

**UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA  
SEDE QUITO**

**CARRERA:  
COMUNICACIÓN SOCIAL**

**Trabajo de titulación previo a la obtención del título de:  
LICENCIADA EN COMUNICACIÓN SOCIAL**

**TEMA:  
SENTIR LOS CUERPOS SOCIALMENTE: EL IMAGINARIO DE LA  
MENSTRUACIÓN EN EL CÍRCULO DE MUJERES 13 LUNAS**

**AUTORA:  
JOSSELYN ANTONELLA QUIÑÓNEZ QUESPAZ**

**DIRECTORA:  
ORFA NELLY VALBUENA BEDOYA**

**Quito, agosto de 2017**

## CESIÓN DE DERECHOS DE AUTORA

Yo, Josselyn Antonella Quiñónez Quespaz, con documento de identificación N°172507860-2, manifiesto mi voluntad y cedo a la Universidad Politécnica Salesiana la titularidad sobre los derechos patrimoniales en virtud de que soy autora del trabajo de titulación intitulado: **SENTIR LOS CUERPOS SOCIALMENTE: EL IMAGINARIO DE LA MENSTRUACIÓN EN EL CÍRCULO DE MUJERES 13 LUNAS**, mismo que ha sido desarrollado para optar por el título de: Licenciada en Comunicación Social, en la Universidad Politécnica Salesiana, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente.

En aplicación a lo determinado en la Ley de Propiedad Intelectual, en mi condición de autora me reservo los derechos morales de la obra antes citada. En concordancia, suscribo este documento en el momento que hago entrega del trabajo final en formato impreso y digital a la Biblioteca de la Universidad Politécnica Salesiana.



Josselyn Antonella Quiñónez Quespaz

172507860-2

28 de julio de 2017

### **DECLARATORIA DE COAUTORÍA DE LA DOCENTE TUTORA**

Yo, declaro que bajo mi dirección y asesoría fue desarrollado el artículo académico con el tema, **SENTIR LOS CUERPOS SOCIALMENTE: EL IMAGINARIO DE LA MENSTRUACIÓN EN EL CÍRCULO DE MUJERES 13 LUNAS**, realizado por **Josselyn Antonella Quiñónez Quespaz**, obteniendo un producto que cumple con todos los requisitos estipulados por la Universidad Politécnica Salesiana, para ser considerados como trabajo final de titulación.

Quito, julio de 2017.



**Orfa Nelly Valbuena Bedoya**

**CI: 1751703560**

## Índice

<b>Introducción</b> .....	1
<b>Metodología</b> .....	8
<b>Resultados</b> .....	14
<b>Atando cabos del ayer</b> .....	14
<b>Un poco de historia.</b> .....	14
<b>‘Bien limpiecita y ordenadita’.</b> .....	17
<b>Llegó el día</b> .....	19
<b>La mancha roja.</b> .....	19
<b>Reglas valores y ventas.</b> .....	21
<b>Y ahora qué: ¿la celebración o la ocultación?</b> .....	22
<b>La experiencia.</b> .....	22
<b>Los imaginarios.</b> .....	24
<b>Las prácticas comunicativas.</b> .....	29
<b>Una alternativa.</b> .....	33
<b>Conclusiones</b> .....	36
<b>Referencias</b> .....	38

## **Índice de figuras**

Figura 1. Clasificación de los participantes por edad, origen, estado civil y sexo.....	12
Figura 2. Imaginario de la menstruación en el Círculo de Mujeres 13 Lunas .....	27
Figura 3. ¿Qué dicen las mujeres y los hombres de las mujeres cuándo menstrúan?.....	28
Figura 4. Prácticas comunicativas en el Círculo de Mujeres 13 Lunas .....	32

## Resumen

El presente artículo académico *Sentir los cuerpos socialmente: El imaginario de menstruación en el Círculo de Mujeres 13 Lunas* es una respuesta confrontada con otras mujeres y hombres al cuestionamiento personal de la autora sobre la menstruación. Un proceso que a través de la historia ha sido abordado desde la medicina, antropología, psicología y sociología, también encuentra su espacio en los estudios de la comunicación y el género.

La menstruación como un proceso fisiológico de la mujer no puede reducirse únicamente a las explicaciones que la medicina occidental ha proporcionado. Existe todo un mundo de imaginarios y de prácticas comunicativas que son compartidas por los seres humanos para relatar su visión del mundo.

La antropología simbólica e interpretativa, los estudios culturales, la comunicación y el género son otras lecturas posibles del ciclo menstrual. Este es un trabajo en el que los imaginarios dominantes y tradicionales sobre la menstruación (vergüenza, asco, incomodidad) perpetuados a través del tiempo se encuentran con otros que los resignifican y los celebran.

