Boletín Sapiosex

Facultad de Medicina

Programa de Prevención de Embarazo en Adolescentes UNAM

https://doi.org/10.22201/fm.sapiosex.2024.5 Año 2 No. 13 Mayo de 2024

ÍNDICE

- *Palabras clave...1*
- *Introducción... 1*
- *Glosario... 2*
- *¿Por qué hablar de la menstruación?... 3*
- *¿Qué pasa en el cuerpo para que ocurra la menstruación?... 4*
- *Productos para la absorción o almacenamiento de la menstruación...6*
- *Mitos comunes sobre la menstruación...8*
- *¿Sabías que?... 9*
- *Efeméride del mes... 10*
- *Referencias... 10*

* Responsable del Área de Capacitación y Apoyos Académicos, Programa de Prevención de Embarazo en Adolescentes (PPEA), Facultad de Medicina (FM), UNAM.

** Coordinadora del PPEA, FM, UNAM.

¡HABLEMOS SOBRE MENSTRUACIÓN SIN MITOS NI TABÚES!

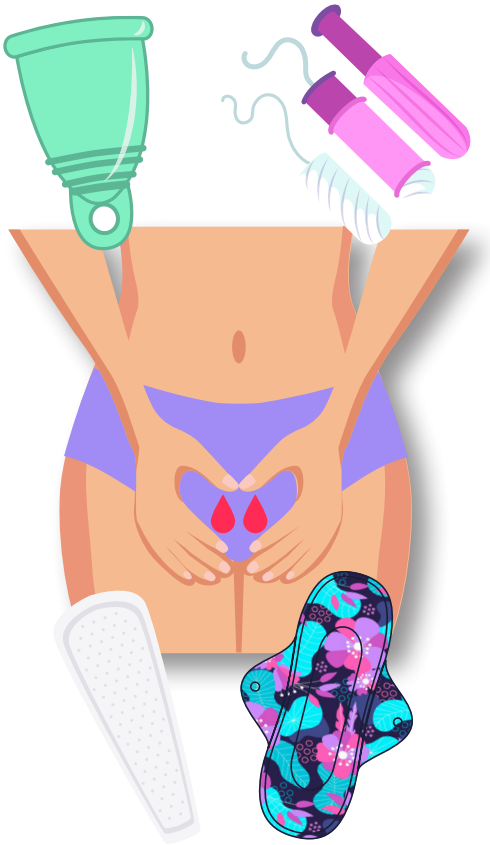
Entendiendo el ciclo menstrual: información básica

María Isabel Salazar Gómez* / Mónica Beatriz Aburto Arciniega**

https://doi.org/10.22201/fm.sapiosex.2024.5.1

Palabras clave

Salud sexual, Productos para la Higiene Menstrual, Educación sexual y Promoción de la Salud



Introducción

La menstruación es el sangrado que se origina por el desprendimiento del revestimiento interno del útero. Este, ocurre por primera vez en la adolescencia y posteriormente continúa de manera cíclica debido a la interacción de diversas hormonas que produce el cuerpo.

A pesar de que es un proceso natural, se encuentra rodeado de silencio, estigmas o tabúes, lo cual puede generar en las personas que menstrúan sentimientos de inseguridad, incomodidad o vergüenza (por mencionar algunos). Por ello, es impor-

Continúa...

tante promover la educación respecto al tema, fomentar ambientes de respeto y contar con espacios que permitan una adecuada gestión de la menstruación.

En este boletín se explica qué sucede en el cuerpo para que ocurra la menstruación, se presentan datos estadísticos sobre algunas vivencias que rodean al ciclo menstrual, se muestran las características de los productos para absorber o almacenar la menstruación y se desmitifican algunas de las creencias más comunes que se dan en torno a este proceso.

Glosario

Con la finalidad de que se comprenda y refuerce la información descrita más adelante, se describirán algunos conceptos:

— **Ciclo menstrual:** proceso continuo y cíclico, que se origina por la interacción de diversas hormonas entre el cerebro, los ovarios y el útero. Su inicio se considera el primer día de la menstruación y el término, antes del inicio del siguiente. Éste dura en promedio de 22 a 36 días. [1]

— **Higiene✓ menstrual:** se refiere al acceso y uso de un material limpio (toallas, tampones, copa, etc.) para absorber o contener la menstruación, que se puede cambiar según se requiera en un espacio con acceso a instalaciones seguras y convenientes, que cuenten con privacidad y acceso a agua y jabón para el lavado del cuerpo cuando sea necesario. [2]

