



“Per fi ja tinc la regla, ja soc una dona”: Les adolescents i la menstruació

Coneguda amb diversos noms o, fins i tot, eufemismes a Llatinoamèrica i Espanya –“vino Andrés”, “Juana la Colorada”, “me cantó el gallo”, “la regla”, “el periodo”– en aquest text parlaré sobre la menstruació. Arreu del món, hi ha més de cinc mil maneres diferents d’anomenar-la. Segons l’ONU, la menstruació és viscuda, aproximadament, per un 26% de la població mundial, una quantitat aproximada de mil vuit-cents milions de dones, i es prolongarà durant un llarg període de les seves vides (uns quaranta anys) una mitjana de tres dies cada mes, iniciant-se a la menarquia –la primera menstruació– i finalitzant amb el procés de la menopau-

sa. Aquestes dades donen compte de la importància de la menstruació en termes poblacionals, però també de la presència i freqüència que té en la vida de les persones. Com passa en tota experiència humana, aquest fet biològic també està influït i modelat pels contextos socioculturals en els quals té lloc, sent de gran rellevància la perspectiva antropològica en el seu abordatge i comprensió. Per l’antropologia, la menstruació ha estat explicada i regulada a totes les societats i cultures humanes, de manera que existeixen múltiples concepcions, costums, normes i pràctiques al seu entorn. A tall d’exemple, trobem a Afganistan, encara avui,

Direcció publicació:

Beatriz San Román, Irene Salvo
i Silvina Monteros

Continguts d’aquest número:

Vanessa Mantilla Salazar

Imatges:

Alicia Paramita Rebuelta Cho

Coordinació:

Victòria Badia

Traducció:

Victòria Badia

Notícies i Agenda:

Chandra K. Clemente
i Eva Vázquez

Difusió:

Maria Galizia

Maquetació:

Beybe

Subscripció i contacte:

gr.afin@uab.cat

ISSN: 2013-2956



AFIN
Grup de Recerca

UAB

Universitat Autònoma de Barcelona

que un 70% de nenes i adolescents no es banyen ni es dutxen durant el període menstrual per por a la infertilitat; un 29%, no va a l'escola quan menstrua; un 80%, té vetada l'assistència a esdeveniments socials i, almenys la meitat d'elles, desconeix l'existència de la menstruació fins el moment de la menarquia, segons un informe realitzat per la UNICEF.

Pel que fa a la nostra societat occidental i contemporània –com en gran part de les societats altament industrialitzades–, la menstruació ha sigut conceptualitzada predominantment des d'un enfocament biomèdic, segons el qual, seria una de les fases del cicle menstrual, i es concebria com el sagnat que té lloc quan l'òvul no és fecundat. L'òvul és expulsat de l'ovari amb l'objectiu de ser fecundat, la qual cosa provoca que el revestiment de l'endometri s'engrosseixi a fi de revestir i nodrir l'òvul fecundat. Quan la fecundació no es dona, el teixit endometrial es desprèn originant la menstruació. Cada període menstrual pot durar entre tres i set dies i pot generar una quantitat de fins a 50 ml distribuïts en els dies que dura el període. Tanmateix, més enllà d'aquesta explicació biològica, també és possible identificar

diferents discursos i pràctiques socioculturals a l'entorn del procés de menstruar, que impacten en les experiències de les persones que l'experimenten.

Partint d'aquí, aquest text presenta els resultats i reflexions d'una exploració antropològica entorn de les qüestions socioculturals que donen significat a l'experiència menstrual d'un grup d'adolescents de la ciutat de Barcelona. En primer lloc, realitzo un relat personal de la meua experiència sobre la menstruació, de la qual va derivar, inicialment, el meu interès en el tema. En aquest sentit, en aquesta exploració, hi introdueixo una perspectiva autoetnogràfica. A continuació, presento els objectius de la meua investigació i analitzo algunes de les troballes del treball de camp, realitzat mitjançant grups focals i entrevistes en profunditat. Finalment, reflexiono sobre els resultats, sense pretendre, en cap cas, que siguin concrets, sinó apel·lant a la importància de continuar la indagació sobre aquest tema des d'una perspectiva antropològica.

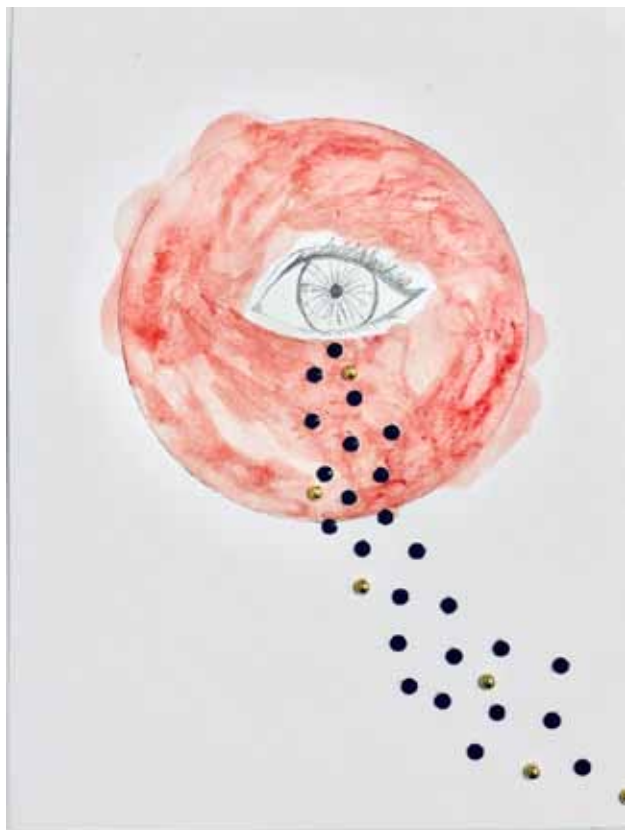
El meu itinerari biogràfic menstrual

La meua història, com la de moltes altres persones, ha transcorregut en un context