¿Cuáles son los imaginarios sobre la menstruación?, y ¿qué prácticas comunicativas sostienen esos imaginarios?, fueron las preguntas clave que guiaron la investigación desarrollada junto a nueve participantes del Círculo de Mujeres 13 Lunas. El relato hizo posible contar sus historias, que lejos de elaborar teoría, expresaron su sentido vital sobre un proceso que va mucho más allá del desprendimiento de la capa del útero llamada endometrio.

Palabras clave: menstruación, imaginarios, prácticas comunicativas, vergüenza, género.

## **Abstract**

The present academic article *Feeling the bodies socially: The imaginary of menstruation in the Circle of Women 13 Moons* is a confronted answer with other women and men to the personal questioning of the author on the menstruation. A process that through history has been approached from medicine, anthropology, psychology and sociology, also finds its space in the studies of communication and gender.

Menstruation as a physiological process of woman can not be reduced solely to the explanations that Western medicine has provided. There is a whole world of imagery and communicative practices that are shared by human beings to tell their worldview.

Symbolic and interpretive anthropology, cultural studies, communication and gender are other possible readings of the menstrual cycle. This is a work in which the dominant and traditional imaginaries about menstruation (shame, disgust, discomfort) perpetuated through time meet with others who resignify and celebrate them.

What are the imaginary about menstruation? And what communicative practices do these imaginaries hold? Were the key questions that guided the research developed along with nine participants of the *Circle of Women 13 Moons*. The story made it possible to tell their stories, which, far from elaborating theory, expressed their vital meaning about a process that goes far beyond the detachment of the uterine layer called the endometrium.

**Keywords:** menstruation, imaginary, communicative practices, shame, gender.

## Introducción

Históricamente el ser humano ha realizado prácticas culturales que dan sentido a su existencia y que responden al contexto social en el cual se inscriben. El ciclo menstrual, un proceso biológico de las mujeres, forma parte de ese mundo cultural que teje las relaciones humanas y carga con connotaciones negativas y positivas a lo largo del tiempo y el espacio.

Desde una alusión mayoritariamente negativa los procesos biológicos de las mujeres están ligados a la idea del desequilibrio y el problema, no sólo para ellas sino también para la sociedad. Son discursos que a su vez justifican prácticas de control social. Una de las dificultades que esta visión arroja es la objetivación del cuerpo femenino que, al menos en el contexto actual, se reproduce desde los entornos más próximos y se mantiene desde los planes de desarrollo de los Estados con el propósito de controlar los cuerpos.

Este conflicto desliga a las mujeres de su poder de gobernabilidad sobre sus propios cuerpos para satisfacer las expectativas de los otros y encajar en los cánones no sólo físicos sino también morales, culturales y hasta conductuales. Un claro ejemplo son los manuales de conducta que tenían como propósito educar a tanto hombres y mujeres para la regulación social desde su núcleo: la familia, “en esta lógica se expresan las normas que regulan la transmisión de valores sociales, pautas morales y éticas que dominan las relaciones entre los géneros, los hábitos y las estrategias sociales” (Torres, 2001, p.273).

Un cálculo aproximado en una mujer que inicia su período a los 12 años y lo finaliza a los 45 años, menstruará durante 1980 días en toda su vida. Esta mujer, al ser parte de un entramado social, configura individual y colectivamente prácticas concretas y

un imaginario social que requiere comprenderse desde los estudios de comunicación y la cultura... ¿qué pasa con las mujeres durante este ciclo menstrual?

En otras palabras, el propósito de este trabajo es describir el imaginario de la menstruación y las prácticas comunicativas que lo sostienen en el Círculo de Mujeres 13 Lunas. Un espacio de encuentro para mujeres y hombres donde se reflexiona sobre las problemáticas que aquejan al ser. En este lugar fue donde surgió en la autora el interés de comprender y confrontar los relatos sobre la menstruación partiendo de dos cuestionamientos: ¿cuál es el imaginario que existe sobre la menstruación en la cotidianidad?, y ¿qué prácticas comunicativas sostienen ese imaginario? Si bien el discurso occidental sataniza la menstruación a través de diversas manifestaciones también existen paralelamente otras formas de vivir este proceso. Una de ellas es la celebración de la menstruación que está relacionada con la vida y la fertilidad.

