



Cuerpos menstruantes: Derechos ausentes.
**Análisis sociológico de la gestión Menstrual en el Centro Penitenciario de Alta y Media
Seguridad para Mujeres de Bogotá (El Buen Pastor)**

Autora

Sara Valentina Suárez Alarcón

Directora

Claudia Margarita Cortés García

**Informe de Práctica presentado como requisito de grado para obtener el título de
Profesional en Sociología**

Escuela de Ciencias Humanas

Programa de Sociología

Universidad del Rosario

Bogotá, Colombia

2025

Resumen

Los sistemas penitenciarios colombianos históricamente han omitido las necesidades específicas de las personas menstruantes privadas de libertad, lo cual constituye una violación a derechos humanos básicos que se agrava por el diseño carcelario pensado desde una perspectiva masculina. El objetivo del estudio se centró en analizar la gestión menstrual en el Centro Penitenciario de Alta y Media Seguridad para Mujeres de Bogotá (El Buen Pastor), con énfasis en el acceso a productos de higiene y las condiciones sanitarias. La metodología cualitativa empleó testimonios de dos mujeres reclusas, notas de campo (dos de observación no participante y una participante) durante una pasantía en la Fundación Acción Interna entre junio y noviembre de 2024, además de revisión documental que incluyó la Ley 2261 de 2022, sentencias constitucionales y reportes del INPEC. Los resultados evidencian una brecha entre el marco normativo y la práctica: entrega irregular de insumos (apenas diez toallas mensuales cuando se requieren treinta), infraestructura sanitaria deteriorada, acceso estratificado que depende del capital social y económico de cada reclusa, y uso del trueque como economía alternativa ante la precariedad. Se proponen recomendaciones que incluyen asignación presupuestal con enfoque de género e interseccionalidad, protocolo nacional de distribución mensual garantizada, diversificación de insumos con respeto a la autonomía corporal, rehabilitación integral de infraestructura sanitaria y formación obligatoria al personal penitenciario en salud menstrual. Se concluye que la gestión menstrual opera como indicador de violencia estructural de género, pues las políticas públicas carecen de enfoque interseccional efectivo pese a los avances legislativos, lo cual perpetúa desigualdades que deben abordarse mediante asignaciones presupuestales específicas y participación de las reclusas en el diseño de protocolos.

Tabla de contenido

Introducción	5
Precisiones metodológicas	10
1. Gestión de la Menstruación, Pobreza Menstrual y Sistema Carcelario: Entre Barreras, Estereotipos y Desigualdades	13
1.1. La Realidad de la Pobreza Menstrual.....	14
1.2. El Contexto Carcelario Femenino en Colombia: Realidades Invisibles	16
1.1.1. Habitar Entre Rejas: La Cotidianidad de las Mujeres Privadas de la Libertad..	18
1.1.2. El Buen Pastor.....	19
1.1.3. Espacios y Distribución: Un reflejo de Desigualdades Estructurales	21
1.3. Fundación Acción Interna: Transformando Vidas en las Cárceles de Colombia	22
2. Menstruación Tras las rejas: Realidades y retos.....	25
2.1. Marco normativo y brechas de implementación: de Bangkok a Bogotá.....	26
2.2. Geografías del control: infraestructura sanitaria y disciplinamiento corporal	27
2.2.1. Cárcel Distrital: visibilidad forzada y hacinamiento sanitario.....	28
2.2.2. El Buen Pastor: entre la amplitud espacial y el deterioro infraestructural.....	29
2.2.3. Violencia estructural inscrita en la arquitectura.....	30
2.3. Circuitos diferenciados de acceso: desigualdades internas y estratificación carcelaria	31
2.3.1. La irregularidad del suministro estatal.....	31
2.3.2. Encomiendas: el capital social como determinante del acceso.....	32
2.3.3. El expendio interno: monetarización de lo básico	32
2.3.4. Trabajo penitenciario: acceso condicionado	32
2.3.5. Análisis desde la justicia redistributiva.....	33
2.4. El cuerpo menstruante en reclusión: materialidad, estigma y necesidades insatisfechas	34
2.4.1. Insuficiencia cuantitativa y cualitativa del suministro.....	34
2.4.2. El caso de la copa menstrual: entre la demanda y la prohibición	35
2.4.3. Medicalización y control corporal en instituciones totales.....	36
2.5. Estrategias de agencia y resistencias cotidianas: el trueque como economía alternativa	36
2.5.1. El trueque: economías informales de la supervivencia.....	37
2.5.2. Resistencias cotidianas: agencia en contextos de subordinación.....	37

2.6. El papel de la Fundación Acción Interna: puentes institucionales y límites de la intervención civil.....	38
2.6.1. Donaciones: entre la necesidad permanente y la respuesta esporádica	39
2.6.2. Rol de la práctica profesional: observación participante y mediación institucional	40
2.6.3. Gubernamentalidad neoliberal: delegación de responsabilidades estatales.....	40
2.7. Presupuesto y asignación de recursos: la deuda material del Estado	41
2.8. Síntesis analítica: gestión menstrual como indicador de dignidad en reclusión	42
3. Recomendaciones de política pública.....	44
3.1. Asignación presupuestal con enfoque de género e interseccionalidad	44
3.2. Protocolo nacional de distribución mensual garantizada	44
3.3. Diversificación de insumos y respeto por autonomía corporal	45
3.4. Rehabilitación integral de infraestructura sanitaria.....	45
3.5. Formación obligatoria al personal penitenciario en salud menstrual y derechos sexuales y reproductivos.....	45
3.6. Participación de mujeres privadas de libertad en diseño e implementación de políticas	46
3.7. Articulación interinstitucional con enfoque restaurativo	46
3.8. Programa piloto de alternativas sostenibles con evaluación rigurosa	47
3.9. Integración de salud menstrual en modelo de atención integral en salud penitenciaria	47
3.10. Mecanismo independiente de recepción de quejas y denuncias	47
Conclusiones	49
Referencias.....	52

Introducción

Los sistemas penitenciarios a nivel mundial enfrentan problemas sistemáticos relacionados con la gestión de la salud menstrual de las mujeres privadas de la libertad, situación que constituye una violación a derechos humanos básicos. En Estados Unidos, más de la mitad de las mujeres encarceladas reciben menos de cinco productos menstruales durante el procesamiento inicial, lo cual las obliga a extender el uso de estos insumos más allá de los tiempos recomendados con consecuencias para su salud física al aumentar el riesgo de infecciones vaginales y síndrome de choque tóxico (Darivemula et al., 2023). Esta problemática se caracteriza por el cambio poco frecuente de toallas higiénicas, la falta de privacidad durante las prácticas de higiene menstrual, el uso de materiales de baja calidad y el acceso poco confiable a agua limpia en las instalaciones sanitarias, condiciones que se replican en diversos contextos geográficos tanto en países de altos ingresos como en contextos de bajos y medianos ingresos (Nabiryo et al., 2023). El personal penitenciario utiliza el control sobre los productos menstruales como herramienta para coaccionar, avergonzar y humillar a las personas menstruantes dentro de instituciones diseñadas históricamente para hombres, lo cual transforma la menstruación en un arma de control dentro del sistema carcelario (Moss et al., 2025).

Países como Argentina han adoptado medidas progresivas mediante lineamientos oficiales emitidos por la Procuración Penitenciaria de la Nación, los cuales establecen la provisión mensual y obligatoria de productos para la gestión menstrual, con criterios de dignidad, privacidad y equidad (Ministerio de las Mujeres, Géneros y Diversidad de Argentina, 2023). De igual manera, en Canadá, el sistema penitenciario federal garantiza desde 2019 el acceso libre a productos de higiene menstrual en todas las prisiones federales, reconociendo el impacto que esto tiene en la salud física y mental de las mujeres (The National Union of Public and General Employees (NUPGE), 2024).

En Colombia, el 1,2% de las mujeres utilizaron trapos, calcetines, papel higiénico o servilletas para gestionar su menstruación, y el 0,5% no utilizó ningún elemento (DANE, 2022), lo cual refleja las barreras materiales de acceso a insumos dignos, especialmente en contextos de vulnerabilidad. En contextos penitenciarios del país, el movimiento liderado por mujeres con experiencia vivida en privación de libertad ha visibilizado estas violaciones sistemáticas de derechos humanos relacionados con la salud menstrual. La organización Corporación Humanas Colombia documentó durante la pandemia de COVID-19 cómo las

restricciones de visitas dejaron a las mujeres privadas de libertad sin acceso a productos de higiene menstrual básicos, lo cual constituyó una violación grave del derecho a la salud sexual y reproductiva (International Drug Policy Consortium et al., 2021). Una política penitenciaria con enfoque de género debería surgir de la articulación entre el Ministerio de Justicia, el INPEC, el Ministerio de Salud y organizaciones de la sociedad civil que han denunciado esta problemática, como Fundación Acción Interna y el Observatorio de Igualdad de Género.

La Corte Constitucional ha afirmado en sentencias como la T-881 de 2002¹ y la T-762 de 2015² que el Estado tiene un deber reforzado de protección hacia las personas privadas de la libertad, lo cual incluye la garantía de condiciones sanitarias adecuadas, dignas y humanas (Corte Constitucional, Sala Quinta de Revisión, 2015; Corte Constitucional, Sala Séptima de Revisión, 2002). Recientemente, la Ley 2261 de 2022³ representa el primer esfuerzo legislativo que aborda el acceso a productos de higiene menstrual para mujeres y personas menstruantes privadas de la libertad, aunque su implementación efectiva en los centros penitenciarios aún requiere seguimiento (Congreso de Colombia, 2022). La norma asigna al Ministerio de Justicia y del Derecho, en articulación con el INPEC, la responsabilidad de garantizar la entrega mensual y gratuita de estos insumos, lo cual responde a un reconocimiento tardío de necesidades que históricamente se omitieron en la gestión carcelaria, más el desarrollo de protocolos concretos y la verificación de su cumplimiento continúan como áreas pendientes que merecen atención investigativa. Sin embargo, la implementación de estas políticas continúa enfrentando desafíos relacionados con la escasez de agua potable, instalaciones inadecuadas y la persistencia del estigma en torno a la menstruación dentro del sistema carcelario colombiano.

¹ La Sentencia T-881 de 2002 de la Corte Constitucional reafirma que las personas privadas de la libertad no pierden sus derechos fundamentales y que el Estado tiene un deber reforzado de protección sobre ellas. En esta sentencia, la Corte subraya que las condiciones de reclusión deben garantizar la dignidad humana, especialmente en aspectos relacionados con la salud, la alimentación y la higiene personal.

² La Sentencia T-762 de 2015 establece que el Estado colombiano tiene la obligación de adoptar medidas efectivas para asegurar condiciones dignas en los centros penitenciarios. La Corte señaló que la ausencia de servicios básicos adecuados constituye una forma de trato cruel, inhumano y degradante, y reitera la necesidad de una política penitenciaria que respete los derechos fundamentales, particularmente de las mujeres y poblaciones vulnerables.

³ La Ley 2261 de 2022 establece que el Estado debe proveer gratuitamente productos de higiene menstrual a población femenina y menstruante reclusa en establecimientos penitenciarios. Cada mujer en edad fértil debe recibir mensualmente un mínimo de diez toallas higiénicas o su equivalente en tampones, compresas, copas menstruales o ropa interior absorbente. La ley contempla suministro adicional para casos de postparto, lactancia, endometriosis u otras patologías clínicas, aunque deja al Gobierno Nacional la tarea de reglamentar estos criterios. El artículo 3º ordena capacitaciones anuales sobre manejo de higiene menstrual con enfoque diferencial de género en los centros carcelarios, responsabilidad que comparten el Ministerio de Justicia, el Ministerio de Salud y la Secretaría de la Mujer.

A través del presente informe de práctica⁴, se busca abordar la problemática de la gestión y pobreza menstrual en el Centro Penitenciario y Carcelario con Alta y Media Seguridad para Mujeres de Bogotá (CPAMSM-BOG) - El Buen Pastor. Su propósito es analizar el acceso a productos de higiene menstrual y las condiciones sanitarias de las mujeres y personas menstruantes privadas de la libertad, con el fin de visibilizar las carencias, desigualdades y vulneraciones que enfrentan en torno a la salud menstrual. A pesar de que la menstruación es un proceso biológico natural, su gestión en contextos carcelarios sigue siendo un tema invisibilizado en las políticas penitenciarias. La escasez de productos de higiene menstrual, la infraestructura inadecuada y la falta de acceso a servicios de salud adecuados afectan directamente la dignidad y el bienestar de esta población. En este sentido, este informe busca evidenciar la necesidad de políticas, programas y normativas que garanticen condiciones dignas y equitativas para la gestión menstrual en prisión.

Dado este contexto, el presente informe plantea la siguiente pregunta central: ¿Cómo es gestionada la menstruación de las personas menstruantes privadas de la libertad en la Cárcel y Penitenciaría con Alta y Media Seguridad para Mujeres de Bogotá - El Buen Pastor (CPAMSM-BOG)? Para responder a este interrogante, se emplea una metodología cualitativa basada en la recopilación de testimonios de mujeres privadas de la libertad, observaciones de campo y el análisis de documentos oficiales. A partir de esta información, el informe busca sensibilizar a la sociedad y a las instituciones sobre la importancia de garantizar el derecho a una gestión menstrual digna, incluso en entornos penitenciarios. Garantizar la gestión menstrual en los centros penitenciarios implica una transformación estructural del sistema penitenciario, que parta del reconocimiento de la salud menstrual como un derecho humano y no como una necesidad secundaria o particular. Esta transformación exige transitar de una lógica punitiva y asistencialista hacia un enfoque de derechos, género e interseccionalidad, en el que las políticas públicas se diseñen teniendo en cuenta las condiciones materiales, sociales y simbólicas que atraviesan a las mujeres y personas menstruantes privadas de la libertad.

A partir del estudio de la gestión menstrual en la Cárcel y Penitenciaría con Alta y Media Seguridad para Mujeres de Bogotá - El Buen Pastor (CPAMSM-BOG), se identifican

⁴ En informe de práctica se comprende el ejercicio analítico como i) el desarrollo de un conjunto de acciones orientadas al cambio o superación de situaciones problemáticas de grupos sociales; o ii) el desarrollo sistemático de un método para hacer seguimiento crítico a los componentes teóricos y metodológicos de un programa o proyecto, que permita conocer el grado de cumplimiento de los objetivos planteados y su incidencia en los grupos sociales objetivo o en los problemas identificados previamente.

las prácticas y desafíos que enfrentan las mujeres y personas menstruantes privadas de la libertad. Para ello, se caracterizó el contexto carcelario en relación con la gestión menstrual, describiendo las condiciones sanitarias del centro penitenciario en términos de infraestructura, como el acceso a agua potable y la disponibilidad de baños. Asimismo, se indagó sobre las dinámicas que llevan a cabo las reclusas durante su ciclo menstrual, el uso de implementos higiénicos y las condiciones en las que estos son utilizados. Además, se analizaron las fuentes de acceso a productos de cuidado menstrual dentro del penal y se evaluó el cumplimiento de la obligación de garantizar la entrega gratuita, oportuna y suficiente de artículos de higiene menstrual a las mujeres y personas menstruantes privadas de la libertad. Finalmente, se proponen un análisis de las dinámicas que rigen la vida de las mujeres y personas menstruantes privadas de la libertad, particularmente en lo que respecta a la gestión menstrual.

Desde una mirada crítica, este trabajo examina si las acciones implementadas por el establecimiento garantizan el derecho a una gestión menstrual digna, reconociendo que dicho derecho está directamente vinculado con la justicia social y el ejercicio de la ciudadanía, o si por el contrario, perpetúan desigualdades y vulneraciones a los derechos humanos de las mujeres en reclusión. Tal como plantea Nancy Fraser⁵, la justicia no puede reducirse a la redistribución de recursos materiales; debe incluir también el reconocimiento de las diferencias y necesidades específicas de los grupos históricamente marginados (Fraser, 2008). En este caso, la gestión menstrual en contextos carcelarios puede ser injusta, por un lado, porque no se entregan los recursos mínimos necesarios para garantizar condiciones dignas; y por otro, porque se mantiene a las mujeres privadas de la libertad fuera del marco simbólico de lo que merece atención pública y política. Por lo tanto, dicha gestión menstrual no puede ser entendida únicamente como una cuestión logística o sanitaria, sino como un campo en el que se expresan formas de injusticia estructural que combinan desigualdad socioeconómica, invisibilización cultural y subordinación institucional.

