

UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
DEPARTAMENTO DE TRABAJO SOCIAL
Tesis Licenciatura en Trabajo Social

Menstruar como experiencia socialmente construida.
Una aproximación desde relatos de mujeres de los '70

Franca Maia Hazan Pascal
Tutora: Mariana Viera Cherro

2021

Contenido

| | |
|--|----|
| Agradecimientos | 3 |
| Resumen | 4 |
| Presentación del tema | 5 |
| Antecedentes | 6 |
| Introducción | 9 |
| Fundamentación Teórica | 16 |
| Género | 16 |
| Sexopolítica | 18 |
| Sangre Menstrual | 20 |
| Sistema cultural y anomalía | 21 |
| Metodología de la investigación | 24 |
| Preguntas y objetivos de investigación | 24 |
| Diseño Cualitativo | 24 |
| Trabajo de Campo | 26 |
| Vínculo con las entrevistadas | 27 |
| Análisis | 29 |
| Primeras menstruaciones | 29 |
| Eufemismos | 32 |
| Mitos | 36 |
| Gestión del sangrado | 39 |
| Publicidad y visibilidad del sangrado | 43 |
| Cambios en la experiencia | 46 |
| Reflexiones finales | 49 |
| Bibliografía | 50 |
| Recursos Web Consultados | 51 |

Agradecimientos

Comienzo esta investigación agradeciendo al coraje, a la determinación y a la sensibilidad del movimiento feminista y de todas las personas que apostamos, cada una desde nuestro lugar, a transformarnos a nosotras mismas para crear nuevas realidades posibles.

No podría haber realizado este trabajo sin el apoyo de la red de afectos que me sostiene y la amabilidad de las mujeres que colaboraron con el mismo.

Me gustaría agradecerle a Gabriela, mi madre.

Resumen

Esta investigación está orientada al acercamiento al contexto social y cultural que construye a la experiencia de menstruar; para esto se comienza por enmarcar al cuerpo cíclico y a este sangrado como componentes claves de las desigualdades de género.

Se exploran los motivos sociales, simbólicos, políticos y culturales que históricamente han posibilitado que este proceso fisiológico se encuentre tan oculto de la esfera pública.

Para conocer la realidad montevideana se busca conocer los relatos sobre las mujeres añosas de la ciudad, analizando las significaciones que ellas, como protagonistas de su experiencia, le dan al proceso.

Presentación del tema

El ciclo ovulatorio menstrual es un proceso fisiológico que sucede en los cuerpos de aproximadamente la mitad de la población mundial, generando el sangrado comúnmente conocido como menstruación cerca de una vez al mes durante aproximadamente 40 años. Este proceso se vincula casi exclusivamente a las corporalidades femeninas, siendo considerado uno de los rasgos característicos de las bio-mujeres¹. La Real Academia Española define menstruación como: “menstruo de las mujeres” (Real Academia española, s.f., definición 2) Dado que esta definición se considera ambigua, se presenta la definición de la palabra menstruo: “Sangre procedente de la matriz que todos los meses evacuan naturalmente las mujeres y las hembras de ciertos animales.” (RAE, s.f. definición 1)

Se comprende que estas definiciones ejemplifican cierto discurso hegemónico sobre el ciclo ovulatorio-menstrual, en el que la información que se dispone se presenta de manera escasa, confusa y ambigua. A partir de las mismas surgen las siguientes interrogantes: ¿Por qué sólo es considerado el sangrado y no se inscribe a este hecho biológico cómo parte de un proceso más amplio? ¿El menstruo se evacua de la matriz necesariamente todos los meses? ¿Solamente las mujeres menstrúan? ¿Por qué la palabra menstruo no se identifica dentro del lenguaje popular para describir a la sangre menstrual y sí desde la definición oficial?

Al asociar tan fuertemente al sangrado con la corporalidad de las bio-mujeres, el mismo se inscribe dentro de las divisiones sexo-genéricas de la sociedad. Será entonces la división social en base al género la que tenga implicancias en cómo este proceso es vivenciado desde la construcción social, política y cultural, haciendo cuerpo todo un determinado sistema de creencias.

En los últimos años, investigadoras de las ciencias sociales se han dedicado a estudiar cómo el sangrado menstrual ha quedado relegado al ámbito de lo privado y lo vergonzante, dejando de lado su implicancia en la vida social, económica y cultural.

¹ Siguiendo los planteos de Preciado, se emplea este término para referirse a las mujeres que conservan el género que les fue asignado al nacer. Esta nomenclatura se completa con el prefijo trans, empleado para definir a quienes utilizan técnicas quirúrgicas, y/o hormonales, y/o legales, para modificar esa asignación. (Preciado, 2005: 85)

Esta relegación a lo privado ha generado que las implicancias colectivas del mismo queden por fuera a la hora de pensar las políticas sociales, económicas y educativas de nuestro país. El avance de estos estudios se corresponde con un cambio sin precedentes en el tema, que se viene dando paulatinamente desde principios de siglo XXI de la mano de los movimientos feministas: al año 2021 existen varios documentales que tratan sobre el tema, grupos de bio-mujeres que reclaman la distribución gratuita de productos de gestión menstrual, organizaciones internacionales que buscan poner el tema sobre la mesa e incluso varios países que cambian sus legislaciones para reconocer a la menstruación como un factor que incide en la desigualdad de género.

Antecedentes

Para la realización de este trabajo fue fundamental el aporte realizado por Sofía Cardozo en su tesis de grado de la Licenciatura en Sociología de la Universidad de La República: “Sangre menstrual. Una aproximación sociológica.” realizada en 2015. La autora analiza de forma crítica y concisa cómo se presenta el sangrado menstrual en las publicidades del momento para vincularlas con las desigualdades de género y los sistemas de poder inscriptos en el Uruguay del momento. Cardozo sentó el único antecedente de investigación del tema en la Facultad de Ciencias Sociales, por lo que es la intención de este trabajo continuar con su aporte.

También enriquece al estudio actual del tema el trabajo final de grado de Mariana Mota para la Licenciatura en Psicología: “El tabú de la menstruación: símbolo de la represión sexual femenina.”, realizada en 2019. Al igual que Cardozo, contribuye a pensar la actualidad de la experiencia corporal en vinculación con la sociedad toda.

Dentro de la realidad uruguaya la única investigación social publicada en el mercado literario es la de la especialista en semiótica Hilia Moreira en su libro “Cuerpo de mujer. Reflexión sobre lo vergonzante.” de 1994. Allí se incluye un análisis sobre cómo el sangrado menstrual es fundamental para la instalación de la vergüenza como componente clave de la corporalidad -e identidad- femenina. Se destaca la originalidad y profundidad de este trabajo, realizado en un contexto mucho más hostil para la temática que el actual.

Es importante destacar que estos tres trabajos son los únicos que se encuentran al momento -agosto de 2021- que estudian el tema desde la ciencias sociales para la realidad nacional.

El antecedente más importante para este trabajo es la investigación realizada por la argentina Eugenia Tarzibachi en su libro (2017) “Cosa de mujeres: menstruación, género y poder.” La autora realiza un análisis sobre cómo se construyó -y normalizó- la relación entre cuerpo menstruante y cuerpo de mujer a lo largo del siglo XX. En su investigación devela la gran influencia que ha tenido la industria del FemCare (productos de gestión de sangrado, especialmente toallas y tampones) en la construcción de los discursos hegemónicos sobre el ciclo ovulatorio femenino, poniéndolos en relación con las desigualdades de género de las sociedades actuales. Tarzibachi analiza -de una manera muy cercana para la realidad uruguaya- los principales mitos en torno a la menstruación, la vivencia de la menarquía, la presencia de la industria en la educación sexual que se brinda en la educación y los principales debates en torno al cuerpo menstrual hoy en día.

En el plano internacional, se retomarán las contribuciones realizadas por las investigadoras estadounidenses Emily Martin y Chris Bobel.

Emily Martin publicó en 1987 la investigación antropológica “The woman in the body. A cultural analysis of reproduction.”, esta investigación es considerada innovadora para la época y ha funcionado como antecedente para los trabajos de muchas mujeres después de ella. En este libro se estudian las significaciones culturales en torno a la menstruación, el parto y la menopausia, realizando un estudio histórico de cómo la medicina ha construido al cuerpo de mujer en relación a los mandatos de género. Martin se enfoca particularmente en investigar cómo es la experiencia de menstruar para las mujeres en ámbitos educativos y laborales, poniendo en relación esta vivencia con cuestiones sociales y culturales macro sociales.

Chris Bobel estudia críticamente el nuevo activismo menstrual global de los últimos veinte años. La autora propone que la relación en cómo se está dando el movimiento de apertura a la menstruación a nivel mundial conserva -y perpetúa- en sí misma las relaciones existentes de subordinación entre países y regiones del globo.

También es quien da un paso de gran importancia para la desnaturalización de la relación cuerpo menstruante- cuerpo de mujer. Para ello, retoma el término utilizado por

cierta parte del feminismo actual *menstruators* para referirse a las personas que menstrúan. Al respecto la autora afirma: “...utilizar la táctica de los grupos de menstruación radical de referirse a *menstruadorxs* (en vez de mujeres) es un reconocimiento de la dimensión sexual de la menstruación -un proceso corporal que existe no independientemente de, sino en relación con el género...” (Bobel 2010: 156 - traducción propia)

Basándose en lo trabajado por Bobel, Tarzibachi propone el término *menstruadorxs* para el idioma español. En este trabajo se utilizará *personas que menstrúan*, intentando aportar a la desnaturalización de que solamente las bio-mujeres menstrúan, y de que no existe mujer que no menstrue.

Introducción

La Organización Mundial de las Naciones Unidas celebra desde el año 2014 el “Día Mundial de la Higiene Menstrual” cada 28 de mayo. La fecha se eligió dado que el ciclo ovulatorio menstrual arquetípico dura veintiocho días, comprendiendo cinco días de sangrado. Ese día se trabaja para visibilizar las implicancias sociales y culturales del sangrado menstrual.

El nombre de este día no es casual, sino que el trabajo de esta organización se enmarca, según los planteos de Bobel (2019), dentro del paradigma de Higiene Menstrual, en consonancia con la industria productora de toallas y tampones, en las que se coloca al cuerpo menstruante como algo que es necesario higienizar. No obstante el gran impacto que tiene el trabajo de esta organización internacional, se perpetúa la demarcación del cuerpo menstrual como sucio, impuro, fuera de lugar, pausable de corregir.

Desde esta organización se hace énfasis en la dificultad de acceso a productos de gestión del sangrado para las niñas en las escuelas, y cómo esto incide negativamente en su trayectorias escolares:

“El estigma y la vergüenza generados por los estereotipos en torno a la menstruación tienen graves impactos en todos los aspectos de los derechos humanos de las mujeres y las niñas; incluidos sus derechos humanos a la igualdad, la salud, la vivienda, el agua, el saneamiento, la educación, el trabajo, la libertad de religión o de creencias, condiciones de trabajo saludables, y de participar en la vida cultural y pública sin discriminación” (Organización de las Naciones Unidas, 2019)

En los últimos años se han presentado diferentes proyectos de ley para que la distribución de productos de gestión del sangrado menstrual (toallas, tampones y copas menstruales) sean distribuidos de manera gratuita en las instituciones educativas. En Febrero de 2021 Nueva Zelanda comienza a entregar productos de gestión gratuitos en escuelas, después de investigar que una de cada doce niñas se ausenta de la misma cuando comienza a menstruar. Lo sucedido en este país es reflejo del movimiento internacional: “Esta ola de interés por la menstruación también ha llegado a quienes hacen las leyes. En los últimos años los gobiernos nacionales de India, Kenya Uganda, Nigeria y Senegal, entre otros, han aprobado políticas nacionales para mejorar cómo las niñas gestionan su menstruación en las escuelas” (Bobel 2019: 3 - traducción propia)

Aún no existen estudios en nuestro país que investiguen cuál es la incidencia del comienzo del sangrado en la trayectoria de niñas y adolescentes, al respecto la ONU declara:

“Las mujeres y las niñas también tienen problemas con la falta de disponibilidad de productos de higiene sanitaria e instalaciones sensibles al género. Además, la falta de acomodación de las necesidades de salud relacionadas con la menstruación de mujeres y niñas en las instituciones educativas y los lugares de trabajo tiene un impacto en la asistencia escolar y laboral.” (ONU, 2019)

Lo anterior comienza a clarificar la vinculación entre el sangrado menstrual y la desigualdad de género que ya existe en las sociedades, obstaculizando las trayectorias educativas y laborales de las personas que menstrúan.