manca d'un bon coneixement i una bona educació menstrual. A més de l'escassa educació sexual i reproductiva que vaig rebre a la meua etapa d'estudiant –tant a primària com a secundària–, aquesta solament va incloure una informació científica sobre la menstruació, transmesa

posant un especial èmfasi en les noies, a tall d'advertència: a partir de la seva arribada corríem "el perill de quedar-nos embarassades". Així, en el meu cas, la menarquia va començar quan jo tenia dotze anys, moment en el qual la meva mare em va ensenyar a posar-me una compresa. En aquesta etapa de la meua vida mai no vaig parlar en profunditat



amb ningú sobre la menstruació, tampoc vaig parar atenció als canvis que cíclicament es donaven en el meu cos, ni a les regularitats o a l'emocionalitat que podria estar-hi associada, per la qual cosa vaig experimentar un important procés de desafecció en relació a aquella durant uns quants anys.

Això va durar fins que vaig cursar els estudis d'infermeria, en el decurs dels quals vaig entendre d'una manera detallada el cicle menstrual: el funcionament dels diferents tipus d'hormones secreta-des a cada fase o la relació entre la temperatura corporal, el flux vaginal i la seva connexió amb els estats d'ànim. Va suposar tot un descobriment comprendre la importància que aquest coneixement té pel control que podem exercir sobre les nostres pràctiques sexuals i les nostres decisions reproductives. Llavors em vaig preguntar: Com pot ser que ningú no m'ho hagi explicat?

A partir d'aquell moment, vaig prendre la decisió de procurar experimentar més conscientment els meus cicles. Al complir els vint-i-quatre anys, vaig començar a incorporar una perspectiva més holística, a partir de diversos materials escrits i audi-

ovisuals que em vaig anar trobant, com: el llibre *La Luna Roja* de Miranda Gray –un manual sobre com conèixer el nostre cicle menstrual i la nostra consciència corporal menstrual–, el documental *La Luna En Ti* –que s'endinsa en la feminitat i mostra com avui en dia la menstruació segueix sent un tema tabú en diversos punts del planeta–, o el blog *El Camino Rubí* –que ajuda a entendre per què la menstruació constitueix un fet social, més enllà dels seus aspectes biològics–. Aquest últim, a més, ajuda a entendre els nostres cicles menstruals des d'una perspectiva pedagògica. Aquests recursos em van ajudar a conèixer i a comprendre millor la complexitat dels processos que travessen el meu cos menstruant.

A partir d'aquest replantejament de la meua pròpia experiència menstrual, vaig començar a interessar-me en indagar com actualment les adolescents experimenten la seva menstruació i com els discursos socials i científics influeixen en la seva manera de significar-la i viure-la. Preguntant-me si havien canviat o no les pràctiques, dinàmiques i vivències que jo havia experimentat durant la meua etapa adolescent, vaig decidir por-

tar a terme un apropament antropològic al tema en la meva tesi de màster, l'objectiu principal de la qual va consistir en explorar l'experiència de la menstruació de les adolescents en l'actualitat. Concretament, em va interessar de conèixer, d'una banda, els efectes dels discursos socioculturals sobre la menstruació en l'adolescència, com sentiments de vergonya i rebuig, que poguessin contribuir a l'ocultació i invisibilització dels seus cossos menstruants i, d'altra banda, explorar si l'hegemonia del saber biomèdic sobre els processos reproductius donava lloc a la medicalització del cos menstrual de les noies.

En aquesta publicació presento la meva anàlisi i reflexió entorn dels discursos sobre la menstruació d'onze persones, un grup conformat per adolescents d'entre quinze i setze anys, estudiants d'un institut de secundària, i, un altre, per professionals mèdics de l'àmbit de la ginecologia d'un centre d'atenció primària, ambdós situats a la ciutat de Barcelona (Espanya). Les dades etnogràfiques es van obtenir a través d'una metodologia qualitativa, que va incloure grups focals i entrevistes en profunditat amb les adolescents, així

com entrevistes semiestructurades amb el personal sanitari. Aquesta metodologia es va complementar amb noranta hores d'observació participant en el servei de ginecologia, durant els dos mesos en què vaig dur a terme el treball de camp de la investigació.

El cos menstruant com a marcador diferencial: Un pas cap a "ser una dona"

L'anàlisi dels discursos de les noies participants dona compte del fet que la menstruació es significa com un clar operador de la diferència de gènere, no solament pel que fa a allò biològic, sinó també en altres esferes humanes. En aquest sentit, els processos menstruals s'identifiquen exclusivament amb els cossos femenins, de la qual cosa se'n deriva una sèrie d'implícacions, que resulten rellevants des d'un punt de vista antropològic.

