

# NOMBRE DEL PROYECTO: RATO BALTIN PROYECTO PILOTO NUWAKOT 2019

EDUCACIÓN SOBRE LA COPA MENSTRUAL Y LA DIGNIFICACIÓN DEL CICLO  
MENSTRUAL EN LAS COMUNIDADES DEL DISTRITO DE NUWAKOT

## INTRODUCCIÓN

### 1.1 BREVE INTRODUCCIÓN DE LA ASOCIACIÓN

### 1.2 CONTEXTO Y MOTIVACIÓN

### 1.3. ANTECEDENTES DEL PROYECTO

## FUNDAMENTO DEL PROYECTO

## OBJETIVO DEL PROYECTO

### 3.1 ACTIVIDADES PARA CONSEGUIR EL OBJETIVO DEL PROYECTO

### 3.2 CAMBIOS Y LOGROS

## BENEFICIARIOS

### 4.1 BENEFICIARIOS DIRECTOS

### 4.2 BENEFICIARIOS INDIRECTOS

## RELATO

## FINANZAS

## INTRODUCCIÓN

Tabla 1 – Informe resumen de la asociación	
Nombre de la asociación o particular	be artsy
Dirección	Barcelona
Forma jurídica	Associació be artsy
Año de creación	Finales del 2016
Página web	<a href="https://beartsy.org/">https://beartsy.org/</a>
Propósito de la asociación	Proyectos sociales a través del arte
Número de empleados	En Nepal: 17 (a tiempo parcial)
Persona de contacto	Nombre: Clara Garcia Ortés
	Cargo: Fundadora, Presidenta y Directora del Proyecto
	Número de teléfono: +34 696723364
	E-Mail: clara@beartsy.org
Proyecto	
País	Nepal
Beneficiarios (número incl.)	69
Comienzo del proyecto	1-1-2019
Finalización del proyecto	31-12-2019
Colaboradores del Proyecto (si los hubiera)	ONG local: CODEC, Nuwakot
Gastos	
Fecha del informe	31-12-2019
Nombre y cargo del firmante	Rupa Pandey – Directora del Proyecto Rato Baltin

## 1.1 BREVE INTRODUCCIÓN DE LA ASOCIACIÓN

*be artsy* (sé artístico) es una asociación catalana sin fines de lucro que desarrolla proyectos creativos con el objetivo de proveer diferentes experiencias y oportunidades formativas a comunidades que, de otro modo, no hubieran podido tener acceso a las mismas. No pretendemos solamente enseñar arte por el arte en sí, sino que también intentamos proveer a las comunidades con herramientas (a través de actividades artísticas y creativas) para mejorar la comunicación y efectuar los cambios internos que ellos vean necesarios.

En resumen, deseamos empoderar a las comunidades locales a través del arte con especial énfasis en las mujeres. De ahí nuestro enfoque actual en el tema de la menstruación, la salud, los derechos humanos y la dignidad, mediante el Proyecto Rato Baltin en Nepal. Llevamos trabajando en la zona desde principios del 2017.

## 1.2 CONTEXTO Y MOTIVACIÓN

Nuwakot es un distrito cercano a Kathmandu. Parte de la Provincia número 3, es uno de los setenta y siete distritos de Nepal, un Estado sin litoral en el sur de Asia. El distrito, con sede central en Bidur, cubre un área de 1.121 km<sup>2</sup> (433 millas cuadradas) y contaba con una población de 288.478 en 2001 y de 277.471 en 2011. Se trata de un distrito importante a nivel histórico en Nepal; es el distrito natal de diferentes grupos étnicos.

Al momento del primer censo en Nepal en el año 2011, el distrito de Nuwakot tenía una población de 277.471.

El distrito comprende doce términos municipales, de los cuales dos son urbanos y diez son rurales: el Término Municipal de Bidur, el Término Municipal de Belkotgadhi, el Término Municipal Rural de Kakani, el Término Municipal Rural de Panchakanya, el Término Municipal Rural de Likhu Rural, el Término Municipal Rural de Dupcheshwar, el Término Municipal Rural de Shivapuri, el Término Municipal Rural de Tadi, el Término Municipal Rural de Suryagadhi, el Término Municipal Rural de Tarakeshwar, el Término Municipal Rural de Kispang, el Término Municipal Rural de Myagang.

Nosotros centramos el Proyecto Piloto en **el Término Municipal Rural de Tarakeshwar**.

