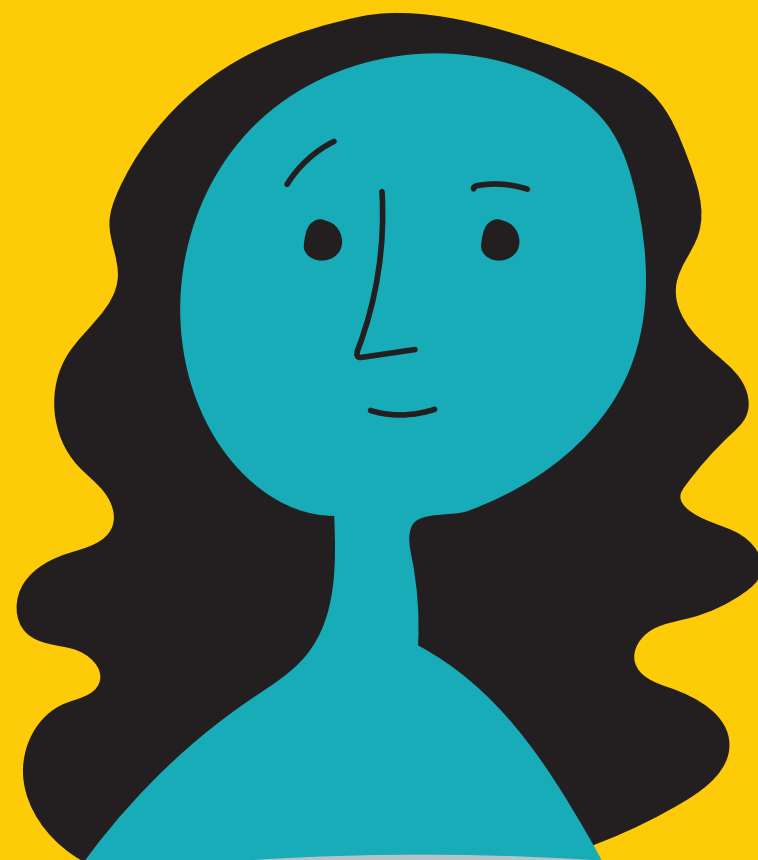


Preguntas para conversar

- ¿Qué situación está describiendo el personaje de la historia?
- ¿Cómo es la actitud de la mamá cuando Juana Sofía quiere hablar de la menstruación?
- ¿Qué es la higiene menstrual?
- ¿En dónde ha obtenido Juana Sofía información sobre la menstruación y la higiene menstrual?
- ¿Cómo cree Juana Sofía que va a reaccionar su padre si ella le preguntara sobre la menstruación?
- ¿Qué sorpresa se llevó Juana Sofía?
- ¿Qué tipo de cambios imaginas que requerían los baños de las niñas en la escuela de Juana Sofía?
- ¿Cómo fue la actitud de Juana Sofía cuando se presentó su primera menstruación?
- ¿Qué emociones experimentó Juana Sofía antes, durante y después de su primera menstruación?
- ¿Qué actividad realizó la orientadora del colegio de Juana Sofía con padres, madres y acudientes? ¿Es importante realizar estas actividades? ¿Por qué?
- ¿Qué aprendió Juana Sofía de la situación que se le presentó?
- ¿Qué aprendiste tú de Juana Sofía y de su historia?



Cambiar, no cambiar y cambiar a ratos



¡MANOS AL AGUA!

CAJA DE HERRAMIENTAS DIDÁCTICAS
PARA FORTALECER HABILIDADES
DE HIGIENE EN NIÑOS, NIÑAS,
ADOLESCENTES Y PERSONAS MENSTRUANTES