Múltiples significacions giren entorn de la feminitat, en la qual s'adscriuen valors, normes i característiques socials i culturals. Dins d'aquest conjunt de construccions socials, la biologia reproductiva de les dones hi té un gran pes. La menstruació presenta una gran càrrega simbòlica perquè habilita el nou rol social que



les dones adquireixen després de la menarquia, és a dir, la seva potencial maternitat, la qual cosa marca en diversos sentits la fi de la seva condició de "nenes" i l'inici de la seva condició de "dones". En aquest sentit, malgrat que totes les entrevistades manifestaren haver experimentat aquest canvi de posició i estatus social, tres d'elles emfatitzaren especialment com la menstruació significà un pas important pel fet de deixar enrere la in-

fància i convertir-se en una dona adulta. Aquest pas va ser viscut com un canvi positiu que les va empoderar, més enllà dels canvis biològics i emocionals que va implicar:

Creo que es una de las mejores experiencias, hasta ahora que tengo,



casi dieciséis años que he vivido. Es sentirse mujer, pero al extremo, y se siente muy bien la verdad, aunque te duela, pero se siente y puedes decir con la boca bien grande "soy mujer". La verdad es que, es como un cambio de emociones radical y desde ahí te vas dando cuenta como es en realidad la vida ¿sabes? porque es en plan, "ah bueno, soy mujer, algún día tendré hijos". No sé, fue como reflexionar como es desde el punto de vista de mi madre. Yo siempre veía el punto de vista mío ¿sabes?, niña... no sabía de la vida y tal, pero cuando pasé al otro bando fue como: 'vale ya que me he perdido un capítulo de la serie ¿no?' (Noelia, 15 anys).

Així mateix, en aquest esdevenir de la condició femenina, en els discursos de les adolescents, les mares figuraven com un dels agents crucials de socialització en el procés menstrual:

Entonces cuando me vino fue un poco extraño, mi madre me vino y me dijo 'ah, ya eres una mujer' pero es como: '¿Ahora soy una mujer? ¿Cómo? No lo entiendo'. Entonces nunca me lo han explicado, lo que es explicado bien, o

que desde pequeña tengas un seguimiento que te vayan explicando, incorporándote poco a poco. (Andrea, 16 anys).

D'altra banda, els canvis físics experimentats van donar lloc a noves experiències subjectives i col·lectives entre les noies, influint en la nova manera d'habitar el cos, "un cos de dona". Així ho relata Elena:

A veure [riu] les tetes m'han crescut, se m'han eixamplat més les caderes, cul també i d'altura també he crescut però suposo que això és normal. Per mi millor, saps? Llavors soc com més dona, per dir-ho d'alguna manera, llavors per mi millor. A veure, si que és veritat que em fan mal els pits i quan tinc la regla també eh?, se'm posen com enormes [riu] però, res, per a mi millor. (Elena, 15 anys).

Això no obstant, aquesta transformació no sempre era experimentada de manera positiva, perquè la identificació amb una feminitat madura esdevenia complexa. Arribava travessada, en part, per missatges culturals extremadament exigents i ambivalents entorn del valor i el significat del cos femení madur: calen determina-

des qualitats estètiques i reproductives. En aquest sentit, el “nou cos”, en termes reproductius, és regulat, controlat i ocultat. La menstruació deixa de tenir un mer atribut de fertilitat, ja que la sang menstrual és considerada –en moltes cultures– quelcom rebutjable i inútil, que requereix que es posin en joc múltiples estratègies d’emascament i invisibilització.

Desinformació i invisibilitat de la menstruació

Com a aveng, els processos menstruals han quedat relegats a la invisibilitat, a causa de la significació de la sang menstrual com quelcom a rebutjar dels cossos femenins, dins del context analitzat i a les societats occidentals. D’aquesta manera, les adolescents han d’aprendre a controlar, dissimular o ocultar el sagnat vaginal mensual, enfrontant-se a normes socials restrictives, malgrat que, en molts casos, la menstruació va acompanyada de dolor o canvis emocionals significatius. Sis de les entrevistades van referir haver-se sentit avergonyides davant el rebuig social percebut entorn de la seva sang menstrual, com relata Alexandra a la següent vinyeta:

Mi experiencia con la menstruación al principio fue un poco humillante. Una vez estaba de colonias y era la primera vez que me venía, llevaba pantalones blancos y estábamos en una excursión de hacer 40 km en bicicleta. Entonces el pantalón blanco se volvió rojo y la gente como que se reía, se burlaba y como que no lo veían normal. Entonces, en aquel momento, fue en plan... que no sé, como que me dio asco, pero con el tiempo fui reflexionando y fue, en plan, la menstruación sí molesta y todo lo que quieras, pero sin ella no podríamos ser nada y son un montón de cosas que me han pasado y es como, pues eso, al principio que da asco y repele. (Alexandra, 16 anys).

