

Francisco Donat (ed.). La menstruación. De la biología al símbolo. Valencia: Universidad de Valencia; 2023. ISBN: 978-84-1118-131-0. 18,5 €

Francisco Donat, editor de *La menstruación*. De la biología al símbolo, nos advierte desde la introducción que el volumen está dirigido a todas aquellas mujeres que experimentan el hecho menstrual y que buscan información sólida sobre el tema. El libro se articula bajo dos enfoques: las “posiciones ideológicas feministas” y “una posición ideológica biomédica relacionada preponderantemente con los profesionales de la salud”. Dos perspectivas sin duda centrales en los debates e intervenciones del presente sobre la menstruación. Podría asumirse que las mujeres están expuestas, sobre todo las más jóvenes, a cantidades ingentes de información sobre el objeto principal del libro, en donde el ocultamiento, la vergüenza, el tabú o el mito son cosa del pasado; sin embargo, esta lectura nos demuestra que en su imaginario siguen presentes las representaciones negativas, pero refuncionalizadas por una tendencia creciente hacia la medicación, la patologización de las emociones o la consolidación de un creciente mercado de productos de higiene que promueven determinados valores sobre lo que se considera saludable y liberador para su cuerpo.

El volumen surge en un contexto donde los estudios sociales, médicos y humanísticos sobre el tema se han incrementado exponencialmente. Baste una revisión a vuelo de pájaro de lo que se ha publicado en formato de artículo en revistas especializadas o libros académicos en España, Argentina, Colombia o México. Los enfoques y las metodologías aplicados son diversos y van desde la epistemología en torno a la menstruación, pasando por su visualidad y esteticismos, hasta los estudios decoloniales y de ginecología natural. No son pocos los textos con un enfoque psicosocial sobre la endometriosis, el dolor y otras enfermedades vinculadas con la menstruación; los contruidos desde la experiencia autorreferencial sobre la menarquia y la menstruación e, incluso, los que analizan su impacto en mujeres deportistas de alto rendimiento.

Compuesto por seis capítulos, el volumen de ninguna manera pretende agotar el tema, pero sí ofrecer una comprensión informada a través de las investigaciones más recientes en el ámbito anglosajón, seguido de las investigaciones producidas en el contexto español. Cada uno de los autores y autoras incluidos emprenden distintos recorridos que nacen de sus propias prácticas, dando cuenta de las teorías centrales que se han caracterizado en los debates al respecto, poniendo en la mesa las controversias sostenidas por diferentes comunidades

científicas, instituciones sanitarias y colectivos feministas, tanto en Inglaterra y Estados Unidos, como en España.

Cada uno de los capítulos ofrece una mirada distinta que, en su conjunto, restituyen la complejidad de la menstruación en las sociedades contemporáneas, tocando de manera transversal el dolor y sus formas de medición, las nociones de lo normal versus lo patológico.

Francisco Donat sostiene que la menstruación es un fenómeno poliédrico, un asunto que, a lo largo del tiempo, nunca ha sido competencia exclusiva de las mujeres; al contrario, ha sido secuestrada por intereses múltiples que no siempre han jugado a su favor. Es innegable que hoy estamos lejos de las visiones impuestas por la tradición hipocrático-galénica, que condenaba el cuerpo femenino a la imperfección. Pero sorprende que sigamos viviendo los vestigios de algunos de sus elementos constitutivos, elementos arcaicos de una sociedad patriarcal que se resiste a desaparecer.

En el capítulo "Naturaleza femenina y menstruación: genealogía de una construcción histórico-cultural", Josep L. Barona analiza de forma extraordinaria cómo el pensamiento clásico construyó una poderosa base filosófica y científica que condenó a las mujeres a un lugar suplementario en el proceso de generación de vida y, por tanto, en la escala natural. La tradición clásica definió qué debía ser lo femenino y lo masculino en Occidente, dando pie a la sociedad patriarcal, de ahí la importancia de su estudio. En su recorrido recupera a los autores clásicos que desde el pensamiento filosófico sobre la *physis* y los procesos generativos de vida construyeron una fisiología femenina inferiorizada. En su recorrido de más de dos mil años, Barona demuestra cómo este pensamiento fue resignificado, alimentando una postura misógina sobre el cuerpo y la sexualidad. En un principio, la teoría humoral concibió la sangre menstrual como una plétora o exceso de humor, ya que dadas sus características de frialdad, humedad e imperfección, era incapaz de consumir los humores producidos. Para el galenismo medieval y la medicina premoderna, la menstruación se concibe como un exceso humoral indispensable para la formación material del feto y su alimentación. Por tanto, existe un humor engendrador y uno patógeno. Durante la época medieval, la medicina galénica se orientó más hacia la generación que a la anatomía o fisiología de las mujeres; el contacto con la medicina árabe matizó algunas concepciones, pero en general mantuvo la concepción galénica sobre el cuerpo abocado a la reproducción. Durante el Renacimiento, si bien persistieron las mismas ideas sobre la mujer y su función reproductiva, se generó una disputa entre médicos, parteras y brujas sobre lo que debía ser el embarazo,

las enfermedades y la sexualidad. La Iglesia jugó un papel central en la construcción social del cuerpo y la menstruación.

