

CUCEA inaugura sala de descanso menstrual

La iniciativa es una respuesta a las necesidades de salud de universitarias en la Encuesta universitaria sobre menstruación. 95% de las encuestadas dijo haber sufrido dolor abdominal en sus últimos tres períodos

Con el objetivo de brindar un espacio seguro, digno y accesible para personas menstruantes de la comunidad universitaria que requieran reposo temporal, atención básica o insumos durante su periodo menstrual, el [Centro Universitario de Ciencias Económico Administrativas \(CUCEA\)](#) ^[1], de la Universidad de Guadalajara, **inauguró una Sala de descanso menstrual.**

La maestra Alejandra Hidalgo, responsable del Programa integral de cultura de paz y primeros contactos de dicho centro, explicó que el espacio **tiene capacidad para atender al mismo tiempo a diez personas, favorecer su bienestar y permanencia en las actividades académicas y laborales.**

El proyecto es parte de la agenda impulsada por las autoridades del plantel y nació como respuesta a la [Encuesta universitaria sobre menstruación “Fluye con seguridad”](#) ^[2], realizada en 2023 en nueve centros universitarios y 33 escuelas preparatorias de la red.

En dicha encuesta, **95 por ciento de las personas reportó haber sufrido dolor abdominal o cólicos en sus últimos tres períodos, 31.5 por ciento calificó su dolor como muy intenso y 43.5 por ciento que, debido a los síntomas, no puede levantarse.**

Síntomas como cansancio extremo, vómitos, e incluso desmayos tienen una repercusión directa en la permanencia escolar. **La encuesta reveló que 54.2 por ciento de las participantes habían dejado de asistir a trabajar o a la escuela por motivos menstruales, mientras que 41 por ciento dijo no haber podido completar o entregar tareas escolares debido a su estado físico.**

“El problema no es menstruar, **los problemas están en las condiciones materiales y simbólicas en que socialmente menstruamos** y que son construcciones sociales que pueden ser cambiadas”.

“El cambio tiene que ser intencionado, y por eso es que CUCEA abre esta sala, a donde **cualquier mujer**

o persona menstruante de la comunidad puede acudir por un producto de higiene menstrual, a reposar en caso de tener cólico, de manera que el dolor pueda pasar en condiciones dignas y después continúe su día sin dolor”, dijo Hidalgo.

El espacio está equipado con tres sillones y un reposet para garantizar el descanso; además de contar con insumos como toallas sanitarias, tampones, analgésicos de venta libre, té y cojines eléctricos. También dispone de un microondas para calentar bolsas de agua y ofrece material bibliográfico para informar y dignificar este proceso biológico a las alumnas.

La Sala de descanso menstrual se ubica en el área conocida como “la Cabañita”, donde opera el [Programa integral de cultura de paz y la Plataforma de inclusión y equidad del CUCEA](#) [3]. El horario de atención es de 8:00 a 20:00 horas y no necesita reservación previa.

Atentamente

“Piensa y Trabaja”

“40 Años de la Feria Internacional del Libro de Guadalajara”

Guadalajara, Jalisco, 9 de marzo de 2026

Texto: Prensa UdeG

Fotografía: Diego Corona

Etiquetas:

[Alejandra Hidalgo](#) [4]

URL Fuente: <https://comsoc.udg.mx/noticia/cucea-inaugura-sala-de-descanso-menstrual>

Links

[1] <https://www.cucea.udg.mx/>

[2] <https://feu.mx/wp-content/uploads/2024/04/FLUYE-CON-SEGURIDAD.pdf>

[3] <https://servicios.cucea.udg.mx/servicios-estudiantiles/inclusion-y-equidad>

[4] <https://comsoc.udg.mx/etiquetas/alejandra-hidalgo>