Aquests descobriments etnogràfics em van portar a qüestionar-me els possibles motius pels quals els esmentats processos es continuen invisibilitzant, així com les raons que expliquen els elevats nivells de desconeixement entre el col·lectiu adolescent analitzat. En aquest sentit, una altra de les entrevistades, Andrea, va manifestar que no havia rebut una educació sobre la menstruació fins que va arribar a la menarquia:





Entonces sigue siendo un tema tabú porque tú eres pequeño no te explican lo que es, entonces te viene la primera vez y tú te quedas: '¿Qué es esto? Estoy sangrando...' Tus padres no te

lo han dicho. Nadie desde pequeño te ha dicho: 'Llegará un punto en mi vida en que tendrás esto...' No estás mentalizado. Entonces cuando llega te topas con un muro desconocido y no sabes cómo ir más allá de él, entonces es como algo complicado. (Andrea, 16 anys).

De la mateixa manera, una bona part de les participants van manifestar que, malgrat haver rebut alguna informació provinent de les seves mares o del seu cercle d'amigues, no havien arribat mai a aprofundir suficientment en el tema, tal com il·lustra Bea:

Cuando me vino ya lo tenía muy normalizado porque, a ver, yo soy la mayor ¿vale? Pero igualmente mi madre pues como que siempre había estado súper con esto, siempre nos explicaba y todo y nosotras: '¿Qué es esto?'. Una compresa, pero no me lo había explicado como tal, el concepto. Me había dicho: 'Mira, es una cosa que nos viene a todas las mujeres y... es así y ya está, no puedes cambiar nada', pero como tal no me dijo en plan: 'Bueno, pues, dura esto...' no, simplemente yo cuando me vino dije: 'Qué raro, esta vez me vino

quince días' porque a mí me viene durante bastante tiempo y muy fuerte, entonces es horrible, pero bueno, ya lo tengo acostumbrado. (Bea, 16 anys).

D'altra banda, des de l'àmbit educatiu s'aborda la menstruació a través d'un llenguatge eminentment biologicista, sense profunditzar en altres factors interactuants, que també produeixen transformacions i donen lloc a experiències molt diverses. A causa d'això, totes les entrevistes declaraven tenir un escàs coneixement sobre la menstruació i el cicle menstrual en general:

Que va, no, no nos hablan de eso. No nos dijeron nada sobre la menstruación. Solo nos explicaron el ciclo menstrual y ya está. Que ahora no lo recuerdo mucho, pero... Es todo el mes, ¿no? Buah, es que no me acuerdo ahora. A ver, cuando baja la regla es porque se ha muerto, en plan, óvulos muertos ¿no? Eso sí, y no sé, no me acuerdo mucho. (Marta, 15 anys).

A partir d'aquí, els elevats nivells de desinformació i els silencis entorn de la menstruació semblen situar-nos davant d'un panorama en el qual l'amagament i

la invisibilització d'aquests processos segueixen sent vigents.

L'amagament de la sang menstrual

Com proposa Eugenia Tarzibachi, psicòloga i doctora en Ciències Socials per la Universidad de Buenos Aires (Argentina), els avenços de la indústria de productes orientats a facilitar els processos menstruals, com les compreses, els tampons, la copa menstrual o els cubells específics per als rebutjalls, han contribuït a l'amagament de la menstruació. Tarzibachi realitza un treball doctoral centrat en donar compte de com el cos de les "biodones", entès com el cos menstrual per excel·lència, es converteix en mercaderia de la *indústria de la cura personal* (famecare). Seguint aquesta línia, totes les noies entrevistades van explicar que una de les primeres coses que van aprendre amb aquest nou cos menstruant va ser l'existència dels esmentats productes, dissenyats i distribuïts per al maneigament de la sang menstrual: "Y estaba mi madre y le dije: 'Me ha bajado la regla', y pues ya está, me dio una compresa y me dijo: 'Tienes que ponértela así', y ya está". (Martha, 16 anys).

Les meves dades etnogràfiques també mostren que, tot i que algunes noies opten pel consum de productes alternatius com la copa menstrual, la necessitat d'amagar la seva sang menstrual segueix present i ve donada des de diferents esferes discursives. Entre elles trobem el fet que els mitjans publicitaris segueixen recolzant-se en el mandat de l'ocultació com a part de l'alliberament femení, en pro de la higiene íntima, instal·lant-se com un dels discursos dominants de la societat. En aquest sentit, i novament en paraules d'Eugenia Tarzibachi, el recurrent discurs higiènic entorn de la menstruació ha portat, simbòlicament, a la possibilitat de mostrar un cos menstrual regulat, no caòtic ni desadaptat, per tal de ser acceptat a la societat, tenint com a eix de referència el cos a-menstrual masculí i l'ideal corporal femení, d'aparença impol·luta, fèrtil i reproductiu. D'altra banda, es dona per fet que, en aquest entramat de regulacions, un cos menstrual en descontrol, en molts casos, passa a ser objecte de diverses pràctiques biomèdiques.