— **Menstruación:** flujo de sangre (5-80 ml en promedio en total en cada menstruación) [3], que se origina por el desprendimiento del endometrio (revestimiento interno del útero), pasa por el cérvix, recorre por la vagina y sale por el orificio vaginal. Dura en promedio de 2 a 5 días. [4]

— **Menstruación digna:** es un concepto que abarca aspectos fundamentales que permiten vivir la menstruación con dignidad. Por ejemplo, contar con información completa acerca del ciclo menstrual, asegurar un estado pleno de salud durante este periodo, acceder a productos para su gestión y espacios que permitan una higiene adecuada. [5]

— **Menarca:** es cuando aparece por primera vez la menstruación, ocurre regularmente entre los 9 y 15 años. [6]

— **Moco cervical:** flujo que de manera natural genera el cérvix; sirve de lubricación de la vagina, como barrera de protección contra las bacterias y participa en el transporte de los espermatozoides. Su textura, color u olor se modifica según el momento del ciclo menstrual. [7]

— **Persona menstruante:** es aquella que vive el proceso de la menstruación, incluye: niñas, adolescentes, mujeres, mujeres cisgénero, hombres trans y mujeres de género no binario.

— **Productos para el almacenamiento o absorción de la menstruación:** objetos o materiales que se utilizan como depósito de la menstruación, como: la toalla absorbente desechable y reutilizable, tampón, copa, calzón menstrual, entre otros.

— **Salud menstrual:** estado de completo bienestar físico, mental y social con relación al ciclo menstrual.

✓ Usaremos el término higiene desde el conjunto de prácticas que mantienen al cuerpo saludable y no con el significado de categorizar a la menstruación como algo sucio.

¿Por qué hablar de la menstruación?

Aunque el ciclo menstrual es un proceso natural, muchas personas desconocen qué es, qué pasa en el cuerpo para que ocurra la menstruación o cómo se usan de manera correcta los productos para su gestión.

También, el no contar con infraestructura adecuada o insumos necesarios para tener una adecuada higiene menstrual, y tener vivencias relacionadas con discriminación, tabúes o desinformación, que pueden generar ~~el~~ temor, vergüenza o rechazo hacia la menstruación.

Por ello y para ejemplificar esta problemática, algunos datos de la *Encuesta Nacional y Estatales sobre Menstruación digna en adolescentes, mujeres adultas y personas menstruantes en México* (2022), señalan que:[8]

- el 69% de las personas encuestadas tuvieron poca o nada de información cuando llegó su menarca,
- la principal fuente de información sobre el uso de los productos menstruales es la madre, seguido de internet y redes sociales,
- el 70% de las personas que se encuestaron NO llevan registro del inicio, duración o características de su menstruación,
- el 20% mencionó NO contar con la infraestructura adecuada para la gestión menstrual en escuelas, oficinas u hogares,
- dentro de los sentimientos o condiciones más mencionados que presentan durante la menstruación, se encuentran: estar sensible, sentir cansancio o tener irritabilidad, y
- más del 70% de las personas encuestadas considera que se debe enseñar el tema a niñas y niños por igual.

Estas cifras ofrecen una visión más amplia de lo que rodea a la menstruación y nos invitan a verlo más allá de un proceso biológico. Por ello, y para desmitificar ideas erróneas de lo que ocurre durante el ciclo menstrual, debemos brindar información adecuada y precisa, que favorezca la toma de decisiones adecuadas en beneficio de la salud y el bienestar.

Para comprender los cambios que experimenta el cuerpo durante el ciclo menstrual, es necesario conocer algunos aspectos anatómicos y funcionales sobre los órganos sexuales (Imágenes 1 y 2):

