

## La Práctica Menstrual Necesita Escalar (MPNS-36)

Por más información [www.menstrualpracticemeasures.org](http://www.menstrualpracticemeasures.org)

**Citation:** Hennegan, J., Nansubuga, A., Smith, C., Redshaw, M., Akullo, A., & Schwab, K.J. (2020). Measuring menstrual hygiene experience: Development and validation of the Menstrual Practice Needs Scale (MPNS-36) in Soroti, Uganda. *BMJ Open*, 10, e034461. <http://dx.doi.org/10.1136/bmjopen-2019-034461>

**Puede ser de ayuda sustituir “menos de la mitad de tiempo” por a veces y “más de la mitad de tiempo” por seguido**

Durante tu último período menstrual					
1	¿Tus materiales menstruales eran cómodos?	Nunca <input type="radio"/>	A Veces <input type="radio"/>	Seguido <input type="radio"/>	Siempre <input type="radio"/>
2	¿Tenías suficiente material menstrual para cambiarlo tan seguido como quisieras?	Nunca <input type="radio"/>	A Veces <input type="radio"/>	Seguido <input type="radio"/>	Siempre <input type="radio"/>
3	¿Estabas satisfecha con la limpieza de tus materiales menstruales?	Nunca <input type="radio"/>	A Veces <input type="radio"/>	Seguido <input type="radio"/>	Siempre <input type="radio"/>
4	¿Podías acceder a más de tus materiales menstruales cuando lo necesitabas?	Nunca <input type="radio"/>	A Veces <input type="radio"/>	Seguido <input type="radio"/>	Siempre <input type="radio"/>
5	¿Te preocupaba que tu material menstrual dejara que la sangre se pasara a tus prendas exteriores?	Nunca <input type="radio"/>	A Veces <input type="radio"/>	Seguido <input type="radio"/>	Siempre <input type="radio"/>
6	¿Te preocupaba que tu material menstrual se pudiera mover de su lugar mientras lo estabas usando?	Nunca <input type="radio"/>	A Veces <input type="radio"/>	Seguido <input type="radio"/>	Siempre <input type="radio"/>
7	¿Te preocupaba como conseguirías más material menstrual si se te terminaba?	Nunca <input type="radio"/>	A Veces <input type="radio"/>	Seguido <input type="radio"/>	Siempre <input type="radio"/>
8	¿Te sentías cómoda llevando material menstrual extra contigo fuera de tu casa?	Nunca <input type="radio"/>	A Veces <input type="radio"/>	Seguido <input type="radio"/>	Siempre <input type="radio"/>
9	¿Te sentías cómoda llevando material menstrual a los lugares donde te los cambiabas?	Nunca <input type="radio"/>	A Veces <input type="radio"/>	Seguido <input type="radio"/>	Siempre <input type="radio"/>
10	¿Te sentías cómoda guardando (teniendo) los sobrantes o material menstrual limpio hasta tu próximo período?	Nunca <input type="radio"/>	A Veces <input type="radio"/>	Seguido <input type="radio"/>	Siempre <input type="radio"/>
11	¿Podías lavar tus manos <u>cuando</u> tu querías?	Nunca <input type="radio"/>	A Veces <input type="radio"/>	Seguido <input type="radio"/>	Siempre <input type="radio"/>