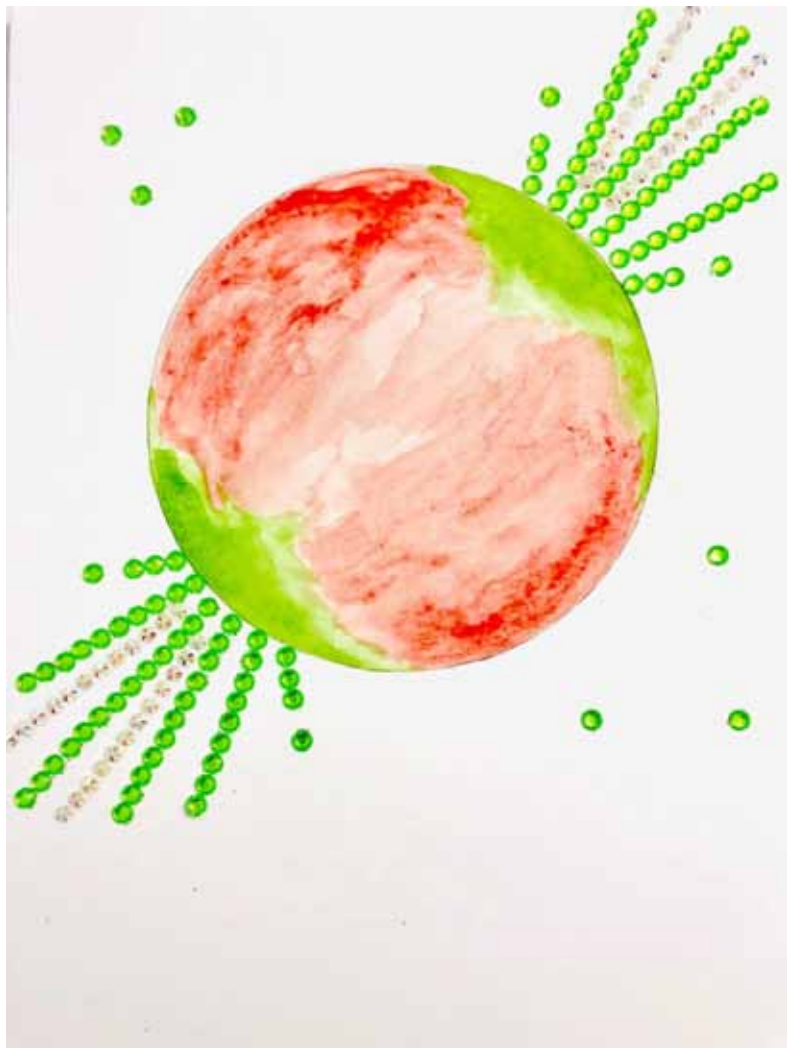
Cos menstruant i saber biomèdic

No cal dir que, actualment, un determinat discurs mèdic ha desplaçat els coneix-



xements tradicionals respecte a diversos temes, entre ells, el cicle menstrual, que han passat a ser concebuts en termes de normalitat/no normalitat, i quantitatius, com clarament ho assenyalava un dels professionals entrevistats:

Aquel ciclo que aparece cada veintiocho días, que hay un margen de siete días por arriba y siete días por abajo. Que dura entre tres y siete días, y que la cantidad, que esto es muy difícil de cuantificar, la cantidad de



pérdida menstrual está entre 5 y 80 mililitros, lo que está por debajo de 5 mililitros se considera sangrado escaso y por encima de 80 mililitros san-

grado menstrual abundante. (Joan, 37 anys).

Altrament, els paràmetres quantitatius inclouen freqüències, quantitats, dades objectives, que conformen patrons homogenis, com expressa un altre dels ginecòlegs entrevistats:

Solemos preguntar por todos aquellos temas relacionados con la menstruación, tanto la duración como la frecuencia, como los síntomas asociados ¿no? Y la regularidad también. Intentamos hacer un análisis de cada mujer y de su patrón menstrual y si nosotros vemos que hay algo que sale de la normalidad intentamos ofrecer algunos tratamientos que realmente puedan mejorar la calidad de vida. (Bernat, 36 anys).

En les meves observacions durant el treball de camp, vaig poder constatar que, també es tenien en compte els factors psicològics, tot i que en menor mesura. Tanmateix, els factors socials o culturals, com poden ser l'afectació en els cicles menstruals de viure en situacions socioeconòmiques precàries o de vulnerabilitat, son pràcticament inexistents. D'aquesta manera, en el context analit-

zat, entre les dones adultes –sobretot de més de vint anys–, que presentaven un cicle menstrual considerat “anormal” o “patològic”, el tractament mèdic va ser eminentment farmacològic, a través de la prescripció de tractaments hormonal (dispositiu intrauterí hormonal, anticonceptius orals o progesterona) i antiinflamatoris.

Tot i que durant el meu treball de camp en el servei de ginecologia, no vaig observar directament consultes freqüents per part de les adolescents, en comparació amb les dones adultes, algunes de les dades etnogràfiques recollides mostren com els discursos socials i mèdics influeixen en l'experiència menstrual de les noies en diversos aspectes. Per exemple, totes les adolescents entrevistades afirmaven tenir certes molèsties durant el cicle menstrual, però cap d'elles va referir haver fet ús d'un tractament farmacològic. Algunes, fins i tot, argumentaren que, a causa de la poca confiança en un abordatge mèdic, recorrien a teràpies alternatives. Tanmateix, una d'elles, que presentava símptomes menstruals que arribaven a interferir en la seva vida quotidiana, va decidir realitzar una consulta mèdica:

Solo me dijo que era la edad y ya nada más. Como si no le hubiera dado importancia, porque realmente es algo que a mí me duele y yo quiero tenerlo regular también, saber cuándo me viene y controlarla. Es en plan... al menos, yo que sé, aunque sea ginecología, que me expliquen o que me digan qué me está pasando, pero no me digas a mí 'si es normal' porque no es normal. Porque yo no veo a gente sufriendo así, yo no veo a la gente teniendo la regla dos veces o que no le venga durante dos meses, es que no me digas, porque no... (Andrea, 16 anys).