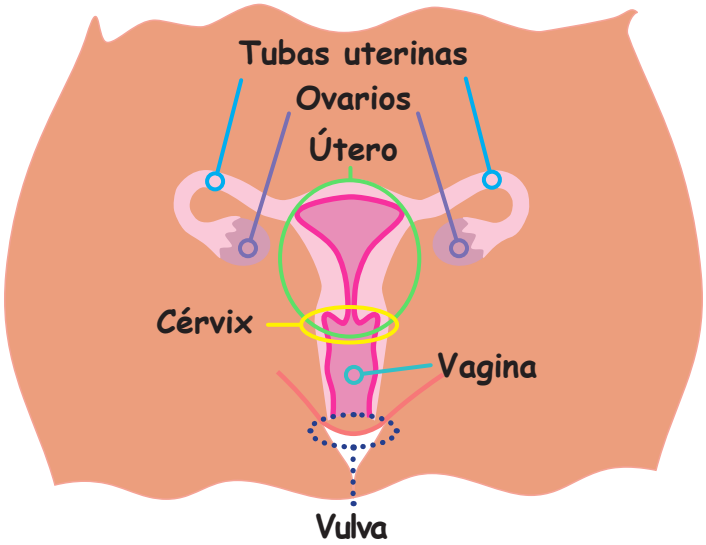


Imagen 1. *Órganos sexuales internos*

Ovarios: aquí se desarrollan los óvulos y se producen algunas de las hormonas que interactúan durante el ciclo menstrual.

Tubas uterinas: tubos delgados que se extienden desde el útero hasta los ovarios (transportan a los óvulos).

Útero: también se conoce como “matriz”; tiene tres capas, el perimetrio, el miometrio y el endometrio (esta capa es la que crece y se desprende dando origen a la menstruación).

Cérvix: parte inferior del útero que se conecta con la vagina.

Vagina: conducto fibromuscular, elástico que conecta al útero con la vulva.

Continúa...

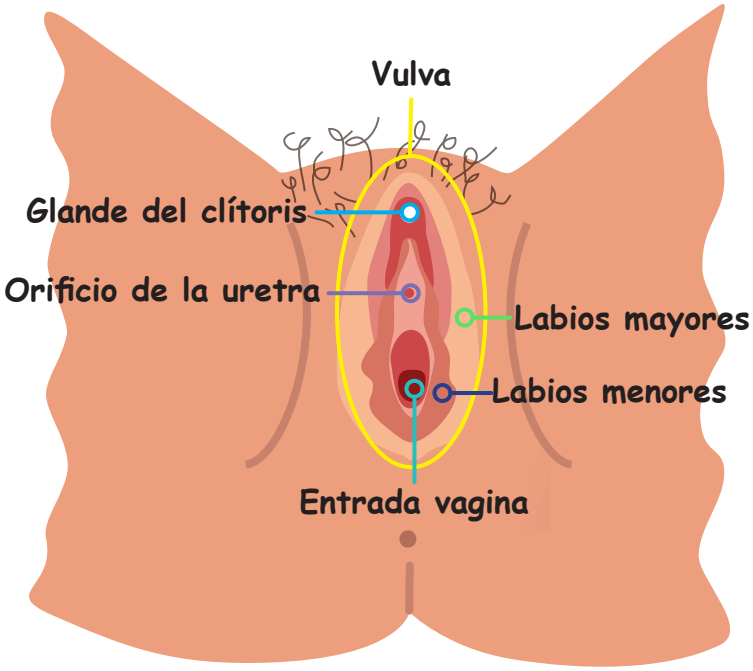


Imagen 2. *Órganos sexuales externos*

Vulva: conjunto de órganos externos que rodean la entrada vaginal

Labios menores: pliegues situados dentro de los labios mayores que empiezan en el clítoris y terminan en la entrada vaginal

Labios mayores: pliegues de piel cubiertos de vello púbico, que cubren al resto de las estructuras que conforman la vulva

Glande del clítoris: parte externa del clítoris que tiene función de proporcionar placer

Orificio de la uretra: es el conducto a través del cual sale la orina; no se considera un órgano sexual femenino, pero se ubica muy cerca de la entrada vaginal.

Entrada vaginal: es el sitio por el que fluye la menstruación desde el útero

Nota: la entrada vaginal y el orificio de la uretra son independientes entre sí, por ello si se desea utilizar un tampón o copa se podrá orinar sin problema.

¿Qué pasa en el cuerpo para que ocurra la menstruación?

El ciclo menstrual ocurre por la interacción y regulación de diversas hormonas que se producen de manera cíclica en el cerebro y los ovarios; a esto se le conoce como eje hipotalámico-hipofisiario-gonadal (imagen 3). El hipotálamo produce la hormona liberadora de gonadotropinas y estimula a la hipófisis para que ésta produzca dos hormonas más, la luteinizante (LH) y la foliculoestimulante (FSH). Estas últimas promueven la ovulación en el ovario, así como, la producción de otras hormonas sexuales: los estrógenos y la progesterona, que tienen efecto en el endometrio del útero, sobre el moco cervical y los caracteres sexuales secundarios. Por lo tanto, ocurren dos procesos simultáneos e interdependientes que se deben comprender, el ciclo ovárico y el ciclo endometrial (imagen 4): [9, 10]

Continúa...