A esto se suma la carga simbólica que tiene la menstruación en diversos contextos sociales, y que en la cárcel puede convertirse en un factor que refuerza la desigualdad y la discriminación. La menstruación, al tratarse de un proceso natural vinculado al cuerpo

⁵ Nancy Fraser, filósofa y teórica feminista estadounidense reconocida por sus aportes a la teoría crítica de la justicia. Ha desarrollado una perspectiva que articula la redistribución económica con el reconocimiento cultural, proponiendo un enfoque integral para analizar las desigualdades sociales, especialmente aquellas que afectan a mujeres y grupos históricamente marginados.

femenino, adquiere una dimensión política en espacios donde los cuerpos son constantemente vigilados, regulados y controlados. En este sentido, es importante preguntarse cómo las dinámicas carcelarias refuerzan o atenúan estas problemáticas, si existen mecanismos institucionales de apoyo o si, por el contrario, las mujeres deben enfrentar solas los desafíos de menstruar en prisión.

Estas dinámicas, propias del contexto carcelario, revelan formas de control institucional sobre los cuerpos que, como advierte Foucault (2004), no solo castigan, sino que también regulan, disciplinan y normalizan los procesos biológicos, como la menstruación, dentro del régimen penitenciario. A través de una serie de mecanismos de vigilancia, normalización y regulación, las instituciones controlan los tiempos, los ritmos, los espacios y las funciones del cuerpo. La menstruación, al ser un proceso biológico que escapa al control institucional, puede representar una forma de vulnerabilidad expuesta, especialmente cuando no existen políticas ni protocolos que reconozcan y acompañen su manejo. En contextos como el carcelario, donde la autonomía corporal se ve profundamente limitada, el silencio institucional frente a la menstruación se convierte en una herramienta de control simbólico que refuerza la exclusión y la subordinación de las mujeres (Foucault, 2004).

La cárcel, como institución, no solo impone restricciones físicas, sino que también configura un sistema de normas sociales y prácticas que impactan profundamente la cotidianidad de las internas. En este sentido, el análisis trasciende la observación de la infraestructura y los insumos disponibles, para adentrarse en la manera en que las políticas institucionales y la cultura carcelaria influyen en el acceso a productos de higiene menstrual, el manejo de la salud íntima y la percepción de la menstruación dentro de este entorno. Por tanto, garantizar la gestión menstrual en contextos carcelarios implica construir una política pública con enfoque interseccional que contemple: el suministro gratuito y mensual de productos; adecuación de espacios higiénicos con privacidad, agua y jabón; atención médica integral y formación del personal penitenciario en salud menstrual y derechos sexuales y reproductivos. Estas medidas deben diseñarse con participación de las mujeres privadas de la libertad, reconociéndolas como sujetas de derecho.

Precisiones metodológicas

El presente informe de práctica da cuenta del desarrollo de la pasantía como estudiante de Sociología, la cual tuvo lugar entre junio y noviembre del año 2024 en la Fundación Acción Interna, una institución dedicada a mejorar la calidad de vida de las personas privadas de la libertad. En la Fundación, la autora se vinculó al área de proyectos en cárceles, donde participó en la organización, planeación y gestión de diversas iniciativas dirigidas a la población privada de la libertad, en las instituciones con las que la Fundación tenía convenio vigente. La Fundación Acción Interna abarcaba múltiples áreas de intervención, entre ellas el área psicosocial, el área jurídica y el área de formación. Dentro de esta última, abarcando estas tres áreas actividades como: talleres de lectoescritura, manualidades, maquillaje, peluquería, charlas de amor propio, educación y control de emociones, brigadas jurídicas, entre otras.

El hecho de formar parte de la Fundación y participar activamente en sus proyectos permitió ingresar a los establecimientos penitenciarios y compartir directamente con las personas privadas de la libertad, en este caso, con las mujeres internas en el CPAMSM-BOG. Esta experiencia no solo facilitó el contacto con su realidad cotidiana, sino que también posibilitó la observación de su entorno, el registro de situaciones significativas y la recolección de información relevante para el análisis.

A partir de esta inmersión en el contexto carcelario, y sus restricciones de seguridad, el informe se construye desde un enfoque cualitativo, basado en la recopilación y análisis de testimonios de 2 mujeres y personas menstruantes privadas de la libertad, así como en el uso de 2 notas de campo de observación no participante y 1 de observación participante; además de la revisión de documentos oficiales que regulan la gestión menstrual dentro del establecimiento, artículos, noticias, informes y documentales que retratan la realidad penitenciaria sobre el objeto de estudio.

A través de los relatos, comentarios, historias y vivencias que algunas mujeres privadas de la libertad hicieron durante el tiempo de mi práctica, se recogió información con dos de ellas mediante conversaciones informales sobre las barreras estructurales, económicas y sociales que dificultan el acceso a insumos adecuados para la gestión menstrual, así como las posibles estrategias de resiliencia que han desarrollado ante la escasez o falta de garantías institucionales. Las personas vinculadas a la pasantía se eligieron con el fin no sólo de

documentar la realidad de la gestión menstrual en prisión, sino también humanizar las experiencias de las internas.

Las notas de campo complementan este análisis, ya que permiten registrar de manera detallada las condiciones en las que se desarrolla la gestión menstrual dentro del centro penitenciario. Para su elaboración, se llevó a cabo una observación participante y dos no participante, combinando el contacto directo con las reclusas en el desarrollo de actividades con momentos de análisis independiente. A través de esta metodología, se documentaron aspectos como el estado y disponibilidad de los espacios destinados para la higiene menstrual, la distribución de productos de cuidado menstrual y la respuesta de las autoridades penitenciarias ante las necesidades específicas de las mujeres en este aspecto. Asimismo, la observación permitió identificar prácticas informales y estrategias de adaptación empleadas por las reclusas, las cuales no siempre quedan reflejadas en la normativa oficial, pero resultan fundamentales para comprender el impacto real del encierro en la gestión menstrual.

La revisión documental constituye el tercer eje metodológico e incluyó el análisis de documentos oficiales del INPEC sobre suministro de insumos menstruales, la Ley 2261 de 2022, resoluciones del Ministerio de Salud, sentencias de la Corte Constitucional (T-102/21 y T-762/15), artículos académicos sobre pobreza menstrual en contextos de encierro, las Reglas de Bangkok de la UNODC, estadísticas del DANE sobre menstruación en Colombia, producciones periodísticas sobre el CPAMSM-BOG y el documental "Mujeres resistiendo" que retrata la vida cotidiana en prisión. Esta diversidad de fuentes permitió contrastar el discurso oficial con las experiencias vividas que emergieron de los testimonios y las notas de campo, al tiempo que proporcionó elementos para comprender las brechas entre lo que la normativa establece y lo que efectivamente ocurre en el establecimiento.

En el desarrollo de este proyecto, se han tomado en cuenta diversas consideraciones éticas para garantizar el respeto, la privacidad y la dignidad de las mujeres y personas menstruantes privadas de la libertad que participan en el estudio. En primer lugar, se implementará un consentimiento informado, el cual será presentado a todas las participantes antes de su vinculación en cualquiera de las fases del proyecto, ya sea en entrevistas, observación no participativa o diálogos informales. Este consentimiento garantizará que su participación sea voluntaria y que comprendan el propósito de la investigación, el uso de la información recopilada y su derecho a retirarse en cualquier momento.

Asimismo, se veló por la privacidad y confidencialidad de los datos personales de las participantes. Para ello, la información recolectada fue anonimizada y utilizada exclusivamente con fines investigativos, evitando cualquier referencia que pueda comprometer la identidad de las personas involucradas. Otro aspecto fundamental fue mantener una postura ética, respetuosa y comprensiva con el entorno y las participantes. Se procuró evitar sesgos que puedan influir en la interpretación de los hallazgos y se abordó la investigación desde una perspectiva que reconociera la complejidad del contexto carcelario, sin reproducir estigmatizaciones o discursos que refuercen prejuicios. Además, se priorizó una comunicación empática y libre de juicios, asegurando que las voces de las mujeres sean escuchadas y representadas de manera fiel y digna. Por último, se asumió una postura de neutralidad frente a las instituciones y las personas, con el fin de garantizar un análisis objetivo y equilibrado. La investigación no busca tomar partido ni generar conflictos entre los actores involucrados, sino comprender las dinámicas de la gestión menstrual en el contexto penitenciario desde una mirada crítica y fundamentada en la realidad observada.

1. Gestión de la Menstruación, Pobreza Menstrual y Sistema Carcelario: Entre Barreras, Estereotipos y Desigualdades

El cuidado y la gestión menstrual son temas que han comenzado a tomar fuerza desde hace un par de décadas en distintos territorios alrededor del mundo, en las décadas de los 70's y 80's en Estados Unidos y Canadá nace lo que actualmente se conoce como “activismo menstrual” un movimiento que motivó a las mujeres a tomar el control de sus cuerpos y su salud menstrual (Catalán, 2019). Desde entonces, la conciencia sobre la menstruación se ha ampliado, permitiendo que temas como la equidad menstrual y el acceso a productos de gestión menstrual sean reconocidos en la agenda pública. En Colombia, uno de los hitos más significativos en este ámbito fue la eliminación del impuesto a productos como toallas higiénicas y tampones en 2016 (Congreso de Colombia, 2016). Posteriormente, en 2021, la copa menstrual fue incluida en esta categoría bajo el artículo 188 de la Ley 1819 de 2016⁶ (Corte Constitucional, Sala Plena, 2021). A pesar de estos avances, persisten desafíos estructurales que afectan el acceso equitativo a la gestión menstrual, especialmente en poblaciones vulnerables.

Uno de los problemas más graves dentro de esta discusión es la pobreza menstrual, entendida como la falta de acceso a productos, infraestructura y educación para una gestión menstrual digna y segura (Bobel, 2019)⁷. Esta problemática afecta de manera desproporcionada a mujeres en condiciones de vulnerabilidad, como aquellas privadas de la libertad, quienes enfrentan barreras significativas dentro del sistema carcelario. La escasez de productos de higiene, las deficientes condiciones de salubridad y la falta de reconocimiento institucional de la menstruación como una necesidad básica evidencian una vulneración de derechos fundamentales. Diversos estudios de organismos como Human Rights Watch (2017) y el Comité para la Eliminación de la Discriminación contra la Mujer (CEDAW, 2024) han señalado cómo la falta de acceso a la gestión menstrual en cárceles no solo atenta contra la

⁶ El artículo 188 de la Ley 1819 de 2016 (reforma tributaria estructural) establece que los productos de higiene menstrual (como toallas higiénicas, tampones y copas menstruales) estarán exentos del impuesto al valor agregado (IVA) en Colombia. Esta medida fue un avance significativo en la lucha contra la pobreza menstrual, al reconocer que dichos productos son de primera necesidad y no deben representar una carga económica adicional para las mujeres.

⁷ Según Bobel (2019), una gestión menstrual digna y segura va más allá del acceso a productos; implica considerar las dimensiones culturales, sociales y políticas que afectan la experiencia menstrual, promoviendo la educación, eliminando el estigma y fomentando la autonomía corporal.

dignidad de las mujeres, sino que también refuerza desigualdades de género dentro de los sistemas penitenciarios.

A lo largo de este primer capítulo, se desarrollarán distintos ejes temáticos que permitirán comprender la relación entre la pobreza menstrual y el sistema carcelario en Colombia. En primer lugar, se expondrá la realidad de la pobreza menstrual en Colombia, analizando sus causas, impactos y las medidas que se han tomado para enfrentarla. En segundo lugar, se presentará el contexto carcelario femenino en el país, con énfasis en las condiciones estructurales que enfrentan las mujeres privadas de la libertad. Posteriormente, se abordará la cotidianidad de las mujeres en prisión, explorando cómo habitan estos espacios y las barreras que deben sortear en su día a día. A continuación, se hará un enfoque específico en la cárcel en la que se llevó a cabo esta investigación, describiendo su contexto particular y las dinámicas que allí se presentan. Seguido de esto, se analizará la distribución del espacio y las condiciones materiales de reclusión, incluyendo aspectos clave como el acceso a servicios básicos y productos de gestión menstrual. Finalmente, se presentará la fundación con la que se trabajó en este estudio, detallando su labor y la manera en que permitió visibilizar estas realidades. Este recorrido permitirá construir una mirada integral sobre las desigualdades que enfrentan las mujeres privadas de la libertad en relación con la gestión menstrual, aportando a la discusión sobre la urgencia de cambios estructurales en el sistema penitenciario.

1.1. La Realidad de la Pobreza Menstrual

Según datos de la Organización de las Naciones Unidas (ONU), más de 1.800 millones de mujeres en el mundo se encuentran en edad de menstruar; en Colombia particularmente el 33,6% de la población, según el DANE (2022), menstrua. Para hacer frente a esta situación, el gobierno nacional plantea proyectos de estudios de caso como “Menstruación en Colombia” perteneciente a la Encuesta Pulso Social, donde se busca visibilizar la gestión menstrual de las colombianas.

De igual manera, UNICEF Colombia (2023) comparte información acerca de estudios que se han realizado con el fin de analizar las carencias, necesidades y diversos retos por los que se ven enfrentadas las personas menstruantes al atravesar por su ciclo menstrual. Sin embargo, estas necesidades no se encuentran del todo resueltas. A nivel mundial se ha mencionado que en los países de mediano y bajo desarrollo un gran porcentaje de mujeres y personas menstruantes no logran resolver su ciclo menstrual, trayendo consigo consecuencias

y limitaciones. Según el DANE (2022), en su estudio “menstruación en Colombia”⁸, el 15,1% de las mujeres poseen dificultades económicas para adquirir implementos sanitarios que les permitan suplir las necesidades que demanda su ciclo menstrual, además el 7,9% manifiesta poseer “dificultades para acceder a un baño cercano, privado y limpio para cambiar sus implementos de higiene para atender su periodo menstrual” (DANE, 2022, p. 26). Lo que aumentaría la problemática a la hora de gestionar su menstruación, pues ya no se trata solamente de un factor económico, sino también sanitario. La gestión menstrual influye de diferentes formas en los diversos grupos de mujeres en el país, ya sea por su nivel socioeconómico, edad, nivel educativo, territorio, grupo étnico, entre otros.

Esta situación pone de manifiesto cómo la menstruación, siendo un proceso biológico natural, se transforma en una experiencia desigual atravesada por determinantes sociales, económicos y culturales. La pobreza menstrual no es únicamente una expresión de la carencia material de productos de higiene; también refleja la exclusión estructural que viven ciertas poblaciones al no contar con condiciones básicas para ejercer este aspecto de su salud de forma segura y digna. Tal como lo ha explicado Bobel (2019), la gestión menstrual debe comprenderse como un derecho humano que involucra no solo el acceso a insumos, sino también a educación, servicios sanitarios adecuados y entornos libres de estigma.

En Colombia, estas desigualdades se acentúan en mujeres y personas menstruantes en situación de pobreza extrema, zonas rurales, víctimas de conflicto armado, pertenecientes a comunidades indígenas o afrodescendientes, y especialmente en aquellas privadas de la libertad. A pesar de los esfuerzos institucionales, como la inclusión del tema en la Encuesta Pulso Social del DANE, las políticas públicas aún carecen de enfoque interseccional y de medidas estructurales efectivas. Una de cada 5 niñas y adolescentes afirman haberse ausentado de la escuela al menos una vez durante su menstruación debido a la falta de productos o condiciones adecuadas para su manejo, lo cual visibiliza cómo la pobreza menstrual reproduce círculos de exclusión educativa y perpetúa la desigualdad de género (Buitrago, 2024). Además, la naturalización del silencio en torno a la menstruación en muchos contextos familiares, escolares e institucionales contribuye a mantenerla como un tabú, lo cual refuerza sentimientos

⁸ El estudio *Menstruación en Colombia*, publicado por el DANE en 2022, es una nota estadística que presenta los principales hallazgos sobre el acceso a productos de higiene menstrual, condiciones sanitarias y barreras estructurales que enfrentan las mujeres en el país. El informe visibiliza la pobreza menstrual como una problemática de desigualdad que afecta especialmente a mujeres en situación de vulnerabilidad económica, ruralidad y otras formas de exclusión social.

de vergüenza y culpa. Esta dimensión simbólica es tan limitante como la económica o la sanitaria.