12	¿Podías desechar inmediatamente tu material menstrual usado?	Nunca <input type="radio"/>	A Veces <input type="radio"/>	Seguido <input type="radio"/>	Siempre <input type="radio"/>
13	¿Podías desechar tu material usado de la manera que tu quisieras?	Nunca <input type="radio"/>	A Veces <input type="radio"/>	Seguido <input type="radio"/>	Siempre <input type="radio"/>
14	¿Te preocupaba donde desechar tus materiales menstruales usados?	Nunca <input type="radio"/>	A Veces <input type="radio"/>	Seguido <input type="radio"/>	Siempre <input type="radio"/>
15	¿Te preocupaba que otros vieran tus materiales menstruales en el lugar que los desechabas?	Nunca <input type="radio"/>	A Veces <input type="radio"/>	Seguido <input type="radio"/>	Siempre <input type="radio"/>
<b>En casa durante tu último período menstrual ...</b>					
16	En casa, ¿podías cambiar tu material menstrual <u>cuando</u> quisieras?	Nunca <input type="radio"/>	A Veces <input type="radio"/>	Seguido <input type="radio"/>	Siempre <input type="radio"/>
17	En casa, ¿estabas satisfecha con el lugar en el que te cambiabas tus materiales menstruales?	Nunca <input type="radio"/>	A Veces <input type="radio"/>	Seguido <input type="radio"/>	Siempre <input type="radio"/>
18	En casa, ¿tenías un lugar limpio para cambiar tus materiales menstruales?	Nunca <input type="radio"/>	A Veces <input type="radio"/>	Seguido <input type="radio"/>	Siempre <input type="radio"/>
19	En casa, ¿te preocupaba no poder cambiar tus materiales menstruales <u>cuando</u> lo necesitabas?	Nunca <input type="radio"/>	A Veces <input type="radio"/>	Seguido <input type="radio"/>	Siempre <input type="radio"/>
20	En casa, ¿te preocupaba que alguien te viera mientras te cambiabas tus materiales menstruales?	Nunca <input type="radio"/>	A Veces <input type="radio"/>	Seguido <input type="radio"/>	Siempre <input type="radio"/>
21	En casa, ¿Te preocupaba que alguien pudiera lastimarte mientras te cambiabas tus materiales menstruales?	Nunca <input type="radio"/>	A Veces <input type="radio"/>	Seguido <input type="radio"/>	Siempre <input type="radio"/>
22	En casa, ¿Te preocupaba que algo más te lastimara mientras te estabas cambiando tus materiales menstruales (ej. Animales, insectos , estructuras inseguras)?	Nunca <input type="radio"/>	A Veces <input type="radio"/>	Seguido <input type="radio"/>	Siempre <input type="radio"/>
<b>En la escuela (trabajo/fuera de casa) durante mi último período menstrual...</b>					
23	En la escuela, ¿podías cambiarte tus materiales menstruales cuando querías?	Nunca <input type="radio"/>	A Veces <input type="radio"/>	Seguido <input type="radio"/>	Siempre <input type="radio"/>
24	En la escuela, ¿estabas satisfecha con el lugar que usabas para cambiar tus materiales menstruales	Nunca <input type="radio"/>	A Veces <input type="radio"/>	Seguido <input type="radio"/>	Siempre <input type="radio"/>
25	En la escuela, ¿tenías un lugar limpio para cambiar tus materiales menstruales?	Nunca <input type="radio"/>	A Veces <input type="radio"/>	Seguido <input type="radio"/>	Siempre <input type="radio"/>

		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
26	En la escuela, ¿te preocupaba no poder cambiar tus materiales menstruales cuando lo necesitabas?	Nunca	A Veces	Seguido	Siempre
27	En la escuela, ¿te preocupaba que alguien pudiera verte cuando te estabas cambiando tus materiales menstruales?	Nunca	A Veces	Seguido	Siempre
28	En la escuela, ¿te preocupaba que alguien pudiera lastimarte mientras te estabas cambiando tus materiales menstruales?	Nunca	A Veces	Seguido	Siempre

Si **lavaste y reutilizaste** cualquier material durante tu última menstruación, por favor responde a estas preguntas

Durante tu último período...					
29	¿Tuviste suficiente agua para remojar o lavar tus materiales menstruales?	Nunca	A Veces	Seguido	Siempre
30	¿Tuviste acceso a una pileta para remojar tus materiales menstruales cuando lo necesitaste?	Nunca	A Veces	Seguido	Siempre
31	¿Pudiste lavar tus materiales menstruales <u>cuando</u> quisiste?	Nunca	A Veces	Seguido	Siempre
32	¿Tuviste suficiente jabón para lavar tus materiales menstruales?	Nunca	A Veces	Seguido	Siempre
33	¿Pudiste secar tus materiales menstruales cuando quisiste?	Nunca	A Veces	Seguido	Siempre
34	¿Te preocupaba que alguien te viera mientras lavabas tus materiales menstruales?	Nunca	A Veces	Seguido	Siempre
35	¿Te preocupaba que tus materiales menstruales no estuvieran secos cuando los necesitabas?	Nunca	A Veces	Seguido	Siempre
36	¿Te preocupaba que otros vieran tus materiales menstruales mientras se secaban?	Nunca	A Veces	Seguido	Siempre



Este trabajo está licenciado