



Gobierno de
México

Mujeres
Secretaría de las Mujeres

niñas
adolescentes
libres y seguras

Prevención, atención y erradicación de la violencia sexual,
el embarazo en adolescentes y las uniones forzadas

¡Cuidemos a
las niñas
para que
sean felices!



¿Reconoces si
esta situación
ha pasado en
tu comunidad?



Gobierno de
México

Mujeres
Secretaría de las Mujeres

niñas
adolescentes
libres y seguras

4

¿Sabías que es

nuestra responsabilidad

que ninguna

niña o adolescente quede

embarazada?

No es real que las niñas estén listas para ser madres después de su primera menstruación. Como dicen las parteras de la comunidad: "sus vientres todavía están tiernos", y aún no están preparadas para tener responsabilidades de madres.

Cuando mi hija Sofía tuvo su primera menstruación a los 11 años, llegó muy seria de la escuela. Ese día casi no quiso platicar durante la comida, y se quedó callada mirando su plato. Más tarde, me acerqué para preguntarle qué le pasaba. Me contó que una de sus amigas le había dicho que "ahora sí ya era una mujer", porque en su familia les enseñaban que, cuando una niña menstrúa, ya está lista para casarse y tener hijos.

Sofía me preguntó si eso era verdad. Me dijo que le daba miedo y que ella todavía quería seguir jugando fútbol en la escuela, salir con sus amigas y continuar estudiando. También me dijo que ni siquiera entendía por completo todos los cambios que estaba viviendo.

Entonces me senté con ella y le expliqué que la menstruación es algo natural, pero eso no significa que deba asumir responsabilidades adultas: tener la primera menstruación no implica que una niña deje de serlo, ni que ya esté preparada para convertirse en madre o esposa.

También le expliqué que todavía está creciendo, y recordé las palabras de su abuela, que era partera aquí en la comunidad: "los vientres de las niñas aún están tiernos".

Le dije que tiene derecho a seguir estudiando y aprendiendo, a jugar y vivir su infancia y adolescencia con bienestar, felicidad, cuidado y acompañamiento. Esa noche la vi más tranquila.

Cuando una niña o adolescente comienza a menstruar, y alguien le dice que ya está lista para ser mamá, se ignora que ser madre no es algo fácil. Tener un embarazo y criar a un hijo/a trae muchos cambios físicos y emocionales en la vida, a los que una niña todavía no está preparada.

La menstruación es un proceso biológico natural, no significa que sea una señal de madurez, como ya lo han dicho muchas parteras "los vientres de las niñas todavía están tiernos". Las niñas y adolescentes aún necesitan del cuidado y apoyo de su familia, de su comunidad y también del Estado. Por eso, no es "normal" que una niña quede embarazada solo porque ya tuvo su primera menstruación.

El cuidado y la responsabilidad de generar condiciones para que las niñas y adolescentes crezcan seguras y libres de violencia no es de ellas solas. Protegerlas es tarea de las familias, la comunidad y las instituciones.