La falta de educación menstrual oportuna genera desinformación, promueve mitos, y obstaculiza la apropiación del cuerpo desde una perspectiva de autonomía. En el artículo publicado en *Sexual and Reproductive Health Matters*, Hennegan et al. (2021) definen la salud menstrual como “un estado de completo bienestar físico, mental y social en relación con el ciclo menstrual, donde las personas pueden acceder a información precisa, productos seguros, servicios sanitarios adecuados y un entorno que permita gestionar la menstruación sin vergüenza ni obstáculos” (p. 2). Esta definición amplía la comprensión de la salud menstrual más allá del aspecto médico y plantea un enfoque integral que prioriza la dignidad, el acceso y el bienestar.

En contextos penitenciarios, como el caso de las cárceles colombianas, estas problemáticas se agudizan. La provisión limitada de productos, las condiciones insalubres de los baños, la falta de privacidad y la inexistencia de protocolos con enfoque de género colocan a las mujeres reclusas en una situación de vulnerabilidad crítica. La precariedad menstrual dentro de los centros penitenciarios es una forma de violencia institucional invisibilizada, que niega el acceso a un derecho básico bajo el argumento de la seguridad o los presupuestos limitados del sistema carcelario. Frente a ello, se hace necesario pensar en políticas de distribución gratuita, sostenida y diversa de insumos, acompañadas de formación en salud menstrual, respeto por la dignidad y adaptación de la infraestructura carcelaria. Por tanto, hablar de gestión menstrual no puede limitarse a la entrega puntual de toallas higiénicas. Implica repensar los modelos de salud pública, los presupuestos del Estado, el diseño de los espacios y las narrativas culturales que sostienen el silencio, la vergüenza y la desigualdad menstrual.

1.2. El Contexto Carcelario Femenino en Colombia: Realidades Invisibles

En marzo de 2025, según datos del Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario (INPEC), la población femenina privada de la libertad en Colombia asciende a aproximadamente 6.283 mujeres, de las cuales 4.709 son condenadas y 1.574 están sindicadas. Estas mujeres se encuentran distribuidas en 42 establecimientos carcelarios exclusivos para mujeres, repartidos en las seis regionales del país (Regional central, noroeste, norte, oriente, occidental y viejo de Caldas) (INPEC, 2025). La situación de las mujeres privadas de la libertad

en Colombia refleja desafíos significativos en términos de condiciones de reclusión y garantías de derechos fundamentales. El sistema penitenciario colombiano ha sido históricamente diseñado para una población mayoritariamente masculina, lo que ha llevado a que las necesidades específicas de las mujeres no sean plenamente atendidas. Las mujeres privadas de la libertad enfrentan condiciones especiales de desigualdad y que la discriminación basada en género está presente en las causas de la delincuencia femenina; además, menciona que las mujeres en prisión suelen tener antecedentes de violencia de género, bajos niveles educativos y limitadas oportunidades laborales. Factores que las llevan a involucrarse en actividades delictivas (K. J. Giraldo, 2020).

En cuanto a la salud mental, se ha identificado que el contexto penitenciario afecta significativamente el estado psicológico de las mujeres reclusas. Un estudio realizado en un centro carcelario femenino del Caribe colombiano encontró que las mujeres privadas de la libertad presentan trastornos de salud mental, lo que subraya la necesidad de intervenciones específicas en este ámbito (Barinas y Nossa, 2024).

En Colombia, las políticas penitenciarias se rigen principalmente por la Ley 65 de 1993⁹, modificada por la Ley 1709 de 2014¹⁰, que introduce un enfoque de dignificación, reintegración y resocialización de las personas privadas de la libertad. Además, existen lineamientos complementarios como la Resolución 5521 de 2013¹¹ sobre atención integral en salud en contextos de reclusión, la Ley 2261 de 2022¹² sobre gestión menstrual con su respectiva reglamentación en la Resolución 1235 de 2024¹³, así como los planes estratégicos definidos por el INPEC y la USPEC.

Es fundamental que, en el país, estas políticas avancen hacia la implementación de un enfoque de género que reconozca y aborde las necesidades específicas de las mujeres privadas de la libertad. Esto implica no solo mejorar las condiciones materiales de reclusión, sino también garantizar el acceso a servicios de salud adecuados, programas de educación y

⁹ Ley 65 de 1993. Por la cual se expide el Código Penitenciario y Carcelario.

¹⁰ Ley 1709 de 2014. Por medio de la cual se reforman algunos artículos de la Ley 65 de 1993.

¹¹ Resolución 5521 de 2013. Ministerio de Salud y Protección Social. Por la cual se adopta el Plan de Beneficios en Salud con cargo a la UPC.(Unidad de Pago por Capitación). Valor que reconoce el Estado a las EPS por cada afiliado, con el fin de financiar los servicios de salud incluidos en el Plan de Beneficios.

¹² Ley 2261 de 2022. Por medio de la cual se garantiza el acceso gratuito a productos de higiene menstrual.

¹³ Resolución 1235 de 2024. Ministerio de Salud y Protección Social. Por la cual se reglamenta la entrega de productos de higiene menstrual a mujeres privadas de la libertad. INPEC.

capacitación laboral, y mecanismos efectivos de protección contra la violencia y la discriminación (K. J. Giraldo, 2020). La adopción de medidas alternativas a la prisión, especialmente para mujeres que han cometido delitos menores y no violentos, es otra estrategia recomendada por organismos internacionales como el Comité Internacional de la Cruz Roja. Estas alternativas buscan racionalizar el uso del encarcelamiento y mitigar el impacto negativo de la prisión en las mujeres y sus familias (Comité Internacional de la Cruz Roja, 2022).

1.1.1. Habitar Entre Rejas: La Cotidianidad de las Mujeres Privadas de la Libertad

En Colombia, para el año 2021 la exrepresentante de la Cámara de Representantes de Colombia Adriana Magali Matiz¹⁴ junto a demás representantes pusieron sobre la mesa la discusión acerca de las condiciones sanitarias en las que las mujeres privadas de la libertad gestionaban su menstruación en dicho entorno. Matiz mencionó al periódico El Espectador en su nota *Así está la salud menstrual de las mujeres privadas de la libertad* que el Código Penitenciario y Carcelario de Colombia se encuentra en la obligación de suministrar a las internas diferentes artículos sanitarios y de aseo personal como papel higiénico, crema dental, jabón y por supuesto, toallas higiénicas, entre otros. Sin embargo, Matiz, manifiesta a El Espectador que los paquetes de toallas higiénicas que son entregados en dichos kits contienen únicamente 10 empaques individuales de toallas higiénicas, cuando una mujer o persona menstruante requiere aproximadamente 30 toallas higiénicas en promedio durante su periodo menstrual, teniendo en cuenta que este dure 5 días y se realice su cambio cada 4 horas, como es recomendado (Tamayo, 2021).

Laura Perdomo Rangel¹⁵, encargada de la Dirección del Departamento Jurídico de la Fundación El Retorno a la Libertad¹⁶, advirtió al periódico El Espectador a cerca de las medidas que algunas internas debían tomar al no contar con acceso suficiente a recursos de cuidado menstrual de forma eficaz. Perdomo evidencia la existencia de un “mercado negro” donde las mujeres pueden acceder a implementos como toallas sanitarias a altos precios, donde

¹⁴ **Adriana Magali Matiz** es una abogada y política colombiana. Se ha desempeñado como Representante a la Cámara por el departamento del Tolima y ha liderado iniciativas legislativas enfocadas en los derechos de las mujeres, la infancia y la equidad de género. Fue ponente de la Ley 2261 de 2022, que garantiza el acceso a productos de higiene menstrual para mujeres y personas menstruantes en situación de vulnerabilidad, incluyendo aquellas privadas de la libertad.

¹⁵ **Laura Perdomo Rangel**, abogada y defensora de derechos humanos colombiana, reconocida por su trabajo en políticas públicas con enfoque de género y en la lucha contra la pobreza menstrual. Ha sido asesora legislativa y ha participado en la formulación e impulso de leyes orientadas a la salud menstrual digna en Colombia, incluyendo la Ley 2261 de 2022.

¹⁶ **La Fundación El Retorno a la Libertad** es una organización colombiana sin ánimo de lucro que trabaja en procesos de resocialización y apoyo a personas privadas de la libertad y pospénados. Su labor se enfoca en el acompañamiento psicosocial, la formación laboral y el fortalecimiento del proyecto de vida, con el objetivo de facilitar su reintegración a la sociedad.

su valor puede rondar alrededor de los \$30.000 COP. También comenta que dichos implementos pueden ser intercambiados por artículos como cigarrillos. Se evidencia una problemática no solo sanitaria, sino también económica (Tamayo, 2021).

La ley 2261 de 2022 propone “Garantizar la entrega gratuita, oportuna y suficiente de artículos de higiene menstrual a las mujeres y personas menstruantes privadas de la libertad, con el fin de lograr la materialización de los derechos a la dignidad humana, la salud y bienestar, la no discriminación y la igualdad de género” (Congreso de Colombia, 2022, p. 1). Sin embargo, para el año 2020 en la Cápsula Demográfica en Enfoque Diferencial realizada por el Ministerio de Justicia: “Situación demográfica penitenciaria y carcelaria de las mujeres privadas de la libertad” el perfil sociodemográfico de la población femenina privada de la libertad arrojaba un total de 17.778 privadas de la libertad, donde el 28,6% se encontraba comprendido por mujeres entre los 18 y 24 años y el 66,2% de mujeres entre los 25-59 años, lo que supondría que aproximadamente el 94,8% de la población carcelaria femenina se encuentra atravesando edades donde su periodo es existente (en su mayoría), a diferencia del 5,1% restante, conformado por mujeres mayores de 60 años que estarían o ya habrían atravesado la menopausia, o que se encuentran en estado de embarazo (Ministerio de justicia y del derecho, 2020).

Si bien existen disposiciones normativas que garantizan el acceso a productos de higiene menstrual en centros penitenciarios, es necesario indagar si estas medidas se cumplen de manera efectiva y suficiente en la práctica. La Ley 1709 de 2014, que reforma el Código Penitenciario y Carcelario, establece el derecho de las mujeres privadas de la libertad a condiciones dignas de reclusión, lo que incluye el acceso a artículos de higiene personal. Sin embargo, en el contexto carcelario, factores como las condiciones sanitarias, la disponibilidad de insumos y las dinámicas internas de acceso pueden incidir en la forma en que las mujeres y personas menstruantes gestionan su ciclo menstrual. En la Cárcel y Penitenciaría con Alta y Media Seguridad para Mujeres de Bogotá - El Buen Pastor, resulta fundamental explorar cómo se desarrolla esta gestión, qué barreras pueden existir y en qué medida se garantiza el derecho a una menstruación digna.

1.1.2. El Buen Pastor

El Centro Penitenciario y Carcelario con Alta y Media Seguridad para Mujeres de Bogotá, popularmente conocido como la Cárcel El Buen Pastor, es el principal centro

penitenciario femenino de Colombia. Fue fundada en 1893 en el barrio Las Aguas, en el centro de Bogotá, y trasladada en 1957 a su ubicación actual en la localidad de Barrios Unidos. Desde entonces, ha operado ininterrumpidamente en este lugar y ha sido el principal espacio de reclusión para mujeres en el país (Álvarez, 2023). Su misión es la resocialización y reintegración de las mujeres privadas de la libertad, lo que se busca a través de programas de formación, trabajo y cultura que permitan a las internas desarrollar habilidades para su vida después de cumplir su condena. En ese sentido, la cárcel cuenta con alianzas con diversas instituciones gubernamentales y no gubernamentales que ofrecen servicios de educación, emprendimiento, apoyo psicosocial y formación laboral (INPEC, 2024a).

El buen Pastor, posee una capacidad oficial para 1.275 internas, sin embargo, en múltiples ocasiones ha albergado un número superior de mujeres, lo que dificulta las condiciones de vida dentro del penal. La cárcel, al igual que otros centros penitenciarios del país, dispone de diferentes espacios para que las mujeres desarrollen actividades productivas y recreativas, como talleres de belleza y peluquería, carpintería, pintura, clases de canto y baile, además de el “rancho” como es llamado el lugar de producción de alimentos para consumo de las internas, y la panadería donde se brinda formación gastronómica.

Según la normativa del INPEC, el trabajo y la participación en talleres productivos o educativos les otorgan beneficios en términos de reducción de pena, lo que representa una oportunidad significativa para salir en libertad antes de lo previsto y reincorporarse a la sociedad con nuevas herramientas y conocimientos (INPEC, 2024a).

Un aspecto particular de El Buen Pastor es que, al ser una cárcel de mujeres, cuenta con un pabellón especial para madres, lo que permite que las internas vivan con sus hijos hasta los cuatro años de edad, con el propósito de mantener el vínculo materno y brindar una atención adecuada a los niños en sus primeros años de vida (López, 2021). La administración del penal está a cargo del INPEC, y actualmente la directora del establecimiento es la Dra. Myriam Elena Calle García. A lo largo de los años, se han implementado diversas iniciativas para mejorar las condiciones de las internas, como programas de emprendimiento y educación financiera en colaboración con entidades como la Cámara de Comercio de Bogotá y el Ministerio de Justicia (Min Justicia, 2024). Sin embargo, persisten desafíos importantes en términos de derechos humanos y calidad de vida de las mujeres privadas de la libertad, lo que hace necesario un mayor seguimiento y acciones para garantizar su bienestar y el cumplimiento de sus derechos fundamentales.

1.1.3. Espacios y Distribución: Un reflejo de Desigualdades Estructurales

El Buen Pastor está organizado en nueve patios, cada uno con características y funciones específicas. Por ejemplo, el Pabellón 8 se distingue por su estructura de un solo piso, donde las celdas cuentan con ventanas amplias y algunas disponen de baños privados, albergando a internas que requieren condiciones especiales de reclusión (Escobar, 2015). El Pabellón 4, conocido como “el patio de mamás”, está destinado a madres que conviven con sus hijos menores de tres años, quienes pueden permanecer allí hasta los cuatro años, contando con un ambiente similar al de un jardín infantil, al que solo tienen acceso ellas, personal del ICBF e INPEC (Ariza y Ángel, 2015). Por su parte, el Pabellón 5 alberga a mujeres extranjeras y de estratos altos condenadas por delitos como narcotráfico, lavado de activos y trata de personas, por último, en el patio 1 se encuentran las mujeres pertenecientes a la tercera edad. Así mismo, en el establecimiento se encuentran recluidas mujeres de diversas condiciones socioeconómicas y niveles educativos.

Según el Concejo de Bogotá, para el año 2015 a través de una nota titulada “S.O.S. por la cárcel de mujeres El Buen Pastor de Bogotá” La infraestructura de la cárcel, construida en 1952, presenta un notable deterioro debido al paso del tiempo, la falta de mantenimiento y al hacinamiento. En 2015, se reportó que más de 2.160 mujeres conviven en un espacio diseñado para 1.275, representando un hacinamiento superior al 70% (Bastidas, 2015). Esta situación impacta directamente la calidad de vida de las internas, dificultando su acceso a servicios básicos y aumentando las condiciones de desigualdad.

Dentro del establecimiento, los recursos económicos juegan un papel crucial en las condiciones de reclusión. Aunque en teoría a todas se les garantiza una cama, muchas mujeres privadas de la libertad deben pagar por colchones, cobijas u otros elementos básicos, lo que favorece a aquellas que cuentan con mayores posibilidades económicas. Asimismo, las internas que reciben encomiendas de familiares o amigos (con productos de aseo personal, elementos de higiene menstrual u otros artículos de primera necesidad) o aquellas que reciben consignaciones bancarias, pueden acceder a más comodidades dentro de la cárcel. Estas redes de apoyo externas (familiares, parejas, amistades) funcionan como un sustento clave que determina la calidad de vida en reclusión (Defensoría del Pueblo, 2022).

La distribución del espacio y los recursos refleja así las desigualdades estructurales, es decir, aquellas brechas históricas vinculadas a la clase social, el género o el acceso desigual a derechos fundamentales, que se reproducen también al interior de las instituciones

penitenciarias. En este sentido, Pierre Bourdieu (1986), en su texto *The forms of capital* explica cómo el capital económico y social determina las posiciones diferenciales que ocupan los individuos dentro de un campo: quienes poseen recursos y redes, incluso en reclusión, están en mejores condiciones para resistir las adversidades estructurales (Bourdieu, 2021).