Segons els professionals entrevistats, alguns problemes i irregularitats menstruals són comuns en les adolescents a causa de la immaduresa biològica de l'eix hormonal que regula els cicles, motiu pel qual no solen prescriure tractament farmacològic. No obstant això, el plantejament d'Andrea posa en evidència com el discurs mèdic naturalitza el dolor en el cas de les adolescents –sota la frase “són coses de dones”– i reflecteix la manca d'atenció atorgada a les vivències particulars que té la menstruació per cadascuna de les noies en la seva singularitat. A més, la idea que les molèsties

de la menstruació són naturals, obstaculitza la possibilitat de generar espais en què les adolescents puguin compartir i intercanviar les seves experiències personals en tota la seva diversitat, i en els quals puguin qüestionar els esmentats discursos normalitzadors a l'entorn de la menstruació.

Algunes reflexions finals

Tant les dades etnogràfiques obtingudes com la revisió bibliogràfica coincideixen en mostrar que el cos menstruant està fortament travessat per evidents lògiques associades als mandats de gènere. En aquest sentit, la menarquia suposa un canvi en la posició social i una nova manera d'habitar el propi cos segons aquest mandat, que marquen el camí cap a una feminitat normativitzada segons cada context sociocultural. Tot i que, paradoxalment, la menstruació queda relegada a la invisibilitat i l'amagament, perquè exposar la sang menstrual genera rebuig social, mentre que qui la porta adquireix un estatus social acceptat i, fins i tot, esperat. Les dades etnogràfiques indiquen que la menstruació continua sent un tabú en el context analitzat, la qual cosa contribueix a la falta de diàleg i informació sobre aquesta, que es fa palès en l'àmbit

educatiu, per exemple. És així com les noies solen buscar fonts alternatives d'informació, com internet o el seu grup d'iguals.

Aquestes qüestions plantegen interrogants i desafiaments entorn dels significats de la menstruació i les seves variacions segons els diferents contextos. Esdevé clau, per tant, incorporar un abordatge integral i holístic des del saber mèdic. Tanmateix, és fonamental oferir una informació precisa i detallada sobre el que suposa la menstruació, de manera que les noies puguin tenir un control més gran sobre la seva sexualitat i les seves decisions reproductives, així com desenvolupar les seves pròpies estratègies d'autocura. En definitiva, aquesta anàlisi m'ha permès realitzar un apropament inicial als discursos imperants sobre la menstruació, que influeixen en la subjectivitat de les adolescents. Per arribar a aquí, les seves veus han estat imprescindibles. Aquesta primera exploració ha sigut per mi un punt de partida clau per a futures investigacions centrades en aprofundir, des d'una perspectiva interseccional, la influència dels discursos socioculturals en les experiències menstruals a través de diferents etapes del cicle vital.

SOBRE L'AUTORA DEL TEXT

Vanessa Mantilla Salazar

Diplomada en Infermeria (UAB, 2011), graduada en Antropologia Social i Cultural amb Minor en Estudis de Gènere (UAB, 2018) i Màster en Antropologia: Investigació Avançada i Intervenció Social (UAB). La seva trajectòria professional com a infermera va estar vinculada amb la cura cap a les persones grans, però el seu interès per les qüestions de gènere, en diversos grups d'edat, la va portar a aprofundir en qüestions relacionades amb l'àmbit mèdic des d'una perspectiva antropològica. Per aquesta raó, i arran d'experimentar des de la pròpia corporalitat l'impacte que té la menstruació des d'edats primerenques, va basar el seu Treball Final de Màster en una aproximació a les problemàtiques de la menstruació en adolescents. Concretament, en l'anàlisi de com aquest context sociocultural dona lloc a determinades experiències i representacions menstruals en els nois i les noies, la qual cosa, al seu torn, li ha permès de realitzar una incursió inicial en el que serà el tema de la seva tesi doctoral, amb la qual pretén abordar de manera interseccional com les dones de diverses generacions han experimentat i experimenten els seus cicles menstruals. El seu estudi té, també, la finalitat d'aportar coneixement entorn de les problemàtiques relacionades amb la salut sexual i reproductiva, des d'una perspectiva antropològica, en el marc d'investigació que realitza el grup AFIN, del qual n'és membre.

SOBRE L'AUTORA DE LES IMATGES

Alicia Paramita Rebuelta Cho

És doctora en Antropologia Social i Cultural per la Universitat Autònoma de Barcelona. La seva tesi, titulada "Madres y Matronas: prácticas y políticas reproductivas en el distrito Sikka de la Isla de Flores, Indonesia", va suposar per ella l'inici d'una presa de consciència del poder i la riquesa dels cicles femenins. Actualment es dedica a la investigació, és professora de ioga i utilitza l'art menstrual, tant com a portal de connexió amb ella mateixa per a l'autoconeixement i alliberament emocional i artístic, com per reivindicar la importància de la visibilització de la menstruació en contextos patriarcals amb l'objectiu de promoure l'empoderament femení.