En colaboración con
click+clack
Imaginamos otras formas de aprender

 **SANITATION
FOR MILLIONS**


**cooperación
alemana**
DEUTSCHE ZUSAMMENARBEIT

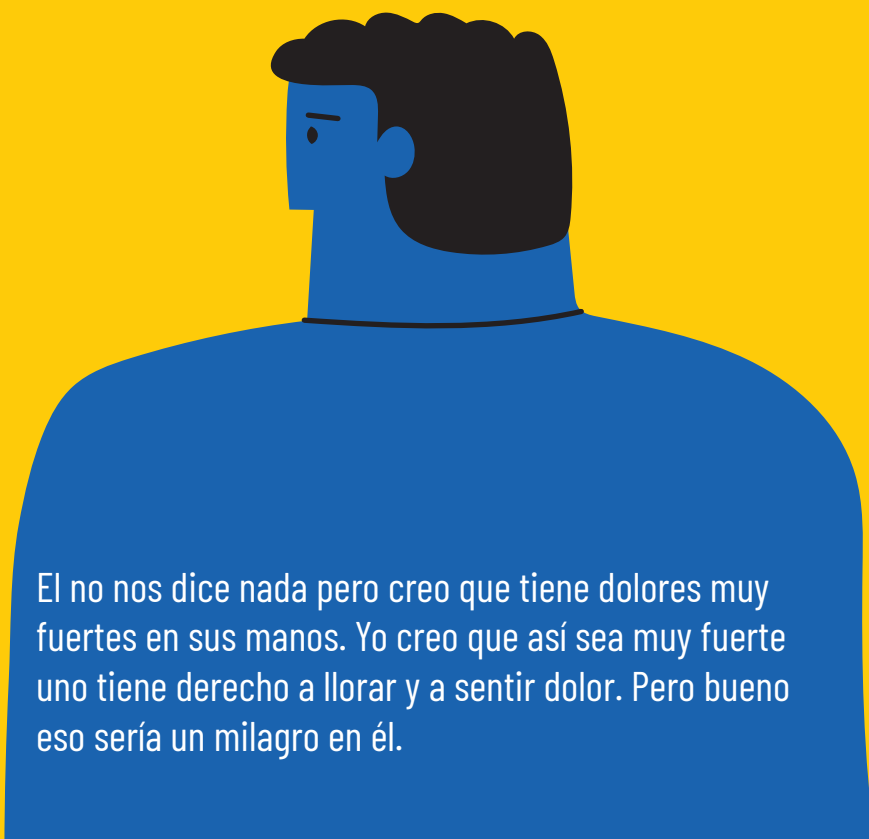
Implementado por
giz Deutsche Gesellschaft
für Internationale
Zusammenarbeit (GIZ) GmbH



Pa duros, duros mi papá. A ese usted no le saca una sonrisa y es más amargo que la lima. Para sacarle una palabra toca es como pescando y no se deja abrazar. Mis tíos dicen dizque nació el día de los temblores.



Yo había escuchado a mis primas hablar de esa cosa de la menstruación, que a la una le dieron calambres, que la otra se puso grosera con mi tía, que a una le entró el fan de tener novio, que a la otra le duele la cabeza.



El no nos dice nada pero creo que tiene dolores muy fuertes en sus manos. Yo creo que así sea muy fuerte uno tiene derecho a llorar y a sentir dolor. Pero bueno eso sería un milagro en él.



Pues el día llegó, yo si me venía sintiendo distinta, menos habladora....si, increíble, pero así fue. Como un dolorcito bajito pero no grave, cómo con frío y así. Eso fue un martes y yo, mientras me estaba bañando sentí el agua como más caliente y al mirar al piso pues estaban las manchitas de sangre.

En el colegio la profe Lina nos había hablado de la menstruación y de la adolescencia, en biología, pero pues una cosa es el libro y otra una estar solita. Yo me terminé de bañar y como pude tomé el papel higiénico y me puse unos rollitos que hice del tamaño de mi mano.



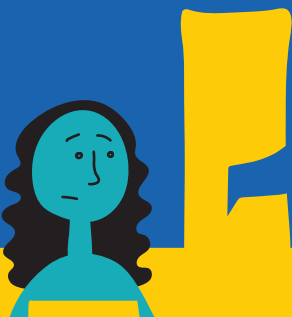
Lloraba, lloraba e hice un esfuerzo instintivo por...silbar. Mi papá llegó, tocó la puerta y me dijo que si yo era el pajarito cansón que había escuchado. Me preguntó si podía pasar y le dije que por favor entrara.



Entró con los ojos cerrados y yo lo único que hice fue abrazarlo. El vio la sangre en el suelo y me dio un beso en la cabeza. ¡Un beso! Eso es un milagro en él. Me alzó. Me llevó a mi habitación, me dijo que me recostara tranquila.



Sentía que le temblaban las manos, cuando me cogió los cachetes y salió corriendo al baño. Le grité que allí no había toallas. El regresó y me miró asustado. Intentó sacar el celular y se le cayó al suelo. Me trajo su camisa nueva y se desapareció por un rato.



Regresó con un paquete de toallas, tres helados y un perrito. que al parecer se coló en la casa sin permiso. Lo puso encima de la cama. El paquete de toallas, no el perrito, me miró fijamente unos segundos y comenzó a llorar, pero también sonreía.



Él salió chiteando al perrito, y antes de cerrar la puerta, volviendo a su habladito gruñón y su ceño fruncido, me dijo ¡Ahora no es que se me vaya a volar señorita!. Yo me puse la toalla y me quedé recostada otro ratito. Me puse una pijama porque, la verdad, no quería ir a la escuela.

Ya más tranquila pienso que lo que me pasó no fue algo malo, fue simplemente un cambio. Hay cambios que no puedo controlar, como la muerte de mi mamá, cambios a los que debo adaptarme, como la temporada de lluvia, cambios que decido, como dejar de comer dulces, por mi salud...pero también hay milagros...como esas lágrimas de mi papá.