Siguiendo en esta línea, Escocia se convirtió en el primer país con acceso gratuito y universal a los productos de gestión menstrual en 2020, después de proveer acceso gratuito en los centros educativos en 2018. Según los planteos de Bobel (2019) estas medidas son reflejo del brazo legal de un nuevo tipo de activismo menstrual, que brega por la *equidad menstrual*; equidad en cuanto a que las leyes y políticas sociales de los diferentes países puedan asegurar productos seguros, cómodos y accesibles para las personas que menstrúan, asociando esto a la participación igualitaria de las mismas en la sociedad. Para estos nuevos movimientos se vuelve clave entonces la distribución de productos de la gestión del sangrado, tanto en centros educativos como de trabajo. Esta distribución implica que las personas que menstrúan obtengan igualdad de acceso a estas instituciones, permitiendo que el sangrado no se vuelva un obstáculo para la participación en la vida en sociedad.

Un ejemplo muy claro de cómo el activismo menstrual está tomando protagonismo es el documental “Period. End of Sentence” (en español Período. Fin de la oración.) Este narra cómo es vivido el momento de la menstruación en la India rural, a través de la historia de la organización de un grupo de mujeres. El nodo central se encuentra en las dificultades para el acceso a productos de gestión menstrual, y de cómo esto impacta negativamente en sus trayectorias escolares y laborales, perpetuando así los círculos de desigualdad en los que están inmersas. A través del invento de una máquina para realizar toallas descartables las mujeres acceden por primera vez a las mismas, buscando lograr una mejoría en su calidad de vida.

Este documental fue premiado en los premios Oscar, y se encuentra disponible al público en general en la plataforma Netflix. Cabe aquí la mención sobre lo particular de la gran recepción que ha tenido el mismo, y cómo esto es reflejo de la apertura que los grupos de mujeres organizadas han logrado generar en los últimos años; sería inaudito que este documental fuera tan exitoso diez, quince o veinte años atrás.

Otro eje importante a nivel social, y que se evidencia en el documental antes mencionado, es la posibilidad de acceso a estos productos para toda la población: en muchos países las toallas y tampones están gravados con un impuesto al valor agregado de 23%, entrando muchas veces dentro de la categoría “bienes de lujo”. Esta política económica invisibiliza que estos productos son de primera necesidad para las personas que menstrúan. En nuestro país actualmente no se encuentra ningún tipo de producto de gestión menstrual dentro de la canasta básica del Ministerio de Desarrollo Social. Ya que no existen aún investigaciones en nuestro país que analicen estos datos, se ejemplifica mediante la realidad Argentina, para la que el colectivo EcoFemini(s)ta estudia -mediante la campaña Menstruación- cómo este fenómeno biológico es parte de la desigualdad de género:

“Casi siete de cada diez personas del sector de menores ingresos de la Argentina son mujeres y promedian un ingreso de \$2566 pesos por mes. Para ellas, el costo estimado para gestionar la menstruación mediante el uso de toallitas o tampones representa casi un 10% de sus ingresos. Este gasto no es optativo para las personas que menstrúan y, sin embargo, ganan un 27% menos que los varones. La carga económica que genera la menstruación resulta central para considerarla un factor de desigualdad.(...) En un contexto en el que la mayor parte de las personas pobres son mujeres, no poder adquirir los medios para gestionar la menstruación es un factor de ausentismo escolar y laboral.” (Mileo 2018: s/p.)

De este análisis también se desprende la situación de las personas privadas de libertad a las que el Estado no asegura productos de gestión del sangrado. Nuevamente, mediante la ausencia de políticas del Estado las personas que menstrúan no logran acceder en las mismas condiciones a la vida en sociedad.

No es la intención de este trabajo realizar un análisis abarcativo de cómo la industria de productos de gestión del sangrado ha influido en la construcción de discursos sobre el mismo, pero sí hacer notar de que esta relación existe y ha tenido su fuerte incidencia: A

lo largo del siglo veinte se implementó en la mayoría de los países occidentales el uso de toallas desechables y tampones como productos de cabecera para gestionar el sangrado menstrual, reemplazando a los anteriores *trapitos* (pedazos de tela o toalla que se colocaban en la ropa interior). A la industria que desarrolló estos productos se la denominó FemCare o Cuidado Femenino (de nuevo se observa la naturalización de la relación menstruación y femineidad). Estas nuevas tecnologías para gestionar el sangrado lograron re-traerlo de la esfera pública: este es gestionado y desechado totalmente en privado, se logra contener de una manera más práctica y cómoda que la anterior, por lo que se hace menos visible en la esfera pública (disminuyen las probabilidades de que el sangrado se traspase a la ropa y sea visible al ojo público).

Si la manera de vivir el ciclo ovulatorio menstrual ha cambiado a lo largo del tiempo es necesario incluir la visibilización del rol que ha tenido la industria del FemCare en la misma. Además de ser un factor que incide de manera directa en la trayectoria escolar y laboral, de afectar la economía de las personas que menstrúan, existe en este hecho toda una carga simbólica que también se vincula muy estrechamente con la desigualdad de género.

A nivel simbólico, existe en el sangrado una carga particular que se ha asociado históricamente a la invalidación de las mujeres para realizar ciertas tareas propias de la vida cotidiana. Comúnmente se nombra a esos días del mes como “estar enferma” o “indispuesta”, normalizando el dolor y la imposibilidad de continuar con las tareas cotidianas.

Además de estos eufemismos son muchos los empleados para no decir la palabra menstruación: “me vino”, “Andrés, el que viene una vez al mes”, “estar en esos días”, y muchos más dependiendo de la región de donde se proceda. Además de los dispositivos de gestión del sangrado (que lo ocultan del ojo público), con nuestras palabras se refuerza esta idea aún más: buscando utilizar otras para no decir menstruación.

Acompañando estos eufemismos se encuentran los mitos sociales sobre los poderes negativos del sangrado y de los peligrosas que son las personas en los momentos del mismo: “Hasta entrado el siglo XX, en regiones rurales de diversas partes del continente europeo se pensaba que la presencia de una mujer menstruante agriaba la leche, echaba a perder el vino y estropeaba la cerveza. Hasta la década del cincuenta en Uruguay se

decía que una mujer con su regla no podía hacer mayonesa pues, bajo su contacto, las yemas no se unían.” (Moreira 1994: 79).

La manera de tratar socialmente al ciclo ovulatorio menstrual conlleva un impacto en la vida de las personas que menstrúan, ya que este hecho no dejará de suceder por ser invisibilizado. El ocultamiento y la construcción de mitos fantásticos a su alrededor refuerza una manera negativa de habitar el cuerpo menstruante. Según la misma autora: “Para muchas comunidades patriarcales, el cuerpo de la mujer parece albergar el mal justamente porque está “sucio” de esa sangre que, en otros contextos, ha tenido significado sagrado. El terror que suscita atrae nuevos significados, como el de la culpa y el pecado.” (Moreira 1994: 79).

Reforzando lo simbólico, la investigadora estadounidense Emily Martin (1987) investiga cómo, históricamente, la corporalidad menstruante se ha construido desde la ciencia como misteriosa, oscura y vergonzante. A la hora de pensar esta clave simbólica en el nivel del todo social observa cómo se utilizó el argumento de la debilidad de las mujeres a la hora de la entrada masiva de las mismas al mercado laboral. La antropóloga investiga sobre cómo los estudios sobre lo incapacitante del momento del sangrado fueron un auge en el período de entreguerras, luego de que las mujeres blancas estadounidenses entraran de gran manera al mercado laboral. Una vez finalizada la segunda guerra mundial y los hombres retornaron a sus puestos de trabajo, estudios del mismo país comprobaron que no existía nada incapacitante en los días de sangrado.

A lo anterior se le suma la invisibilización de estos ciclos en la estructura educativa y laboral: “A la mujer que intenta esconder un tampón desde la clase al baño del liceo y a la que no le puede explicar a su jefe cuál es el problema se les está pidiendo que realicen la misma tarea: conciliar y controlar sus funciones corporales en instituciones cuya organización del tiempo y espacio no las reconocen.” (Martin 1987: 94 - traducción propia). La organización del trabajo actual no se basa ni contempla de alguna manera a los ciclos ovulatorio-menstruales, generando que la violencia simbólica que las personas que menstrúan sobrellevan en base a los mismos se continúe perpetuando.

Un aspecto interesante a analizar sería cómo funcionan los ciclos hormonales masculinos. En los últimos años se han hecho diversos estudios desde la medicina, que han dado diferentes resultados pero todos en la misma búsqueda: ¿los cuerpos de

varones cis poseen ritmos cíclicos diarios, anuales, estacionales o mensuales cómo las personas que menstrúan? Históricamente se ha asumido que la única ciclicidad humana es la femenina, siendo esto considerado como una justificación biológica de la inferioridad de la mujer. Sería interesante indagar sobre cómo se están realizando estos estudios y el impacto y difusión que están teniendo tanto en la comunidad científica como en la sociedad toda, al mismo tiempo que indagar sobre los motivos por los cuales los cuerpos de las mujeres han sido históricamente mucho más estudiados que los de los varones.

Como últimas consideraciones de los aspectos que vinculan al ciclo ovulatorio menstrual con el todo social se problematiza la relación del mismo con el ser femenino: Hoy en día comprendemos que no todas las mujeres menstrúan, y no todxs quienes menstrúan son mujeres. El fundamentalismo biológico que carga la menstruación se ha utilizado históricamente como discurso invalidante de identidades de género no hegemónicas. Sobre esto trabajó la artista argentina Effy Beth en su obra “Nunca serás Mujer”. Como acto performático, la misma decidió quitar de su cuerpo la sangre que correspondía a cada menstruación durante un año: “Una vez una persona me dijo: aunque vos te sientas mujer, te crezcan las tetas, tomes hormonas, te operes los genitales, nunca serás mujer porque no menstruas ni sabés lo que eso significa.” (<http://nuncaserasmujer.blogspot.com/>) La asociación categórica de cuerpo de mujer con cuerpo menstruante resulta excluyente y perpetúa las múltiples violencias de las identidades de género no hegemónicas.

Al mismo tiempo es pertinente el cuestionamiento sobre cómo impacta en la identificación con su género a las personas cuyos cuerpos tienen la característica de poseer ciclos ovulatorio-menstruales pero que por algún hecho particular su ciclo no está culminando en sangrado.

En este contexto, se entiende necesario que las ciencias sociales continúen con la indagación sobre cuáles son las construcciones discursivas que funcionan como marco socio cultural de la experiencia de las personas que menstrúan. Esto implica visibilizar al ciclo con su carga histórica, social, cultural y política: el sangrado menstrual es un símbolo fundante de la construcción de la feminidad que se ha considerado históricamente como un factor que demarca la inferioridad de las mujeres sobre los hombres. Esto ha generado que las personas que menstrúan lo vivan cómo algo

vergonzante y que ha de mantenerse oculto, demostrando cómo este fenómeno biológico porta una gran violencia simbólica.

Estas consideraciones se han puesto en disputa en los últimos años -especialmente en la última década- a nivel social y cultural, especialmente por los movimientos feministas y de mujeres; pero aún está por verse cuál ha sido el impacto real sobre la experiencia de las personas que menstrúan.

Para aportar a la construcción de saber científico sobre el tema, se presenta la reflexión sobre cómo se inscribe el ciclo menstrual dentro de los sistemas de poder sexo-genéricos de nuestra sociedad -entendiéndola como capitalista y patriarcal- para luego indagar sobre cómo ha sido la experiencia de menstruar en bio-mujeres añosas de la ciudad de Montevideo.

Fundamentación teórica

A continuación se presentan aristas diferentes para un acercamiento al análisis de cómo se vivencia el ciclo ovulatorio menstrual en base a los roles y mandatos de género de las sociedades actuales, entendiendo que la experiencia personal e individual siempre se encuentra enmarcada en una sociedad particular que la afecta e influye.

Género

En las sociedades occidentales actuales, los roles estipulados para cada persona vinculados a su lugar en las relaciones de género se encuentran sólidamente determinados, conformándose en un sistema binario de firme oposición varón-mujer, donde el extremo femenino es considerado jerárquicamente inferior al masculino. Estas normas atraviesan transversalmente a la sociedad en su conjunto: el género se concibe hoy, junto a clase, edad y raza como una variable fundamental a la hora de entender las desigualdades sociales.

Para visualizar al género como variable analítica se presenta la definición de Joan Scott: “El género es un elemento constitutivo de las relaciones sociales basadas en las diferencias sociales que distinguen los sexos y el género es una forma primaria de las relaciones significantes de poder.” (Scott 1999: 289) El análisis se realiza partiendo de esta base, haciendo énfasis en cómo el ciclo ovulatorio y el sangrado menstrual son parte de este entramado político, social, cultural y económico.