Més informació a Instagram: [aliciaparamita_yoga](#)

PER LLEGIR...



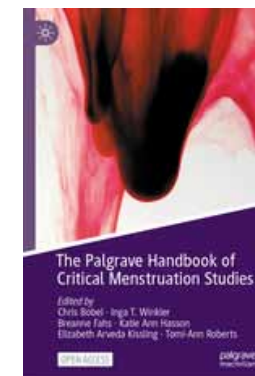
Irusta, E. (2018)
***Yo menstruó:
Un manifiesto***
Editorial
Catedral



Gray, M. (2015)
Luna roja
Móstoles: Gaia
Ediciones



Tarzibachi, E.
(2017)
***Cosa de
mujeres:
Menstruación,
género y poder***
Buenos Aires:
Editorial
Sudamericana



Bobel, Ch.
et al. (2020)
***The Palgrave
Handbook
of Critical
Menstruation
Studies***
Londres:
Palgrave
Macmillan

“Menstruar et converteix en dona. Menstruar fa mal. Menstruar sense que es noti. Menstruar és polític”. Aquest llibre no va de menstruació. Va de la cultura. De com ens han ensenyat a llegir i a escriure els nostres cossos, de quin lloc ocupem a la societat. Va de la teva ocupació. Va de política. Va de sexe. Va de la teva identitat. Va de què suposa menstruar en aquesta societat. Va de tot allò que t’importa i que mai no t’han explicat. Sí, de la regla, de la regla també va.

Aquest llibre mostra l’antiga saviesa menstrual. El cicle menstrual era per a les nostres avantpassades una font de meravelloses energies creatives, espirituals, sexuals, emocionals, mentals i físiques. Es tractava d’un do que impulsava la dona a renovar-se cada mes, a manifestar i crear el món que la rodejava, a connectar profundament amb la terra i la família, així com a expressar la seva saviesa i la seva inspiració. L’autora planteja que cada dona disposa d’una naturalesa cíclica única, i explora la consciència femenina continguda en la aquesta saviesa ancestral, la mitologia i els contes tradicionals occidentals, suggerint exercicis i mètodes pràctics, com el Diagrama Lunar, que faciliten l’exploració del significat de ser una “dona cíclica”.

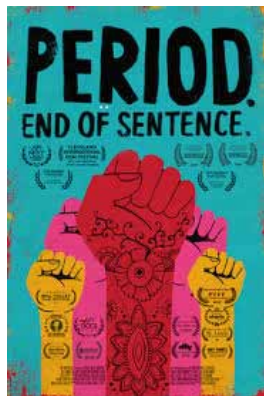
Aquesta obra ofereix un recorregut històric pels diferents sentits desplegats entorn de la menstruació i per les distintes maneres de gestionar l’experiència menstrual a través de tovalloletes, tampons i altres productes per part de la indústria de la cura femenina, al llarg del segle XX i fins a l’actualitat. Un exhaustiu recorregut pels significats econòmics, socials i culturals que es van anar construint entorn de l’experiència de la menstruació, mostrant per què aquesta no és, merament, una qüestió individual i privada –“cosa de dones”– sinó social i política.

Aquest manual d’accés obert proporciona una perspectiva multidisciplinària i de gènere, àmpliament i acuradament seleccionada, de l’estat del camp dels estudis crítics sobre la menstruació. Proposa obrir noves línies d’investigació, que se centren en la salut i la política entorn de la menstruació al llarg de la vida. L’obra realitza un examen crític dels aspectes culturals, psicològics, polítics i socials de la menstruació i suposa un recurs inestimable per a investigadors de diferents camps, legisladors, professionals i activistes.

PER VEURE...



Fabianova, D.
(dir.) (2010)
La luna en ti
[documental]
Espanya, 75
min



Zehtabchi, R.
(dir.) (2018)
**Period: End
of sentence**
[documental]
Estats Units, 25
min

Com tantes altres dones, Diana ha estat patint regles doloroses des de fa anys. Cada mes es planteja la mateixa pregunta: "Per què tant dolor i tantes molèsties si estic sana?". El que al principi va ser solament curiositat es transforma per ella en un emotiu viatge cap a les arrels més profundes de la feminitat i la vida. El documental és una mirada neta sobre aquest tabú de la menstruació, i qüestiona la realitat social de dones i homes d'una manera més profunda del que la societat està disposada a admetre, abordant el tema a través de referències personals i col·lectives, desafiant, d'aquesta manera, les nostres idees preconcebudes sobre que és la feminitat. (FILMAFFINITY).

En un poble rural de Delhi (Índia), les dones han començat una revolució pacífica. La seva lluita és contra l'estigma de la menstruació. Durant diverses generacions, les dones no han pogut tenir accés a productes de primera necessitat, veient-se obligades en molts casos a abandonar les seves funcions o, fins i tot, les escoles on estaven estudiant. Tanmateix, un dia, una companyia instal·la al poble una màquina dispensadora de compreses que els permet crear els seus propis productes. El projecte neix a Califòrnia, i rep el nom de "The Pad Project". (FILMAFFINITY).