## 1.3. ANTECEDENTES DEL PROYECTO

*be artsy* en los últimos años se ha asociado con varias ONG locales y han estado promoviendo su proyecto Rato Baltin (Cubo Rojo), por etapas, en comunidades remotas del West Nepal, donde la práctica del Chhaupadi se encuentra aún activa.

El proyecto toma su nombre de su planteamiento en abordar la higiene y educación menstrual en comunidades remotas del West Nepal. En tanto que el color rojo tiene un significado cultural y religioso, también se le relaciona con la menstruación. "Cubo" se refiere al kit menstrual que las chicas reciben como parte del programa, dentro de un cubo de metal.

Hemos aprendido que, para ser efectivos, es vital que los proyectos que se desarrollen en esta zona se enfoquen en las razones socioculturales por las que la práctica todavía persiste en algunas comunidades, a la vez que proporcionando educación menstrual y sexual, y herramientas para la higiene.

## FUNDAMENTO DEL PROYECTO

El proyecto ha sido diseñado para mitigar los efectos negativos del Chhaupadi, educar comunidades en las funciones biológicas de sus cuerpos y cómo cuidar de ellos, y estimular la reflexión de la comunidad y las conversaciones acerca del Chhaupadi. No está diseñado para ser una solución total, dirigida desde fuera, con resultados rápidos e inmediatos. Esto resultaría poco efectivo ya que el Chhaupadi sigue existiendo en base a creencias profundamente arraigadas.

Las Copas Menstruales son una solución económica, sostenible, y respetuosa con el medio ambiente, para la gestión de la salud menstrual. Están fabricadas con silicona de grado médico, lo que hace que no causen un impacto negativo en el cuerpo. Las copas son fáciles de limpiar entre usos. Utilizar la copa menstrual reduce desechos de los que habría que deshacerse, ya que una copa puede durar hasta 10 años.

La fotografía participativa permite a las chicas presentar sus propios pensamientos e impresiones sobre sus experiencias. Las participantes no están limitadas por su habilidad para comunicarse por medios convencionales, tales como la escritura o la palabra hablada. Las chicas pueden sentirse tímidas o inhibidas socialmente para hablar sobre sus experiencias, y dependiendo de su nivel de alfabetización, pueden no ser capaces de comunicar sus experiencias en su totalidad. La fotografía participativa puede estimular un diálogo crítico sobre sus preocupaciones, permitiendo a las participantes visualizar y reflexionar sobre sus experiencias dentro de sus comunidades.

## OBJETIVO DEL PROYECTO

El Proyecto Rato Baltin organizó un proyecto piloto sobre la gestión de la salud menstrual, y sobre la formación y educación sexual y reproductiva, **a más de 69 personas en el proyecto piloto, Nuwakot 2019**, el cual incluye a representantes políticos locales, empleadas de dispensarios de salud, profesoras y algunos representantes locales del término municipal seleccionado, Tarakeshwar, Números 2, 3 y 4, en zonas remotas del término municipal del distrito de Nuwakot.

33 mujeres profesionales (profesoras, enfermeras) recibieron copas menstruales donadas por Ruby Cup, una empresa del Reino Unido.

La idea del proyecto era ver si las restricciones menstruales podían cambiarse aquí también, como se hizo en Accham, con las copas menstruales y la educación.

### 3.1 ACTIVIDADES PARA CONSEGUIR EL OBJETIVO DEL PROYECTO

1.1 Buscar la colaboración de una ONG local para que lleven a cabo el Proyecto como sus directores.

1.2 Realizar la formación en la copa menstrual y distribuir las copas menstruales a mujeres empleadas de los dispensarios de salud, profesoras, representantes políticos locales y representantes de la comunidad.

1.3 Un programa de sensibilización en la gestión de la higiene menstrual y en la educación sexual con los representantes locales, trabajadoras de los dispensarios de salud, profesoras y representantes de la comunidad.