Para vincular esta categoría a la vivencia de las personas se parte de los planteos de Judith Butler, autora que define al género como “...la estilización repetida del cuerpo, una sucesión de acciones repetidas -dentro de un marco regulador muy estricto--que se inmoviliza con el tiempo para crear la apariencia de sustancia, de una especie natural de ser.” (Butler 2007: 98)

Esta visión concibe al género como acto *performativo*, vinculado a las prácticas cotidianas que, repetidas y reiteradas en el tiempo producen el discurso que nombran. Por lo siguiente, se entenderá que cada miembro de la sociedad actúa, de manera inconsciente, según lo esperado para el género que le fue asignado.

La identidad de género se asume en dos modalidades hegemónicas que se plantean como totalizantes, universales: masculina y femenina. Este binarismo - al ser planteado como absoluto- tiene como consecuencia la rígida estipulación de cómo debe actuar cada persona para no salirse de la norma, y la invisibilización de identidades no

hegemónicas, que opten por vivenciar estos dos modelos de otra forma o no se identifican con los mismos: la organización social actual en base al género violenta y excluye a todo lo que no se encuentre dentro de estos dos polos, al mismo tiempo que condena el pasaje de un extremo al otro; un ejemplo de esto es invisibilización de la menstruación de las identidades no hegemónicas a la hora de afirmar que solamente las mujeres menstrúan, negando la existencia de varones trans o personas intersex que también habitan cuerpos cíclicos.

Al igual que muchas teóricas del género, Butler plantea que la construcción de la identidad femenina hegemónica, del *ser* mujer es “... de por sí un término en procedimiento, un convertirse, un construirse del que no se puede afirmar tajantemente que tenga un inicio o un final.” (Butler 2007: 98) Dentro de las acciones que se realizan para construir la femeneidad se encuentra la experiencia de menstruar, considerada rasgo universal y fundante de esta identidad, en oposición a la construcción a-menstrual masculina. A nivel de imaginario social, no sólo existe la asociación de que todas las mujeres menstrúan y los hombres no, sino que además está instalado de qué manera se debe gestionar el sangrado (marcado esto por la industria del femcare), y de qué manera debe vivirse (marcado por los mandatos de género).

Si el habitar un cuerpo que menstrua y la sangre menstrual son rasgos constitutivos de la identidad femenina, es necesario visibilizar a la materialidad el cuerpo dentro de los sistemas de poder sexo-genéricos de la sociedad.

El ideal de cuerpo hegemónico de bio-mujer posee una característica que lo diferencia particularmente del del hombre, su sistema sexual-reproductivo y todo lo que este implica: “...desde que la menstruación se tornó una marca rotunda del cuerpo de la mujer sin correspondencias en el cuerpo del hombre, fue considerada una patología debilitante y un sangrado inútil.” (Tarzibachi 2017: 61) En un sistema de género binario, el ideal corporal corresponde al cuerpo del hombre, y este es a-menstrual.

Entendiendo que los mandatos de género cambian a través del tiempo, re-adequándose a los cambios constantes del todo social, es atractivo conocer cómo se dieron en el pasado para nuestra sociedad, esto contribuye a realizar un rescate histórico de la vivencia de las bio-mujeres, pudiendo utilizar lo aprendido como insumo para futuras

investigaciones, observando que su experiencia no está registrada -ni valorada- como parte constituyente de la historia socio-cultural de la sociedad.

Sexopolítica

La manera de gestionar el sangrado se encuentra dentro de la base de la performatividad del género, ya que es parte de los disciplinamientos corporales específicos que construyen al ser mujer al igual que el depilarse los vellos del cuerpo, llevar el pelo largo, maquillarse, establecerse dentro de determinado peso corporal, no llevar marcas de celulitis en el cuerpo:

“El cuerpo será ubicado en el lugar privilegiado que tiene en la construcción sociocultural de la ficción llamada “feminidad”. Una parte de esa ficción se desarrolla a partir de un trabajo continuo y silencioso, de vigilancia y adecuación corporal que se espera de las mujeres a partir de los sentidos socioculturales que carga la menstruación.” (Tarzibachi 2017: 12).

Lo planteado anteriormente ayuda a visibilizar cómo el poder transita transversalmente dentro de la sociedad, llegando a todas las dimensiones de nuestra vida cotidiana, inclusive la construcción (y vivencia) de la corporalidad: “el poder se ha introducido en el cuerpo, se encuentra expuesto en el cuerpo mismo” (Foucault 1992: 112).

Además de ser uno de los disciplinamientos corporales, la vivencia de la ciclicidad y la experiencia del sangrado son parte de la red de dispositivos que se entranan para el control de la sexualidad. Para denotar esta particularidad se plantean brevemente el trabajo de Foucault y Preciado.

Foucault plantea el concepto de *biopoder* para hacer referencia a la manera en la cual, dentro de la *sociedad disciplinaria*, cada individuo constituye su corporalidad integrando normas y mandatos, que en apariencia no vienen desde fuera sino que se encuentran dentro de sí. En estos mecanismos el poder no aparece como una ley coercitiva, negativa, sino que el comportamiento es moldeado a través de mecanismos *sutiles y difusos*: “El poder desborda así el dominio de lo jurídico, del ámbito punitivo, para volverse una fuerza que penetra y constituye el cuerpo del individuo moderno.” (Foucault 1992: 156)

Dentro de estos mecanismos el control de la sexualidad posee un rol privilegiado, mediante la normalización de ciertas prácticas y la a-normalización de otras. Los disciplinamientos a los que son sometidos los cuerpos que menstrúan en la vivencia del ciclo ovulatorio-menstrual serán considerados como una expresión de la desigualdad de género presente en las sociedades actuales, entramándose con la red de dispositivos de control de la sexualidad.

El término que da nombre a esta categoría es planteado por Preciado en el año 2005:

“La sexopolítica es una de las formas dominantes de la acción biopolítica en el capitalismo contemporáneo. Con ella el sexo (los órganos llamados «sexuales», las prácticas sexuales y también los códigos de la masculinidad y de la feminidad, las identidades sexuales normales y desviadas) forma parte de los cálculos del poder, haciendo de los discursos sobre el sexo y de las tecnologías de normalización de las identidades sexuales un agente de control sobre la vida. (Preciado, 2005, 157)

Preciado profundiza en el trabajo de Foucault, para plantear a la sexopolítica como uno de los mecanismos dominantes de ejercer la biopolítica: a partir del siglo XIX el sexo forma parte de los cálculos de poder, siendo el discurso sobre la masculinidad y feminidad hegemónica, junto con la normalización de su correspondencia mediante la heterosexualidad, agentes de control de la vida. (Preciado, 2008)

El período a analizar corresponde con el que los autores plantean como sociedad disciplinar, que finaliza para el hemisferio norte con la segunda guerra mundial. En este momento histórico, la sexopolítica se expande como mecanismo mediante diversas formas subyacentes y fundantes de la organización social.

Para el empleo de este trabajo se tomará a la modernización de la gestión del sangrado, que en Uruguay se da a finales de siglo como parte de este proceso de introyección y sutilización del poder patriarcal: “Dentro de este sistema de reconocimiento, la divergencia corporal frente a la norma (talla y forma de los órganos sexuales, vello facial, forma y talla de los senos) es considerada como monstruosidad, violación de leyes de la naturaleza, o perversión, violación de las leyes morales.” (Preciado, 2008: 62)

La manera de hacer sexopolítica dictamina de forma muy clara y rígida cómo debe vivirse el sangrado, haciendo especial hincapié en que éste debe ser desechado. La posible utilización de este en otros fines, o la expresión pública del mismo será

considerada una perversión.

Sangre Menstrual

Uno de los sentidos socioculturales más importantes que se le asigna al sangrado es el mandato del ocultamiento. Por más que las personas estén sangrando todos los meses, este es un tema excluido de la agenda pública, al mismo tiempo que la invisibilización del mismo es parte del control sexopolítico de la sociedad.

Al penetrar la materialidad de los cuerpos, los mecanismos sexopolíticos generan en torno a sí mismo todo un sistema de saber: “el poder, cuando se ejerce a través de estos mecanismos sutiles, no puede hacerlo sin formar, sin organizar y poner en circulación un saber...” (Foucault 1992: 147) En torno al ciclo el sistema de saber hegemónico se constituye por el cruce entre la ginecología moderna desde lo científico académico y los mitos y tabúes que se arrastran desde hace cientos de años, desde las religiones y el saber popular. Estos dos sistemas combinados -atravesados por la industria y la cultura de cada sociedad particular- disponen de un sistema que genera marcas muy profundas en cómo se habitan los cuerpos de las bio-mujeres.

La vivencia del sangrado y del cuerpo propio ha tenido para estas un sentimiento históricamente asociado, el de la vergüenza. “La emoción de la vergüenza tiene un lugar particular en la construcción corporal femenina dentro de nuestra cultura y, no simplemente como un opuesto lineal al orgullo, sino como un profundo sentimiento de inadecuación de sus cuerpos” (Tarzibachi 2017: 72) Si el cuerpo menstruante se construye a nivel socio cultural como errado, vergonzante e inferior al a-menstrual es de interés para este trabajo indagar cómo impactan estos condicionamientos de género en la vivencia de las mujeres, haciendo especial énfasis en la sangre del útero como componente simbólico clave de esa construcción.

A nivel simbólico, la sangre menstrual cuenta con una vinculación histórica particular: por un lado está catalogada dentro de lo asqueroso e impuro, al mismo tiempo que se le asocian variados poderes oscuros. Se detalla a continuación un apartado de la Biblia sobre el sangrado, considerando a este texto de alto valor histórico, simbólico y cultural para la construcción de esta corporalidad: “Cuando una mujer tenga flujo, si el flujo en

su cuerpo es sangre, ella permanecerá en su impureza menstrual por siete días; y cualquiera que la toque quedará inmundo hasta el atardecer.” "También todo aquello sobre lo que ella se acueste durante su impureza menstrual quedará inmundo, y todo aquello sobre lo que ella se siente quedará inmundo” (Levítico 15: 19-20, Antiguo Testamento).

La asociación histórica de la sangre menstrual con la inmundicia es fundante de la inadecuación corporal de las biomujeres, ya que involuntariamente serán portadoras de esta particularidad. Sobre esta excesiva incompreensión de la fertilidad y rechazo por la genitalidad femenina se basa la construcción simbólica de este cuerpo, generando y reforzando la vergüenza y el pudor como emociones que rigen la experiencia.

La inadecuación del cuerpo menstrual se asocia al especial control ejercido sobre la sexualidad y la genitalidad de las biomujeres:

“El sexo del hombre es limpio y sencillo como un dedo; se exhibe con inocencia, a menudo los chicos se lo muestran a sus camaradas con orgullo y desafío; el sexo femenino es misterioso para la mujer misma, escondido, atormentado, mucoso, húmedo; sangra todos los meses, a veces está manchado de humores, tiene una vida secreta y peligrosa.” (De Beauvoir 1977: 144)

Sistema cultural y anomalía

Los aportes teóricos planteados anteriormente llevan al análisis del lugar simbólico que posee la sangre menstrual, para el que se retoman los planteos de la antropóloga Mary Douglas; quien analiza el peso simbólico que lo anómalo y ambiguo poseen en los códigos culturales de las sociedades, afirmando que la cultura “...mediatiza las experiencias de los individuos. Provee de antemano algunas categorías básicas, y configuraciones positivas en que las ideas y los valores se hallan pulcramente ordenados. Y por encima de todo, goza de autoridad ya que induce a cada uno a consentir porque los demás también consienten.” (Douglas 1973: 79)

Los eufemismos utilizados para nombrar al sangrado muestra cómo este posee un gran peso simbólico: no debe ser nombrado. Siguiendo los planteos de Douglas, cada sistema cultural, al generar orden y escala de valores, crea necesariamente sus propias anomalías: hechos y significantes que no concuerdan con el mismo, que son ambiguas. La autora define anomalía como: “el elemento que no se ajusta a un juego o serie

determinados.” (Douglas 1973: 57) La autora plantea que la manera de relacionarse con estas manifestaciones discordantes es, en primera instancia, mediante el rechazo.

Culturalmente, la sangre en la tradición occidental es considerada como perteneciente a la herida, muchas veces asociada a la guerra, a la muerte, y no menos importante, a un otro que la infringe. La sangre de los cuerpos con útero no posee estas características, sino que está vinculada a la vida y sucede por sí misma, involuntariamente, sin representar herida ni muerte. Además del sangrado menstrual podrían entrar dentro de esta categoría el sangrado del parto, de las interrupciones de embarazo y de los puerperio:

“... de la mujer fluye pasivamente: es algo que le ocurre sin que pueda evitarlo. El hombre derrama la sangre de otros hombres o de animales por su propia elección. La sangre femenina se transforma así en signo que muestra a la mujer como mero objeto de la naturaleza. La sangre que corre por voluntad del cazador o el guerrero es signo de su poder y libertad.” (Moreira, 2004: 87)

Al no poder ser clasificable en sangre de herida y provenir del cuerpo de las mujeres (históricamente considerado inferior) el sangrado menstrual posee dentro del sistema un lugar ambiguo, obscuro.