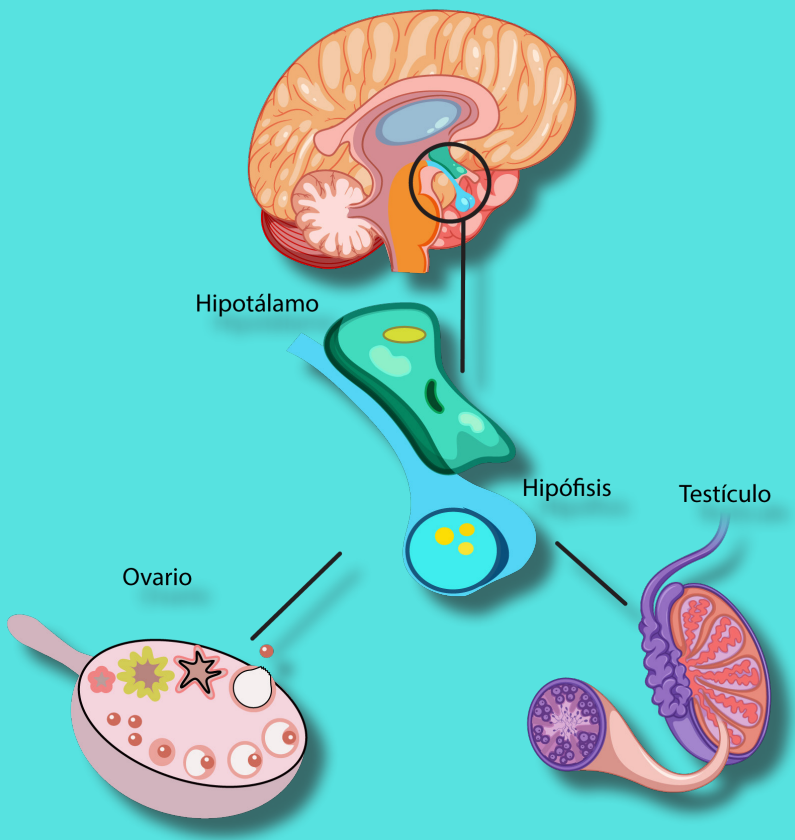


Imagen 3. *Eje hipotalámico-hipofisiario-gonadal.*

— El **ciclo ovárico** se compone de dos fases: folicular y lútea

— El **ciclo endometrial o uterino** se divide en dos fases: proliferativa y secretora