Amparo Bonilla, autora de una extensa obra sobre psicología de género, salud sexual e infertilidad hace, en su capítulo "La menstruación desde una aproximación psicológica", una revisión exhaustiva de las publicaciones que han abordado la menstruación y sus implicaciones en el ámbito de la salud mental. La autora analiza la biopolítica que acompaña la aparición del Síndrome Premenstrual (SPM) o el Trastorno Disfórico Premenstrual (TDPM), entre otros constructos biomédicos que, a lo largo del siglo xx, intentaron establecer los parámetros de normalidad y patología, convirtiendo a la menstruación y sus efectos en otro episodio de medicación y patologización de las emociones. En una relación profusa de autoras y perspectivas psicológicas, Bonilla desmonta varias definiciones biomédicas y síndromes que quedaron vinculados peligrosamente con los procesos cognitivos de las mujeres en un intento por explicar su diferencia genérica y deja claro que el tratamiento requiere mayor investigación en términos médicos, biológicos y sociales; por tanto, no se agota con ninguna perspectiva, grupo social, institución pública o corriente científica, ya que rebasa los bordes disciplinares. En la actualidad, expone la autora, existe una creciente tendencia hacia un realismo crítico que pretende "conciliar los aspectos biomédicos y psicosociales de la experiencia, junto con el contexto histórico-cultural en el que los sujetos viven y en el que se crean los significados de estas experiencias".

De no atender el pluralismo que vivimos actualmente con respeto a las concepciones de la menstruación, iríamos contra la necesidad de impulsar políticas igualitarias que respondan a las demandas de la variedad de mujeres que hoy construyen diversas formas positivas de asumir sus cuerpos y la menstruación, pero también de hombres trans y no binarios que cuestionan la identidad monolítica de la feminidad ligada al proceso corporal. Ello no impide seguir alentando una cultura de autoconocimiento de las mujeres y, por tanto, una cultura positiva de sus ciclos vitales, entre los que, por supuesto, están la menarquia y la menstruación. En su capítulo "Análisis antropológico de la menstruación: del tabú al estigma, expresiones culturales y activismo", María Isabel Blázquez plantea a quién compete discutir sobre esto. Sin duda alguna, a las mujeres, aunque es un tema que buscan expropiar las investigaciones farmacológicas, las instituciones de salud y las empresas de productos de higiene, por mencionar algunos agentes. La autora analiza cómo la menarquia es una etapa fundamental de las niñas y jóvenes, un rito de paso en el que se da inicio a una construcción de la relación corporal. Se da, sin embargo, una relación paradójica que, por un lado, lleva a las mujeres jóvenes a separarse de sus cuerpos y, por el otro, las

conduce a internalizar y normalizar la vigilancia, dando por resultado una cultura de la ocultación que evita a toda costa el estigma. No sorprende, prosigue Blázquez, que las mujeres jóvenes aprendan a exponer sus cuerpos, pero no su menstruación, ocultada a toda costa. Existe escasa investigación empírica sobre este hecho en la vida de las mujeres españolas, aunque la autora ofrece algunos resultados de estudios propios y de otras colegas, que destacan que se sigue reproduciendo la cultura del ocultamiento. Las jóvenes españolas continúan evaluando la menstruación como un hecho normal, natural y saludable, fuertemente ligado con la reproducción y la identidad sexo-genérica, que no escapa de las visiones naturalistas o esencialistas que las vinculan poderosamente con la procreación. A la fecha, siguen vigentes posturas biologicistas y psicológicas que han profundizado sobre la menstruación como signo de normalidad o enfermedad. Pero, de manera paralela a los capítulos de Amparo Bonilla y María Isabel Blázquez, están en activo diversos colectivos feministas y especialistas en medicina haciendo frente al avance de las farmacéuticas, quienes son las que contribuyen a la cosificación del cuerpo de la mujer.