A partir de la observación de los eufemismos, silenciamiento e invisibilización del sangrado se considerará a la sangre menstrual como anomalía del sistema cultural de la época: “Existen diversos modos de tratar las anomalías. Negativamente, podemos hacer caso omiso de ellas, no percibir las sin más, o bien condenarlas cuando las percibimos. Positivamente, podemos afrontar con resolución la anomalía y tratar de crear una nueva configuración de la realidad en la que tenga cabida.” (Douglas 1973: 58)

Plantear que los sangrados de los cuerpos de las bio-mujeres visualizan como una anomalía dentro del sistema cultural no deviene como base necesaria luego de observar el entramado de las relaciones de género que están por detrás de la opresión histórica que vivencian quienes habitan estos cuerpos, ya que existe en ellos un marcador salud que ha sido visto históricamente, social y culturalmente como enfermedad; impactando necesariamente en la experiencia de las personas en el nivel micro, como también en cómo es tratado por la sociedad toda. Entender la carga simbólica que el sangrado posee

para el sistema cultural ayuda a comprender la poca investigación realizada al momento, junto con la mínima (o nula) educación que reciben las personas que menstrúan al respecto.

Metodología de la investigación

Preguntas de investigación

¿De qué manera vivenciaron su ciclo menstrual las mujeres de la época? ¿Cómo se gestionaba el sangrado? ¿Observan que la experiencia de menstruar es diferente hoy en día que en su juventud? ¿Cómo pueden observarse las relaciones de género en la manera de vivenciar el cuerpo menstruante?

Objetivo general:

-Problematizar la relación entre la vivencia del ciclo menstrual y el ser mujer del Uruguay de mediados del siglo XX.

Objetivos específicos:

- Conocer la experiencia de menstruar para mujeres montevideanas que hoy tienen más de 70 años.

-Indagar, a través de la experiencia de las mujeres, acerca de las representaciones y prácticas en torno a la menstruación que estaban presentes en la época.

-Analizar cómo ha sido la relación de estas mujeres con sus cuerpos menstruantes

-Conocer cuáles eran los principales mitos sobre el ciclo menstrual en el Montevideo de la época.

Diseño Cualitativo

El diseño cualitativo se presta como la forma de abordaje más pertinente para la realización de este trabajo. A partir de los objetivos de investigación antes formulados se desprende la necesidad de obtener datos de índole cualitativa para conocer, comprender y analizar la experiencia de las personas. Sobre el proceso cualitativo, Batthyany afirma: “Durante todo el proceso de investigación cualitativa, el investigador se focaliza en aprender el significado que los participantes otorgan al problema o fenómeno en cuestión, no en el significado que los investigadores le han dado ni a lo que expresa la literatura al respecto.” (Batthyány y Cabrera, 2011: 78)

Mediante este trabajo se pretende vincular los procesos de vivencia de un ciclo fisiológico con las desigualdades de género estructurales de la sociedad, por lo que será necesario develar cómo las mujeres construyeron social, cultural e históricamente su trayectoria individual, para luego realizar un análisis más amplio de estas construcciones; entendiendo que: “ningún dato tiene importancia por sí mismo si no es en el seno de una situación, como expresión de un haz de relaciones que le dan sentido.” (Guber, 2005: 46)

Se tomará como referencia la metodología planteada por Rosana Guber; la cual tiene como un eje central la interacción con *la perspectiva de los actores*, en este caso cómo las mujeres vivieron y se representan el sangrado menstrual:

“... la perspectiva de los actores es una construcción orientada teóricamente por el investigador, quien busca dar cuenta de la realidad empírica tal como es vivida y experimentada por los actores. Ello no excluye el reconocimiento de la lógica de los actores, sino que hace posible una mirada progresivamente no etnocéntrica.” (Guber, 2005: 38)

La autora plantea la necesidad de que la investigación se vea interpelada por la experiencia de los sujetos sociales con los que se trabaja, por lo que se hace fundamental una revisión constante del marco teórico que se está empleando para acercarse a esta determinada realidad social; reconociendo y explicitando el mismo para que se adecúe (y no violente) a la perspectiva de los sujetos con los que se está trabajando. El proceso de construcción de conocimiento se define como *bidireccional*, en el que los conceptos de la investigadora y de las actrices en cuestión se retroalimentan, modificando necesariamente los marcos empleados durante el transcurso de la investigación. (Guber 2005)

Es mediante el tránsito de este proceso bidireccional en el *campo de investigación* que se construyen los datos:

“...al considerar que el mundo social es un mundo preinterpretado por los actores, el investigador necesita desentrañar los sentidos y relaciones que construyen la objetividad social. A ello accede en el trabajo de campo. Este acceso no es neutro ni contemplativo, pues el campo no provee datos sino información que solemos llamar, algo equívocamente, "datos".” (Guber, 2005: 48)

Siguiendo los planteos de la autora, es en este momento del proceso de investigación donde se da la tensión entre el bagaje que trae quien realiza la investigación y la subjetividad propia del campo, ya que es en lo real en donde se hacen carne las categorías teóricas. Esta tensión se resuelve mediante la reflexividad de quién conoce, al permitirse interpelarse por lo que está conociendo en vez de insistir en que las subjetividades encastran en su marco teórico e interpretativo: se dan sucesiva y simultáneamente los procesos de obtención de información y análisis de la misma, en conjunto a la observación y la elaboración de conocimiento.

Trabajo de Campo, Población de estudio y Muestra

Se entiende como población global de estudio a todas las mujeres de Montevideo que hayan menstruado y tengan más de setenta años a la fecha. Se reconoce que mediante la elaboración de este trabajo no es viable lograr conocer a toda la población de estudio, por lo que se trabajará en base a una *muestra no representativa* de la misma.

La elección de la muestra no pretende ser representativa de todas las mujeres, ni de ningún grupo social en particular, sino simplemente registrar la experiencia de una parte de las mismas. Igualmente, se priorizará el contacto con mujeres que posean diferentes trayectorias de vida, buscando analizar similitudes y diferencias en sus vivencias según su clase social, trayectoria laboral y composición familiar. Guber (2005) define a este tipo de muestra cómo *evaluada*, en la que se identificarán determinadas características relevantes de las mujeres y se intentará vincular con personas que respondan a las mismas.

La interacción con las mujeres se dará enmarcada en lo que Guber define como trabajo de campo: es en esta instancia en donde se pretende recabar información y material empírico que permita:

“...especificar problemáticas teóricas (lo general en su singularidad), reconstruir la organización y la lógica propias de los grupos sociales (la perspectiva del actor como expresión de la diversidad); reformular el propio modelo teórico, a partir de la lógica reconstruida de lo social (categorías teóricas en relación con categorías sociales o folk)”
(Guber, 2005: 49)

Es clave en esta instancia prestar suma atención a cómo se relacionan tanto el marco teórico, como el ser político, cultural y social de quien investiga con la realidad

empírica a la que se está acercando. Es en este momento donde además de recabar información, se producen datos y se crea conocimiento.

Ya definida la población y muestreo de la investigación se especifica cuáles serán las técnicas de recolección que se utilizarán para realizar el trabajo. Mediante el uso de las mismas se produce el acercamiento a la realidad social para construir datos sobre la misma, que sean significativos a esta investigación. Es importante destacar aquí que, siguiendo los planteos de Guber, los datos no vienen dados de la realidad, sino que son contruidos por quien investiga, mediando su marco teórico y conocimiento de lo real.

Se comprende que la manera más acertada para conocer cómo las mujeres transitaron la experiencia de menstruar es mediante la entrevista semi-estructurada en profundidad, para luego analizar los discursos que ellas presentan; esta se define cómo: “...una entrevista personal, directa y no estructurada en la que un entrevistador hace una indagación exhaustiva para lograr que un encuestado hable libremente y exprese en forma detallada sus motivaciones, creencias y sentimientos sobre un tema” (Mejía Navarrete en Scribano, 2008:72).

La entrevista permite el encuentro en cercanía con las mujeres, abordando el problema de investigación desde sus múltiples aristas y causales. Es central visualizar el análisis del fenómeno en su complejidad, vinculando la experiencia de las mujeres con el contexto socio-histórico del momento. Al mismo tiempo, Guber (2005) plantea que la entrevista es una de las técnicas más apropiadas cuando lo que se busca es acceder al universo de significaciones de las actrices, permitiendo, en este caso, el análisis de las distintas maneras de vivenciar el mismo fenómeno.

Vínculo con las entrevistadas

Las entrevistas se realizaron el mes de Mayo de 2021, en el contexto del brote de COVID-19 más grande que el país vivió hasta el momento. Debido a la sensibilidad particular que despierta el tema de investigación se optó por realizarlas de manera presencial, en un momento en el que las actividades educativas y laborales se encontraban suspendidas.

Para acceder a la población de estudio en este contexto tan particular se apeló a las redes de cercanía, comenzando a indagar sobre mujeres disponibles entre familiares, amigos y

vecinas; quienes realizaron el primer acercamiento a las entrevistadas, luego de que ellas accedieran a participar fueron contactadas vía whatsapp para contarles en profundidad sobre el trabajo y coordinar lugar y día de encuentro.

Dado que fueron contactadas por proximidad las entrevistadas poseen una posición socio-económica similar a la autora de este trabajo, de las seis cuatro nacieron en Montevideo, una en Canelones y otra en Cerro Largo, ambas residiendo en la ciudad desde jóvenes. Menos Silvana, que vive en un barrio de la periferia, el resto de las entrevistadas habitan zonas céntricas de la ciudad, con acceso a transporte y servicios.

El encuadre de la entrevista en un diálogo con una persona joven sobre la menstruación ya supone una cierta apertura al tema. En los encuentros, las entrevistadas demostraron interés en conversar sobre el tema, contar sus opiniones y vivencias. En las conversaciones nombraron sus experiencias con embarazos, partos, matrimonios y sexualidad, brindándose el espacio para reflexión sobre la trayectoria de vida de cada una de las participantes.

Un rasgo reiterativo en todas las conversaciones fue la insistencia en hacer ver el proceso como algo natural, mostrarse disponibles y desprejuiciadas para hablar del tema. Se entiende que esto sucedió debido al encuadre de la entrevista, y al estar en diálogo con una persona mucho más joven y lo simbólico que esto implica.

El marco de la entrevista implica un diálogo inter-generacional, que de por sí no suele darse en la cotidianidad de la estudiante ni de las entrevistadas; sino que quedan circunscriptos al ámbito familiar. De por sí el contacto con las entrevistadas implica una situación excepcional, al sumarle el poco lugar que en la vida pública posee el ciclo ovulatorio menstrual se da un marco más particular aún.

Las participantes respondieron a todas las preguntas realizadas de manera amable y exhaustiva. Para favorecer el vínculo, se realizaron las preguntas de manera abierta, permitiendo que cada una relatara hasta el lugar donde se sintiera cómoda.

Muchas de las participantes mostraron que para ellas era importante que alguien las entrevistara, y que nunca habían sido entrevistadas con anterioridad.

Análisis

Primeras menstruaciones

Se detallan a continuación los relatos sobre cómo recibieron las entrevistadas la llegada del sangrado menstrual, a este momento del desarrollo sexual de las bio-mujeres se le denomina “menarquia”.

El llegar al comienzo de la menstruación sin haber sido informadas sobre este cambio que iba a empezar a suceder en su cuerpo no parece haber sido una práctica cuestionada para la época, sino que las entrevistadas naturalizan el silencio que se daba en ese momento. Todas afirman que el tema nunca fue tocado en instancias escolares ni sociales de ningún tipo en su juventud, siendo el hogar el espacio privilegiado para la enseñanza de la temática.

De las entrevistadas, solamente Patricia narró que su madre le enseñó sobre este proceso, naturalizando el sangrado e informándole sobre los pasos a seguir. De los relatos presentados a continuación Patricia será muchas veces quien presente una visión diferente al resto, ya que en su hogar este proceso fue tratado, integrado y hasta celebrado. Ella lo adjudica a la profesión de su madre como Nurse en un hospital, lo que la llevó a naturalizar y observar con menos prejuicios el cuerpo humano y las funciones del mismo.