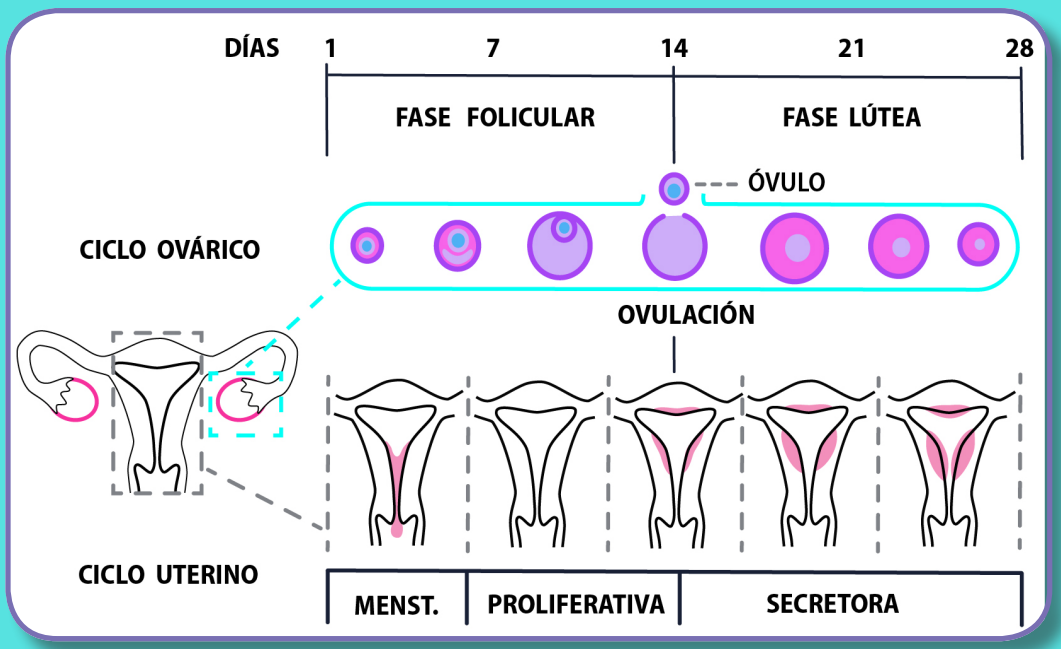


Imagen 4. *Ciclos Ovárico y Uterino*

Tabla 1. *Fases y características de los Ciclos Ovárico y Uterino*

Ciclo	Fase	¿Qué ocurre?
Ovárico	Folicular (estimulada por la FSH)	Inicia desde el primer día de sangrado hasta la ovulación. En esta fase ocurrirá la maduración del futuro óvulo en el ovario, lo que dará origen a la **ovulación** (expulsión del óvulo hacia las tubas uterinas).
	Lútea (estimulada por la LH)	Después de la ovulación, se formará un tejido en el ovario (cuerpo lúteo) que producirá una hormona que actuará en el útero para favorecer el embarazo en caso de que ocurra; si no es el caso, iniciará nuevamente la menstruación.
Uterino	Proliferativa (estimulada por estrógenos)	Inicia con los días de **sangrado menstrual** (desprendimiento del endometrio) que dura de 2 a 5 días en promedio. Después de la menstruación, en los próximos días, la capa del endometrio comenzará nuevamente a crecer.
	Secretora (estimulada por progesterona)	Posterior a la ovulación y si el óvulo no es fecundado, el útero se prepara para desprender el endometrio nuevamente. Si el óvulo es fecundado, el revestimiento del útero se mantiene para recibir al embrión.

Comprender las fases del ciclo menstrual nos puede dar un panorama sobre los cambios que ocurren día a día en el cuerpo de manera externa. Sin embargo, también es muy importante llevar un registro de estos cambios. Algunos datos que te recomendamos anotar son: el día de inicio y días de duración de la menstruación, el color, la cantidad de flujo, las características del moco cervical, el estado de ánimo, o el día en el que ocurrirá la ovulación.

Para hacer este registro se puede utilizar un cuaderno tipo diario o anotarlo en alguna nota en el celular. También, existen algunos recursos digitales e impresos como el *Calendario Menstrual ¡Yo Decido!* [11] Puedes elegir la opción que más se acomode a tus necesidades:

https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/668982/Calendario_Menstrual_Yo_Decido.pdf

Productos para la absorción o almacenamiento de la menstruación

Ahora que sabemos cómo se produce el sangrado menstrual, conoceremos los productos para absorber o almacenar la sangre menstrual. Estos materiales deben ser de libre uso y se puede elegir usar cualquiera de ellos, de acuerdo a con las posibilidades y comodidad de cada persona. En la siguiente tabla (2), se muestran los materiales más comunes en México. [12]

Tabla 2. *Productos para la absorción o almacenamiento de la menstruación*

Uso	Nombre	¿Qué es?	Tiempo máximo de uso✓✓
Externo (cubre la vulva)	Toalla desechable	Conjunto de capas denominadas "no tejidas", que se ajustan a la ropa interior. Están compuestas por mezclas de plásticos, rayón o algodón y en su centro contiene un material absorbente como la celulosa sola o combinada y un gel que absorbe y retiene el flujo. Son de un solo uso y hay de diversos tamaños dependiendo de la cantidad de flujo menstrual.	3 a 8 horas dependiendo del tipo de toalla
	Toallas de tela	Conjunto de capas de tela que se ajustan en la ropa interior, son reutilizables, se lavan después de usarse y tienen una vida útil de 1 a 3 años, dependiendo del material del que estén hechas.	3 a 6 horas dependiendo del material o tamaño de la toalla
	Calzón menstrual	Ropa interior que absorbe el sangrado menstrual en la parte del puente, debido a la función de las múltiples capas que funcionan como tejido absorbente. Se lavan después de cada uso y tienen una vida útil de hasta 3 años.	12 horas
Interno (se introduce en la vagina)	Copa menstrual	Contenedor en forma de campana o copa, hecho de goma o silicona, que retiene en su interior el sangrado menstrual (no absorbe, almacena el sangrado). Recoge tres veces más sangre menstrual que las toallas o tampones. Manteniéndola en buenas condiciones, puede durar hasta 10 años.	12 horas
	Tampón	Rollo hecho de algodón o rayón que se inserta en la vagina. Existen diversos tamaños dependiendo de la cantidad de flujo menstrual. Para facilitar su colocación, existen presentaciones que cuentan con aplicadores; estos son de cartón delgado o plástico que contienen dentro al tampón. También existen presentaciones sin aplicador. Este producto es de un solo uso.	4 a 8 horas dependiendo del tipo de tampón

