez, baina baita beste hainbat alderdiri dagokionez ere: hilekoari buruzko hezkuntza, komunak erabiltzeko aukera, erabili eta botatzeko produktuen tratamendua...*).

9.2. Galdetegia

ALDAGAI SOZIODEMOGRAFIKOAK

Nortasuna:

1.- Emakumea	1
2.- Gizona	2
3.- Bestelakoak	3

Adina: _____

Baduzu desgaitasunik?

1.- Bai, desgaitasun ziurtatua daukat	1
2.- Bai, desgaitasuna dut, baina ziurtatu gabe	2
3.- Ez, ez dut inolako desgaitasunik	3

Desgaitasunik izanez gero (aitortua zein ez), zer motatakoa da?

1.- Fisikoa	1
2.- Intelektuala edo garapeneko	2
3.- Entzumenekoa	3
4.- Ikusmenekoa	4
5.- Mentala	5

Gutxi gorabehera, zeintzuk dira zure hileko diru-sarrerak?

200 € baino gutxiago	1
200 € eta 400 € bitartean	2
401 € eta 600 € bitartean	3
601 € eta 1.000 € bitartean	4
1000 € baino gehiago	5
Ez dut hileroko diru-sarrera egonkorrik; hilean hilekoa	6

Zer erakunderen bitartez iritsi zaizu galdetegi hau?

HILEKOARI BURUZKO HEZKUNTZA

1. Diskriminatua edo epaitua sentitu al zara noizbait hilekoa edukitzeagatik?

Bai, askotan	1
Bai, noizean behin	2
Ez, inoiz ez	3

2. Adierazi zenbateraino zauden ados honako esaldi hauekin:

Hilekoa duzunean...	Oso ados	Nahiko ados	Ez ados eta ez desados	Nahiko desados	Oso desados
... umore txarrez egoten zara.	1	2	3	4	5
... ezin zara itsasoan/igerilekuan bainatu.	1	2	3	4	5
... ezin zara haurdun geratu.	1	2	3	4	5
... ezin duzu burua garbitu.	1	2	3	4	5
... maionesa egiten baduzu, mindu egiten da.	1	2	3	4	5
... ezin da kirolak egin.	1	2	3	4	5
... beste emakume batzuei kutsatu egiten zaie.	1	2	3	4	5
... ezin da sexu-harremanik izan.	1	2	3	4	5

OSASUN-ZERBITZUAK ERABILTZEKO AUKERA

3. Inoiz jo al duzu osasun-arloko profesionalengana (medikuntza, ginekologia edo bestelakoak) ziklo menstrualaren inguruko kontsultaren bat egiteko?

Bai, askotan	1
Bai, noizean behin	2
Ez, inoiz ez	3

4. Zenbateraino uste duzu beharrezkoa dela osasun-arloko profesionali hilekoaren minen inguruko kontsulta egitea?

Beti kontsultatu behar da	1
Beti ez da kontsultatu behar, soilik minak gogorrak direnean	2
Ez da beharrezkoa kontsultatzea, «normala» da	3
Ez dakit	4

HILEKORAKO PRODUKTUEN ERABILERA ETA HIGIENE MENSTRUALA

5. Hilekorako zer produktu erabili ohi duzu?

	Beti edo ia beti	Noizbait	Inoiz ez edo ia inoiz ez
Konpresak	1	2	3
Tanpoiak	1	2	3
Salva Slipak	1	2	3
Konpresa berrerabilgarriak	1	2	3
Hilekorako kopa	1	2	3
Hilekorako kuleroak	1	2	3
Ez duzu aipatu produktuetako ezein erabiltzen	1	2	3
Beste produktu batzuk. Zein? _____	1	2	3