En un país tan rico en diversidad cultural como Ecuador no es difícil hallar multiplicidad de voces sobre un mismo proceso. Esta riqueza cultural facilita la discusión desde la diversidad y favorece las reflexiones sobre este tema, lo que permite que emerjan otros imaginarios y prácticas comunicativas frente a las formas tradicionales de comprenderlos desde la cultura occidental, que moldea comportamientos en razón de la eficiencia y producción, ignorando la importancia de los ciclos biológicos humanos en el desempeño de sus actividades cotidianas.

El fundamento de ese modelo hegemónico radica en la colonialidad<sup>1</sup> y la modernidad. Estos procesos otorgaron a Occidente la capacidad de gobernar en todas

---

<sup>1</sup> Colonialidad: Es importante recordar que esta categoría es una propuesta desarrollada en 1990 por Aníbal Quijano y retomada cuatro años más tarde por Dussel para comprender la estructura de las sociedades latinoamericanas y la conformación de los Estados- Nación. La colonialidad del poder para Quijano se configuró a partir de la conquista de América, asentado sobre dos ejes, el primero tiene que

las esferas de la vida a través de un nuevo patrón global justificado en la violencia y el despojo. Para Guerrero (2010) este poder dominante opera gracias a la colonialidad del poder, del saber y del ser.

Un dominio que abarca no sólo la esfera de lo público, político, económico, sino que se instaura en las subjetividades, la sexualidad y el control de los cuerpos a través de la reproducción de valores que mantienen a los sujetos adormecidos, negándose a sí mismos y sintiendo vergüenza del yo que no encaja en la heteronormatividad y lógica binaria que maneja Occidente. Un sistema que impone un único modelo de vivir la sexualidad: el heterosexual. Mismo que para garantizar su éxito se justifica en supuestos: religiosos, higienistas, familistas, normocéntricos y androcéntricos. Esto inserto en una lógica dicotómica que jerarquiza ‘lo normal’ (blanco, hombre, rico, heterosexual) por sobre aquellos que no encajan en esas categorías (Cortés, 2014).

Analizar la construcción de sentidos sobre la menstruación permite tener una lectura de lo cotidiano, que al menos, en la Cultura Occidental a través de la publicidad sobre higiene femenina ha sido catalogado como sucio, desagradable o vergonzoso.

Varias han sido las disciplinas que se han interesado en investigar este tema. Los primeros estudios en este campo partieron de la medicina que desde un enfoque instrumentalista se concentró únicamente en la salud sexual y reproductiva de las mujeres. Los aportes de estas investigaciones se fundamentaron en una visión androcéntrica de la ciencia. El resultado deja:

---

ver con la clasificación social jerárquica y el segundo con el capitalismo, como nuevo sistema de control de trabajo. En este artículo se hace alusión a estos conceptos utilizados por Patricio Guerrero para fundamentar el Corazonar. Ésta como respuesta política a la colonialidad del poder, del saber y del hacer.

Modelos normativos, modelos múltiples y, a veces, contradictorios, modelos en cualquier caso que consideran la diferencia sexual biológica como el dato *natural* incuestionable que explicaría la asimetría de la posición real o simbólica de las mujeres respecto a la de los hombres (Sánchez, 2017, p.164).

Esta razón motivó a la antropología, sociología y psicología, disciplinas que incorporaron en su trabajo científico el enfoque de género, imposible de no considerarse como un eje transversal del quehacer racional. El enfoque de género se presenta entonces como una posibilidad de cuestionar los roles asignados a hombres y mujeres en la sociedad, el estudio de las relaciones que se establecen entre ellos.

La menstruación para la antropología encontró su razón de ser a mediados del siglo XX para comprender las actitudes positivas o negativas que giran en torno a este ciclo menstrual desde sus actores. Estos estudios comprenden a la menstruación como un proceso que amerita sus propios símbolos, signos y prácticas culturales.

En este sentido, María Belén Vásquez y Ana María Carrasco desarrollaron un artículo que tiene como título *Significados y prácticas culturales de la menstruación de mujeres Aymara del Norte de Chile. Un aporte desde el género a los estudios antropológicos de la sangre menstrual* publicado en 2017 en la Revista de Antropología Chilena Chungara. En este trabajo las autoras exponen el proceso, las prácticas culturales y las significaciones propias de la sangre menstrual en un grupo conformado por 24 mujeres de la población aymara, con el propósito de “aportar a un mayor conocimiento respecto de los significados que las distintas sociedades le dan a la sangre menstrual” (María & Ana , 2017, p.99).