✓✓ Estos tiempos son variables, ya que cada producto tiene sus propias especificaciones de uso; además, cada persona que menstrúa tiene una cantidad de flujo diferente dependiendo del día de la menstruación. Por lo tanto, habrá días en los que algunos de estos productos se necesiten cambiar antes del tiempo recomendado. Lo importante es no rebasar las horas máximas de uso.

Mitos comunes sobre la menstruación

La falta de información, su transmisión incorrecta, así como la falta de comprensión sobre el ciclo menstrual han contribuido a la existencia de mitos sobre la menstruación. A menudo, estas ideas falsas se replican de generación en generación y pueden ser difíciles de desmentir.

Estos mitos persisten entre la población a pesar de la evidencia científica que los desmiente y hay lugares donde la menstruación sigue siendo un tabú. A continuación, y para disminuir algunas de estas creencias, mencionaremos algunos de estos mitos y los aclararemos.

- La sangre menstrual es sucia

Falso: la menstruación es un proceso natural y saludable que ocurre en el cuerpo de las personas que tienen útero, el cual indica que su sistema reproductivo está funcionando correctamente. Al igual que la sangre que recorre nuestro cuerpo, la sangre menstrual está libre de bacterias, por ende, no es sucia.

- Las personas que menstrúan no deben bañarse, cocinar o participar en actividades sociales

Falso: estas restricciones se basan en creencias culturales que estigmatizan y aíslan a las personas que menstrúan, limitando sus oportunidades y derechos. Las personas que menstrúan pueden, si así lo desean, llevar a cabo sus mismas actividades cotidianas de manera normal.

- La copa menstrual se atora en la vulva o se pierde en el cuerpo

Falso: la copa menstrual no se pierde en el cuerpo, ya que la vagina tiene como límite el cérvix. Si se llevan a cabo los pasos correctos para su colocación, ésta saldrá con mayor facilidad. En caso de que se haya colocado más arriba de lo habitual, basta con pujar un poco para sacarla.

- No se puede orinar con el tampón o la copa menstrual puestos

Falso: en la vulva hay dos orificios, la entrada uretral (por donde sale la orina) y la entrada vaginal (por donde sale la menstruación); es por ello que, si se lleva la copa o el tampón en la vagina y se desea orinar, no habrá impedimento para hacerlo ni necesidad de quitarlos.

- Puedo usar tampón o copa menstrual si no he tenido relaciones sexuales

Cierto: si se desea y se quiere usar los productos antes mencionados, puede hacerse. La abertura vaginal puede o no estar cubierta por una membrana llamada himen, la cual se "rompe" no solo con la inserción de algo (tampones, copas menstruales, juguetes, dedos o penetración). La actividad física básica o los cambios hormonales también pueden cambiar la forma y elasticidad del mismo. Además, independientemente de si se usa el tampón o la copa, el himen desaparecerá con el tiempo.

¿Sabías que...?

— El Colegio Americano de Obstetras y Ginecólogos y la Academia Americana de Pediatría, sugieren que los médicos deben considerar al ciclo menstrual como el **quinto signo vital**, casi tan importante como el pulso, la respiración o la presión arterial. Al incluir en la revisión médica una evaluación del ciclo menstrual, refuerza la evaluación del estado de salud general de las personas que menstrúan y así, es posible identificar de manera temprana problemas de salud. [13]

— Gracias a la lucha de colectivas como Menstruación Digna México, se logró que el 21 de octubre de 2021, el pleno de la Cámara de Diputados aprobara **eliminar el 16% del IVA a los productos de gestión menstrual.** [14]

— El 14 de febrero de 2023, diputadas y diputados del Congreso de la Ciudad de México aprobaron dos iniciativas que buscan reformar la Ley Federal del Trabajo y la Ley Federal de los Trabajadores al Servicio del Estado, a efecto de que se vuelva **obligatorio** que las personas empleadoras **otorguen dos días al mes con goce de sueldo, a las mujeres trabajadoras y personas menstruantes que presenten dismenorrea (dolor durante la menstruación) en grado incapacitante.** [15]

