

LA HIGIENE

DE LOS BAÑOS A EXAMEN

Descubriendo el
impacto empresarial de
la higiene menstrual

Una investigación
propia de Initial

Introducción

Según UNICEF, cada mes más de 2.000 millones de mujeres en el mundo menstrúan. Sin embargo, a pesar de ser algo habitual para muchas, todavía existen tabúes respecto al tema.

En 2022 encargamos una encuesta a Opinion Matters. Nuestro objetivo era comprender las preocupaciones, comportamientos y necesidades de las mujeres que menstrúan. La encuesta reveló, entre otras cosas, que a menudo no se sienten cómodas hablando abiertamente de la menstruación y, como resultado, es posible que sus necesidades no siempre sean atendidas en los baños comunitarios.

Cuando los baños de una empresa no están bien equipados, la persona puede sentir incomodidad, o incluso vergüenza, por su higiene menstrual. Esto no solo afecta su experiencia en el aseo y su capacidad para mantener buenas prácticas de higiene, sino que la investigación descubrió que también podría llevar a que algunas usuarias adquieran impresiones negativas del negocio en general.

Hay varias maneras en las que las empresas pueden hacer que las empleadas y clientas se sientan valoradas, apoyando una mejor higiene menstrual. Este informe explora los desafíos a los que se enfrentan las usuarias y las necesidades que deben considerarse para crear una experiencia en el aseo más agradable.

Este informe utiliza datos de una encuesta realizada a:

- 14.000 mujeres en edad de menstruar que usan aseos públicos al menos 1 vez al mes
- 8 países: Australia, Chile, Francia, India, Italia, Malasia, América del Norte y el Reino Unido
- Personas de edades entre 16 y 50 años y al menos el 50% utiliza baños en el trabajo

Un tema tabú...

La higiene menstrual es esencial para gozar de buena salud. Debemos fomentar prácticas como cambiar los productos sanitarios con regularidad, lavarnos las manos antes y después de tocar los desechos de higiene menstrual y garantizar una eliminación segura de cualquier producto usado.

A pesar de esto, tan sólo el 31% de las mujeres encuestadas dicen haber recibido una buena educación sobre la higiene menstrual en el colegio. Que sea un tema tabú también supone que al sacar el tema a menudo cause malestar, y se renuncie a plantear los retos y necesidades de las mujeres, en especial en las conversaciones con los hombres.

Si bien 4 de cada 5 mujeres que menstrúan se sentirían cómodas hablando abiertamente sobre la menstruación con sus amigas, sólo el 34% dice lo mismo de sus amigos.

Estas cifras son aún más bajas cuando se trata de hablarlo con sus compañeros (25%). Mientras tanto, el 16% informa que se siente incómoda hablando abiertamente de su higiene menstrual con un profesional sanitario hombre.

Esta podría ser la razón por la que muchas mujeres no quieren que nadie sepa que tienen la regla. Por ejemplo, el 60% de las mujeres han escondido el tampón o la compresa cuando se dirigen al baño para evitar que la gente sepa que está menstruando.

Casi el 79% de las encuestadas usan* los productos de higiene menstrual cuando se acerca su período pero antes de que comience para evitar a toda costa tener una fuga en público.

Un tercio de las mujeres también afirma haber intentado ocultar el ruido al abrir y cerrar los contenedores de residuos sanitarios porque les daba vergüenza.

Dado que muchas mujeres prefieren no hablar de la menstruación y que no hay los suficientes debates sobre los problemas relacionados a ella, existe una clara oportunidad de entender mejor estas necesidades silenciadas.

"Sentí mucha vergüenza... tuve que esconder mis compresas para asegurarme de que no me viera nadie"

*siempre o a veces

²Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC)

Sólo el **25%**

de las empleadas se sienten cómodas hablando sobre la menstruación con sus compañeros

Los desafíos de la higiene menstrual en los aseos comunitarios

Tras la pandemia, aumentó la conciencia social de la importancia de la higiene del aire, superficies y manos para reducir los riesgos asociados con la contaminación cruzada. El COVID-19 nos mostró la facilidad con la que se transmiten los gérmenes.