Así como este trabajo, los estudios antropológicos se concentraron en analizar grupos diversos para comprender sus prácticas culturales, ritos, tradiciones y prácticas. *Mujeres jóvenes y menstruación: contracultura y re significación del ciclo menstrual en el país vasco*, es un artículo elaborado por Miren Guillo sobre la recreación y re significación realizada por jóvenes con el discurso y práctica hegemónica-tradicional de la menstruación. Este trabajo es parte de la investigación de doctorado de la autora realizada en 2013 en la Universidad del País Vasco, sobre la cual ha publicado una serie de reflexiones redactadas en el artículo *La in-corporación de la investigación: políticas de la menstruación y cuerpos (re) productivos*. Ella investiga la antropología del cuerpo “un modelo surgido en las últimas décadas desde el cual se está intentando superar la separación radical entre conocimiento y práctica” (Guillo, 2013, p. 234).

También la psicología se ha interesado en interpretar este proceso desde una postura conductual. Carmen Borrás, Javier Pérez y Alfonso L. Palmer realizaron una investigación sobre las variaciones de estados de ánimo en las mujeres durante el ciclo menstrual. Ellos afirman que la ansiedad es la respuesta general durante la menstruación.

A estas investigaciones se suma el aporte del feminismo, que sin duda alguna es una de las corrientes de pensamiento que ha influido y dado luz a las ciencias. En este marco *Menstruación: un rojo secreto. Vivencias y Percepciones*, es un aporte del colectivo feminista Guatemala Menstruante 2015 que aborda la cotidianidad del ciclo menstrual a través de una investigación exploratoria virtual que determinaría a la menstruación como un medio de emancipación. Otro trabajo en esta línea de investigación es *La sangre de las otras* escrito en 2010 por Lina Lozano para

entender los cambios generacionales en la percepción de la menstruación y su relación con la dominación masculina.

*Miedos y temores relacionados con la menstruación: estudio cualitativo desde la perspectiva de género*, es el trabajo doctoral de Alicia Botello y Rosa Casado, dos profesoras españolas que tuvieron como propósito estudiar las representaciones sociales y creencias populares que existen sobre la menstruación y la salud desde una perspectiva de género.

Desde la comunicación los estudios sobre el ciclo menstrual se limitan hacia el impacto de los medios de comunicación en los sentidos que las mujeres configuran sobre su período. *La representación de la menstruación en la publicidad asociada al producto* es un trabajo de grado de la Universidad Jaume elaborado por Víctor Ballester en 2015 quien expone la responsabilidad de los medios de comunicación sobre la construcción de igualdad y analiza la narrativa de dos anuncios de productos para la menstruación; este trabajo se acerca a la idea del imaginario que pueden, en este caso, construir los medios de comunicación.

Y finalmente, una tesis de pregrado en licenciatura de artes visuales sobre los rituales femeninos y el fluido menstrual como una oportunidad para repensar el cuerpo desde una visión artística y ritual: *Rituales femeninos, cuerpo fluido menstrual sembrando la luna*.

Estos abordajes disciplinarios relatan un sentido particular de este tema, pero no consideran a la menstruación como un proceso comunicativo. El propósito de este trabajo, por lo tanto, es describir los imaginarios y las prácticas comunicativas que existen sobre la menstruación, en un grupo de nueve personas.

La comunicación para el desarrollo otorga esta oportunidad de comprender la complejidad del ser humano en todas sus dimensiones. El trabajo de las ciencias en la posmodernidad es el de ser transversales para evitar reduccionismos y convocar la pluralidad de los saberes. Desde esta perspectiva, los estudios culturales latinoamericanos posibilitan esta lectura del objeto de estudio: la menstruación, con una mirada crítica al paradigma modernidad-colonialidad (Guerrero, 2010).

A diferencia de otras investigaciones, este se caracteriza por ser un diálogo entre comunicación y cultura, que aborda los imaginarios y las prácticas comunicativas, desde al análisis del relato personal de la autora tejido con las historias de las otras y los otros. El discurso que lo manifiesta es parte fundamental de los estudios de comunicación.

Los estudios culturales latinoamericanos como una corriente a la que le interesa la cultura como poder y el poder como cultural, es una postura no reduccionista y que analiza cuáles son los dispositivos de control del conocimiento. Los estudios sobre género y raza es una de las líneas de investigación de los estudios culturales latinoamericanos, interesados en la construcción de nuevas identidades desde lo diverso y desde el otro (Díaz, 2008).

Esto además analizado a través de los aportes teóricos de Simone de Beauvoir para comprender desde sus reflexiones lo que significa ser mujer. De igual manera el trabajo se guía por dos categorías fundamentales fruto del objetivo de la investigación: imaginarios y prácticas comunicativas. Identificados y descritos a partir de los relatos de vida de nueve integrantes del Círculo de Mujeres 13 Lunas, comprendidos a través de la cultura y la comunicación.