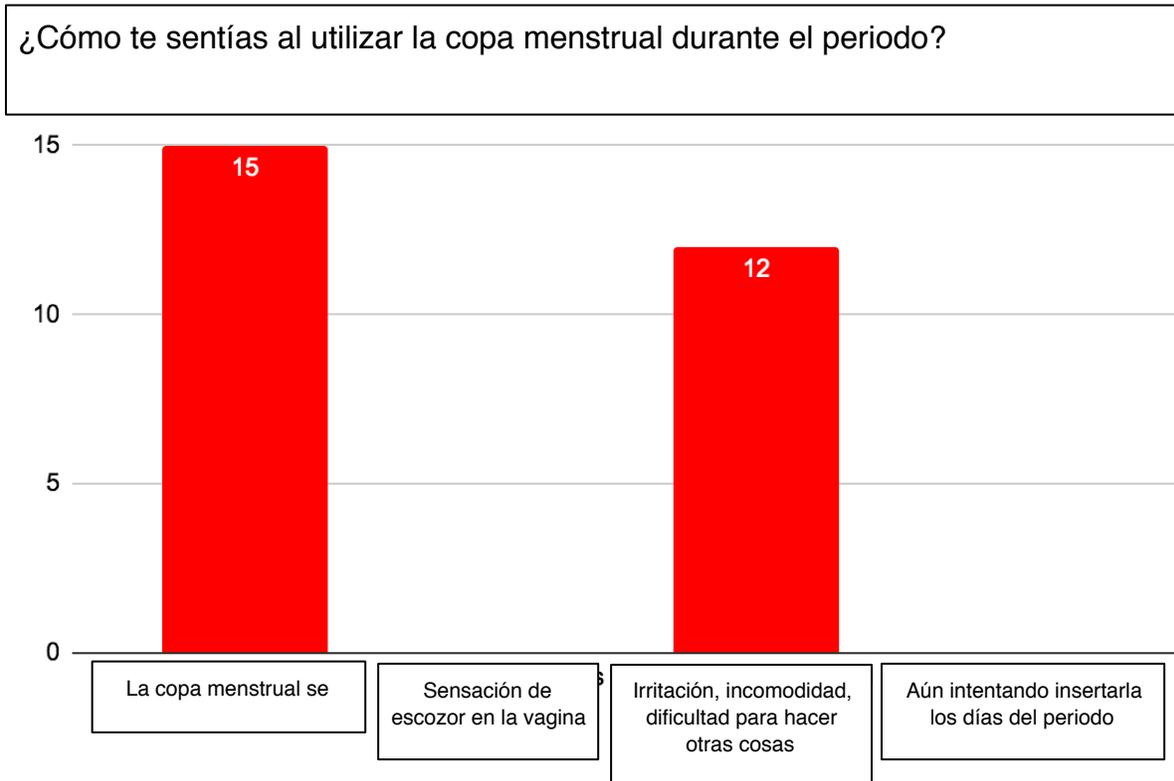
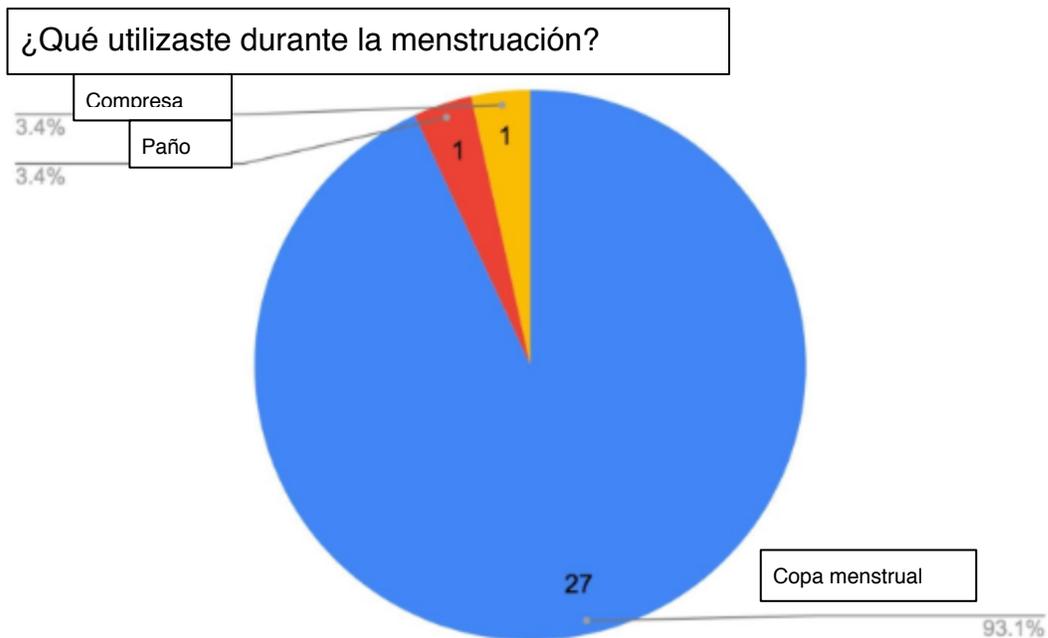
1.4 Llevar a cabo seguimientos mensuales para conocer el número de usuarias de la copa menstrual.