El 61% de las mujeres dicen estar más preocupadas ahora por los niveles de higiene en los baños públicos. Posiblemente debido a esta mayor conciencia, sólo el 46% de las mujeres asumen que es higiénico baño público simplemente porque parezca limpio.

Y tienen motivos para ser cautelosas. Hay varias zonas de riesgo en los baños (principalmente las que tocamos todos) que pueden ser un banco de gérmenes. Estos riesgos pueden ser la razón por la que el 67% de las mujeres dicen que suelen intentar evitar cambiar sus productos de higiene en aseos comunitarios.

Esto es preocupante, porque los productos de higiene menstrual deben cambiarse periódicamente o pueden plantear riesgos graves para la salud, como el síndrome de shock tóxico o infecciones del tracto reproductivo y urinario.³

Los contenedores de residuos sanitarios son un posible punto crítico de contaminación cruzada porque a menudo se colocan junto a los inodoros. Cuando se tira de la cadena se produce el conocido 'efecto estornudo', que es cuando salpican gotas de agua y acaban depositándose sobre otras superficies, pudiendo contaminarlas.⁴

Si estas gotas se depositan en los contenedores sanitarios, los usuarios pueden contraer gérmenes mientras tocan el contenedor para tirar sus desechos.

La falta de alternativas para desechar los residuos también supone un riesgo de contaminación cruzada.

En ausencia de contenedores sanitarios, el 51% de las mujeres afirman que se guardarían sus productos usados para tirarlos posteriormente.

El 6% de las mujeres los tirarían el suelo si no tuvieran otra solución para desecharlos...

El 95% de las mujeres han utilizado papel higiénico, envoltorios o su ropa para evitar tocar un contenedor sanitario.

Aproximadamente
tres de cada cinco

mujeres han utilizado papel higiénico para evitar tocar el contenedor con las manos

³ Wateraid, *La higiene menstrual importa* (2012)

⁴ Inital, *El viaje del germen* (2017)

El impacto empresarial de la higiene menstrual

Cuando una mujer tiene que ir a un aseo fuera de casa (ya sea trabajando, socializando, comprando...) necesita unas buenas instalaciones sanitarias para unas buenas prácticas de higiene femenina y limitar los riesgos para la salud.

El **foco está en las empresas**: más de la mitad de las mujeres coinciden en que deben hacer más por facilitarles el cambio de productos y 2 de cada 5 piensa que su lugar de trabajo podría hacer más para dar cobertura a sus necesidades de higiene menstrual.

Hasta el **52%**
de las mujeres encuestadas
reclaman más esfuerzos a
las empresas para fomentar
una buena higiene femenina
en el trabajo.

No está sólo en el interés de las usuarias en que se cumplan estas expectativas.

Proporcionar las instalaciones necesarias para una buena higiene menstrual también es una preocupación empresarial, ya que el 52% de las mujeres que menstrúan juzgan la calidad de un negocio por el estado de sus instalaciones sanitarias.

Que sus percepciones sean positivas o negativas puede depender de muchos factores, como la limpieza, la higiene, los servicios sanitarios o las experiencias de usuario.

El 60% de las mujeres que menstrúan se han negado a utilizar un baño público porque no estaba lo suficientemente limpio.

Estas percepciones son importantes. Los baños mal abastecidos o antihigiénicos pueden perjudicar la imagen de la empresa o hacer que las empleadas se sientan incómodas en su lugar de trabajo, lo que afectaría la satisfacción laboral y aumentaría el ausentismo.

Cuando las percepciones de una empresa están tan ligadas al estado de sus baños, proporcionar instalaciones bien equipadas que permitan una buena higiene puede fortalecer la imagen de una marca y demostrar comprensión y atención a las clientas y empleadas, fomentando impresiones más positivas de la empresa en general.

Además de este impacto reputacional, un baño que carece de instalaciones de higiene menstrual también puede suponer costes.

Sin alternativas de eliminación de residuos, las usuarias pueden verse en situaciones en las que deciden tirar sus desechos: el 41% de las mujeres* tiran los tampones por el inodoro y el 39% las compresas.