Estas conclusiones emergen del trabajo de campo realizado en el CPAMSM de Bogotá, del acompañamiento a actividades institucionales, y del análisis de documentos advierte que las condiciones materiales y sanitarias en muchos centros penitenciarios femeninos siguen dependiendo en gran medida de los recursos personales y no exclusivamente de las provisiones estatales. Esto se traduce en una realidad en la que el acceso a derechos fundamentales, como el saneamiento básico, la salud menstrual o incluso la alimentación complementaria, está condicionado por la capacidad de cada mujer para sostener vínculos externos o contar con recursos económicos propios. Además, la Procuraduría resalta que esta situación genera una diferenciación interna entre las mujeres privadas de la libertad, marcando distancias no solo en términos de bienestar físico, sino también en las oportunidades de participación en actividades de resocialización, acceso a programas educativos o vinculación a procesos terapéuticos (Procuraduría General de la Nación, 2024). En consecuencia, se refuerzan dentro del penal las lógicas de exclusión que muchas de estas mujeres ya enfrentaban fuera de él, reproduciendo ciclos de desigualdad que dificultan su reintegración futura a la sociedad.

1.3. Fundación Acción Interna: Transformando Vidas en las Cárceles de Colombia

La Fundación Acción Interna fue creada en el año 2012 por Johana Bahamón, con el propósito de dignificar y mejorar la calidad de vida de la población privada de la libertad y pospenada en Colombia, así como de sus familias. Desde su fundación, ha desarrollado diversas áreas de trabajo, como el área jurídica, psicosocial, de proyectos en cárceles, empleabilidad, entre otras, contando con un equipo multidisciplinario que aporta sus conocimientos y tiempo para llevar a cabo su misión. Su labor abarca desde la creación de actividades y proyectos en establecimientos carcelarios del país, con los cuales posee un convenio a través del INPEC, hasta la gestión de alianzas con grandes marcas quienes realizan donaciones de dinero, artículos de tecnología, ropa, cursos y diplomados, entre otros. En este sentido, la fundación actúa como un puente entre empresas y establecimientos penitenciarios, facilitando el acceso a recursos.

Más allá del proceso formativo que brinda la fundación, esta misma desarrolla iniciativas lúdicas e integrales, como donaciones, eventos, charlas y conciertos. Dentro de sus áreas clave, el equipo psicosocial lleva a cabo programas como la inducción al tratamiento, dirigida a quienes ingresan por primera vez a prisión y necesitan orientación sobre la vida en el establecimiento, manejo de emociones y resolución de conflictos. También ofrece el programa de preparación para la libertad, que brinda herramientas a las personas próximas a salir para facilitar su reintegración a la sociedad y reducir la reincidencia delictiva. Como parte de su compromiso con la resocialización, la fundación gestiona alianzas con empresas que ofrecen oportunidades de empleo a pospenados, permitiéndoles acceder a una segunda oportunidad en el mundo laboral (Posada, 2024).

Uno de los logros más importantes de la fundación ha sido la promoción de la Ley de Utilidad Pública¹⁷, la cual permite que mujeres cabeza de hogar, que cumplan ciertos requisitos, puedan cumplir su condena a través de trabajo comunitario en lugar de reclusión intramural. Gracias a esta Ley, en 2023 una mujer del Buen Pastor se convirtió en la primera beneficiaria de este mecanismo en Bogotá (Díaz y Cote, 2023). El área jurídica de la fundación ha jugado un papel fundamental en este proceso, brindando asesoría y apoyo a mujeres privadas de la libertad para que accedan a este beneficio.

El área de proyectos en cárceles, en la que se desarrolló la práctica profesional de la autora, es una de las más relevantes dentro de la fundación, ya que se encarga de establecer y fortalecer el relacionamiento con los establecimientos penitenciarios, el INPEC, las marcas y las empresas aliadas. Además, es el área responsable de socializar y gestionar la implementación de los proyectos diseñados por las demás áreas, asegurando su viabilidad y ejecución efectiva en los centros penitenciarios. Gracias a su trabajo, la Fundación Acción Interna ha impactado a más de 112.000 personas privadas de la libertad, reafirmando su compromiso con la resocialización y demostrando que las segundas oportunidades pueden transformar vidas (Posada, 2024). Así como se ha mencionado anteriormente, la Fundación Acción Interna no solo busca mejorar la calidad de vida de las personas privadas de la libertad, sino también la de sus familias. Es por ello que muchas de sus iniciativas están dirigidas tanto a quienes se encuentran dentro de los establecimientos penitenciarios como a las personas

¹⁷ La Ley de Utilidad Pública, específicamente la Ley 2292 de 2023 en Colombia, permite a las mujeres cabeza de familia cumplir su pena de prisión mediante la prestación de servicios de utilidad pública. Esta medida sustitutiva busca resarcir el daño causado por la condena a través de actividades que beneficien a la comunidad.

pospenadas y sus familiares. En este sentido, la fundación extiende sus programas de empleabilidad, acompañamiento psicosocial y asesoría jurídica a quienes han salido de prisión, brindándoles apoyo en su proceso de reinserción social y laboral. De igual manera, las familias de personas privadas de la libertad también pueden acceder a estos servicios, reconociendo que el impacto del encarcelamiento no se limita a la persona condenada, sino que afecta a su entorno cercano.

Además, la fundación promueve y acompaña los emprendimientos de personas pospenadas y de familias de personas privadas de la libertad, brindándoles herramientas para que sus proyectos tengan mayor visibilidad y alcancen un público más amplio. A través de su base de datos, donde se encuentran registrados todos los beneficiarios de la fundación, se generan diversas oportunidades que facilitan el acceso a estos apoyos, fortaleciendo así los procesos de inclusión social y económica.

En este contexto, la gestión de la menstruación no suele ser considerada una prioridad, lo que refleja una invisibilización de las condiciones específicas que enfrentan las mujeres privadas de la libertad. Como señala Bobel (2019), la pobreza menstrual no solo implica la falta de acceso a productos de higiene, sino también la ausencia de políticas que garanticen condiciones dignas para su manejo. Esta situación agrava las desigualdades de género dentro de los centros penitenciarios y limita el ejercicio de derechos fundamentales, afectando la salud física y mental de las mujeres. Ante este panorama, resulta fundamental reconocer la gestión menstrual como un aspecto esencial dentro de las políticas penitenciarias y avanzar en estrategias que garanticen su acceso adecuado desarrollo la idea y pongo como seria el acceso adecuado.

2. Menstruación Tras las rejas: Realidades y retos

Este segundo capítulo desarrolla un análisis profundo de la gestión menstrual dentro de la Cárcel y Penitenciaría con Alta y Media Seguridad para Mujeres de Bogotá (CPAMSM-BOG), conocida comúnmente como El Buen Pastor. A través de una aproximación empírica, se examinan las condiciones materiales, sanitarias y normativas que enmarcan la experiencia menstrual de las mujeres y personas menstruantes privadas de la libertad, al tiempo que se visibilizan las desigualdades estructurales que persisten a pesar de los avances legislativos en Colombia.

El capítulo se organiza en ocho secciones articuladas que permiten abordar las múltiples dimensiones de la gestión menstrual en contextos carcelarios. La primera sección explora el marco normativo y las políticas públicas que rigen esta materia, con énfasis en las Reglas de Bangkok, la Ley 2261 de 2022 y la Resolución 1235 de 2024 del Ministerio de Salud, al tiempo que examina las brechas entre la normativa y su implementación práctica. Para ello se incorporan cifras oficiales del INPEC y del DANE, datos de jornadas institucionales recientes, así como fuentes secundarias que incluyen reportajes periodísticos, documentos de la Procuraduría General de la Nación y estudios de organismos internacionales.

Las secciones subsiguientes tienen un carácter predominantemente etnográfico y experiencial, pues parten de observaciones directas realizadas durante la práctica profesional en la Fundación Acción Interna, testimonios recogidos mediante conversaciones espontáneas con mujeres privadas de la libertad, hallazgos consignados en el diario de campo y análisis situacionales que permiten dar cuenta de las realidades cotidianas. Estas secciones abordan respectivamente: la configuración espacial de la infraestructura sanitaria y su función como mecanismo de control corporal, los circuitos diferenciados de acceso a productos de higiene menstrual que reproducen desigualdades de clase y capital social, las particularidades del cuerpo menstruante en reclusión y las restricciones institucionales a alternativas como la copa menstrual, las estrategias de agencia y resistencia cotidiana que desarrollan las mujeres ante la precariedad (especialmente el trueque y la fabricación artesanal de insumos), el papel de la Fundación Acción Interna como puente institucional y los límites de la intervención civil, así como el análisis presupuestal y la asignación de recursos estatales con perspectiva de género.

El objetivo principal de este capítulo es visibilizar cómo la gestión menstrual opera como un indicador transversal de derechos dentro del sistema penitenciario, pues evidencia no

solo omisiones materiales, sino también desigualdades simbólicas y de género. Asimismo, se busca contrastar los discursos institucionales con la experiencia vivida de las reclusas, al utilizar herramientas de análisis sociológico para comprender cómo se produce la precariedad menstrual en un contexto donde la vida está profundamente regulada.

Finalmente, este capítulo dialoga con autores y autoras que han conceptualizado la pobreza menstrual como una forma de violencia estructural, y se apoya en marcos legales y derechos para argumentar que garantizar una gestión menstrual digna en prisión no es una concesión, sino una obligación del Estado. De esta manera, se plantea que la menstruación debe dejar de ser una dimensión invisible en el diseño de políticas penitenciarias, para convertirse en un eje central de las luchas por la dignidad, la salud y la equidad en contextos de reclusión.

2.1. Marco normativo y brechas de implementación: de Bangkok a Bogotá

La gestión menstrual en los centros penitenciarios constituye un aspecto central para garantizar condiciones dignas a las mujeres privadas de la libertad. A nivel internacional, las Reglas de Bangkok establecen que las cárceles deben proporcionar instalaciones adecuadas y productos suficientes para la higiene femenina, al tiempo que aseguran que las necesidades específicas de las reclusas sean atendidas (UNODC, 2010). En Colombia, este compromiso se materializó en la Ley 2261 de 2022, que obliga al Estado a garantizar el acceso gratuito, oportuno y suficiente a artículos de higiene menstrual en los centros de reclusión (Congreso de Colombia, 2022), mientras que la Resolución 1235 de 2024 del Ministerio de Salud reglamentó lineamientos técnicos para su cumplimiento en las cárceles del país (Ministerio de Salud y Protección Social, 2024).

A pesar de estos avances normativos, la implementación práctica constituye un desafío que pone en tensión los discursos institucionales y las condiciones materiales. Según el Boletín Estadístico del INPEC (2024), la población femenina privada de la libertad en Colombia asciende a aproximadamente 7.500 mujeres, lo que representa cerca del 7% del total de la población carcelaria. De estas, alrededor del 60% se encuentra en establecimientos exclusivos para mujeres como la cárcel El Buen Pastor de Bogotá, en tanto el resto permanece en pabellones femeninos dentro de cárceles masculinas (INPEC, 2024a). Para dar cumplimiento a la Ley 2261 de 2022, el INPEC estableció directrices internas que buscan garantizar que cada interna reciba mensualmente un paquete de al menos 10 toallas higiénicas (Tamayo, 2021), cifra que, como se verá más adelante, resulta insuficiente para muchas mujeres.

En julio de 2024, el INPEC llevó a cabo una jornada en la cárcel El Buen Pastor en colaboración con el Ministerio de Justicia y del Derecho y el Ministerio de Salud y Protección Social para reafirmar el compromiso institucional con la salud menstrual de las reclusas. Durante este evento se entregaron productos de higiene menstrual y se promovió el autocuidado entre las internas (Ministerio de Justicia, 2024). No obstante, informes periodísticos han documentado que muchas reclusas enfrentan dificultades para acceder a estos productos, al punto de recurrir al intercambio de alimentos para obtener toallas higiénicas debido a su escasez (Pardo, 2023). La Procuraduría General de la Nación ha señalado que en varias cárceles del país persisten casos de maltratos y vulneraciones a los derechos de las mujeres privadas de la libertad, lo que subraya la necesidad de fortalecer las medidas de protección y garantizar condiciones dignas en todos los aspectos, incluida la gestión menstrual (Procuraduría General de la Nación, 2025).

La precariedad en la gestión menstrual dentro de las cárceles no solo afecta la dignidad de las mujeres privadas de la libertad, sino que profundiza las desigualdades de género y la discriminación estructural dentro del sistema penitenciario. La Encuesta Pulso Social del DANE (2023) ha evidenciado que las mujeres en condiciones de vulnerabilidad tienen menos acceso a productos de higiene menstrual, situación que se agrava en entornos carcelarios donde la dependencia del suministro estatal es absoluta. Además, las mujeres privadas de la libertad enfrentan desafíos específicos derivados de su rol dentro de la sociedad, ya que muchas son madres y sostén de sus familias, lo que genera una carga emocional adicional en contextos de reclusión (Vigna, 2022).

2.2. Geografías del control: infraestructura sanitaria y disciplinamiento corporal

La disposición espacial de los baños en los centros penitenciarios no constituye un detalle menor dentro de la arquitectura carcelaria, pues opera como uno de los mecanismos mediante los cuales se ejerce control sobre los cuerpos y se delimitan los márgenes de la intimidad. La organización del espacio físico influye directamente en las experiencias cotidianas de las mujeres privadas de la libertad, al punto que convierte necesidades fisiológicas básicas en actos cargados de tensión y exposición.

2.2.1. Cárcel Distrital: visibilidad forzada y hacinamiento sanitario

Durante una visita realizada a la Cárcel Distrital de Varones con Anexo de Mujeres en el marco de la práctica profesional (Observación de campo, agosto de 2024), fue posible constatar cómo la infraestructura sanitaria opera dentro de una lógica que subordina la privacidad a la vigilancia. El establecimiento funciona principalmente como un centro de reclusión transitoria para personas sindicadas a la espera de que se defina su situación jurídica, aunque existen casos atípicos en los que algunas permanecen allí durante períodos prolongados debido a la duración de sus procesos legales.

El pabellón destinado a mujeres presenta una estructura vertical organizada alrededor de un espacio central que funciona como cancha deportiva, lugar de recreación y de permanencia durante el día. Según lo observado, "en el espacio central se encuentran varios cubículos sanitarios, aproximadamente cuatro, visibles desde la cancha. Si bien los cubículos cuentan con puertas que resguardan parcialmente la intimidad, la disposición espacial permite identificar cuándo una persona hace uso del baño" (Observación de campo, agosto de 2024). Teniendo en cuenta que el número aproximado de mujeres que habitan el pabellón oscila entre noventa y más de cien personas, la cantidad de baños resulta notoriamente limitada, al tiempo que su ubicación en un espacio central y abierto genera incomodidad y afecta la percepción de privacidad, especialmente durante la realización de actividades colectivas.

Esta configuración espacial puede leerse desde la perspectiva de Michel Foucault sobre el panoptismo y la vigilancia como formas de disciplinamiento. En *Vigilar y castigar* (1975), Foucault analiza cómo la arquitectura carcelaria no solo confina el cuerpo, sino que lo somete a una observación constante que produce subjetividades dóciles (Foucault, 2004). La visibilidad forzada del uso de baños en el pabellón femenino no responde a una configuración accidental, sino a una lógica de control que atraviesa todos los aspectos de la vida en reclusión, incluidos los más íntimos. En el caso de las mujeres menstruantes, esta exposición adquiere un carácter particularmente invasivo, pues transforma un proceso fisiológico en un acto público y susceptible de ser observado, comentado o incluso sancionado. El cuerpo menstruante, en este contexto, se convierte en un cuerpo hipervigilado que no puede ejercer control sobre sus propias necesidades sin exponerse a la mirada institucional y colectiva.

2.2.2. El Buen Pastor: entre la amplitud espacial y el deterioro infraestructural

A diferencia de la Cárcel Distrital, El Buen Pastor es un establecimiento exclusivamente destinado a población femenina y se caracteriza por una infraestructura considerablemente más amplia. El establecimiento cuenta con diversos pabellones y múltiples zonas comunes que permiten la circulación de las mujeres durante el día, especialmente de aquellas que participan en actividades, talleres u otros espacios institucionales. Dentro de estas áreas de uso común existe un punto de encuentro ampliamente reconocido por las internas, denominado el "Parque de la 93", que funciona como un espacio central de socialización y permanencia (Observación de campo, julio de 2024).