1.5 Efectuar seguimientos trimestrales para conocer el nivel de aceptación de la copa menstrual entre las usuarias de la copa.

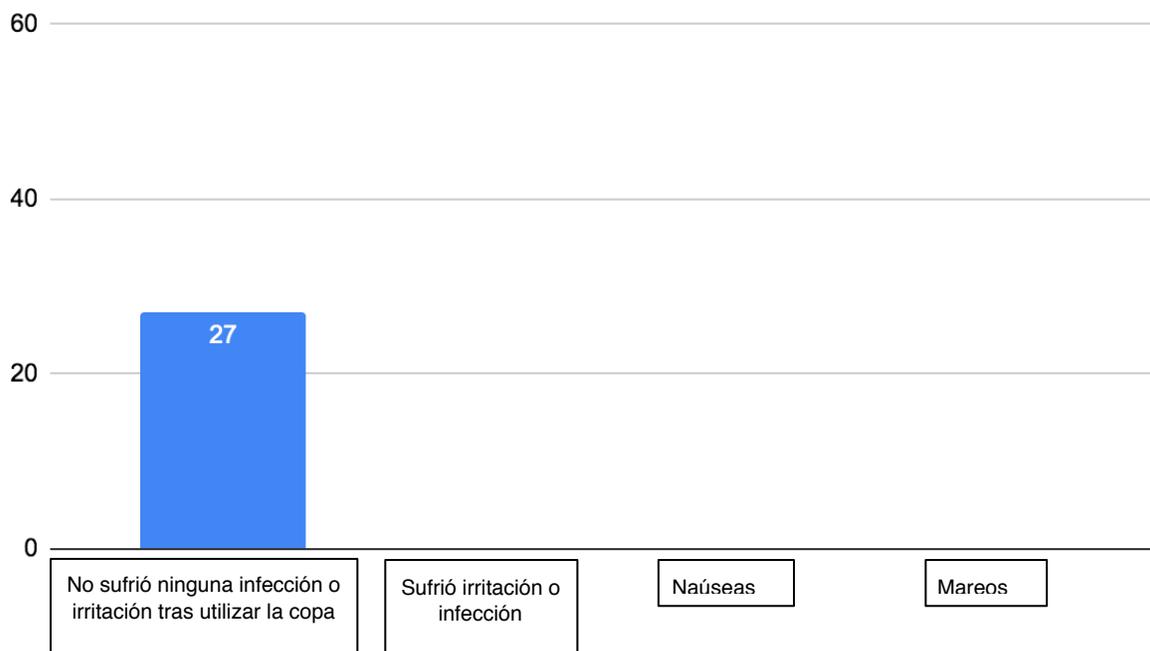
### 3.2 CAMBIOS Y LOGROS

De las 33 mujeres a las cuales entregamos la copa menstrual, solamente pudimos contactar con 29 durante el seguimiento mensual.

De las 29 mujeres, 27 están utilizando todavía la copa menstrual y están muy contentas con los beneficios de utilizar la copa menstrual, en tanto que 2 mujeres no están dispuestas a seguir utilizando la copa menstrual.

