

La regla puede costar la vida: miles de niñas en Nepal se enfrentan a condiciones inhumanas, solo por menstruar

La tradición del Chhaupadi, aunque prohibida por ley desde 2005, sigue vigente



Redacción@<https://x.com/DiarioSigloXXI>



Sábado,

24 de mayo de 2025, 12:32 h (CET)



Foto de Nataliya Vaitkevich en Pexels

En el remoto oeste de Nepal, miles de niñas y mujeres son aisladas, discriminadas e incluso mueren simplemente por tener la regla. La tradición del Chhaupadi, aunque prohibida por ley desde 2005, sigue vigente en muchas comunidades rurales: obliga a las mujeres a abandonar sus casas durante la menstruación y a dormir solas en chozas insalubres, sin abrigo ni protección. **La menstruación que otros lugares del mundo se vive con total normalidad, a ellas les cuesta, a veces, la vida.**

Sin calefacción, sin contacto humano, expuestas a ataques de animales salvajes o a morir de frío, **estas mujeres, solo por estar menstruando, no pueden tocar a sus familiares, no pueden entrar en templos, ni siquiera cocinar.** Todo lo que tocan se considera impuro.

"El número de niñas y mujeres muertas se esconde y nadie sabe cuántas son violadas. Una niña violada no es "casable" y jamás lo dirán. Nuestras formadoras trabajan desde el 2017 para evitar esto, con resultados espectaculares", explica Clara García, fundadora de be artsy.

Be artsy y el proyecto "Rato Baltin": 9 años cambiando realidades

El proyecto Rato Baltin ("el cubo rojo") actúa sobre el terreno con un equipo local, implementando una solución integral:

- Educación en salud menstrual y sexual.
- Formación de líderes comunitarias.
- Donación y uso seguro de copas menstruales.

- Becas educativas para evitar el matrimonio infantil.

Gracias al proyecto “Rato Baltin”, a través de la fotografía participativa, las niñas retratan su realidad y expresan lo que quieren cambiar. Así comienza un diálogo que deshace la confusión entre tradición y salud, y abre camino hacia un futuro más digno.

Menstruar no debería costar la vida

“La Regla Mata” no es solo una campaña para dar a conocer esta lacra y lo que se está haciendo por mejorar la situación a través de sus proyectos. Es una llamada urgente a la conciencia y a la acción. Cada compartido, cada donación, cada minuto de atención suma. **Si queremos vivir en un mundo donde menstruar no signifique morir, tenemos que empezar por contarlo.**

Cómo puedes ayudar

- Ver el spot y compartirlo: https://www.youtube.com/watch?v=bf8EPKJW_N8
- Realizar una donación solidaria desde solo 13€
- Seguir el proyecto en redes sociales y hablar de ello