Esto puede causar obstrucciones de aguas residuales con gastos y consecuencias inesperadas para las empresas y un impacto en el medio ambiente. Los productos de higiene menstrual son ahora el quinto mayor contaminador de plásticos de un solo uso en nuestros océanos.⁵

Incluso otras soluciones más sostenibles no están exentas: casi un tercio de mujeres admiten que tiran las bragas menstruales y el 26% las copas menstruales.

* y utilizar productos de higiene menstrual

⁵ Real Sociedad de Química, 2021

Acciones sencillas que hacen el aseo más cómodo

Hay acciones sencillas que una empresa puede hacer para cubrir las necesidades de la higiene femenina, apoyar la dignidad del periodo y brindar a todas las usuarias de los baños una experiencia más higiénica.

Antes de pasar al aseo...

Una buena higiene va más allá del aseo. El pomo de una puerta puede transferir gérmenes hasta al 60 % de los ocupantes de un edificio en cuatro horas,⁶ por lo que los dispensadores de desinfectante para manos en todos los edificios pueden ayudar a promover una buena higiene de manos incluso antes de que un usuario cruce la puerta del baño.

... dentro del cubículo...

Como señala la doctora Gail Aitken, directora de consumibles de Rentokil Initial:

"Es importante abordar los residuos de la higiene menstrual en términos de peligro y riesgo. Después de su uso, los materiales utilizados para controlar la higiene menstrual y la menstruación pueden contener una amplia variedad de microorganismos potencialmente peligrosos.

Cualquier riesgo asociado con estos peligros, como la transmisión de gérmenes, se puede reducir mediante una variedad de acciones (como instalar contenedores sanitarios, limpiadores de las tapas de los inodoros y la educación en una buena higiene de manos) que pueden ayudar a reducir estos peligros y una potencial contaminación cruzada".

Una de las principales intervenciones de riesgo necesarias en los aseos son los contenedores. El 70% de las mujeres desearían disponer de ellos* para ayudar a eliminar los residuos de higiene menstrual.

El 64% también dice que los contenedores de basura sin contacto son esenciales**, probablemente porque eliminan una zona de contacto de riesgo.

Para evitar la contaminación cruzada, los contenedores sanitarios con cubiertas antimicrobianas pueden agregar un nivel adicional de protección, particularmente en cubículos pequeños.

La eliminación adecuada de residuos también requiere un mantenimiento regular para eliminarlos.

Además, las soluciones desinfectantes crean cubículos más higiénicos y reducen la contaminación cruzada. Por ejemplo, al 59% de mujeres encuestadas les gustaría tener toallitas para desinfectar superficies* y considera esencial un limpiador de asientos de inodoro**.

Al 57 % de los encuestados le gustaría incluso ver lavabos en los cubículos*, para garantizar una mejor higiene de manos o para el 58 % que puedan usar productos de higiene menstrual reutilizables*** que deben enjuagarse con agua después de su uso.

... y en resto del baño.

El recorrido de los gérmenes no se detiene una vez que los usuarios abandonan el cubículo. Debemos considerar todo el baño.

Por ejemplo, es esencial garantizar lavabos limpios y bien abastecidos para lavarse las manos con jabón antes y después de cambiar los productos sanitarios.

Las manos mojadas también suponen una amenaza de contaminación cruzada. Las gotas que caen a la superficie propagan bacterias hasta 1.000 veces más,⁷ por lo que también debemos implementar soluciones eficaces para el secado de manos en todos los baños.

Las 5 principales medidas que las mujeres quieren que se les proporcionen en los cubículos son:



Contenedor sanitario



Toallitas higienizadoras de superficies



Gel hidroalcohólico



Fregaderos



Bolsas para la eliminación discreta de productos de higiene menstrual usados.