Durante el tránsito por las zonas a las que se tenía acceso como persona externa, fue posible observar diferentes espacios destinados al uso de baños. Como se registró en el diario de campo, "algunos de estos se encontraban en funcionamiento, mientras que otros presentaban condiciones que impedían su uso adecuado, como la ausencia de agua o un evidente deterioro en su infraestructura" (Diario de campo, 24 de julio de 2024). Aunque estos baños existían físicamente, las condiciones observadas indicaban que no todos se encontraban en óptimo estado para su utilización cotidiana. Los baños ubicados en las zonas comunes están destinados a las mujeres que tienen autorización para circular por estos espacios durante el día, pero no fue posible acceder a las áreas de alojamiento ni a los niveles superiores donde se encuentran las habitaciones, por lo que se desconoce si las celdas cuentan con baños privados o si existen servicios sanitarios de uso común en estos espacios.

El 24 de julio de 2024, la observación directa permitió evidenciar barreras infraestructurales concretas en el establecimiento. En el diario de campo se consignó: "se evidenciaron la inhabilitación de varios cubículos de baños ubicados en zonas comunes fuera de los patios, así como la falta de acceso a productos como el papel higiénico" (Diario de campo, 24 de julio de 2024). Esta situación genera consecuencias prácticas importantes para la vida cotidiana de las mujeres privadas de la libertad, pues al estar inhabilitados los baños ubicados en áreas comunes, las mujeres que se encuentran fuera de los patios durante el día (sea porque realizan actividades educativas, participan en talleres productivos o redimen pena) se ven forzadas a desplazarse hasta el interior de sus respectivos patios para poder acceder a un baño. Este traslado no solo representa una interrupción en sus actividades, sino que puede implicar retrasos, dificultades para volver a ingresar a los patios o incluso la imposibilidad de

usar el baño si están cumpliendo con deberes en espacios donde no se permite su salida inmediata.

La precariedad en las condiciones sanitarias representa un riesgo para la salud física y mental de las mujeres, especialmente en contextos donde la gestión del tiempo y del cuerpo está altamente regulada. La imposibilidad de acceder a un baño en el momento necesario puede generar afectaciones como infecciones urinarias, deshidratación por evitar el consumo de líquidos o ansiedad relacionada con el control corporal, afectaciones que se ven agravadas en el caso de mujeres que atraviesan procesos menstruales, para quienes la necesidad de acceso constante a baños e insumos de higiene es aún más crítica.

Tal como lo establece la Regla 15 de las Reglas de Bangkok, los Estados deben garantizar que las mujeres privadas de libertad tengan acceso oportuno y adecuado a instalaciones sanitarias que les permitan satisfacer sus necesidades de forma segura e higiénica (UNODC, 2010). La falta de cumplimiento de esta norma representa una vulneración directa del derecho a la salud, a la dignidad humana y al saneamiento básico, al tiempo que afecta de manera transversal otros derechos como el acceso a la educación, al trabajo y a las actividades resocializadoras que son centrales en el proceso de reintegración social.

2.2.3. Violencia estructural inscrita en la arquitectura

Las observaciones realizadas en el CPAMSM-BOG no son casos aislados. Diversos informes oficiales han documentado la persistencia de condiciones insalubres en centros de reclusión femeninos en Colombia. Rambal et al (2021) expone deficiencias críticas en la infraestructura sanitaria de los establecimientos penitenciarios, entre ellas la falta de mantenimiento de los baños, la carencia de insumos básicos de higiene como papel higiénico y toallas sanitarias, y la ausencia de condiciones mínimas de privacidad durante el uso de estos espacios. De igual forma, Montoya et al. (2022) evidencia situaciones similares en la Cárcel El Buen Pastor, al señalar que el acceso limitado a baños y productos de higiene afecta directamente la dignidad y salud de las internas, en especial durante sus ciclos menstruales.

Esta situación configura una omisión estructural del Estado frente a la obligación de garantizar el derecho al saneamiento básico y a condiciones dignas de detención, como lo contempla la Ley 65 de 1993, en tanto el artículo 24 de la Ley 1257 de 2008 exige un trato digno y diferenciado a las mujeres en situación de vulnerabilidad. El hecho de que se niegue o

se dificulte el acceso a baños adecuados durante la menstruación constituye una forma de violencia institucional, al ignorar necesidades fisiológicas esenciales.

Desde una perspectiva sociológica, esta problemática puede comprenderse a través del concepto de violencia estructural, desarrollado por Johan Galtung en su obra *Violence, Peace, and Peace Research* (1969). Para Galtung, la violencia estructural no se ejerce de forma directa, sino que se manifiesta cuando las estructuras sociales impiden que las personas satisfagan sus necesidades básicas o ejerzan sus derechos. Esta violencia está "insertada en las instituciones" y se traduce en desigualdades sistemáticas que perpetúan el sufrimiento de determinados grupos sociales (Galtung, 1969). En este caso, la escasa disponibilidad de servicios sanitarios adecuados para las mujeres reclusas representa una expresión clara de esta violencia estructural de género, pues opera de manera silenciosa pero sistemática, naturalizando la precariedad como parte inevitable de la experiencia carcelaria femenina.

En este contexto, garantizar el acceso libre y permanente a instalaciones sanitarias no puede ser entendido como un beneficio discrecional, sino como parte de un enfoque de derechos humanos con perspectiva de género. Las recomendaciones del Comité de la CEDAW (Convención sobre la Eliminación de todas las Formas de Discriminación contra la Mujer) sobre mujeres en prisión instan a los Estados a revisar las condiciones de reclusión para asegurar que las necesidades fisiológicas de las mujeres sean atendidas adecuadamente, lo cual incluye acceso a baños, privacidad, agua potable y suministros de higiene (UNODC, 2010).

2.3. Circuitos diferenciados de acceso: desigualdades internas y estratificación carcelaria

El acceso a productos de higiene menstrual dentro del establecimiento El Buen Pastor no opera de manera homogénea ni universal, sino que se articula a través de circuitos diferenciados que reproducen y profundizan las desigualdades sociales preexistentes. Durante una conversación sostenida con una mujer privada de la libertad en el marco de la práctica profesional, esta explicó en detalle cómo funcionaba en la práctica el acceso a productos sanitarios dentro del establecimiento.

2.3.1. La irregularidad del suministro estatal

Según el testimonio recogido, "el establecimiento realiza entregas de productos sanitarios en algunos momentos, pero estas no son constantes ni periódicas, sino que se dan

cada cierto tiempo, por ejemplo cada dos o tres meses. Por esta razón, muchas mujeres deben buscar otras formas de cubrir estas necesidades en los periodos en los que no hay dotación" (Comunicación personal, julio de 2024). Esta irregularidad en el suministro obliga a las mujeres a desarrollar estrategias alternativas que dependen de factores como el apoyo familiar, los recursos económicos y las redes sociales dentro y fuera del establecimiento.

2.3.2. Encomiendas: el capital social como determinante del acceso

Una de las principales alternativas mencionadas fueron las encomiendas, paquetes que las familias o personas cercanas envían desde el exterior y que deben cumplir con ciertas normas establecidas por el establecimiento. En estos paquetes es posible recibir algunos artículos básicos, entre ellos productos de higiene personal y de gestión menstrual. No obstante, la entrevistada fue enfática en señalar que "no todas las mujeres reciben encomiendas. Muchas no cuentan con apoyo familiar, otras tienen familias con recursos económicos limitados, muchas no provienen de Bogotá sino de otros municipios, mientras que otras incluso provienen de otros países, lo que dificulta aún más el envío de este tipo de ayudas" (Comunicación personal, julio de 2024). Esto hace que solo una parte de la población pueda suplir estas necesidades por esta vía, en tanto otras dependen únicamente de lo que les brinda el establecimiento.

2.3.3. El expendio interno: monetarización de lo básico

Otra opción explicada fue la compra de productos en el expendio o tienda interna de la cárcel. Para esto, las mujeres deben contar con dinero en una cuenta personal que se maneja dentro del sistema penitenciario. A esa cuenta, familiares o personas cercanas pueden consignar dinero desde el exterior, lo que les permite comprar artículos como papel higiénico, toallas higiénicas u otros productos básicos. Sin embargo, este mecanismo vuelve a evidenciar una desigualdad similar, pues como lo expresó la entrevistada, "solo quienes reciben apoyo económico pueden acceder a estos productos de forma regular, mientras que aquellas que no tienen quién les consigne dinero quedan nuevamente en una situación de desventaja" (Comunicación personal, julio de 2024).

2.3.4. Trabajo penitenciario: acceso condicionado

La entrevistada también mencionó el trabajo dentro del establecimiento como otra forma de acceso. Algunas mujeres participan en talleres o actividades productivas, como la

panadería, la cocina, la peluquería o el salón de uñas. En algunos casos, estas actividades generan un ingreso económico que el establecimiento consigna en sus cuentas, lo que les permite comprar productos básicos. Aun así, señaló que "no todas las mujeres tienen la posibilidad de trabajar. Algunas están a la espera de que su situación jurídica se defina, otras deben cumplir ciertos requisitos antes de acceder a un empleo. Esto hace que el trabajo no sea una alternativa real para todas" (Comunicación personal, julio de 2024).

2.3.5. Análisis desde la justicia redistributiva

Esta configuración de acceso estratificado puede analizarse desde la perspectiva de Nancy Fraser sobre la justicia redistributiva. En *Escalas de justicia* (2008), Fraser sostiene que las desigualdades no solo se manifiestan en el ámbito del reconocimiento cultural, sino también en el de la redistribución material (Fraser, 2008). La gestión menstrual en El Buen Pastor opera como un microcosmos de estas injusticias: las mujeres con redes familiares activas y recursos económicos pueden complementar la provisión estatal insuficiente, mientras que aquellas que carecen de estos capitales sociales y económicos quedan expuestas a una precariedad aún mayor. Esta estratificación carcelaria reproduce las desigualdades de clase que operan en el exterior, pero las intensifica al eliminar las posibilidades de agencia autónoma, pues las mujeres no pueden salir a trabajar, generar ingresos propios o acceder a servicios públicos de salud fuera del establecimiento.

El papel del personal penitenciario en la mediación del acceso constituye otro factor determinante que merece atención analítica. Aunque no fue posible observar directamente las dinámicas de entrega de productos durante la práctica, los testimonios recogidos indican que existen mecanismos discrecionales que regulan quién recibe qué y cuándo. Esta discrecionalidad, inscrita en las relaciones de poder asimétricas que caracterizan la institución carcelaria, puede operar como una forma adicional de control sobre los cuerpos de las mujeres. Foucault (2004) analiza cómo el poder disciplinario no solo se ejerce mediante la coerción física, sino a través de mecanismos sutiles de regulación que producen cuerpos dóciles. En este sentido, la dependencia absoluta de las mujeres respecto al suministro institucional de productos menstruales las coloca en una posición de vulnerabilidad que refuerza su subordinación dentro del orden carcelario, pues deben negociar, esperar o incluso suplicar por algo que debería ser garantizado como un derecho básico.

2.4. El cuerpo menstruante en reclusión: materialidad, estigma y necesidades insatisfechas

La menstruación en contextos de reclusión no constituye únicamente un proceso fisiológico, sino un fenómeno social que condensa múltiples dimensiones de desigualdad, estigma y violencia estructural. El concepto de "cuerpo menstruante" permite analizar cómo esta experiencia corporal se encuentra atravesada por relaciones de poder, mecanismos de control institucional y significados culturales que varían según el contexto social (Bobel, 2010). Bobel sostiene que la menstruación ha sido históricamente construida como un proceso vergonzoso, sucio o incluso peligroso, lo que ha derivado en su ocultamiento y en la falta de políticas públicas adecuadas (Bobel, 2019). En el caso de las mujeres privadas de la libertad, el cuerpo menstruante se constituye en un sitio de vulnerabilidad específica donde convergen la precariedad material, la falta de privacidad y la ausencia de condiciones sanitarias adecuadas.

2.4.1. Insuficiencia cuantitativa y cualitativa del suministro

Los testimonios recogidos en el documental *Mujeres Resistiendo* (2022) son elocuentes al respecto. Las internas de la Cárcel El Buen Pastor denuncian que "reciben en promedio solo diez toallas higiénicas al mes, cantidad que resulta insuficiente para muchas, especialmente para quienes presentan flujos abundantes o menstruaciones prolongadas" (Comité de Solidaridad con los Presos Políticos, 2024). Además, señalan que "no todas las personas menstruantes pueden utilizar el mismo tipo de insumo: algunas son alérgicas a los materiales de las toallas higiénicas convencionales, mientras que otras simplemente no se sienten cómodas con ellos" (Comité de Solidaridad con los Presos Políticos, 2024). Si bien en ocasiones se incluyen tampones entre los artículos entregados, las mujeres mismas reconocen que no son recomendables para todas por razones de salud o seguridad.

Esta uniformización en la provisión de insumos menstruales desconoce la diversidad de cuerpos, ciclos y necesidades que existen entre las mujeres. Al ofrecer un único tipo de producto en cantidades estandarizadas, el Estado opera bajo una lógica homogeneizadora que niega las particularidades fisiológicas y las preferencias individuales, lo que constituye una forma de violencia simbólica que reduce a las mujeres a categorías abstractas sin atender a sus realidades corporales concretas.

2.4.2. El caso de la copa menstrual: entre la demanda y la prohibición

Durante la práctica profesional en la Fundación Acción Interna se sostuvo una conversación espontánea con dos mujeres privadas de la libertad en el marco de actividades realizadas en el establecimiento. El diálogo no fue planeado ni estructurado previamente, sino que surgió de manera natural a partir del encuentro en el espacio institucional. Al acercarse, preguntaron si se hacía parte del programa y, tras confirmar la vinculación, "expresaron de manera directa una necesidad concreta relacionada con la gestión de su higiene menstrual. Preguntaron si existía la posibilidad de recibir apoyo con insumos como toallas higiénicas y, de manera específica, manifestaron su interés en alternativas reutilizables como la copa menstrual" (Comunicación personal, julio de 2024).

Durante la conversación, "compartieron que el acceso a productos para la gestión menstrual dentro del establecimiento es limitado y que esta situación impacta directamente su bienestar, su comodidad y su dignidad. Para ellas, contar con estos insumos no representaba un privilegio, sino una necesidad básica de cuidado personal" (Comunicación personal, julio de 2024). Ante esta solicitud, se les explicó que cualquier proceso de donación debía ser previamente evaluado y autorizado por el establecimiento. Posteriormente, al indagar sobre la viabilidad de la donación de copas menstruales, se evidenció que, aunque se trata de un artículo de larga vida útil y potencialmente sostenible, "el centro de reclusión no cuenta con los espacios ni las condiciones necesarias para garantizar un proceso adecuado de limpieza, manipulación y desinfección de este tipo de insumos" (Diario de campo, julio de 2024).

Esta experiencia evidencia que la gestión menstrual no se reduce únicamente a garantizar la entrega de artículos como toallas higiénicas, tampones u otros insumos, sino que implica, de manera integral, asegurar la existencia de espacios adecuados y salubres, contar con baños en condiciones dignas, acceso a agua potable, disponibilidad de papel higiénico y condiciones mínimas que permitan a las mujeres gestionar su menstruación de forma segura y con dignidad.

Las internas también mencionaron en los testimonios recogidos en el documental que "han solicitado insumos alternativos como ropa interior menstrual o la copa menstrual" (Comité de Solidaridad con los Presos Políticos, 2024). Sin embargo, tanto en el video como desde la experiencia directa de análisis, conversación y reconocimiento del espacio, se reconoce que "el entorno carcelario no ofrece las condiciones mínimas de higiene y salubridad necesarias para

su uso adecuado: no hay acceso constante a agua potable, ni lugares privados y desinfectados donde realizar los procesos de lavado, esterilización y almacenamiento de este tipo de producto" (Comité de Solidaridad con los Presos Políticos, 2024). Incluso cuando organizaciones externas como Mujeres Libres han realizado donaciones de insumos, entre ellos copas menstruales, "estas han sido retenidas por el INPEC, lo que limita el acceso a una alternativa más sostenible, higiénica y digna para muchas internas" (Comité de Solidaridad con los Presos Políticos, 2024).

2.4.3. Medicalización y control corporal en instituciones totales

La retención de copas menstruales donadas por parte del INPEC puede interpretarse como una manifestación de la medicalización y control sobre el cuerpo femenino que opera en las instituciones totales, en el sentido goffmaniano del término. Erving Goffman, en *Internados* (1961), describe cómo las instituciones totales ejercen un control exhaustivo sobre todos los aspectos de la vida de quienes las habitan, incluida la gestión de sus cuerpos y necesidades básicas (Goffman, 2001). La negativa a permitir el uso de copas menstruales, aun cuando han sido donadas y solicitadas, evidencia cómo el poder institucional se arroga la potestad de determinar qué prácticas corporales son admisibles y cuáles no, bajo argumentos de seguridad o higiene que muchas veces ocultan lógicas de control más profundas.