— El 9 de febrero de 2024, el Congreso de la Ciudad de México **aprobó adiciones y reformas a la Ley de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes de la Ciudad de México** con el objetivo de garantizar el **derecho a una menstruación digna.** [16]

EFEMÉRIDE DEL MES

28 de mayo
Día de la Higiene Menstrual

En 2013, la organización alemana **WASH United** (WA-water, S-sanitation, H-hygiene) [17], dedicada a la promoción y educación en materia de agua, saneamiento e higiene, con especial atención a la higiene menstrual y los derechos humanos [18], comenzó un proyecto para concientizar sobre la importancia de la gestión menstrual, así como el modificar percepciones negativas o estigmas en torno a la menstruación. Por ello, se estableció el 28 de mayo como el *Día de la Higiene Menstrual*. El 28 en referencia a que el ciclo menstrual tiene una duración media de 28 días y en mayo por ser el quinto mes del año, ya que la menstruación dura cinco días en promedio. [19]

#MHDay2024

La imagen y los hashtag pertenecen a WASH United gGmbH [20]

#PeriodoMundoAmigable

Referencias

[1] Fehring-Richard J, Schneider M, Raviele K. Variability in the phases of the menstrual cycle. J Obstet Gynecol Neonatal Nurs. 2006 [citado 7 marzo 2024]; 35(3): 376-384. Disponible en: https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0884217515343768?via%3Dihub

[2] UNICEF. Manual sobre salud e higiene menstrual para niñas, niños y adolescentes. [Internet]. 2020. Disponible en: https://www.unicef.org/mexico/media/7201/file/Manual%20para%20ni%C3%B1as,%20ni%C3%B1os%20y%20adolescentes.pdf

[3] Sepúlveda-Agudelo J, Sepúlveda-Sanguino A. Sangrado uterino anormal y PALM COEIN. Ginecol Obstet Mex. 2020, [citado el 27 de marzo de 2024]; vol. 88, no 1, p. 59-67. Disponible en: https://www.scielo.org.mx/pdf/gom/v88n1/0300-9041-gom-88-01-59.pdf

[4] Fondo de Población de las Naciones Unidas. La menstruación y derechos humanos-Preguntas frecuentes. [Internet]. Mayo 2022 [citado 11 marzo 2024].. Disponible en: https://www.unfpa.org/es/menstruacion-preguntas-frecuentes#:~:text=Normalmente%20dura%20de%202%20a,menarquia%20var%C3%ADa%20seg%C3%BAn%20la%20persona

[5] CADENA, UNICEF. Menstruar en la frontera sur de México. [Internet]. Diciembre 2023. Disponible en: https://www.unicef.org/mexico/media/7736/file/Periodos%20en%20movimiento.pdf

[6] Secretaría de Salud.Cuando llega el periodo menstrual. [Internet]. 8 de agosto de 2017 [citado 11 marzo 2024]. Disponible en: https://www.gob.mx/salud/articulos/cuando-llega-el-periodo-menstrual#:~:text=La%20primera%20menstruaci%C3%B3n%20se%20da,o%20mientras%20compras%20una%20gabardina

[7] Vigil P, Cortés M. Carrera B, Hauyón R, Aravena C. El moco cervical en la fisiología reproductiva. En: Selección de temas en Ginecoobstetricia, tomo II, Cap 6. 2014, p. 325-334. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/277227286_El_Moco_Cervical_en_la_Fisiologia_Reproductiva

[8] ESSITY, UNICEF. Encuesta nacional y estatales. Menstruación digna adolescentes, mujeres adultas y

personas menstruantes en México. [Internet] Octubre 2022. [citado 14 marzo]. Disponible en: https://www.essity.mx/Images/Reporte%20Resultados%20Encuesta%20Essity%20MD%20y%20UNICEF_tcm347-146768.pdf

[9] Reed B, Bruce C. The normal menstrual cycle and the control of ovulation. Endotext [Internet]. South Dartmouth (MA): MDText.com, Inc, 2015. [citado 20 marzo 2024]. Disponible en: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK279054/?report=printable

[10] Parera N, Colomé C. Menstruación en adolescentes: ¿qué podemos esperar? Anales de Pediatría Continuada. 2010, [citado 1 abril 2024]; vol. 8, no 6, p. 271-278. Disponible en: https://www.elsevier.es/es-revista-anales-pediatria-continuada-51-articulo-menstruacion-adolescentes-que-podemos-esperar-S1696281810700494