6. Adierazi zein maztasunekin...

	Askotan	Noizean behin	Inoiz ez edo ia inoiz ez
Zailtasun ekonomikoak direla eta, arazoak izan dituzu tanpoiak, konpresak edo hilekorako bestelako produktuak erosteko.	1	2	3
Zailtasun ekonomikoak direla eta, tanpoi, konpresa edo hilekorako bestelako produktuetan merkeenak erosi behar izan dituzu.	1	2	3
Tanpoiak, konpresak edo hilekorako bestelako produktuak behar baino denbora luzeagoz erabili dituzu dirua aurreztearren.	1	2	3
Tanpoiak, konpresak edo hilekorako bestelako produktuak erosteko zailtasun ekonomikoak direla eta, beste produktu batzuk erabili dituzu –komuneko papera, pixoihalak–.	1	2	3
Tanpoiak, konpresak edo hilekorako bestelako produktuak behar baino luzaroago erabili dituzu aldatzeko leku egokia topatu duzulako.	1	2	3
Elkarte edo erakunderen batera jo duzu tanpoiak, konpresak edo hilekorako bestelako produktuak eskatzeko.	1	2	3

	Askotan	Noizean behin	Inoiz ez edo ia inoiz ez
Komun publikoetan arazoak izan dituzu tanpoia, konpresa edo hilekorako bestelako produktua aldatzeko, lekuak ez zituelako higiene-baldintza egokiak betetzen.	1	2	3
Komun publikoetan arazoak izan dituzu tanpoia, konpresa edo hilekorako bestelako produktua aldatzeko, lekuak ez zituelako egokitze-baldintza egokiak betetzen (ez zegoen zure beharretara egokituta).	1	2	3
Komun publikoetan arazoak izan dituzu tanpoiaz, konpresaz edo hilekorako bestelako produktuaz libratzeko, lekuan ez zegoelako ekipamendu egokia (ez zegoen zakarrontzirik, xaboirik, txorrotarik...).	1	2	3

7.– Adierazi zein maiztasunekin...

	Askotan	Noizean behin	Inoiz ez edo ia inoiz ez
Ez zara lanera / ikastetxera joan hilekoa izateagatik.	1	2	3
Tanpoiak, konpresak edo hilekorako bestelako produktuak erosteari utzi diozu, beste gastu batzuei aurre egin ahal izateko (elikagaiak erostea, etxebizitzarekin lotutako gastuak ordaintzea, edo bestelakoak).	1	2	3
Lan-bilaketa eten egin duzu hilekoa izateagatik (<i>Curriculum Vitae</i> ak uzteari utzi diozu, edo ez zara elkarriketa batera joan...).	1	2	3
Senideekin eta lagunekin planak egiteari utzi diozu hilekoa izateagatik.	1	2	3
Lekuren batetik uste baino lehenago alde egin duzu edo egiten ari zirena egiteari utzi diozu hilekoa etorri zaizulako.	1	2	3

Adierazi zenbateraino zauden ados honako esaldi hauekin...

	Oso ados	Nahiko ados	Ez ados eta ez desados	Nahiko desados	Oso desados
COVID-19aren pandemiaren ondorioz, zailtasun ekonomiko handiagoak ditut hilekorako produktuak erosteko.	1	2	3	4	5
COVID-19aren pandemiaren ondorioz, zailtasun handiagoak ditut komun publikoetan sartzeko eta bertan tanpoia, konpresa, etab., aldatu ahal izateko.	1	2	3	4	5

8.– Gai honen inguruan besterik komentatu nahi izanez gero, adierazi hemen:

9.3. Galdetegia hedatzen lagundu duten erakundeak:

EAEEn kalteberatasun handieneko egoeran edo bazterkeria-arriskuan dauden emakumeentzako galdetegia hedatzen lagundu duten erakundeak:

- Hirugarren Sektore Sozialeko Sareak: EDEKA, Emakumeok Bidean eta EAPN.
- Galdetegiaren hedapena: Askabide, Bidesari, Arabako Elikagaien Bankua, Bizitegi, Caritas Bizkaia, Gurutze Gorria Bizkaia, Gurutze Gorria Gipuzkoa, EDE Fundazioa (Emaktiva), Goiztiri, Auzolan modulua, Sartu, Sortarazi, T4.