Esta restricción opera también como una forma de infantilización de las mujeres reclusas, pues se les niega la capacidad de tomar decisiones autónomas sobre sus propios cuerpos y se les impone un modelo único de gestión menstrual que no atiende a sus preferencias, necesidades o condiciones de salud particulares. El cuerpo menstruante en la cárcel se convierte así en un cuerpo tutelado, despojado de agencia y sometido a las decisiones de una autoridad que define qué es apropiado o seguro sin consultar a las propias afectadas.

2.5. Estrategias de agencia y resistencias cotidianas: el trueque como economía alternativa

Ante las limitaciones estructurales para acceder a productos de higiene menstrual, las mujeres privadas de la libertad desarrollan estrategias de agencia que les permiten satisfacer sus necesidades básicas en un contexto adverso. Estas prácticas, lejos de ser meras adaptaciones pasivas, constituyen formas de resistencia cotidiana que desafían, aunque de manera limitada, el orden institucional impuesto.

2.5.1. El trueque: economías informales de la supervivencia

Durante la conversación sostenida con una mujer privada de la libertad, esta comentó que ante las limitaciones del sistema oficial de provisión, "muchas mujeres recurren al trueque. Cuando alguna tiene productos de sobra, ya sea porque recibió dotación, encomienda o pudo comprar, intercambia artículos por servicios o por otros bienes. Por ejemplo, ofrecer arreglar el cabello, hacer uñas, lavar ropa o intercambiar cigarrillos, prendas de vestir u otros objetos a cambio de productos de higiene menstrual" (Comunicación personal, julio de 2024). También mencionó que "existen casos más extremos, en los que algunas mujeres deben 'rebusarse' con lo que tienen a mano, incluso fabricando de manera artesanal elementos reutilizables para gestionar su menstruación, como una medida de supervivencia ante la falta de acceso a productos adecuados" (Comunicación personal, julio de 2024).

El trueque opera como una economía alternativa dentro del establecimiento, paralela al circuito oficial de provisión estatal. Esta economía informal permite a las mujeres movilizar recursos y habilidades para obtener lo que el Estado no garantiza de manera suficiente. Sin embargo, es importante no romantizar estas prácticas: el trueque no es una expresión de libre elección, sino una estrategia de supervivencia ante la precariedad institucional. Además, reproduce desigualdades internas, pues solo quienes poseen habilidades valoradas en este mercado informal (peluquería, manicura, costura) o bienes intercambiables pueden participar efectivamente en él.

2.5.2. Resistencias cotidianas: agencia en contextos de subordinación

Desde la perspectiva de James C. Scott sobre las "armas de los débiles" (*Weapons of the Weak*, 1985), estas prácticas pueden ser leídas como formas de resistencia cotidiana que, aunque no desafían frontalmente el poder institucional, permiten a las mujeres negociar márgenes de autonomía dentro de un sistema profundamente restrictivo. Scott sostiene que los grupos subordinados raramente se enfrentan al poder mediante actos de rebelión abierta, sino que desarrollan formas sutiles de resistencia que operan en el nivel de la vida cotidiana (Scott, 1985). El trueque, la fabricación artesanal de productos menstruales y las solicitudes persistentes de insumos constituyen, en este sentido, micro-resistencias que evidencian la agencia de las mujeres reclusas, aun en condiciones de extrema vulnerabilidad.

La fabricación artesanal de productos menstruales merece una atención analítica particular. Esta práctica, mencionada en los testimonios recogidos, implica que algunas

mujeres, ante la ausencia de toallas higiénicas, confeccionan sus propios insumos con materiales disponibles. Durante la conversación, la entrevistada explicó que "cuando no hay toallas y tampoco pueden conseguirlas de ninguna otra forma, algunas mujeres tienen que armar sus propios elementos con telas, trapos viejos o cualquier cosa que puedan conseguir. Hacen como unas toallas reutilizables, pero no siempre tienen con qué lavarlas bien o dónde secarlas sin que las vean" (Comunicación personal, julio de 2024). Esta descripción evidencia no solo la creatividad y capacidad de agencia de las mujeres, sino también las condiciones precarias en las que deben gestionar necesidades fisiológicas básicas.

Si bien esta creatividad puede ser valorada como una forma de agencia, también pone de manifiesto una situación de extrema precariedad que no debería existir en un Estado que se proclama garante de los derechos humanos. La necesidad de fabricar productos menstruales artesanales constituye una evidencia contundente del fracaso estatal en garantizar condiciones mínimas de dignidad, pues obliga a las mujeres a improvisar soluciones que pueden ser insalubres, ineficaces o incluso peligrosas para su salud. La mención de que "no siempre tienen con qué lavarlas bien o dónde secarlas sin que las vean" pone de relieve dos dimensiones adicionales del problema: por un lado, la ausencia de condiciones sanitarias adecuadas para mantener la higiene de estos productos reutilizables (lo que puede generar infecciones), y por otro, la falta de privacidad que convierte incluso el proceso de secado en un acto expuesto a la vigilancia y al estigma.

Estas estrategias de resistencia, sin embargo, no deben interpretarse como soluciones al problema estructural de la precariedad menstrual, sino como respuestas individuales o colectivas que emergen ante la omisión estatal. El hecho de que las mujeres logren sobrevivir mediante el trueque o la fabricación artesanal no exime al Estado de su responsabilidad de garantizar acceso universal y digno a productos de higiene menstrual.

2.6. El papel de la Fundación Acción Interna: puentes institucionales y límites de la intervención civil

En medio de las dificultades estructurales y presupuestales del sistema penitenciario colombiano para garantizar una gestión menstrual digna, desde la Fundación Acción Interna, donde se realizó la práctica profesional, se desarrollan acciones que buscan contribuir al bienestar de las mujeres privadas de la libertad, en la medida de las posibilidades de una organización social. La fundación, constituida formalmente en 2013 bajo la dirección de

Johana Bahamón, inició su trabajo con mujeres en El Buen Pastor en 2012 a través de cursos y talleres de teatro, y desde entonces ha venido consolidando procesos de intervención sostenidos en distintas cárceles del país.

2.6.1. Donaciones: entre la necesidad permanente y la respuesta esporádica

La Fundación actúa como puente entre los establecimientos penitenciarios y diversos actores sociales (empresas, universidades, personas naturales) para gestionar donaciones y llevar a cabo talleres formativos. En el caso de El Buen Pastor, se han entregado productos de higiene como toallas higiénicas, papel higiénico, ropa interior y elementos de cuidado corporal, lo cual representa una cooperación sustancial, aunque no sistemática, en la atención de necesidades básicas. Las entregas dependen de campañas o alianzas puntuales, lo que muestra que el aporte de la fundación se basa en redes de apoyo voluntarias más que en una obligación estatal.

Durante la asistencia al establecimiento, "fue común que distintas mujeres privadas de la libertad se acercaran a preguntar si se realizaría alguna donación, especialmente de artículos relacionados con la gestión de la higiene menstrual por parte de la Fundación Acción Interna. Estas situaciones no ocurrieron una sola vez, sino que se repitieron en diferentes momentos y con distintas mujeres, lo que dejaba ver una necesidad constante" (Diario de campo, julio-agosto de 2024). Al conversar con ellas sobre el tema, muchas expresaban que "el acceso a insumos como toallas higiénicas u otros elementos para la gestión menstrual era limitado y que esta carencia hacía parte de su día a día dentro del establecimiento" (Comunicación personal, julio-agosto de 2024).

Desde la fundación se intentaba gestionar este tipo de donaciones en articulación con organizaciones, empresas y personas naturales que buscaban apoyar a la población privada de la libertad. En este proceso, la fundación cumplía el papel de puente entre quienes deseaban donar y las mujeres del establecimiento. Sin embargo, "el tamaño del Buen Pastor y el alto número de mujeres recluidas representaban un reto importante. El establecimiento cuenta con varios patios y pabellones, por lo que, cuando se lograba concretar una donación, era necesario decidir a qué patio se destinaría (por ejemplo, el patio de madres u otros patios)" (Diario de campo, agosto de 2024). La intención siempre era procurar una distribución lo más equitativa posible, alternando los patios beneficiados en cada entrega, aun así, esto implicaba que no todas las mujeres recibieran apoyo al mismo tiempo.

Además, la fundación no realiza únicamente donaciones de artículos relacionados con la salud o la gestión menstrual, sino que atiende múltiples necesidades dentro del establecimiento. Por esta razón, aunque las donaciones permitían aliviar parcialmente algunas carencias, no eran suficientes para cubrir la magnitud de la población ni la frecuencia de la necesidad. Como se registró en el diario de campo, "el hecho de que tantas mujeres se acercaran reiteradamente a preguntar por este tipo de donaciones permite entender que la gestión menstrual sigue siendo una necesidad no resuelta de manera integral. Estas solicitudes constantes indican que no se trata de una situación puntual, sino de una dificultad estructural que va más allá de los esfuerzos de las organizaciones o fundaciones" (Diario de campo, agosto de 2024).

2.6.2. Rol de la práctica profesional: observación participante y mediación institucional

Desde el rol en el área de proyectos se participó directamente en estas actividades, verificando que las jornadas se realizaran correctamente, que las personas asistieran y que los insumos se entregaran adecuadamente. Esta participación permitió no solo observar las dinámicas de donación, sino también entablar conversaciones informales con las mujeres que expresaban sus necesidades y expectativas. Si bien estas acciones no sustituyen las obligaciones del Estado, sí aportan herramientas importantes que buscan incidir positivamente en la vida cotidiana de las internas y apoyar procesos de dignificación.

2.6.3. Gubernamentalidad neoliberal: delegación de responsabilidades estatales

La intervención de la Fundación Acción Interna pone de manifiesto una paradoja estructural: mientras el Estado delega de facto en organizaciones civiles la atención de necesidades básicas que constitucionalmente le corresponden, estas organizaciones operan con recursos limitados y sin la capacidad de generar transformaciones sistémicas. Esta dinámica puede analizarse desde la perspectiva de la "gubernamentalidad neoliberal" desarrollada por Foucault (2009) en sus cursos sobre el nacimiento de la biopolítica. El Estado neoliberal no desaparece, sino que se reconfigura, al delegar funciones que antes asumía directamente en actores privados y organizaciones del tercer sector, mientras mantiene el monopolio de la violencia y el control. En este sentido, la presencia de la Fundación Acción Interna en El Buen Pastor, si bien valiosa en términos humanitarios, opera dentro de una lógica que no cuestiona la responsabilidad estatal, sino que la complementa de manera subsidiaria, asumiendo

funciones que debería garantizar directamente el Estado como titular de obligaciones en materia de derechos humanos.

2.7. Presupuesto y asignación de recursos: la deuda material del Estado

El funcionamiento de la Cárcel El Buen Pastor y, en general, del sistema penitenciario colombiano, depende de los recursos asignados al INPEC y a la Unidad de Servicios Penitenciarios y Carcelarios (USPEC). Según el Boletín Estadístico del INPEC de enero de 2024, el costo anual promedio por persona privada de la libertad es de aproximadamente \$33.123.673 COP, lo que equivale a un costo mensual de \$2.760.306 COP. Para la vigencia 2024, el presupuesto total asignado al sistema penitenciario y carcelario asciende a \$3.894.246.607.000 COP, distribuido en rubros como funcionamiento, inversión y servicio de la deuda (INPEC, 2024b)).

Sin embargo, la distribución de estos recursos no siempre garantiza la cobertura adecuada de las necesidades específicas de las mujeres privadas de la libertad, como la gestión de la salud menstrual. En este sentido, sería pertinente considerar la posibilidad de que la planificación presupuestal se realizara con un enfoque de género, ya que ello podría permitir una asignación más equitativa que reconozca las diferencias materiales entre mujeres y hombres en reclusión. Si bien el presupuesto actual establece un monto promedio por persona privada de la libertad, este cálculo no contempla las particularidades asociadas a la menstruación, lo cual podría limitar la capacidad institucional de responder de forma integral a estas necesidades.

Además, el monto destinado, aunque elevado en términos agregados, no siempre se traduce en condiciones materiales que subsanen de manera efectiva las múltiples demandas de las personas privadas de la libertad. En este contexto, la Contraloría General de la República ha alertado sobre posibles pérdidas de recursos públicos destinados al sistema carcelario, lo que podría afectar la implementación efectiva de políticas y programas orientados a mejorar las condiciones de vida de las internas.

La ausencia de un presupuesto diferenciado que contemple las necesidades específicas de las mujeres en reclusión constituye una omisión que reproduce la invisibilización histórica de las necesidades femeninas en el diseño de políticas públicas. Fraser (2008), en su análisis sobre la justicia de género, sostiene que la paridad participativa requiere tanto redistribución

económica como reconocimiento cultural. En el caso de la gestión menstrual en cárceles, esta doble dimensión se manifiesta en la necesidad de asignar recursos específicos (redistribución) al tiempo que se reconoce la menstruación como una necesidad legítima que debe ser atendida por el Estado (reconocimiento).

A pesar de los esfuerzos institucionales, persisten desafíos en la garantía de los derechos de las mujeres privadas de la libertad. Trabajos como el de Giraldo (2019) identifican deficiencias en la infraestructura sanitaria de los establecimientos penitenciarios, entre las que se cuentan la falta de mantenimiento de los baños y la carencia de insumos básicos de higiene. Estas condiciones no solo afectan la salud física y mental de las internas, sino que también constituyen una forma de violencia estructural, al impedir el ejercicio pleno de sus derechos.

2.8. Síntesis analítica: gestión menstrual como indicador de dignidad en reclusión

El recorrido por las distintas dimensiones de la gestión menstrual en El Buen Pastor permite constatar que este aspecto opera como un indicador transversal de múltiples violaciones a los derechos de las mujeres privadas de la libertad. La brecha entre el marco normativo (Reglas de Bangkok, Ley 2261 de 2022, Resolución 1235 de 2024) y la realidad cotidiana evidencia que la legislación, por sí sola, resulta insuficiente si no se acompaña de asignaciones presupuestales específicas, infraestructura adecuada y voluntad política para garantizar su implementación efectiva.

La geografía del control materializada en la arquitectura carcelaria, la estratificación interna en el acceso a productos de higiene, la invisibilización del cuerpo menstruante, las estrategias de resistencia cotidiana y la delegación de responsabilidades estatales en organizaciones civiles conforman un entramado complejo que perpetúa la precariedad menstrual como una forma de violencia estructural de género. Esta violencia no opera de manera aislada, sino que se inscribe en un sistema más amplio de subordinación que atraviesa clase social, origen geográfico, redes familiares y situación jurídica.

Los testimonios recogidos durante la práctica profesional permiten dar cuenta de cómo las mujeres, a pesar de las restricciones impuestas, desarrollan formas de agencia que desafían parcialmente el orden institucional. Sin embargo, estas resistencias cotidianas no deben ser interpretadas como soluciones al problema estructural, sino como evidencias adicionales de

que el Estado no está cumpliendo con su obligación de garantizar condiciones dignas de detención.

Garantizar una gestión menstrual digna en prisión no constituye una concesión o un beneficio discrecional, sino una obligación del Estado derivada de compromisos internacionales y de la propia Constitución Política de Colombia. La menstruación debe dejar de ser una dimensión invisible en el diseño de políticas penitenciarias para convertirse en un eje central de las luchas por la dignidad, la salud y la equidad en contextos de reclusión. Solo mediante un enfoque integral que articule redistribución material, reconocimiento cultural y transformación de las estructuras institucionales será posible avanzar hacia una justicia de género efectiva en el sistema penitenciario colombiano.

3. Recomendaciones de política pública

La transformación de las condiciones actuales exige un compromiso institucional que articule redistribución material, reconocimiento cultural y modificación de estructuras operativas. Las siguientes recomendaciones parten de las vulneraciones documentadas en El Buen Pastor, aunque su alcance trasciende este establecimiento para orientar un cambio sistémico en los centros penitenciarios femeninos del país. Cada propuesta responde a carencias concretas identificadas en el trabajo de campo, al tiempo que dialoga con los marcos normativos internacionales y nacionales que obligan al Estado a garantizar condiciones dignas de reclusión.