Actualmente no existe una sola corriente; por el contrario, en los debates en torno al tema prevalece una polifonía de voces. Aunque algunos colectivos hayan declarado la prueba superada, continúan las discusiones sobre la aceptación de la menstruación como hecho natural y biológico, como constructo social o como un mercado de oportunidades para las farmacéuticas, entre otras tantas concepciones.

Este volumen muestra cómo, hoy por hoy, son preponderantemente las mujeres científicas, médicas, psicólogas, enfermeras y antropólogas quienes están haciendo contribuciones relevantes en la materia. Es importante subrayar que las feministas de la segunda y tercera ola han sido centrales en los debates encaminados a la valorización de las mujeres frente a un sistema patriarcal, que no cesa en el encasillamiento de sus emociones y cuerpos, controlados irremediablemente por sus hormonas. Son las feministas quienes han luchado activamente por socavar las perspectivas biologicistas y psicológicas que aún siguen perviviendo y que han tenido un impacto en la reproducción de una cultura negativa sobre la experiencia de la menarquia y la menstruación.

Francisco Donat es también autor de los capítulos cuatro y cinco, "La menstruación desde el punto de vista biológico" y "Alteraciones de la menstruación". Con la misma contundencia de las discusiones que recorren este volumen, se muestra cómo la menstruación no puede seguir atada a identidades monolíticas que reducen la identidad de las mujeres. Más que nunca debe ser entendida como parte de otros ciclos que comprometen su fisiología. Donat, de mane-

ra detallada, describe cada una de las fases que la componen y de cómo las hormonas juegan un papel central en el programa y organización del ciclo de la menstruación. Lo entiende como un fenómeno cíclico entre otros sistemas que se verifican en su cuerpo. De igual forma señala que se deben determinar muchos de los comportamientos e interacciones entre ellos. Reconoce, además, que gracias a las mujeres científicas se ha profundizado en la investigación y colaboración respecto a temas como el uso de la copa menstrual. El capítulo quinto describe las alteraciones de la menstruación que la literatura médica actual contempla. Señala las dificultades que registra la medición del dolor desde un punto de vista clínico, así como los trastornos del ritmo, las alteraciones en la cantidad de menstruación y el síndrome premenstrual. Y analiza en cada uno de estos aspectos taxonomía, edad, formas de exploración clínica y medidas terapéuticas. En ambos capítulos, Donat reconoce que hay avances sólidos que nos llevan a relativizar las concepciones monolíticas de lo “normal y lo patológico”, pero también que hace falta muchísima investigación sobre la relación entre las hormonas y el dolor. Por tanto, la menstruación sigue siendo un tema a explorar desde la perspectiva biomédica.

El volumen se cierra con el capítulo “Cuidados durante la menstruación”, en el que Lourdes Margaix expone de manera didáctica una serie de cuidados que en la actualidad podría considerarse lo más usual durante la menstruación y las diferentes estrategias que utilizan las mujeres para afrontar el dolor, que pueden ir desde el uso de medicamentos farmacológicos o la fitoterapia, hasta la consulta a la nueva figura del terapeuta menstrual; pero también el autoconocimiento sobre su cuerpo y su ciclo menstrual, recurriendo al ejercicio, la alimentación o la meditación, entre otras estrategias. La autora recuerda que muchos de los productos que se comercializaron para el cuidado de la higiene femenina tuvieron efectos negativos (como el caso extremo del síndrome de shock tóxico) y que muchos de ellos siguen ocasionando efectos negativos, ya sea por su acción acumulativa o por los elementos de sus compuestos, en productos como compresas, tampones y desodorantes; además de que, en su mayoría, son altamente contaminantes del ambiente. La autora demuestra que hace falta investigación sobre los efectos de varios productos herbolarios que se ofrecen a manera de paliativos para el dolor, sobre la falta de educación sobre la menstruación y la necesidad de fomentar una cultura del autoconocimiento del cuerpo y del ciclo menstrual en mujeres, hombres transexuales y no binarios.

Finalmente, como señala María Isabel Blázquez, es desde la multiplicidad de experiencias de las mujeres, de sus necesidades y de las construcciones de su propia corporalidad desde donde debemos reconocer los cuerpos que mens-

trúan, con el propósito de que maduren las formas igualitarias y se puedan incorporar experiencias y peculiaridades de los grupos diversos. Hay que sumar las formas varias en que se mira la menstruación, junto con otros procesos fisiológicos, para que ésta se convierta en una experiencia más y con ello se pierda la centralidad que se le sigue otorgando.

Angélica Morales Sarabia

CEIICH-UNAM

ORCID: 0000-0002-1064-2117