“ ... y te acuerdas que te dijeron de la menstruación o del ciclo de niña

R: “Sí claro, mi abuela estaba pendiente pendiente... y en determinado momento alguien me dijo que yo no me asustara que iba a salir un poquito de sangre en la bombacha. Yo empecé a los once años, osea que ya estaba dejando la escuela por suerte. Porque ir menstruando a la escuela...Y no y lo demás fue muy normal.” (Julia, 83 años)

Se observa en el relato de Julia, y en varios de los que se presentarán más adelante la palabra *normal* para describir el proceso. La experiencia, considerada una anomalía es rápidamente ordenada y controlada: “El reconocimiento inicial de la anomalía induce a la angustia y de allí a la supresión o a la evasión.” (Douglas, 1973. 18)

Si se entrelazan los planteos de Douglas con los de Foucault y Preciado, la insistencia que muestran los relatos en mostrar la vivencia del sangrado como algo normal se observa como rasgo de control sexopolítico de las biomujeres: el sangrado se presenta como una situación anómala, a-normal, que mediante la auto disciplina corporal de cada persona, queda silenciado, disimulado.

Sumándole al análisis el trabajo de Tarzibachi, aunque no se entienda bien qué es la normalidad del proceso o del sangrado, esta palabra fija la intención de entrar dentro de ciertos cánones que corresponden al saber hegemónico sobre el ciclo: el saber médico. El sangrado se estandariza (mediante los productos de gestión) y el conocimiento también (mediante el conocimiento de cuánto debe durar, los síntomas posibles, cada cuánto debe suceder), aunque no esté claro qué significa, se buscará así llevar a la experiencia de sangrado dentro de los cánones de normalidad. (Tarzibachi, 2017)

“R: ...aparte yo me desarrolle muy chiquilina, tenía recién cumplidos 10 años.

P: Ah eras re chiquita.

R: Y no sabía nada!

P: Eso te iba a preguntar, ¿te acuerdas? Nadie te había dicho nada

R: Una amiga más grande me había dicho que la hermana... pero es que yo qué sé, yo tenía ocho años... nadie hablaba de eso tampoco. ni tampoco yo me había dado cuenta de si por ejemplo, si mi madre iba al baño, tampoco, para nada, nunca había visto nada. Se ve que se cuidaría mucho... Y una amiga me dijo... pero yo como me lo contó allá quedó: "¿que me está diciendo esta?" No entendía nada. (Maria, 74 años)

“P: Algo que yo no sabia, que me di cuenta conversando es que a muchas de ustedes empezaron a menstruar y nadie les había dicho nunca nada

R: No, no, yo no me acuerdo que mi madre me haya dicho jamás nada.

Ni a mi ni a nadie, ni mis hermanas ni nada (Sonia, 78 años)

La persona esperada para educar sobre el tema es un referente femenino, surgen en los relatos tanto madres como abuelas (cuando esta aparece, comparte la vivienda con la entrevistada) El sangrado aparece asociado al ámbito más íntimo, al espacio compartido con otras, muchas veces el baño. Algunas entrevistadas señalan que alguien les “advirtió” sobre la sangre que “aparecería en su bombacha”, pero esto no les hizo sentido al no lograr poner en contexto al origen y significado del sangrado.

P: Ya vengo entrevistando a varias señoras y algo que me contaron muchas es que empezaron a menstruar y nunca nadie les había hablado de eso

R: Nada, nada.

P: Era como -bueno... me pasó algo- .Nunca nadie me dijo nada...

R: Yo veía que mi mamá, porque en esa época no se usaban adherentes, no había como ahora.. agarraba una bolsita y ponía una tela ahí, pero no sabía que era, para que era.. mi mamá no hablaba ni de los embarazos delante de nosotros, ni de que estaba embarazada. (...) Cuando yo me desarrollé salí disparando a los gritos entonces se

burlaron mucho de mí.. yo siempre dije que yo iba a leer mucho para que a mis hijas no les pasara esto.

(Silvana, 64 años)

Se observa en los diferentes relatos el análisis del comportamiento de la madre. Al estar presente y ser el referente femenino, se explicita la denuncia del silenciamiento sobre el ciclo. Las entrevistadas, al igual que sus referentes, aprenden desde muy pequeñas a gestionar el sangrado en privado, ocultándolo de los demás miembros de la familia y del entorno en general.

Este comportamiento es una expresión muy clara del mandato de ocultamiento: la performatividad del género (Butler, 2007) asume al sangrado como una marca del femenino, pero al mismo tiempo se le exige a cada persona que disimule, ocultándose de la vida pública. La experiencia, al estar signada por lo socio-cultural, se torna contradictoria, paradójica: al mismo tiempo es fundante del género y marcador de la inferioridad con respecto a la corporalidad a-menstrual masculina.

Sobre la naturalización de que las bio-mujeres querrán ocultar su sangre que se construye la industria del FemCare actual, generando diferentes tecnologías para retirarla del ojo público.

Con este querer esconder también se vinculan, de menor a mayor escala: la vergüenza de la experiencia, los eufemismos a la hora de nombrar el tema y los mitos que surgen en cuanto al mismo.

El peso del ocultamiento a nivel cultural genera la dificultad de hablar del tema, limitando a cada generación a educar a la siguiente. Se observa aquí un punto clave en la diferencia generacional: las entrevistadas afirmaron haber conversado con sus hijas sobre el tema en los momentos previos a su menarquía. Por más que su conocimiento sobre el ciclo fuera limitado, comienza a romperse lentamente el estado de silenciamiento.

P: Algo que te quería preguntar, que vos me decías recién era que no se hablaba del tema, ¿no?

R: Para nada. Yo nunca tuve un consejo de mamá, ni siquiera tengo la memoria si a ella la vi alguna vez yo... Porque yo con mi hija me cambiaba y todo; quise que ella fuera viendo lo que le iba a pasar cuando fuera mujer, más grande.. (Ana María, 70 años)

La menarquía es un hecho simbólico, celebrado u ocultado de múltiples formas en las diferentes sociedades. La mayoría de las entrevistadas no logran tener una visión positiva de su menarquía ni de lo que significaba menstruar para ellas en su juventud, sino que en los relatos surgen las palabras rechazo, miedo y vergüenza. Estos sentimientos son los que se asocian al mandato de ocultamiento, al vivenciar en carne propia un hecho que no debe ser nombrado ni mostrado a los demás, reforzando el silenciamiento del tema.

La narración de Patricia (70 años) es diferente a la de las demás, ya que su madre habló con ella antes y se realizó una celebración en su hogar en el momento de su menarquía.

R:...comencé a menstruar en casa. Mi madre estaba en el sanatorio, entonces yo hablé con una de mis abuelas y ella: “no se, habla con tu madre.” Mira la generación de mis abuelas, porque yo me encontré con que mi madre estaba de guardia y estaban mis abuelas, entonces ¿que hacía? Si bien mi madre me había dicho....

Entonces fui y agarré un montón de algodón- excesiva cantidad de algodón la primera vez- hasta que llegó mi madre y bueno me ayudó con los apósitos y todo eso.... pero las abuelas hacían silencio.

Y bueno ta, lo comencé a vivir naturalmente, incluso fue una instancia de festejo. Mi madre lo organizó como un festejo

P: *¿En serio? ¡Qué bueno!*

R: Totalmente, hasta participó mi padre. Si bien mi padre desde el silencio también, y mi hermano.

Era que yo había entrado en otra etapa y que había que festejarlo, y bueno, así fue.

Si existieron celebraciones de pasaje en Uruguay en el momento de la menarquía como una práctica generalizada a nivel cultural, y cómo se transitó esto en cada generación es una interrogante que plantea nuevas líneas de investigación.

Eufemismos

La necesidad de ocultar la sangre de los demás trae consigo una necesidad de ocultarla también del lenguaje, de no nombrar lo que se está viviendo. Para esto son utilizados diferentes eufemismos, que se corresponden a las particularidades de cada sociedad y momento histórico.

Al igual que los productos de gestión del sangrado, estos cambian y se adaptan según los valores de la época: en los últimos años se observa una revalorización de la palabra menstruación, comenzando esta a ser utilizada y desplazando lentamente a otras

maneras de nombrar.

La Real Academia Española define al eufemismo como: "Manifestación suave o decorosa de ideas cuya recta y franca expresión sería dura o malsonante." (RAE, s.f. definición 1) Esta definición comienza a mostrar lo que se analizará a continuación: cómo un proceso que corresponde a la corporalidad de una gran parte de la población mundial no puede ser nombrado por su nombre.

Las entrevistas narran los diferentes eufemismos utilizados en su juventud a la hora de no pronunciar la palabra menstruación. Todas consideran que la manera más popular en su época era "estoy enferma". "Estoy indispueta" también aparece en los relatos pero ellas afirman que se utilizaba con menor frecuencia. En uno de los encuentros, la entrevistada no utilizó la palabra menstruación en ningún momento.

P: Si vos tenias que decir, ¿que decías? ¿Estoy indispueta, estoy enferma?

R: Estoy enferma. Lo que más se usaba era: estoy enferma. Estar menstruando era muy difícil que se usara.

P: ¿Indispueta se usaba?

R: Si, también. Pero lo que más se decía era estoy enferma

P: Como se siguió perpetuando, porque hasta ahora se dice..

R: Es que fue una cosa muy...que todo el mundo lo decía...Entonces, yo pienso que es difícil sacarlo del todo. (Maria, 74 años)

Otra cosa que te quería preguntar es que se decía... porque esto de estoy menstruando es nuevo

Estoy enferma. La menstruación estaba asociada a algo impuro, a algo que si bien era natural no era tan natural (...) la menstruación era una enfermedad: estoy enferma, me enfermé.

¿Estoy indispueta?

Estoy indispueta, si, que también tiene que ver estoy enferma. Yo creo que hace pocos años que se dice estoy menstruando lisa y llanamente... (Ana María, 70 años)

Los eufemismos empleados en cada momento histórico son una de las aristas que devela el gran peso cultural que posee esta experiencia. Cultural y socialmente se invierte el rol que la menstruación posee dentro de la biología de cada cuerpo: deja de ser un signo de salud para pasar a ser considerado como enfermedad.

La antropóloga Emily Martin analiza la asociación simbólica del sangrado menstrual con la de una producción que se ha *desviado* para producir un producto invendible,

inclasificable, que es considerado chatarra; acotando que la imagen de una producción que se desvía en sí misma genera imágenes de asco y rechazo. (Martin, 1987) cómo plantea alguno de los posibles motivos por los cuales esta inversión se sucede a nivel socio-cultural:

“... Existe la creencia de que las mujeres se encuentran en un estado siniestro, fuera de control cuando menstrúan. No se están reproduciendo, ni continuando con la especie, no se están preparando para quedarse en casa con sus bebés, ni están proveyendo un lugar seguro y cálido para el espermatozoides del hombre. Afirmo que es claro que el poder negativo de la falla en la producción es considerable cuando se aplica metafóricamente a los cueros de las mujeres.” (Martin, 1987: 47. Traducción propia)

En esta asociación de Martin se encuentra una posible clave para esta particular inversión, ya que la acerca a la definición de enfermedad “...variación anormal en la estructura o función de alguna parte del cuerpo.” (Martínez Hernáez, 2008: 50). Las enfermedades son atendidas en la sociedad por el sistema médico, el cual tiene como objetivo: “...resolver los problemas de estas anomalías restituyendo el equilibrio biológico del organismo o paliando, al menos, algunas de sus expresiones.” (Martínez Hernáez, 2008: 50)

Esta visión del sangrado como enfermedad autoriza aún más al saber médico a ejercer su poder sobre las bio-mujeres, ya que la enfermedad hace necesaria su presencia. La extendida utilización de anticonceptivos hormonales que anulan el ciclo en las bio-mujeres uruguayas puede estar vinculada intrínsecamente con esta creencia, ya que se les otorga a las mismas una píldora que deben auto-administrarse diariamente en la que se anulan los síntomas del ciclo, para generar en cambio otros síntomas y desequilibrios, propios de un pasaje hacia una corporalidad a-cíclica y a-menstrual.

El sinónimo de estar menstruando con estar enferma posibilita la visibilización de la construcción social de la enfermedad, y del impacto que las desigualdades de género, estructurales a la sociedad y al sistema biomédico, poseen en la vivencia del ciclo como experiencia individual. La vivencia del proceso del cuerpo como enfermedad trae para

las bio-mujeres un efecto *nocebo*: “...este efecto estaría relacionado con el impacto, no solo en la mediación, sino en la producción, de determinadas expectativas o profecías de autocumplimiento sobre la propia salud.” (Martínez Hernández, 2008: 72) La antropología médica utiliza esta noción en contraposición a placebo, el que hace referencia a una autoinducción de mejoría de una enfermedad basada en la sugestión.