3.1. Asignación presupuestal con enfoque de género e interseccionalidad

El presupuesto penitenciario debe transitar de un cálculo per cápita homogéneo a una planificación diferenciada que reconozca las necesidades específicas de las mujeres privadas de libertad. El INPEC, en coordinación con el Ministerio de Hacienda y la USPEC, debe establecer una partida exclusiva para gestión menstrual que contemple tanto la provisión de insumos como la adecuación de infraestructura sanitaria. Esta asignación no puede quedar sujeta a disponibilidad presupuestal residual, pues se trata de un derecho que no admite gradualidad. El cálculo debe partir de estándares mínimos verificables (cantidad de productos por persona según duración promedio del ciclo, frecuencia de reposición mensual, diversidad de opciones según necesidades fisiológicas) con mecanismos de auditoría trimestral que permitan ajustes según consumo real y eviten desabastecimiento.

3.2. Protocolo nacional de distribución mensual garantizada

La entrega irregular de productos menstruales constituye una de las vulneraciones más documentadas en el trabajo. Se requiere un protocolo nacional vinculante que establezca cronogramas de distribución mensual obligatoria en todos los establecimientos penitenciarios femeninos, con sanciones administrativas para funcionarios responsables en caso de incumplimiento. Este protocolo debe especificar cantidades mínimas por interna (no menos de 30 unidades mensuales de toalla higiénica u opciones equivalentes), mecanismos de entrega directa que eviten intermediación discrecional del personal de custodia, y sistemas de trazabilidad que documenten quién recibió qué insumos en qué fecha. La Procuraduría General de la Nación debe ejercer vigilancia superior trimestral sobre el cumplimiento efectivo mediante visitas aleatorias y encuestas anónimas a las reclusas.

3.3. Diversificación de insumos y respeto por autonomía corporal

La uniformización actual (toallas higiénicas desechables de un solo tipo) desconoce la diversidad de cuerpos, ciclos y preferencias entre las mujeres. Las políticas de suministro deben ofrecer al menos tres alternativas: toallas higiénicas desechables de distintas absorciones, tampones para quienes los prefieran, y opciones reutilizables como ropa interior menstrual o copas menstruales. Para las alternativas reutilizables, el Estado debe simultáneamente garantizar infraestructura adecuada (instalaciones de lavado con agua potable y jabón, espacios para esterilización, privacidad durante el proceso). Esta diversificación implica además educar al personal penitenciario sobre las diferencias entre productos para evitar prejuicios en torno a su uso, así como capacitar a las mujeres interesadas en opciones reutilizables mediante talleres de salud menstrual que aborden uso correcto, cuidados y beneficios.

3.4. Rehabilitación integral de infraestructura sanitaria

Los baños en El Buen Pastor operan como espacios de control y vulneración más que como instalaciones que garanticen dignidad. Se requiere una intervención arquitectónica que priorice privacidad, funcionalidad y salubridad. Los establecimientos deben contar con baños suficientes en proporción a la población (mínimo uno cada diez internas según estándares internacionales), dotados de agua potable constante, puertas que cierren adecuadamente, iluminación natural o artificial suficiente, y dispensadores permanentes de papel higiénico y jabón. Las zonas comunes donde las mujeres realizan actividades educativas o laborales durante el día requieren unidades sanitarias en condiciones óptimas para evitar desplazamientos forzados a los patios. La adecuación debe incluir espacios exclusivos para higiene menstrual con lavamanos individuales que permitan realizar el cambio de productos sin exposición a miradas externas.

3.5. Formación obligatoria al personal penitenciario en salud menstrual y derechos sexuales y reproductivos

El uso de productos menstruales como herramienta de control constituye una forma de violencia institucional documentada en contextos carcelarios diversos. En Colombia, el personal del INPEC debe recibir formación obligatoria anual en salud menstrual con enfoque de derechos humanos y perspectiva de género. Esta capacitación, dictada por entidades expertas como el Ministerio de Salud en coordinación con organizaciones especializadas (Profamilia, Fundación Oriéntame, Corporación Mujeres Libres), debe abarcar aspectos

fisiológicos del ciclo menstrual, derechos de las mujeres en reclusión, protocolos de entrega de insumos sin condicionamientos, respeto por la privacidad durante el periodo menstrual, y sensibilización sobre cómo la precariedad menstrual constituye violencia estructural de género. El currículo debe incluir estudios de caso que evidencien las consecuencias sanitarias y psicológicas del acceso deficiente a productos de higiene.

3.6. Participación de mujeres privadas de libertad en diseño e implementación de políticas

Las políticas penitenciarias sobre gestión menstrual se han construido históricamente sin consultar a las principales afectadas. Se debe institucionalizar la participación directa de mujeres reclusas en comités de salud menstrual al interior de cada establecimiento, con representación de distintos patios y perfiles (sindicadas, condenadas, madres, mujeres de la tercera edad). Estos comités, reconocidos formalmente por el INPEC, deben tener voz en decisiones sobre tipo de productos a distribuir, frecuencia de entrega, adecuación de baños, y evaluación de protocolos de atención en salud. Sus observaciones deben documentarse trimestralmente en actas que se eleven al Ministerio de Justicia. Este mecanismo reconoce a las mujeres privadas de libertad como sujetas políticas capaces de incidir en las condiciones que las afectan, no como receptoras pasivas de asistencia estatal.

3.7. Articulación interinstitucional con enfoque restaurativo

La gestión menstrual no puede ser responsabilidad exclusiva del INPEC. Se requiere coordinación permanente entre el Ministerio de Justicia, el Ministerio de Salud y Protección Social, la USPEC, la Defensoría del Pueblo, la Procuraduría General de la Nación y organizaciones de la sociedad civil que trabajan con población privada de libertad. Esta articulación debe materializarse en una mesa técnica nacional de salud menstrual en contextos de reclusión, con sesiones trimestrales para evaluar avances, identificar obstáculos y ajustar estrategias. La mesa debe producir informes públicos anuales que rindan cuentas sobre cumplimiento de metas, inversión presupuestal ejecutada, cantidad de insumos distribuidos por establecimiento, y testimonios recogidos mediante encuestas de satisfacción a las internas. La transparencia en la información permitirá tanto control social como ajustes basados en evidencia.

3.8. Programa piloto de alternativas sostenibles con evaluación rigurosa

Ante la controversia sobre copas menstruales y ropa interior reutilizable en contextos carcelarios, se propone desarrollar un programa piloto en tres establecimientos con distintas características (uno urbano de alta seguridad como El Buen Pastor, uno de mediana seguridad, uno en zona rural) que evalúe la viabilidad de estas alternativas cuando se garantizan condiciones sanitarias adecuadas. El piloto debe incluir inversión en infraestructura (instalación de lavamanos exclusivos, provisión de jabón antibacterial, espacios de esterilización), capacitación intensiva a participantes voluntarias sobre uso correcto y cuidados, acompañamiento médico mensual para monitorear salud ginecológica, y evaluación cuantitativa y cualitativa de resultados (incidencia de infecciones, nivel de satisfacción, sostenibilidad ambiental, costo comparado con desechables). Los hallazgos deben servir para decisiones informadas sobre escalamiento nacional.

3.9. Integración de salud menstrual en modelo de atención integral en salud penitenciaria

La Resolución 5521 de 2013 establece lineamientos para atención en salud en contextos de reclusión, pero la salud menstrual permanece invisibilizada como necesidad específica. Se requiere actualizar esta normativa para incorporar protocolos de atención ginecológica preventiva que aborden alteraciones del ciclo menstrual asociadas al estrés del encierro, acceso a analgésicos para dismenorrea sin barreras burocráticas, seguimiento médico a mujeres con endometriosis o síndrome de ovario poliquístico, y atención psicosocial para afectaciones emocionales relacionadas con la menstruación en contextos de privación de libertad. Los centros penitenciarios deben contar con personal médico capacitado en ginecología que realice consultas periódicas y no únicamente cuando se presentan complicaciones graves.

3.10. Mecanismo independiente de recepción de quejas y denuncias

Las mujeres privadas de libertad enfrentan temor a represalias si denuncian vulneraciones relacionadas con la gestión menstrual. Se debe establecer un canal independiente, administrado por la Defensoría del Pueblo o por organizaciones de derechos humanos con trayectoria en contextos penitenciarios, que permita reportar irregularidades de manera confidencial (desabastecimiento de productos, retención arbitraria de encomiendas con insumos menstruales, baños en condiciones insalubres, humillaciones durante el periodo). Las denuncias deben activar investigaciones inmediatas con plazos máximos de respuesta,

protección a la denunciante contra retaliaciones, y publicación de estadísticas agregadas que evidencien patrones sistemáticos de vulneración.

Estas recomendaciones no constituyen concesiones ni gestos de buena voluntad institucional, sino obligaciones derivadas de compromisos constitucionales e internacionales del Estado colombiano. La Constitución de 1991 consagra el derecho a la dignidad humana como fundamento del ordenamiento jurídico (artículo 1), el deber estatal de proteger especialmente a personas en situación de debilidad manifiesta (artículo 13), y el derecho a la salud en conexidad con la vida digna (artículo 49). Las Reglas de Bangkok, adoptadas por Colombia como Estado parte de Naciones Unidas, exigen garantizar condiciones específicas para mujeres privadas de libertad que atiendan sus necesidades fisiológicas. La Ley 2261 de 2022 representa un avance legislativo que requiere voluntad política para su materialización efectiva, algo que cinco décadas de omisión no pueden seguir justificando con argumentos presupuestales cuando se trata de derechos fundamentales.

Conclusiones

A lo largo de este informe se ha evidenciado que la gestión menstrual en los centros penitenciarios colombianos, específicamente en el Centro Penitenciario y Carcelario con Alta y Media Seguridad para Mujeres de Bogotá - El Buen Pastor. Este contexto, se convierte en un espejo de las múltiples deudas sociales que el Estado tiene con las mujeres privadas de la libertad, pero también se convierte en una oportunidad para reconocer que la dignidad, la salud y los derechos no deben ser negociables, ni siquiera entre muros. Si bien este informe demuestra que existen marcos normativos como la Ley 2261 de 2022¹⁸ o la Resolución 1235 de 2024¹⁹ que buscan garantizar el acceso a productos de higiene menstrual en los centros penitenciarios. La información recopilada y los datos observados permiten evidenciar una brecha significativa entre la norma y su implementación. Esta distancia da cuenta de un fenómeno recurrente en las instituciones estatales: la formulación de políticas que no se traducen plenamente en prácticas efectivas, especialmente cuando se trata de poblaciones históricamente excluidas.

Para abordar esta problemática de forma integral, es necesario que los presupuestos públicos se planifiquen con un enfoque interseccional y de género, que reconozca las necesidades específicas de las personas menstruantes. Esto permitiría pasar de una visión punitiva del sistema penitenciario a una lógica de resocialización con enfoque restaurativo, en la cual la atención digna a los derechos básicos, como la gestión menstrual, se convierta en una vía para reconocer la humanidad y la dignidad de quienes están privadas de la libertad. Así, el objetivo general planteado (sensibilizar a la sociedad e instituciones sobre la importancia de garantizar la gestión menstrual digna incluso en contextos penitenciarios) ha sido alcanzado. Este trabajo no solo visibiliza una realidad silenciada, sino que también interpela al lector a reflexionar sobre el papel del Estado, la sociedad civil y cada individuo en la construcción de una justicia verdaderamente incluyente.

¹⁸ Ley 2261 de 2022, promulgada en Colombia, establece el derecho fundamental al mínimo vital de las personas menstruantes, garantizando el acceso gratuito, suficiente y oportuno a productos de higiene menstrual en condiciones dignas, especialmente en contextos de vulnerabilidad como centros penitenciarios, instituciones educativas y zonas rurales.

¹⁹ Resolución 1235 de 2024, expedida por el Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia, reglamenta la implementación de la Ley 2261 de 2022. Establece los lineamientos técnicos y operativos para garantizar el acceso a insumos de higiene menstrual en condiciones dignas, seguras y suficientes para todas las personas menstruantes, con énfasis en poblaciones vulnerables, incluyendo las mujeres privadas de la libertad.

Desde mi experiencia en la pasantía, el mayor aprendizaje ha sido comprender que detrás de cada historia de privación hay una serie de desigualdades estructurales que explican la trayectoria de muchas mujeres en conflicto con la ley. Aprendí a valorar profundamente mis oportunidades sociales, educativas y familiares, y comprendí que habitar la cárcel, incluso desde afuera, es enfrentarse con una con historias de vida marcadas por el dolor, la pobreza, la falta de oportunidades, la violencia y el abandono institucional. La cárcel es un espacio que deshumaniza, que impide la evolución de las personas por las duras condiciones que impone, y es precisamente por eso que la empatía y la conciencia social se vuelven herramientas fundamentales. Mi rol dentro de la Fundación Acción Interna me permitió contribuir de manera activa al desarrollo de actividades que no solo generaron impacto en las condiciones materiales de las mujeres privadas de la libertad, sino que también aportaron a su bienestar emocional, al brindarles espacios de aprendizaje, escucha, acompañamiento y proyección. Además de eso, través de este informe, logré visibilizar problemáticas urgentes de quienes muchas veces son excluidas del debate público. Escribir este informe es parte de esa misma lucha: traer a la agenda temas ignorados y generar conciencia.

Desde una mirada sociológica, la cárcel no puede ser entendida únicamente como un espacio de castigo. Tal como plantea Erving Goffman (1961) en su análisis de las instituciones totales, estos espacios transforman profundamente la identidad y las dinámicas de quienes los habitan, pero también reflejan las estructuras sociales, económicas y culturales de una sociedad. En este sentido, estudiar la cárcel permite comprender fenómenos como la desigualdad, la exclusión, la reproducción de violencias, y los límites del poder estatal sobre los cuerpos y las vidas de las personas. Además, permite analizar cómo el género, la clase y otras categorías sociales condicionan el acceso a derechos aún dentro de un mismo establecimiento. La cárcel, como espacio sociológico, ofrece múltiples formas de análisis. Permite observar cómo se reproducen dinámicas familiares, cómo las redes de apoyo se transforman, cómo se vive el tiempo, cómo se ejerce el poder institucional y cómo se construye la identidad bajo condiciones de encierro.

No todas las cárceles son iguales, ni todos los contextos carcelarios funcionan de la misma forma, pero todas comparten lógicas de control que pueden y deben ser estudiadas para transformarse. Por ello, es indispensable que estos establecimientos no sean pensados únicamente como espacios para “resarcir una condena”, sino como escenarios donde se promueva la verdadera resocialización. Esto implica que, durante el tiempo de privación, las

personas puedan acceder a procesos educativos, terapéuticos y de formación laboral que les permitan reincorporarse a la sociedad como individuos autónomos, productivos y con herramientas para no repetir ciclos de violencia o criminalidad. El sistema penitenciario, en este sentido, no puede seguir siendo un lugar de castigo y exclusión, sino una oportunidad para reconstruir vidas.

El primer paso para transformar las problemáticas estructurales que enfrentan las mujeres privadas de la libertad es hablar de ellas. Nombrarlas, visibilizarlas y reconocerlas como parte de las deudas históricas del Estado con poblaciones vulnerables es una forma de comenzar a generar el cambio. Cuando se les da relevancia a temas como la gestión menstrual en contextos carcelarios, se abre también la posibilidad de construir soluciones más justas y humanas. En Colombia, el trabajo articulado con organizaciones como: la Corporación Mujeres Libres ²⁰, la Fundación Oriéntame ²¹, la Mesa por la Vida y la Salud de las Mujeres ²² y la Organización Femenina Popular ²³ han permitido poner sobre la mesa estas discusiones. Desde diferentes frentes (sociales, educativos, jurídicos o culturales) estas instituciones han insistido en la urgencia de garantizar condiciones dignas, recordando que hablar de menstruación en la cárcel no es un tema menor, sino parte fundamental del reconocimiento pleno de los derechos humanos.

²⁰ Organización feminista colombiana que trabaja por la defensa de los derechos de las mujeres privadas de la libertad y en procesos de reincorporación social. Desarrolla proyectos de acompañamiento, pedagogía política y exigibilidad de derechos desde una perspectiva de género y justicia social

²¹ Entidad sin ánimo de lucro que promueve los derechos sexuales y reproductivos en Colombia. Desde 1977 ofrece servicios de salud integral, educación y orientación, incluyendo programas de acceso a métodos anticonceptivos y atención para mujeres en condiciones de vulnerabilidad.

²² Articulación de organizaciones feministas y sociales que trabajan en la defensa del derecho a una vida libre de violencias y por el acceso pleno y seguro al aborto legal en Colombia. Su labor incluye incidencia política, litigio estratégico y acompañamiento a mujeres en el ejercicio de sus derechos.