NOTÍCIES AFIN

Projecte AFIN-COVID19

"Percepciones y experiencias de profesionales de la salud y personas usuarias sobre la prestación de servicios asistenciales y la enfermedad en el contexto de la pandemia COVID-19" és un projecte mirall que està portant a terme el grup AFIN en el territori de l'Estat espanyol. El projecte general, liderat per la Dra. Cecilia Vindrola-Padros del University College of London i la Dra. Ginger Johnson de l'Australian National University, coordina els nombrosos equips d'investigació que participen arreu del món. Els països participants en l'actualitat són: Anglaterra, Austràlia, Irlanda, Sud-Àfrica, República Democràtica del Congo, Xile, Argentina, Equador, Brasil, Estats Units, Xina, Mèxic, Itàlia, França, Suïssa i Espanya, entre altres.

Les fonts d'obtenció de dades per a l'anàlisi són: les entrevistes, tant a professionals que treballen en el sistema de salut com a persones usuàries; la informació publicada en obert sobre les polítiques sanitàries que s'han desenvolupat a partir de l'inici de la pandèmia COVID-19; i les notícies publicades als mitjans de comunicació i a les xarxes socials sobre aquest tema. L'equip d'investigació AFIN-COVID19 està realitzant l'anàlisi de les dades i avançant en el treball de camp, contactant i entrevistant professionals del sistema de salut de tot el territori espanyol per tal d'obtenir dades representatives sobre l'experiència de la pandèmia COVID-19. Agraïrem la col·laboració a l'estudi de les persones que vulguin compartir la seva experiència. Podeu contactar amb l'equip a través del correu electrònic c.afin@uab.cat

Vanessa Mantilla obté una beca FPU

Vanessa Mantilla s'incorpora a l'equip AFIN com a becària FPU, beca finançada pel Ministerio de Ciencia, Innovación y Universidades. El seu projecte titulat "Itinerarios menstruales y re-productivos de mujeres de distintas generaciones de la provincia de Barcelona" pretén analitzar les construccions socials, els imaginaris, els missatges publicitaris, la transmissió familiar o del grup d'iguals, les representacions biomèdiques i els discursos dels diferents agents de l'àmbit de la salut que giren a l'entorn de la menstruació. L'objectiu final és (re)construir els "itineraris menstruals" de les dones per analitzar com narren les seves experiències, i com influeixen els discursos i pràctiques de la medicina, així com els imaginaris socials, en les seves narratives, valorant si es donen diferents subjectivitats generacionals entre les persones menstruants, tenint present els esmentats factors.

Terrains d'aventure

El setembre s'iniciarà el projecte d'investigació TAPLA: "Terrains d'aventure du passé/pour le futur", en què Nadja Monnet participa i al qual esperem que s'hi puguin incorporar ben aviat altres integrants del grup AFIN. Dirigit per l'arxivista Clothilde Roullier (Archives Nationales de France) i l'antropòleg Gilles Raveneau (LESC, Université Paris Nanterre), té com a objectiu establir la genealogia, des de la dècada de 1970 fins a l'actualitat, de les experiències europees dels *terrains d'aventure* (espais de jocs per a nens i nenes coelaborats entre adults i joves), així com altres formes educatives a l'aire lliure precedents i les posteriors per entendre el llegat que van deixar aquests dispositius que van aparèixer durant la Segona Guerra Mundial a Dinamarca i es van estendre gradualment a diferents països. Pretenem esbrinar fins a quin punt aquests experiments poden constituir solucions innovadores per qüestionar la manera de construir espais urbans per a les nenes i els nens. A través d'una investigació-acció transdisciplinària (mobilitzant l'antropologia, la història, la geografia, la filosofia, les ciències de l'educació i del paisatge, l'arquitectura i l'urbanisme), s'intentarà posar de relleu l'herència poc coneguda dels *terrains d'aventure* (Playground) per ressaltar-ne els llegats i l'impacte que han tingut en els qui els han practicat (tant infants com adults) i encara els practiquen, així com el seu potencial en el desenvolupament de futurs espais urbans.

Per més informació d'aquest projecte, es pot consultar [aquest enllaç](#).

Caminant amb nens, nenes i adolescents suïssos i espanyols

L'article "Co-producción de conocimiento al caminar con niños, niñas y adolescentes. Miradas cruzadas entre dos investigaciones llevadas a cabo en Suiza y España", publicat el juliol de 2020 a la revista *Sociedad e Infancias*, presenta reflexions metodològiques sobre la rellevància de treballar caminant amb nens, nenes i adolescents, interessants en els seus recorreguts diaris. El text publicat és un diàleg entre tres investigadores: Nadja Monnet, antropòloga i investigadora associada del grup AFIN; Sara Rita Camponovo, doctoranda al Centre Interfacultaire en Droits de l'Enfant (CIDE) de l'Université de Genève, a Suïssa, i Zoé Moody, docent a l'Haute École Pédagogique du Valais (HEP-VS) i investigadora del CIDE, sobre dos projectes realitzats a Suïssa i Catalunya. Les autores consideren important no parlar en lloc dels nois i les noies, sinó permetre'ls de participar a la investigació a través del seu propi cos i les seves pròpies paraules.