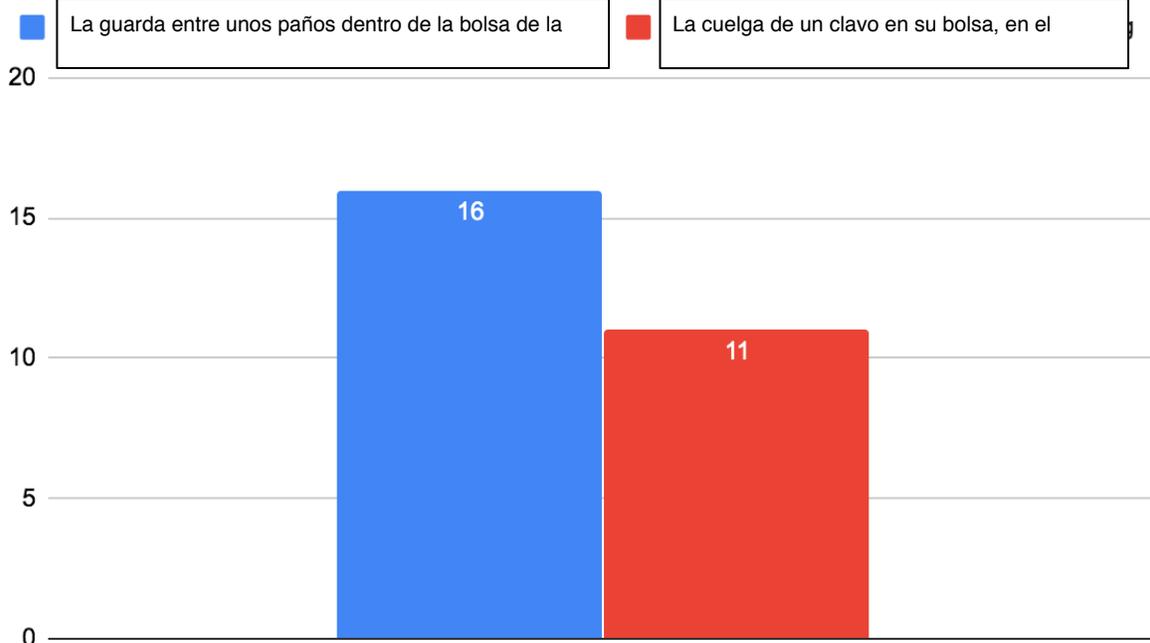


¿Sufriste alguna infección después de utilizar la copa?

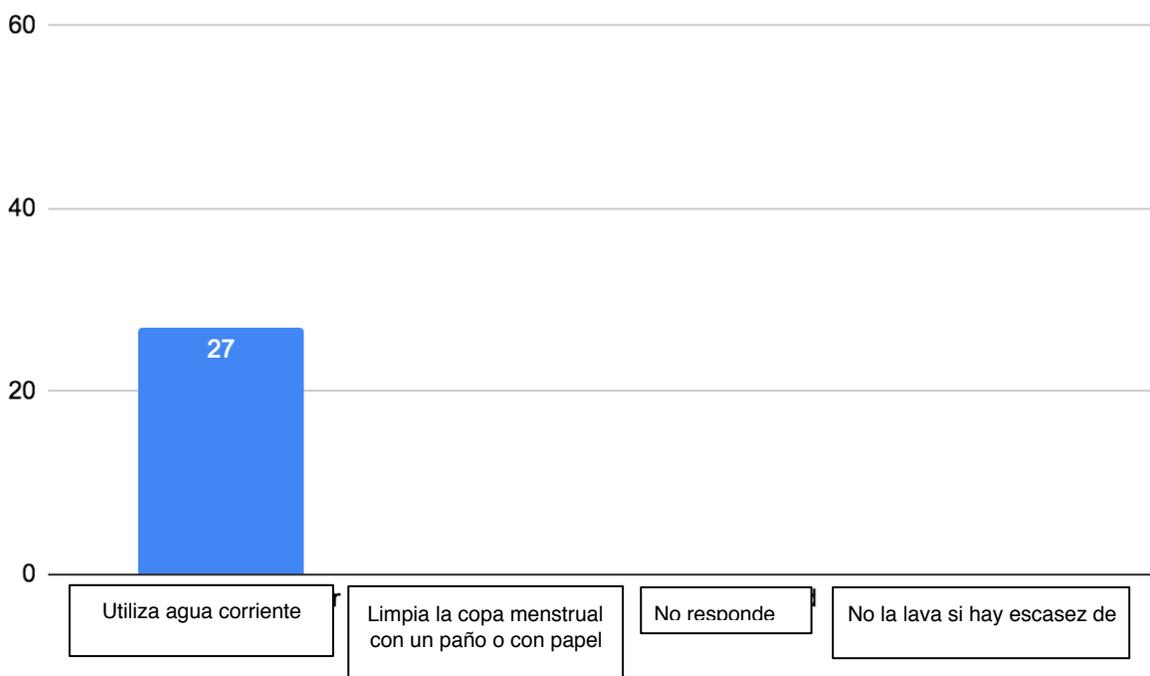


Los dos seguimientos muestran que las mujeres entendieron correctamente cómo cuidar de sí mismas mientras utilizaban la copa menstrual. También son capaces de mantener su copa limpia.