²³ Movimiento social de mujeres con más de 50 años de trayectoria en la defensa de los derechos humanos, el feminismo popular y la construcción de paz territorial. Opera principalmente en el Magdalena Medio y ha sido reconocida por su trabajo en contextos de conflicto armado y exclusión social.

Referencias

- Álvarez, A. P. (2023). *Historias desde la Cárcel El Buen Pastor*. Universidad de Bogotá Jorge Tadeo Lozano. <https://www.utadeo.edu.co/articulo/crossmedialab/277626/historias-desde-la-carcel-el-buen-pastor>
- Ariza, L. J., y Ángel, C. (2015). En el corazón del Buen Pastor. La apropiación del discurso de los derechos humanos en el contexto penitenciario colombiano. *Antípoda. Revista de Antropología y Arqueología*, 23, 45-64. <https://doi.org/10.7440/antipoda23.2015.03>
- Barinas, D. A., y Nossa, S. P. (2024). *Salud mental en mujeres privadas de la libertad en centro penitenciario* [Tesis de Grado, Universidad Nacional Abierta y A Distancia UNAD]. <http://repository.unad.edu.co/handle/10596/63573>
- Bastidas, L. (2015). *S.O.S. por la cárcel de mujeres El Buen Pastor de Bogotá*. Concejo de Bogotá. [//concejodebogota.gov.co/s-o-s-por-la-carcel-de-mujeres-el-buen-pastor-de-bogota/cbogota/2015-06-30/091708.php](http://concejodebogota.gov.co/s-o-s-por-la-carcel-de-mujeres-el-buen-pastor-de-bogota/cbogota/2015-06-30/091708.php)
- Bobel, C. (2010). *New Blood: Third-Wave Feminism and the Politics of Menstruation*. Rutgers University Press. <https://www.jstor.org/stable/j.ctt5hj8bc>
- Bobel, C. (2019). *The Managed Body: Developing Girls and Menstrual Health in the Global South*. Springer International Publishing. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-89414-0>
- Bourdieu, P. (2021). *Forms of Capital*. Polity Press.
- Buitrago, F. J. (2024). *La pobreza menstrual y el desarrollo social y económico: Recomendaciones de política pública para la atención a niñas y adolescentes en Colombia* [Tesis de Maestría, Universidad Nacional de Colombia]. <https://repositorio.unal.edu.co/handle/unal/86202>
- Catalán, M. J. (2019). *Voces menstruantes: Cómo viven las mujeres la menstruación en función de sus contextos culturales* [Tesis de Master, Universitat Oberta de Catalunya]. <https://hdl.handle.net/10609/99247>
- CEDAW. (2024). *Dictamen del Comité en virtud del artículo 7, párrafo 3, del Protocolo Facultativo respecto de la comunicación núm. 157/2020*. Comité para la Eliminación de la Discriminación contra la Mujer. <https://docs.un.org/es/CEDAW/C/87/D/157/2020>
- Comité de Solidaridad con los Presos Políticos (Director). (2024, noviembre 12). *Documental Mujeres Resistiendo: Testimonios sobre salud sexual en la Cárcel el Buen Pastor - PARTE 3* [Video recording]. <https://www.youtube.com/watch?v=Nitsge6EYp8>

- Comité Internacional de la Cruz Roja. (2022, enero 19). *Colombia: Enfoque de género y medidas alternativas a la prisión*. CICR. <https://www.icrc.org/es/document/colombia-enfoque-de-genero-y-medidas-alternativas-la-prision>
- Congreso de Colombia. (2016, diciembre 29). *Por medio de la cual se adopta una reforma tributaria estructural, se fortalecen los mecanismos para la lucha contra la evasión y la elusión fiscal, y se dictan otras disposiciones*. [Ley 1819 de 2016]. DO: 50.101
- Congreso de Colombia. (2022, julio 19). *Por medio de la cual se garantiza la entrega gratuita, oportuna y suficiente de artículos de higiene y salud menstrual a las mujeres y personas menstruantes privadas de la libertad y se dictan otras disposiciones* [Ley 2261 de 2022]. DO: 52.100
- Corte Constitucional, Sala Plena. (2021, abril 21). *Sentencia T-102/21* [MP José Fernando Reyes Cuartas]. <https://www.corteconstitucional.gov.co/relatoria/2021/c-102-21.htm>
- Corte Constitucional, Sala Quinta de Revisión. (2015, diciembre 16). *Sentencia T-762/15* [MP Gloria Stella Ortiz Delgado]. <https://www.corteconstitucional.gov.co/relatoria/2021/c-043-21.htm>
- Corte Constitucional, Sala Séptima de Revisión. (2002, octubre 17). *Sentencia T-881/02* [MP Eduardo Montealegre Lynett]. <https://www.corteconstitucional.gov.co/relatoria/2021/c-043-21.htm>
- DANE. (2022). *Menstruación en Colombia*. Departamento Administrativo Nacional de Estadística DANE. <https://www.dane.gov.co/files/investigaciones/notas-estadisticas/ago-pres-nota-menstruacion-Colombia.pdf>
- DANE. (2023). *Encuesta Pulso Social*. Departamento Administrativo Nacional de Estadística DANE. <https://www.dane.gov.co/index.php/estadisticas-por-tema/encuesta-pulso-social>
- Darivemula, S., Knittel, A., Flowers, L., Moore, S., Hall, B., Kelecha, H., Li, X., Ramaswamy, M., y Kelly, P. J. (2023). Menstrual Equity in the Criminal Legal System. *Journal of Women's Health*, 32(9), 927-931. <https://doi.org/10.1089/jwh.2023.0085>
- Defensoría del Pueblo. (2022). *Decimo tercer informe de contraste de seguimiento al Estado de Cosas Inconstitucional-ECI- en materia penitenciaria y carcelaria*. Defensoría del Pueblo. https://repositorio.minjusticia.gov.co/politica-criminal/documento/ECI150523/13.%20Decimo%20Tercer%20Informe%20ECI%20Defensoria_Delegada%20PCP.pdf
- Díaz, S., y Cote, J. (2023, octubre 9). *Johana Bahamón explica ley para que mujeres cabeza de familia salgan de prisión*. El Espectador.

- <https://www.elspectador.com/judicial/johana-bahamon-explica-ley-para-que-madres-cabeza-de-familia-salgan-de-prision/>
- Escobar, P. (2015, marzo 16). *Las presas VIP del Buen Pastor en Bogotá*.
<https://www.las2orillas.co/las-presas-vip-del-buen-pastor-en-bogota/>
- Foucault, M. (2004). *Vigilar y castigar: Nacimiento de la prisión* (2ª reimp. argentina). Siglo Veintiuno.
- Foucault, M. (2009). *Nacimiento de la biopolítica: Curso del Collège de France (1978-1979)*. Ediciones AKAL.
- Fraser, N. (2008). *Scales of Justice: Reimagining Political Space in a Globalizing World*.
- Galtung, J. (1969). Violence, Peace, and Peace Research. *Journal of Peace Research*, 6(3), 167-191. <https://doi.org/10.1177/002234336900600301>
- Giraldo, K. (2019). Cárceles y mujeres: Comentario a la Sentencia T-267 de 2018 de la Corte Constitucional y su relevancia para las mujeres privadas de la libertad en el marco del estado de cosas inconstitucional penitenciario y carcelario en Colombia. *Nuevo Foro Penal*, 15(93), 296-312.
- Giraldo, K. J. (2020). Cárceles para mujeres: La necesidad de implementar el enfoque de género en el proceso de superación del estado de cosas inconstitucional en materia penitenciaria y carcelaria en Colombia. *Estudios de Derecho*, 78(171), 90-116. <https://doi.org/10.17533/udea.esde.v78n171a04>
- Goffman, E. (2001). *Internados: Ensayos sobre la situación social de los enfermos mentales*. Amorrortu.
- Hennegan, J., Winkler, I. T., Bobel, C., Keiser, D., Hampton, J., Larsson, G., Chandra-Mouli, V., Plesons, M., y Mahon, T. (2021). Menstrual health: A definition for policy, practice, and research. *Sexual and Reproductive Health Matters*, 29(1), 31-38. <https://doi.org/10.1080/26410397.2021.1911618>
- Human Rights Watch. (2017). *Prison Conditions in Latin America and the Caribbean*. Prisons in Latin America And The Caribbean. <https://www.hrw.org/legacy/advocacy/prisons/americas.htm>
- INPEC. (2024a). *Boletín Estadístico. Agosto de 2024*. Sistema Penitenciario y Carcelario - INPEC. https://www.inpec.gov.co/web/guest/atencion-y-servicio-a-la-ciudadania/estadisticas/informes-y-boletines-estadisticos/-/document_library/zhyg/view_file/1758553?_com_liferay_document_library_web_portlet_DLPortlet_INSTANCE_zhyg_redirect=https%3A%2F%2Fwww.inpec.gov.co%2Fweb%2Fguest%2Fatencion-y-servicio-a-la-

ciudadania%2Festadisticas%2Finformes-y-boletines-estadisticos%2F-
 %2Fdocument_library%2Fzhyg%2Fview%2F1060825%3F_com_liferay_document_1
 ibrary_web_portlet_DLPortlet_INSTANCE_zhyg_redirect%3Dhttps%253A%252F%
 252Fwww.inpec.gov.co%252Fweb%252Fguest%252Fatencion-y-servicio-a-la-
 ciudadania%252Festadisticas%252Finformes-y-boletines-
 estadisticos%253Fp_p_id%253Dcom_liferay_document_library_web_portlet_DLPort
 let_INSTANCE_zhyg%2526p_p_lifecycle%253D0%2526p_p_state%253Dnormal%2
 526p_p_mode%253Dview

INPEC. (2024b). *Boletín Estadístico. Enero de 2024*. Sistema Penitenciario y Carcelario - INPEC. <https://inpec.gov.co/documents/d/guest/boletin-ene-2024?download=true>

INPEC. (2025). *Población intramural por establecimiento*. Tableros estadísticos - INPEC. http://181.225.69.18:8080/jasperserver-pro/dashboard/viewer.html?&j_username=inpec_user&j_password=inpec#/public/Intramural/Dashboards/Intramural_Establecimiento

International Drug Policy Consortium, Corporación Humanas Colombia, y Penal Reform International. (2021). *On the impact of the COVID-19 pandemic on certain aspects of the right to sexual and reproductive health of women deprived of liberty*. International Drug Policy Consortium. <https://idpc.net/publications/2021/06/period-poverty-in-prisons-during-the-covid-19-pandemic-submission-to-the-un-special-rapporteur-on-health>

López, D. J. (2021, mayo 6). *Las manos que tejen nuevas oportunidades entre rejas en Barranquilla*. El Tiempo. <https://www.eltiempo.com/colombia/barranquilla/barranquilla-historia-de-artesanas-en-la-carcel-el-buen-pastor-586649>

Min Justicia. (2024). *Más de 100 mujeres del Buen Pastor se certifican en programas de emprendimiento*. <https://www.minjusticia.gov.co/Sala-de-prensa/Paginas/Mujeres-privadas-libertad-en-El-Buen-Pastor-seran-capacitadas-en-emprendimiento-e-ideas-negocio-.aspx>

Ministerio de Justicia. (2024). *Ministerios de Justicia y de Salud reafirman su compromiso con la salud y el cuidado menstrual de las mujeres privadas de la libertad*. MinJusticia. <https://www.minjusticia.gov.co:443/Sala-de-prensa/Paginas/Ministerios-de-Justicia-y-de-Salud-reafirman-compromiso-con-salud-y-cuidado-menstrual-de-mujeres-privadas-l.aspx>

- Ministerio de justicia y del derecho. (2020). *Situación demográfica penitenciaria y carcelaria de las mujeres privadas de la libertad*. Ministerio de justicia y del derecho. <https://www.minjusticia.gov.co/Sala-de-prensa/PublicacionesMinJusticia/CAPSULA%20MUJERES%20PRIVADAS%20DE%20LA%20LIBERTAD.pdf>
- Ministerio de las Mujeres, Géneros y Diversidad de Argentina. (2023). *Informe de gestión 2023*. Ministerio de las Mujeres, Géneros y Diversidad de Argentina. https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/2020/12/libro_informe_de_gestion_2023-hoja_por_hoja-v4.pdf
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2024, julio 10). *Por medio de la cual se reglamenta el artículo 4° de la Ley 2261 de 2022, adoptando las orientaciones técnicas para suministrar productos para la promoción de la salud y el cuidado menstrual de mujeres y personas menstruantes privadas de la libertad*. [Resolución 1235 de 2024]. DO: 52.813
- Montoya, V., Saavedra, M. A., Naranjo, S., Herrera, S., y Gómez, M. (2022). Salud menstrual en las cárceles el Buen Pastor y Distrital de Bogotá. *Facultad de Derecho | Uniandes*. <https://derecho.uniandes.edu.co/galeria-sociojuridica/salud-menstrual-en-las-carceles-de-bogota/>
- Moss, R., Fenn, H., y Vilches, S. L. (2025). Menstruation as a gendered weapon of control: Humiliation of women in U.S. prisons. *Feminism & Psychology*, 35(4), 459-479. <https://doi.org/10.1177/09593535251345158>
- Nabiryo, M., Ondia, M., y Izudi, J. (2023). Behaviors and practices of incarcerated women towards menstrual hygiene in a large urban prison in Uganda: A phenomenological qualitative study. *BMC Women's Health*, 23(1), 339. <https://doi.org/10.1186/s12905-023-02462-5>
- Pardo, J. (2023, junio 8). *Entregan su comida para recibir toallas higiénicas: Así es el drama de las reclusas de la cárcel El Buen Pastor*. Infobae. <https://www.infobae.com/colombia/2023/06/08/entregan-su-comida-para-recibir-toallas-higienicas-asi-es-el-drama-de-las-reclusas-de-la-carcel-el-buen-pastor/>
- Posada, M. (2024, diciembre 5). *Johana Bahamón, la mujer de las segundas oportunidades*. El País América Colombia. <https://elpais.com/america-colombia/branded/los-lideres-de-colombia/2024-12-05/johana-bahamon-la-mujer-de-las-segundas-oportunidades.html>

- Procuraduría General de la Nación. (2024). *Informe de rendición de cuentas. Vigencia 2023*. Procuraduría General de la Nación. https://www.procuraduria.gov.co/Documents/2024/Mayo/informe_Rendicion_2023.pdf
- Procuraduría General de la Nación. (2025). *Procuraduría pidió cuentas al Inpec por violaciones y maltratos a mujeres privadas de la libertad en cárcel El Pedregal*. Boletín 213 - 2025. <https://www.procuraduria.gov.co/Pages/pidio-cuentas-inpec-violaciones-y-maltratos-mujeres-privadas-libertad-carcel-el-pedregal.aspx>
- Rambal, M. C., Amaris, M. D. C., y Sobczyk, R. A. (2021). Realidades de las mujeres reclusas en Colombia. *Revista Criminalidad*, 63(1), 141-154. <https://doi.org/10.47741/17943108.297>
- Scott, J. C. (1985). *Weapons of the Weak: Everyday Forms of Peasant Resistance*. Yale University Press.
- Tamayo, N. (2021, abril 15). *Así está la salud menstrual de las mujeres privadas de la libertad [Política]*. EL Espectador. <https://www.elespectador.com/politica/asi-esta-la-salud-menstrual-de-las-mujeres-privadas-de-la-libertad-article/>
- The National Union of Public and General Employees (NUPGE). (2024). *Period Poverty in Canada*. The National Union of Public and General Employees (NUPGE). <https://nupge.ca/wp-content/uploads/2024/04/Period-Poverty-in-Canada-updated-Feb-2024.pdf>
- UNICEF Colombia. (2023). *Día Mundial de la Salud Menstrual 2023*. Comunicado de prensa. <https://www.unicef.org/colombia/comunicados-prensa/dia-mundial-de-la-salud-menstrual-2023>
- UNODC. (2010). *Reglas de Bangkok. Reglas de las Naciones Unidas para el tratamiento de las reclusas y medidas no privativas de la libertad para las mujeres delincuentes y sus Comentarios*. Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito. https://www.unodc.org/documents/justice-and-prison-reform/Bangkok_Rules_ESP_24032015.pdf
- Vigna, A. (2022). *Consultoría Maternidad, cárceles y medidas alternativas a la privación de libertad*. ACNUDH. https://www.undp.org/sites/g/files/zskgke326/files/2023-02/informe_final_medidas_alternativas_para_mujeres_privadas_de_libertad_vigna.pdf