A través de la noción de *nocebo* el autor muestra cómo la cultura posee un papel *co-determinativo* en la vivencia y el tratamiento de la enfermedad, superando ampliamente la uni-causalidad biológica, afirmando que “las expectativas de curación o patologización tienen un efecto sobre la naturaleza humana, aunque de momento parte de esta lógica nos sea desconocida.” (Martínez Hernández, 2008: 73)

El relato de Patricia continúa el trazo de esta relación:

...En esto de que estás enferma. Mi madre lo que me transmitió es que no estás enferma, estás sana. (...)Podrías estar enferma si no menstruas, o de lo contrario un supuesto embarazo.

(...)¿Tus amigas decían *estoy enferma*?

Estoy enferma. Fundamentalmente el *estoy enferma*. No se usaba tanto el *estoy indispueta* ni me vino Andrés, como que fueron términos posteriores.

Ahí está.

Pero sí *estoy enferma*. El *estoy enferma*... y que incluso habían algunas de ellas que lo vivían mal, porque estaban realmente enfermas. Estaban enfermas ellas... su primer, segundo día estaban horribles... se iban a la cama o no salían...

Claro

No salían. Desaparecían. Y de comunicarme con ellas y decían "no, sabes que pasa que está en sus días". También era otra de las cuestiones: *está en sus días*. Como que la mujer tuviera días... (Patricia, 71 años)

El análisis de “*estoy enferma*” como principal eufemismo para referirse al sangrado abre la posible línea de investigación sobre vinculación de esta creencia popular con la sobre-medicalización de las bio-mujeres mediante pastillas anticonceptivas y la utilización de las mismas como tratamiento para los diversos desequilibrios en el ciclar en el Uruguay actual.

Mitos

Continuando esta línea de análisis se puede observar cómo a lo largo del tiempo se perpetúa la incertidumbre y confusión sobre el origen del sangrado, al no estar claro social ni culturalmente qué y por qué es lo que sucede, siendo esto el terreno fértil para la emergencia de ciertos mitos sobre los poderes de la sangre. Las seis entrevistadas coinciden en que de niñas se les reiteró y reforzó la idea de que durante el sangrado no debían lavarse la cabeza, sin lograr ellas encontrarle un sentido u explicación clara a tal prohibición.

La construcción de mitos propios de cada sociedad implica la permeabilidad de lo sobrenatural a la vida cotidiana:

“ Los mitos describen las diversas, y a veces dramáticas, irrupciones de lo sagrado (o de lo «sobrenatural») en el Mundo. Es esta irrupción de lo sagrado la que fundamenta realmente el Mundo y la que le hace tal como es hoy. (...) el mito se considera como una historia sagrada y, por tanto, una «historia verdadera», puesto que se refiere siempre a realidades.” (Eliade, 1991: 6)

Los mitos se presentan como una categoría muy amplia para su análisis, ya que poseen la característica de ser construcciones sociales y de realidad al mismo tiempo. Bajo estas creencias se construyen narraciones que se toman como verdaderas, más allá de que las mismas posean rasgos fantásticos y sobrenaturales.

Estos relatos muestran cuáles eran los poderes mágicos que se le otorgaban a la sangre en el Uruguay del momento; apareciendo la misma en su dimensión más simbólica; el fluido se descompone para ser observador dentro del entramado simbólico del sistema de producción que se ha desviado, como síntoma de enfermedad, como símbolo mágico poderoso e inexplicable. El relato que visibiliza más claramente el poder de *verdad* de los mitos lo narra Julia, siendo esta la de mayor edad del grupo etéreo con 83 años:

“...como se supone que vos no te tendrías que mojar durante la menstruación, porque en aquella época se decía que la menstruación se retiraba. Yo tuve familiares que hasta cuando estaban menstruando ponían un hisopo en un palo y lavaban la loza sin tocar con las manos...”

Hay variantes en las narraciones sobre las diferentes formas en las que se presentaba esta creencia popular: para algunas no se debían bañar, para otras sí se podía higienizar el cuerpo y no la cabeza. Las entrevistadas cuentan que, llegada la adolescencia,

comenzaron a suponer que no les iba a suceder nada malo si se comenzaban a bañar, y lentamente empezaron a hacerlo, algunas a escondidas de sus madres y demás adultas de la familia.

“Como que no se decía nada pero sí que no te podías lavar la cabeza...”

Tenés razón, de eso no me acordaba... Cierto....

No nos podíamos bañar, yo no se como hacíamos con la higiene.

Yo pienso ahora y digo "dios mio, como estabamos 7 u 8 días sin bañarnos!" De eso ahora me acuerdo y me da pánico haberlo vivido y que me pareciera algo normal. ¡Que disparate!" (Sonia, 78 años)

“Tenía compañeras que iban al entrenamiento y decían: "no me puedo bañar mucho tiempo ni lavarme la cabeza". En aquel momento era: "no te mojes la cabeza". Entonces yo las miraba y les decía: "no tiene nada que ver, puedes lavarte la cabeza". Y ellas decían "no pero a mi me dijeron que se te va a cortar." No se les iba a cortar nada! Entonces yo era un poco bicho raro en ese momento porque se hablaba con toda naturalidad de la menstruación y ta... sin problema viste”. (Patricia, 70 años)

Las narraciones también dejan entrever un cambio importante a nivel generacional, ya que ellas, de manera individual, comenzaron a descreer sobre este mandato que venía de madres y abuelas, sin prohibirles bañarse a la generación siguiente.

Otra creencia presente en los relatos es sobre la imposibilidad de hacer actividad física en los días de sangrado. Las mujeres tampoco dan cuenta de dónde se fundamentaba esta creencia, aunque podría estar asociada los tipos de productos de gestión del sangrado de la época, en los que mediante movimientos bruscos podrían no cumplir su función de retener -y ocultar- la sangre.

Ana María relata sobre cuáles eran los mitos que ella conocía cuando era niña y adolescente:

“...si estas menstruando y haces mayonesa se corta.

P: *¿Esa estaba cuando vos eras chica?*

R: No, ya no estaba, igual yo no hacía mayonesa! Pero eso es algo más relacionado, después aprendí hablando con otras compañeras, al ámbito más rural.

El tema de si haces mayonesa y se corta era del ámbito más rural. (...) Después lo empecé a escuchar: las otras decían que les habían dicho...

P: *Pero igualmente no te es algo ajeno*

R: Claro. Después conversas y decís, si a mí me decían eso... pero ninguna había hecho mayonesa en su vida, por lo tanto es una experiencia que no estaba.

Siendo ya más grande, digamos en mis primeras experiencias sexuales, estaba el mito de los varones...

P: *A ver...*

R: Que no se puede tener relaciones con una mujer si está menstruando.

P: *Hay toda una cuestión alrededor de tener relaciones con la menstruación.*

R: Los varones...no tanto que les diera asco, era un tema de contaminación: "hay algo que está saliendo de ahí que me va a contaminar de una forma extraña... no es que me ensucie, me lavo..."

Eso yo lo encontré en varios varones

P: *Había mucha desinformación también, ¿no? si a las mujeres no se les decía nada, a los hombres menos*

R: O lo que se les decía es que eso era algo impuro, era impureza... Era algo del orden de lo impuro... asociado a lo diabólico de alguna manera, oscuro...

P: *Hay como un enigma ¿no? Una cosa misteriosa...*

R: También hubo un mito, ese sí, lo escuché a mujeres más grandes que yo...

Había un dicho que decía: "para retener al marido dale de tomar agua de la palangana". eso era que supuestamente si vos te lavabas menstruando en una palangana y después mezclabas el agua con algo y se lo dabas era como un elixir de retención de los tipos.

P: *no!*

R: Sí! Eso es anterior a mí, yo lo escuché a mujeres más grandes, y también a veces en algún libro, en alguna novela, en alguna cosa se volvía a traer.

O sea que había una cosa asociada en los varones sobre todo, y en las mujeres también, como que eso que a vos te salía de adentro tenía unos poderes mágicos."

En el relato de Ana María se observan la existencia de varios mitos conviviendo sobre el tema en su juventud. El suyo es el único de los relatos que nombra al momento del encuentro sexual con un otro en los días de menstruación, se entiende que es un momento con muchas significantes culturales y sociales pero del que el resto de las entrevistadas no mencionaron, y que también plantea una línea de investigación aparte.

El mito del agua de la palangana no fue traído por ninguna de las otras entrevistadas, pero coincide con los poderes mágicos, oscuros e inexplicables que se le han dado a la sangre menstrual históricamente. Los orígenes de estos mitos urbanos, uruguayos y de mediados del siglo XX pueden enmarcarse dentro del saber popular de la sociedad occidental, vinculado muy estrechamente con el saber religioso.

Resulta interesante el cruce entre los poderes sexuales y la sangre menstrual, ya que es en este momento en donde el sangrado puede incidir en el cuerpo de los bio-varones:

“... muchas ideas acerca de los peligros sexuales se comprenden mejor si se interpretan como símbolos de la relación entre las partes de la sociedad, como configuraciones que reflejan la jerarquía o la simetría que se aplican en un sistema social más amplio.”

(Douglas 1973: 16)

Siguiendo el planteo de Douglas, cabe aquí el cuestionamiento sobre cómo la prohibición que plantea la Biblia y el eco que este ha tenido a través de los años se vincula con la desigualdades de género estructurales de la sociedad, al colocar a la mujer en un lugar de *inmundicia*, pudiendo *contaminar* de esta manera el cuerpo del hombre.

La sangre del útero se diferencia claramente en su nivel simbólico de la sangre proveniente de las heridas, generando asco, repugnancia y fantasía. De Beauvoir afirma que es debido a que esta sangre: “encarna la esencia de la feminidad.” (De Beauvoir 1977: 62) Aunque a esta afirmación hoy en día se le añadiría el prefijo bio antes de la palabra mujer, se posiciona a esta sangre desde un punto de vista biológico y simbólico como esencial para la construcción de la femineidad, no solo cargándola con un peso importantísimo que merece ser estudiado, sino llenando también de significado la ausencia de la misma: sería interesante analizar cómo se relaciona la ausencia de sangrado tanto para las personas con útero que no menstrúan, como para las mujeres que no poseen útero, como para las mujeres trans.

La creencia de la inmundicia de la bio-mujer ha servido históricamente para invisibilizar la genitalidad de las mujeres, siendo esto utilizado a través de la historia como mecanismo de control del cuerpo con útero, dejando una desigualdad estructural en la manera de habitar y vivenciar el propio cuerpo: “En gran parte, la mujer no reconoce como suyos los deseos de su sexo porque no se reconoce en él. Esos deseos se expresan de una manera vergonzosa.” (De Beauvoir 1977: 144)

Gestión del sangrado

A través de las memorias de cada una de las entrevistadas se realizó una reconstrucción histórica de las maneras de gestionar el sangrado menstrual desde mediados del siglo XX en Uruguay. Todas las entrevistadas utilizaron en los primeros años de su

menstruación algún método de gestión del sangrado reutilizable, a los que Tarzibachi en su investigación denomina *trapitos*: diferentes telas de material absorbente que se enganchaban en la ropa interior.

Además de ir mejorando la manera de contener el sangrado a lo largo del tiempo, es necesario el señalamiento sobre la función que estos productos poseen para esconder el mismo del ojo público, permitiendo que la persona realice todo lo necesario para gestionar la sangre en soledad y dentro del baño del hogar. Al respecto de la irrupción de la industria del FemCare Tarzibachi afirma:

“...la industria productora de toallas y tampones ayudó a reinscribir narrativas dominantes sobre el género en diferentes países. Uno de estos planos consideró al cuerpo menstrual como un cuerpo socialmente desventajado por su biología y defectuoso por naturaleza. Para él propuso tecnologías “reparadoras” que disimularan más cómoda y efectivamente las evidencias perceptibles de la menstruación.”

(Tarzibachi, 2017: 41)

Cuando yo empecé mi menstruación, que es lo que tu querés hablar, no había paños higiénicos que vos los tirabas.

¿Y que usaban?

Había unas toallitas de este tamaño, 50 centímetros con unos 15 centímetros de cada lado de una tela fina y una tela esponjosa al medio. Vos doblabas esa toallita, te la prendías en unos cinturoncitos que había con las partecitas finas... Eso había que cambiárselo y lavarlo a mano, y ponerlo al sol. Porque tampoco el agua jane no se usaba para que interfiriera mucho con el cuerpo. (Julia, 83 años)

Las mujeres narran que eran sus madres o abuelas quienes se encargaban de fabricar los trapitos para las mujeres de la familia, dando esto lugar a muchas versiones diferentes del mismo producto, aún no tenía tanto peso en nuestro país la industria del FemCare que estandarizará los productos.