[11] Secretaría de Gobernación y Consejo Nacional de Población. Hernández Torres, Karla Berenice; Lombardini Vega ,Nancy; Hernández Bolaños, Cristina. Calendario Menstrual ¡Yo Decido! Julio de 2021. [citado 2 mayo 2024]. Disponible en: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/668982/Calendario_Menstrual_Yo_Decido.pdf

[12] Mieres P, Ribbeck D, Maldonado P, Reig N, Villagra J. Guía de Salud Menstrual. [Internet]. 2022. Disponible en: https://www.escuelatribu.com/

[13] American College of Obstetricians and Gynecologists. Committee Opinion No. 651: Menstruation in Girls and Adolescents: Using the Menstrual Cycle as a Vital Sign. [Internet]. Diciembre 2015. [citado 3 abril 2024]. Disponible en: https://journals.lww.com/greenjournal/fulltext/2015/12000/committee_opinion_no__651__menstruation_in_girls.59.aspx

[14] Juárez B. Rojo menstruación: historia de una victoria. Guía de incidencia. Friedrich-Ebert-Stiftung, Fundar, Centro de Análisis e Investigación, Menstruación Digna México, [Internet]. mayo 2023. [citado 29 de marzo]. Disponible en: https://fundar.org.mx/wp-content/uploads/2023/05/Rojo-Menstruacion-Historia-de-una-victoria.pdf

[15] Consejo Nacional de Población. Licencia menstrual. [Internet]. 24 de febrero de 2023. [citado 4 abril 2024]. Disponible en: https://www.gob.mx/conapo/articulos/licencia-menstrual

[16] Congreso Ciudad de México. Avala Congreso modificaciones a ley para garantizar derecho a menstruación. [Internet]. 9 de febrero de 2024. [citado 2 de abril 2024] Disponible en: https://www.congresocdmx.gob.mx/comsoc-avala-congreso-modificaciones-ley-garantizar-derecho-menstruacion-5097-1.html

[17] Zarza Laura F. ¿Qué significa WASH? IAGUA. 2024. [Internet].[citado 24 de abril 2024]. Disponible en: https://www.iagua.es/respuestas/que-significa-wash

[18] WASH United. s.f. [Internet]. [citado 24 de abril 2024]. Disponible en: https://wash-united.org/index.html

[19] WASH United. About Menstrual Hygiene Day. 2024 [Internet]. [citado 2 de abril 2024]. Disponible en: https://www.menstrualhygieneday.org

[20] WASH United gGmbH. Materiales del día MH. 2024. [Ilustración]. [citado 24 de abril 2024]. Disponible en: https://www.menstrualhygieneday.org/materials/mh-day-materials

BOLETÍN SAPIOSEX, Año 2, número 13, mayo de 2024. Publicación mensual de acceso abierto, editada por la Universidad Nacional Autónoma de México, Ciudad Universitaria, Av. Universidad 3000, Coyoacán, 04510, Ciudad de México, a través del Programa de Prevención de Embarazo en Adolescentes de la División de Investigación de la Facultad de Medicina, Torre de Investigación, edificio "H", primer piso, Circuito Escolar s/n, Ciudad Universitaria, Coyoacán, 04510, Ciudad de México. Teléfono: 55 5623 2153.

https://boletinsapiosex.facmed.unam.mx

sapiosex@unam.mx

Editor responsable: Dra. Mónica Beatriz Aburto Arciniega. Certificado de Reserva de Derechos al uso Exclusivo del Título: 04-2023-092217040500-106 otorgado por el Instituto Nacional del Derecho de Autor.

Responsable de la última actualización de este número, Programa de Prevención de Embarazo en Adolescentes de la Facultad de Medicina, María Elena González Robles, Torre de Investigación, edificio "H", primer piso, Circuito Escolar, Ciudad Universitaria, Coyoacán, 04510, Ciudad de México. Fecha de la última modificación: 2 de mayo de 2024.

El contenido de los artículos es responsabilidad de los autores y no refleja el punto de vista del editor del boletín ni de la UNAM.

Se autoriza cualquier reproducción total o parcial de los contenidos de la publicación, siempre y cuando sea sin fines de lucro o para usos estrictamente académicos, citando la fuente completa y la dirección electrónica de la publicación.