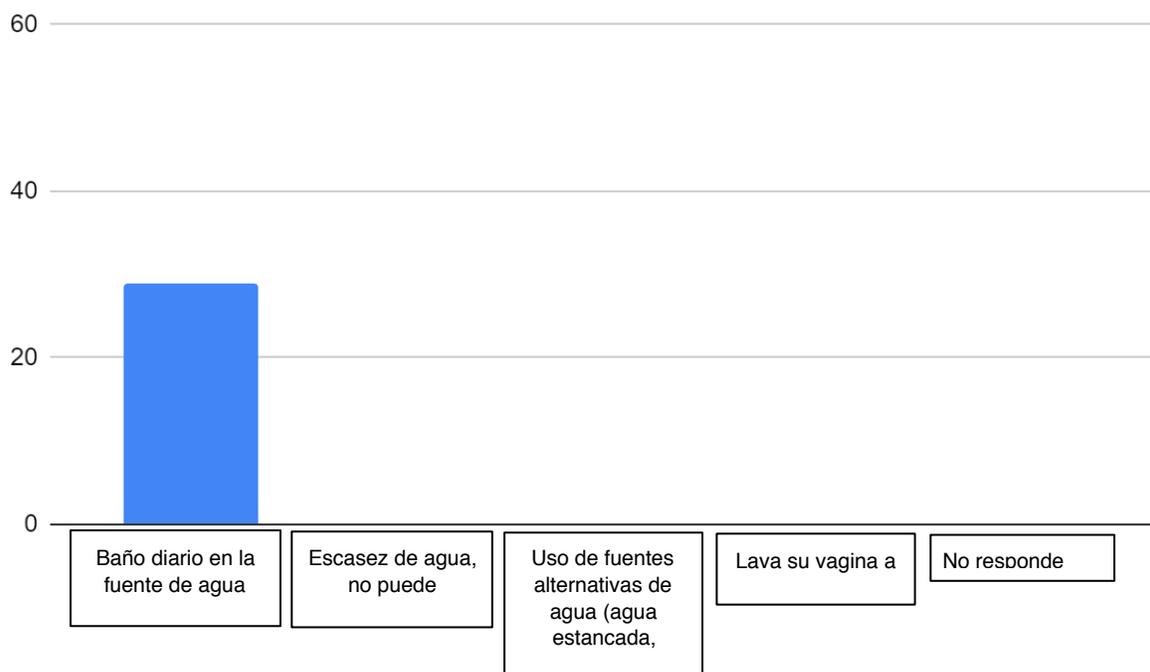
¿Dónde guardas la copa menstrual después de utilizarla?



¿Cómo cuidas de tu copa menstrual durante el periodo?



¿Cómo te limpias durante la menstruación?



## BENEFICIARIOS

### 4.1 BENEFICIARIOS DIRECTOS

- Formación y educación de empleadas de dispensarios de salud, profesoras, representantes políticos locales y representantes de la comunidad sobre salud reproductiva y gestión de salud menstrual: 69.

- Formación a mujeres sobre la copa menstrual: 33.

### 4.2 BENEFICIARIOS INDIRECTOS

- Miembros de las familias de los beneficiarios directos: (mínimo 6 por beneficiario en Nepal).

## RELATO

Sarita era una alumna del noveno grado en el término municipal de Tarakeshwar, donde llevamos a cabo el proyecto piloto. Era una de las representantes de las alumnas de su colegio

en el programa de formación sobre la salud reproductiva, la gestión de la salud menstrual y la copa menstrual.

Se mostró muy dispuesta a aprender sobre el tema que estábamos explicando y muy curiosa a propósito de la copa menstrual. Estaba muy emocionada con la idea de poder utilizar la copa menstrual. Durante todo el tiempo que estuvimos en el pueblo estuvo preguntando que cuándo haríamos la formación en su colegio. Ya que era solamente un proyecto piloto, solamente podíamos ocuparnos de las empleadas de los dispensarios de salud, las profesoras, los representantes políticos y los representantes de la comunidad. La curiosidad de esta chica nos dio esperanzas sobre lo que podemos esperar cuando llevemos a cabo el proyecto final.

## FINANZAS

Antes de efectuar el proyecto piloto, en enero del 2017 *be artsy* visitó el término municipal de Tarakeshwar, en Nuwakot, para ver si era posible llevar a cabo el Proyecto Rato Baltin. Hablamos con los representantes locales, el director del colegio y profesoras, y se mostraron realmente interesados en tener nuestro proyecto en su municipio. **Los gastos totales de la visita de enero a Nuwakot fueron 28.535 NPR.** Esto incluye los gastos del viaje, y alojamiento y comida.

*be artsy* también donó al proyecto piloto el manual de instrucciones traducido al nepalí para las usuarias de la copa menstrual, e incluyó a sus formadoras para que ayudaran en el proyecto, para que todo pudiera hacerse debidamente; pero todos los gastos fueron cubiertos para el colaborador local **CODEC**.