Parte de la sorpresa que las entrevistadas narran con su menarquía parte de imaginarse que sus madres ocultaron -durante tantos años- el proceso de lavado de los trapitos, tanto de sus ojos como del resto de la familia. En los relatos surge la interrogante sobre cómo haría la madre para cambiarse y lavar cada tela en secreto.

Ana María, de 70 años, es la única que cuenta que su madre la llevó a comprar los trapitos a una tienda en vez de fabricarlos manualmente. Ella se encuentra en una situación más actual y urbana que el resto de las entrevistadas.

P: *Cuando vos empezaste a menstruar no había toallitas todavía acá, ¿no?*

R: ¡No, no! Yo me acuerdo que mi madre me llevó al London Paris -que no existe más-; había una sección de ropa interior y ahí me compraron lo que se usaba en ese momento... Que yo lo use un tiempo porque enseguida después -cuando empecé el liceo- eso desapareció. Era una especie de cinturoncito elástico que tenía como dos presillitas (una adelante y otra atrás) con un botoncito y después venían los pañitos de tela, era una tela como esponjosa gruesa, doble y que tenían ojal. Entonces vos te ponías el pañito y te lo abrochabas al botoncito de ese cinturoncito...

Después de este sistema reutilizable, con sus diferentes variables, comenzaron los sistemas descartables. Las entrevistadas evalúan como positivo este pasaje, ya que para sus familias implicó el dejar de lavar cada trapito; en muchos de los relatos se comparó al momento en el que comenzaron a acceder a pañales descartables para sus hijos. Sobre los primeros trapitos y productos reutilizables las entrevistadas hacen acuerdo sobre la incomodidad de los mismos y la dificultad para realizar tareas cotidianas:

“... Un proceso subjetivo tuvo lugar para las mujeres en distintas temporalidades según su pertenencia de clase, por el cual, con la democratización de estas tecnologías, la mayor comodidad, y sobre todo, la eficacia en el enmascaramiento del cuerpo menstrual, la experiencia de la menstruación comenzó a pasar más inadvertida para las mujeres mismas, no sólo para los otros.” (Tarzibachi, 2017: 144)

Antes de la comercialización de las toallas en el mercado las mujeres comenzaron a utilizar diferentes productos descartables: algunas apósitos, otras algodón o gasa. El pasaje del sistema familiar al industrializado no fue breve, y se considera que este no estará acabado hasta que las toallas no sean accesibles a todas las personas que menstrúan, permitiendo la convivencia de este sistema con otro reutilizable o el empleo de papel o gasa descartable. Sobre este pasaje, o estas maneras híbridas de gestionar el sangrado narran Maria y Silvana, la última cuenta los productos que ella diseñó para que sus hijas llevaran a escuela y liceo.

P: *Usabas eso entonces, el algodón envuelto en una gasa*

R: Si. Viste que antes comprar algodón cisne era más barato, entonces yo les enseñaba a ellas. Opté por hacerles tipo una funda y les enseñaba a ponerle el algodón adentro y en la parte de atrás les ponía un cierre velcro chiquito, un pedacito, lo pegaban y no se salía; y les quedaban más cómodos porque se quedaba adherido a la bombacha, por las dudas viste que se te cae en la clase algo.. (Silvana, 64 años)

P: *¿Te acordás cuando llegaron las toallitas descartables a Uruguay? ¿Cuándo se empezaron a usar?*

R: Primero que las toallitas descartables vinieron unos que eran como apósitos de algodón con una red, digamos... no era red pero algo así que lo sostenía al algodón. Un socotroco de algodón y tenía una mallita finita para que el algodón no se meta, no se si tenía algo adentro que te absorbiera o algo así...

P: *¿Y eso se uso mucho tiempo? ¿estos apósitos? ¿se tiraban?*

Si, se tiraban. y esos no se enganchaban. eran grandotes. (Maria, 74 años)

El acercamiento a la investigación sobre cómo fue el proceso de mercantilización de estos productos abre varios cuestionamientos, por lo conocido hasta el momento esto no es un proceso lineal ni inacabado, ya que al tener un costo dictaminado por los precios del mercado existen mujeres que no pueden acceder a estos productos en 2021.

La gestión de estos productos dependía de cada familia, algunas ya los adquirían en el mercado según su procedencia socio-económica mientras que otras los siguieron manufacturando por un tiempo más, hasta que los productos se hicieron más accesibles. Esto explicaría cómo Ana María fue a una tienda junto con su madre a conseguir los trapitos que se enganchaban mientras que Silvana les seguía creando un producto reutilizable a sus hijas.

Un factor a destacar de este pasaje hacia el sistema industrializado es que por más que las nuevas tecnologías de gestión del sangrado posibilitaron un accionar menos dependiente de las mismas, el sangrado continuó siendo gestionado totalmente en privado y vivido desde la vergüenza. Los cambios de la industria reflejan cambios sociales y culturales que permitieron que se comience a hablar del tema en el ámbito público, que el sangrado empiece a dejar de ser un impedimento para el estudio y trabajo y que los mitos comienzan a ser dejados de lado, al mismo tiempo que no impactaron de gran manera en el pudor y la vergüenza como reguladoras de la experiencia.

Es en esta intersección donde se observa la mayor diferencia según posición social: la mercantilización actual de los productos de gestión menstrual implica que muchas

personas se vean sin acceso a los mismos. El trabajo por la visibilización de las problemáticas sociales y culturales que se asocian al ciclo ovulatorio menstrual implica visibilizar las reglamentaciones al respecto de cada país sobre estos productos, y cómo esto incide directamente en la trayectoria de las personas que menstrúan: en Uruguay actualmente cuentan con un Impuesto de Valor Agregado de 22%.

La posibilidad de acceso a los productos de gestión menstrual para toda la sociedad es una de las reivindicaciones del activismo menstrual que está en mayor vigencia actualmente, logrando que se comiencen a cambiar las legislaciones y que algunos gobiernos provean de manera gratuita estos productos.

Actualmente se asiste a una emergencia de nuevos productos reutilizables, entre ellos se destacan la copa menstrual y las nuevas toallas reutilizables. La emergencia y expandido uso de estos productos se asocia a las nuevas narrativas que se están construyendo entre las bio-mujeres más jóvenes respecto al ciclo y a la sangre en sí misma. Estos productos permiten a la usuaria tener contacto con la sangre, observar cómo es la misma y, en el caso de la copa menstrual, observar cuál es la cantidad de sangre real que se expulsa cada mes.

Otro de los motivos que se asocian al uso de estos productos es su mayor vida útil, y el conocimiento de sus componentes. Debido a que los productos reutilizables se clasifican para el estado como bienes de lujo no es obligatorio para los mismos actualmente especificar los diversos químicos que los componen.

En 2021 la industria del FemCare comienza a responder al auge de estos productos, generando copas menstruales reutilizables² y tampones orgánicos³.

Publicidad y visibilidad del sangrado

En la reconstrucción histórica realizada en el proceso de entrevistas, ninguna de las participantes recordó haber visto algún tipo de anuncio sobre productos de gestión del sangrado antes de la masificación de la televisión. Sus relatos denotan un silenciamiento absoluto en su etapa de adolescencia y juventud, hasta llegar a la adultez.

²

<https://www.farmaciasanpablo.com.mx/cuidado-personal-y-belleza/higiene-y-proteccion-femenina/higiene-femenina/prudence-desechable-softcup-copa-menstrual/p/00000000041760016>

³ <https://tienda.farmashop.com.uy/pink-lady-tampones-organicos-super-x15.html>

La primera entrevistada, Patricia, recordó de forma muy clara una publicidad icónica de tampones, dando el puntapié para comenzar a indagar sobre el mismo con el resto de las entrevistadas.: “Ni vos te das cuenta”⁴, protagonizada por Natalia Oreiro en el año 1993, en la que se publicita la marca OB, propiedad de la empresa Johnson y Johnson la que ha tenido muchísimo impacto en la educación sexual que se ha realizado en las escuelas de la región sudamericana.

En la publicidad la protagonista pasea un perro vistiendo un short blanco y debe pasar frente a un grupo de varones, lo que denota una situación tensa para ella. Al pasar, los varones se voltean para observar detenidamente su cuerpo y el short que viste, pero ella camina tranquila, demostrando seguridad.

El color blanco de su vestimenta hace referencia a la posibilidad de mancharse de rojo con la sangre menstrual, y que esta sea visible para el ojo de los varones. En coherencia con lo planteado anteriormente, la necesidad de que el sangrado no traspase la ropa para ser visto por los demás es uno de los regentes de la experiencia de menstruar, al respecto Tarzibachi afirma: “Las toallas y los tampones operaron como una intervención corporal para hacer algo parecido a lo que en el lenguaje hicieron estos eufemismos: disimular la materialidad de ese fluido considerado abyecto (repugnante) y defectuoso (vergonzante) hasta ocultarlo tan bien que el estigma parece no existir.” (2017: 69)

En el año 2020, la actriz fue consultada sobre su visión de esta publicidad luego de que la misma fuera reflatada en redes sociales, a lo que contestó que cree que no colabora con las mujeres, y que hoy en día no la realizaría. ⁵ Parte de la polémica desatada se debió a que la famosa actriz era menor de edad al momento de realizarla, y según la misma no sabía que se iba a realizar una hipersexualización de su cuerpo.

El relato de la publicidad se traza con el fin de hacer notar que el mismo quedó en las memorias de esta generación (y probablemente de las siguientes).

La manera en la que se comenzó a mostrar la sangre menstrual en los medios de comunicación masivos se presta a un gran análisis, ya que se entiende, para la realidad Uruguaya, que este fue el comienzo del tema en la vida pública. Los mensajes que allí

⁴ <https://www.youtube.com/watch?v=qW6CW3ziiGI>

⁵

<https://lt10.com.ar/noticia/276928--natalia-oreiro-arrepentida-por-filmar-la-publicidad-que-la-lanz-o-a-la-fama>

https://www.clarin.com/fama/natalia-oreiro-critico-publicidad-hizo-famosa-colabora-mujeres-0_rXaVj2mlH.html

se transmiten han sido recibidos por varias generaciones posteriores a la de las entrevistadas, reflejando y reforzando el mandato de ocultamiento del sangrado, en la búsqueda constante de invisibilizarlo.

P: Pero te acuerdas un poco cuando llegaron las toallitas y los tampones, como eran los reclames, como se hablaba de eso, si salía la publicidad en el diario o en la tele..

R: Mirá fundamentalmente lo que recuerdo era la tele. La tele, johnson y johnson, como que fue toda esa época... Recuerdo ese reclame de Natalia Oreiro

P: El que ella pasa con el shortcito blanco

R: Ahí está, ahí está

P: Y los hombres ...

R: Y los chicos la miran y nosequé.. Tranquila, vas segura...

P: Yo me acuerdo de ese reclame también...

R: Si, totalmente. Y también estaba aquello de que de repente si tenías una menstruación muy abundante.. el tener el cuidado dependiendo de lo que usarás de que no se te notara. Estaba todo aquello... que no se te notara porque uuh ta.... (Patricia, 70 años)

“Hay un reclame muy famoso de cuando llegaron los tampones que pasaba natalia oreiro con un shortcito blanco caminando..

R: ¡Si me acuerdo! ¿Con un perro?

P: ¡Si, con un perro!

R: ¡Claro! que después lo sacaron porque los chicos le miraban la cola.

P: si. ah... ¿Lo sacaron?

R: Creo que sí, con ese tema de...

P: Si, que le miraban la cola... ”

R: Si. no se como... (Sonia, 78 años)

En la publicidad se refuerza el miedo constante de manchar con sangre la ropa. Cuentan las entrevistadas que vivieron este miedo especialmente en la adolescencia y escuela, asociado a manchar la túnica blanca (de la escuela pública) y a las burlas de los compañeros en las clases.

“Algo que me pregunto es cuán incómodo era... ir a la escuela o al liceo...

Era super incómodo. Estabas siempre pendiente de la manchita, creo que eso sigue sucediendo. Era una cosa de estar siempre cuidándote o diciéndole a una amiga : "fijate ahora cuando me levante si me manche", y tener como un saco para ponertelo por arriba de la cintura o algo así, porque era como terriblemente vergonzoso andar así por la vida.” (Ana María, 70 años)

“...y yo hablé mucho con las chiquilinas (...) empecé a decirles "vos antes de irte a la escuela o al liceo ponete una toallita. la pegas así, así (...) que siempre te quede un poquito mas atras porque sentada se corre, y tené una más o dos en la mochila. porque si te desarrollas y los gurises te ven se van a reir y vos te vas a sentir mal”
Y un día vino y me dijo: "que razón tenias porque mi compañera se desarrolló y se le mancho la túnica atrás y los estúpidos..." ¡Porque le salió del alma decirle estúpidos!
"Los estúpidos se reían." ¡Porque ella se enojaba y lloraba!" (Silvana, 64 años)

La vinculación con la publicidad y el relato de las entrevistadas pone en relación al sangrado con el ojo de los varones. El mandato bíblico de la sangre como inmunda continúa haciendo eco miles de años después, la publicidad refleja una conducta habitual: la adolescente debe ocultar su sangre de sus pares hombres; aunque en la misma no se reflejan cuáles serían las consecuencias si la sangre se traspasara, las mismas se asocian a la burla, aislamiento y discriminación.