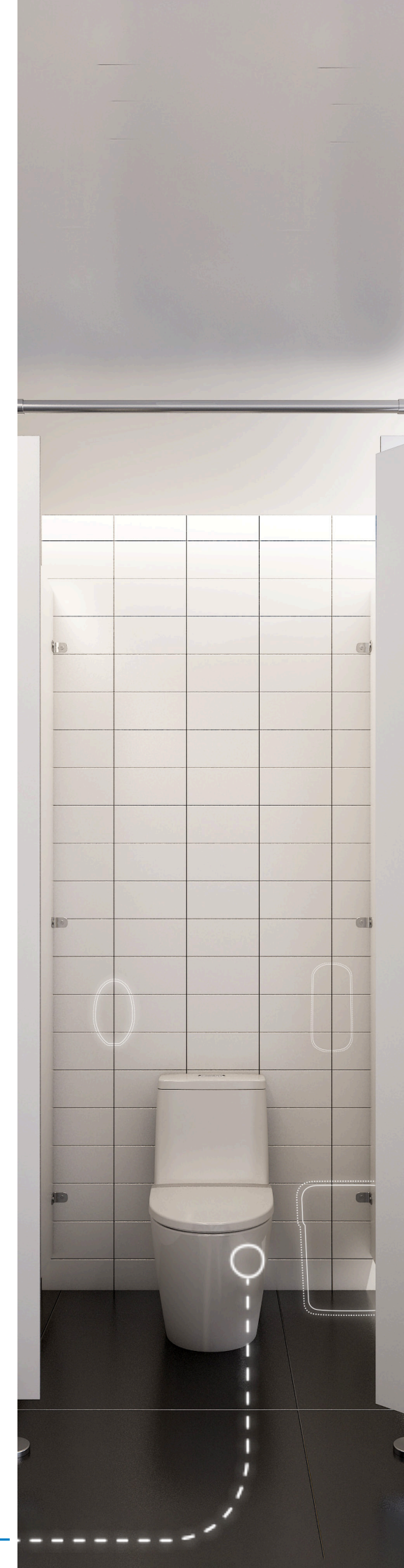
⁶ Smith y Lokhorst, 2009 citado en Alharbi, S.A. et al, 2016