A comienzos del 2019 emergieron las primeras publicidades de habla hispana en las que se muestra la sangre menstrual con su color natural: rojo.⁶ Hasta el momento las mismas ocultaban la sangre o, de ser necesario, la reflejaban de color azul. Entendiendo que la publicidad, especialmente la televisiva, refleja y refuerza los códigos culturales hegemónicos del momento, se ha adaptado a las crecientes denuncias de las bio-mujeres organizadas en torno al movimiento feminista.

Cambios en la experiencia

Las entrevistadas concuerdan en que observan cambios en la manera de transitar los días de sangrado, obteniendo las generaciones siguientes más apertura sobre el tema. Dentro de los cambios que se identifican está la posibilidad de conversar sobre el tema, y el derrumbamiento de mitos que ellas vivieron en la infancia. También se destaca el hecho de la presencia de publicidades de toallas y tampones en diferentes medios de comunicación y cómo esto genera un cierto interés por el tema, dejando de lado el silenciamiento bajo el que ellas crecieron.

P: ¿En que ves que ha sido diferente para la generación mía, que sería la de tus nietos, en que ves que ha sido diferente el proceso de la menstruación?

⁶ <https://www.youtube.com/watch?v=lyWENfKC7C8>

R: ¡Diferente sí! Con más normalidad, ¡Es algo lindo! Con naturalidad... se vive con lo que es la realidad del ser humano, de lo que es así..

Ahora los gurises te hablan... hasta mis nietos.. (...) hay cosas que hablo con mis nietos y que ellos me dicen a veces cosas.. que mirá si yo iba a decirle eso a mis padres, y eso que yo fui siempre con un carácter medio fuerte... (Sonia, 78 años)

P: ¿ves que eso es diferente hoy?

R: Yo creo que sí. Yo actué diferente, y eso que actué a empujones, porque mi hija no quería, se enojaba a veces... Simplemente les explicaba, es normal, no está mal. Les explicaba lo que podía, tampoco soy médico ni estudie. (Julia, 83 años)

Los relatos destacan el accionar individual de cada una, el preocuparse por comprender el tema y traspasar el conocimiento que se considera adecuado, más que nada a los hijos. Remarcan que no hubo en ellas educación sexual en la escuela o el hogar para que pudieran actuar de otra manera, sino que su propio interés las llevó a ir en búsqueda de información.

(...) Lo que veo es que a ustedes nunca nadie les dijo nada, pero ustedes hicieron un trabajo enorme en... fueron las primeras en hablarles a sus hijos, y con las nietas ya tienen un contacto re distinto...

A mí me costó mucho con mis hijos varones porque no sabía cómo... mi esposo menos que sabía de esas cosas..

Entonces dije voy a buscar en algún libro tiene que haber algo para explicarles como es el desarrollo del varón y el de la mujer, que tienen que ser diferentes. Pero yo al principio pensaba que el hombre menstruaba como la mujer, después leí y vi que era diferente.

Una re tarea, un re laburo te mandaste...

¡Uuh! Si sería terrible laburo si...

Y les enseñé a mis hijas como cuidarse, en esa época cuando mis hijas eran chicas la economía no me daba para los adherentes. Compraba adherentes y guardaba para cuando ellas iban al liceo, para que no pasaran vergüenza... se cambiaban en casa y llevaban en la mochila siempre uno más de prevención... Con mis hijas ya fue un cambio.

Y ahora con tus nietas... ¿Cómo lo viven ellas?

Es más grande el cambio, es más grande...

Igual como que al principio les costaba preguntarme cosas... Yo les decía preguntarme a mí y no que los demás se burlen de ustedes como hicieron conmigo, por la ignorancia.

¡Ignorancia total! Entonces empezaron... (Silvana, 64 años)

Ana María es la única de las entrevistadas que nombra en su relato al movimiento feminista y lo que éste pudo haber influido para la apertura del tema.

Te quería preguntar un poco qué diferencias ves vos, cómo sentís que es la experiencia para las que somos más gurias ahora... ¿En qué cosas sentís que puede ser diferente?

Los mitos y eso de no bañarse, no poder hacer gimnasia, no poder hacer determinados movimientos hace mucho tiempo que cayó. Creo que ahora hay más naturalidad, entre comillas, porque tampoco veo que sea una cosa de la cual hablemos libremente en la mesa del almuerzo familiar. "ay che mira que empecé a menstruar" (risas) (...)

Todavía hay como un cierto pudor para hablar del tema (...) En los ámbitos más sociales no se dice ni se habla, entre nosotras si ya lo hablamos (...)

¿Y qué sentís vos que es lo que aportó al cambio que estamos viviendo?

Como muchas cosas creo que aportamos nosotras mismas. (risas) (...) de pensar, de escribir, del feminismo, de abrir los mitos y empezar a ver como eran: "¿Y esto porque es así? ¿Dónde está? ¿Quién lo escribió?" (...)

Si yo lo comparo con mi adolescencia es distinta a la adolescencia de mis nietas; igual mantienen muchas cosas, lo del pudor, lo de... a ver, no es un tema de conversación como puede ser me duele la muela. (Ana María, 70 años)

De la observación de los relatos se desprende la vigencia que aún continúa en el pudor y la vergüenza como regentes de la experiencia individual, aunque indudablemente la experiencia para sus hijas y nietas ha sido muy diferente a la de ellas.

Reflexiones finales

La realización de este trabajo fue guiada por ciertas interrogantes sobre el ciclo ovulatorio menstrual y los sangrados del útero; una vez culminado el mismo muchas han encontrado su respuesta, al mismo tiempo que cada respuesta continúa abriendo múltiples preguntas de investigación. El tema presenta una riqueza excepcional para el análisis, ya que sus facetas colectivas están incipientemente siendo denunciadas, tanto desde las ciencias sociales como desde el activismo menstrual; esta investigación pretende ser un aporte en esta línea, aportando un análisis escrito sobre una experiencia colectiva que, de lo contrario, quedará en el olvido.

La fisiología cíclica de la corporalidad de las bio-mujeres ha sido históricamente un motivo de control por el poder patriarcal, vinculada esta a la fuerte incompreensión de la fertilidad de las mismas: la represión ha sido, y continúa siendo un rasgo definitorio de la sexualidad de las mismas. Para el control de la sexualidad ha sido fundamental generar la vergüenza y el pudor sobre la sangre menstrual, junto con el desconocimiento del funcionamiento del ciclo y el asco por la genitalidad bio-femenina.

Aunque, como se presenta en el análisis, la experiencia colectiva ha cambiado en los últimos años, se observa una continuidad en la experiencia individual: la vergüenza y el pudor continúan siendo las emociones regentes de la misma. La vergüenza de habitar el propio cuerpo es una gran conquista de la sexo-política, un reflejo muy fuerte de la desigualdad en la manera de habitar el cuerpo de bio-mujer y bio-varón.

Aunque no fue investigado en este trabajo, el ocultamiento de la ciclicidad permite que surja otro tipo de relacionamiento entre las bio-mujeres, vinculado al ser poseedoras de secretos y la complicidad. El sangrado -o la ausencia del mismo- se presenta como una experiencia con el rasgo característico de ser universal, interpelando a todas las corporalidades por igual.

En la visibilización del entramado de las desigualdades de género que corresponden a la construcción del cuerpo cíclico y sangrante se encuentra un gran potencial para la construcción de un saber que se pueda realizar en conjunto y en función de las necesidades de las poblaciones históricamente oprimidas.

Bibliografía

- Batthyány, Karina y Cabrera, Mariana (coordinadoras) (2011) *Metodología de la investigación en Ciencias Sociales. Apuntes para un curso inicial*. Montevideo, Universidad de La República.
- Bobel, Chris (2010) *New Blood: Third-wave feminism and the politics of menstruation*. Rutgers University Press. Kindle E-book
- Bobel, Chris (2019). *The Managed Body: Developing Girls and Menstrual Health in the Global South*. doi: <https://doi.org/10.1007/978-3-319-89414-0>
- Butler, Judith (2002) *Cuerpos que importan*. Buenos Aires, Paidós.
- Butler, Judith (2007) *El género en disputa*. Barcelona, Paidós.
- Chorubczyk, Elizabeth (s/a) *Nunca serás mujer. Nunca serás mujer*. <http://nuncaserasmujer.blogspot.com/>
- De Beauvoir, Simone (1977) *El segundo sexo. Los hechos y los mitos*. Buenos Aires, Editorial Siglo Veinte.
- Douglas, Mary (1973): *Pureza y peligro. Un análisis de los conceptos de contaminación y tabú*. Madrid, Editorial Siglo XXI.
- Eliade, Mircea (1991) *Mito y Realidad*. España, editorial Labor S.A.
- Foucault, Michel (1992) *Microfísica del poder*. Madrid, Las ediciones de la piqueta.
- Guber, Rosana (2005) *El salvaje metropolitano*. Buenos Aires, Paidós.
- Martin, Emily (1987) *The woman in the body. A cultural Analysis of Reproduction*. Boston, Beacon Press.
- Martínez Hernández, Ángel (2008) *Antropología Médica. Teorías sobre la cultura, el poder y la enfermedad*. Barcelona, Anthropos Editorial.
- Mileo, Agustina (2018) *Sangre, sudor y gastos. ¿Por qué la menstruación es un factor de desigualdad?*. Economía Femenita <https://economiafemenita.com/menstruacion/sangre-sudor-y-gastos-por-que-la-menstruacion-es-un-factor-de-desigualdad/>
- Moreira, Hilia (1994) *Cuerpo de Mujer. Reflexiones sobre lo vergonzante*. Montevideo, Ediciones Trilce.

- Preciado, Beatriz (2005) *Multitudes Queer en Nombres Revista de Filosofía*. Córdoba, Año XV, n° 19.
- Preciado, Beatriz (2008) *Testo Yonqui*. Madrid, Editorial Espasa Calpe S.A.
- Oficina del Alto Comisionado en Derechos Humanos de las Naciones Unidas - Oficina Regional América del Sur (2019). *Día de la mujer, la salud menstrual de las mujeres ya no debería ser un tabú*.
<http://acnudh.org/la-salud-menstrual-de-las-mujeres-ya-no-deberia-ser-un-tabu/>
- Real Academia Española (s.f) Eufemismo. En *diccionario de la lengua española*. Recuperado el 22 de Julio de 2021. <https://dle.rae.es/eufemismo>
- Real Academia Española (s.f) Menstruación. En *diccionario de la lengua española*. Recuperado el 15 de Marzo de 2021.
<https://dle.rae.es/menstruaci%C3%B3n?m=form>
- Real Academia Española (s.f) Definición de Menstruo. En *diccionario de la lengua Española*. Recuperado el 15 de Marzo de 2021
<https://dle.rae.es/menstruo>
- Scott, Joan (1999) *El género: una categoría útil para el análisis histórico*, en Navarro, M. y Stimpson, C. (compiladores): *Sexualidad, género y roles sexuales*. Buenos Aires, Fondo de la Cultura Económica.
- Scribano, Adrián (2008) *El proceso de investigación social cualitativo*. Buenos Aires, Prometeo Libros.
- Tarzibachi, Eugenia. (2017) *Cosa de Mujeres: menstruación, género y poder*. Buenos Aires, Editorial Sudamericana.

Recursos web consultados

- (s/a) 19/2/2021 Nueva Zelanda entregará productos de gestión menstrual gratis en las escuelas. *La diaria*.
<https://ladiaria.com.uy/feminismos/articulo/2021/2/nueva-zelanda-entregara-productos-de-gestion-menstrual-gratis-en-las-escuelas/>
- (s/a) 30/11/2020 Escocia será el primer país del mundo con acceso gratuito y universal a productos de gestión menstrual. *La diaria*.
<https://ladiaria.com.uy/feminismos/articulo/2020/11/escocia-sera-el-primer-pais-del-mundo-con-acceso-gratuito-y-universal-a-productos-de-gestion-menstrual/>
- Medicalización de la menstruación y estrategias de salida
<https://www.youtube.com/watch?v=c7pThqD48IA> Colectivo vulvasapiens
23/4/2021