⁷ Dr Charles Gerba, Universidad de Arizona

* en cubículos para apoyar una buena higiene menstrual

** para restaurantes, hoteles o instalaciones de ocio para proporcionar

*** utilizando siempre, con frecuencia o en ocasiones productos de higiene menstrual reutilizables al hacer compras



Adaptando tu aseo

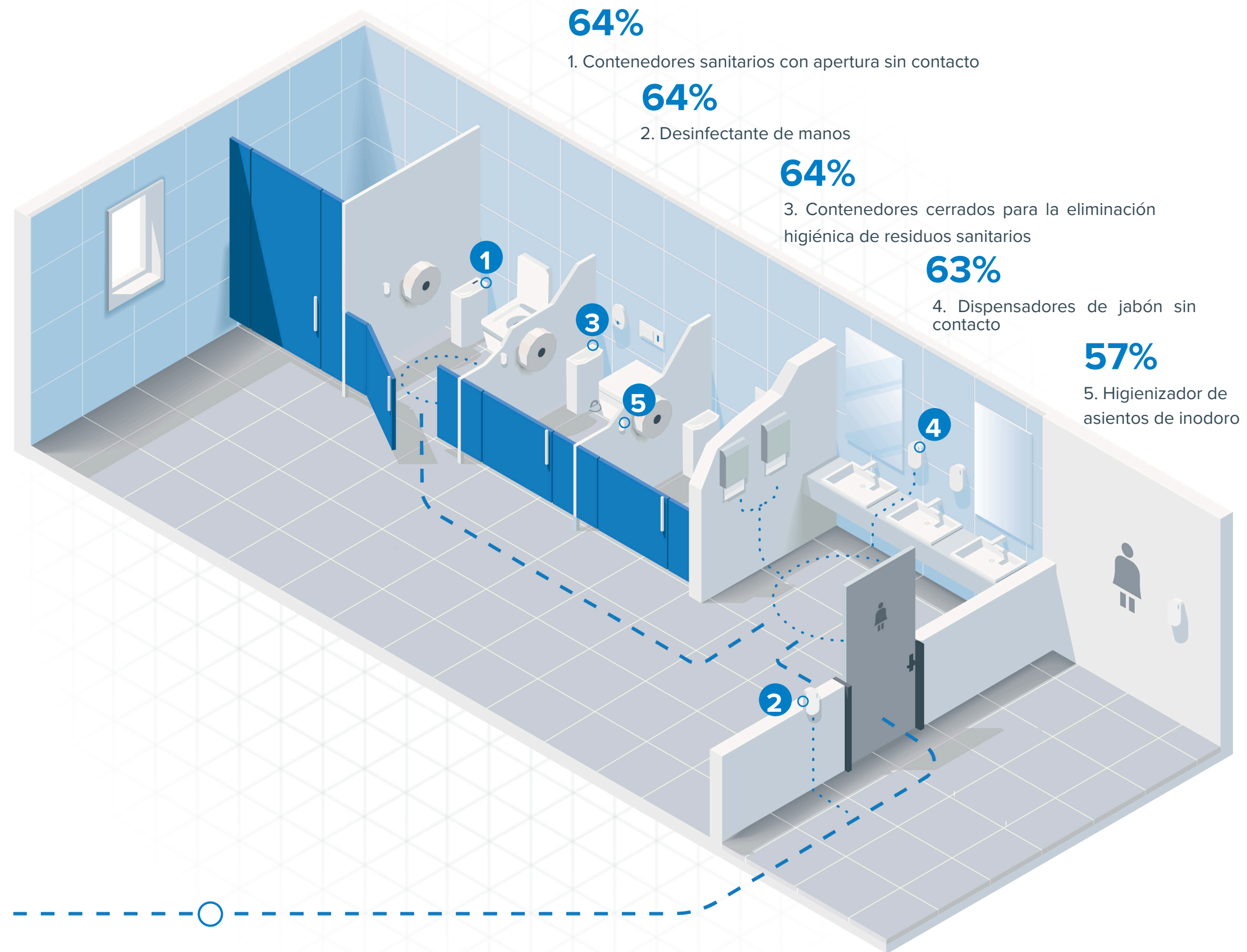
A modo de cierre, nuestra investigación concluye que queda mucho por hacer para acabar con los tabús de la menstruación, con el fin de hacer sentir lo más cómodas posible a todas tus empleadas y clientas.

Sin embargo, las empresas pueden marcar la diferencia, apoyar una mejor higiene del aseo, mejorar la experiencia de la usuaria y la percepción de la marca demostrando que tienen en cuenta y promueven proactivamente las buenas prácticas de higiene femenina en sus aseos.

Para lograrlo, los baños (y los productos del aseo) deben cubrir todos los riesgos y necesidades de higiene menstrual, especialmente aquellos menos evidentes. Si es poco probable que una clienta o una empleada te plantee problemas por sí misma, existe una oportunidad para que las empresas sean más proactivas con su estrategia de higiene.

¿Cómo pueden hacerlo? Equipando los cubículos y el resto del baño con todo lo que necesita cada usuaria para gestionar su higiene. Esto incluye: higiene de manos, superficies y menstrual. Las empresas pueden conseguir un reconocimiento positivo y garantizar que unas instalaciones cómodas para sus usuarias.

Los cinco imprescindibles en un aseo femenino* :



*para aseos de restaurantes, hoteles o instalaciones de ocio.

Sobre Initial

En Initial somos expertos en higiene de aseos a nivel mundial. Proporcionamos los servicios y soluciones necesarios para que las empresas creen espacios más seguros, saludables e higiénicos para todos, todos los días. Combinamos más de un siglo de experiencia y unos conocimientos técnicos inigualables con un servicio fiable y el compromiso de cuidar el medio ambiente en nuestra innovación.

Nuestro enfoque proactivo y orientado al futuro significa que los clientes pueden confiar en nosotros para gestionar sus riesgos higiénicos y ayudar a crear experiencias en interiores que repercutan positivamente en la salud y el bienestar de las personas que los visitan o trabajan en ellos.

Para más información, visita www.initial.com/es/