## **Metodología**

El Círculo de Mujeres 13 Lunas es un espacio de encuentro para hombres y mujeres de diversos orígenes, donde se comparten experiencias acerca de las problemáticas sociales que aquejan al ser; las mismas que se discuten desde una postura crítica y propositiva. El trabajo se desarrollaba desde hace un año en la ciudad de Quito. Fue organizado y dirigido por Jenifer Quiroz con el propósito de orientar a los participantes hacia al autoconocimiento y la sanación espiritual. Ella es escritora, profesora de yoga, terapeuta, contadora- auditora y autora del libro de ‘Oruga a Mariposa’, donde relata su camino hacia la transformación.

De manera casual, la autora de este trabajo tuvo la oportunidad de llegar a estos encuentros y conocer a personas que le ayudarían posteriormente a responder a sus propios cuestionamientos y conocer qué estaban pensando las otras mujeres sobre su ciclo menstrual. ‘¿También sienten vergüenza?’ se preguntaba. Así que este artículo académico comenzó a tomar forma y se enfocó en describir los imaginarios y prácticas comunicativas que hay en torno al ciclo menstrual en otras mujeres e incluso en algunos hombres.

Todos y todas como parte de un tejido social aún mayor, que conscientes de las miradas tradicionales exigen posturas alternativas. Esto se logró dialogando y compartiendo historias, porque de qué otra forma se puede conocer si no es a través de la experiencia y más con un proceso tan natural pero que se expresa comunicacional y culturalmente de formas tan diversas según cada cultura y sociedad. Fue así como se propuso entablar una serie de encuentros que permitieran recoger sus experiencias.

Entenderlo, es generar una reflexión que, sin ideas de cambiar el mundo, puede al menos dejar en consideración parte de la realidad de las mujeres en la sociedad actual. Este tema no puede reducirse a aspectos relacionados con la salud o la psicología porque los sujetos también son seres culturales, sociales y políticos, que relatan un sentido concreto del mundo.

Josselyn Rivera, Silvia Rivadeneira, Marisela Lechón, Gabriela Ochoa, Xavier Ochoa, Silvia Medina, Beatriz Cacuango, Thalía Cacoango y Diego Heredia acompañaron a la autora a describirse a través del relato de sus experiencias. Sus miedos, sus inseguridades, sus inquietudes, sus prejuicios se encontraron en la palabra y la vida compartida.

Todo comenzó cuando en la búsqueda de un tema de investigación se preguntó ¿y si investigo sobre la menstruación?, parecía imposible lograr un artículo académico capaz de expresar un sentido comunicacional sobre este tema. Las dudas personales aparecieron, pero con la ayuda de libros y conversaciones de café, concretó un tema que, al menos para ella, era necesario leerse desde la comunicación para el desarrollo.

Desde su vivencia no podía entender como hay otras mujeres que durante los días que menstrúan desean ser hombres, ¿a qué se debe? y ¿cómo saberlo?, su experiencia con la menstruación había estado relacionada con la celebración, con el poder de lo femenino. Sus respuestas rondaban en torno al dolor, a los cólicos menstruales y a cómo era diferente en cada mujer... pero también pensaba que no se debía solo a eso, había algo más. Estaba la familia, quien configuraba su comportamiento, o lo que aprendió en la escuela, también las conversaciones curiosas con sus amigas. Y claro,

la publicidad que ilustraba la sangre con tinta azul y le decía todo el tiempo ‘Siéntete limpia’. Entonces ¿con el ciclo estoy sucia?

Quizá estos cuestionamientos no eran suficientes, pero si le preocupaba que sus personas más cercanas experimentaran tanto dolor y fastidio de un proceso que su supone natural. Al llegar al Círculo de Mujeres, comprendió que había más mujeres que vivían una experiencia similar. Aunque de las cinco personas que conocía solo una pensaba y sentía el período desde otros imaginarios y prácticas, eso bastó para que el tema se concretara.

Inició conversaciones en su familia, pero notaba repulsión y vergüenza. A sus abuelas, les producía asco, ellas creían que había que guardar silencio y evitar llegar al tema. Encontró otra forma de responder a sus cuestionamientos: el diálogo como posibilidad de exploración científica, que bien interpretada y analizada, permitiría obtener información de las otras mujeres y hombres.

Investigar el imaginario de la menstruación en *13 Lunas*, invita a reconocer y describir una realidad humana que no sólo es parte biológica de la vida, sino que es parte del entramado social. La menstruación como proceso social tiene prácticas concretas, discursos y experiencias que superan lo individual para establecerse en lo colectivo. Éste termina siendo un proceso que se comunica a través de los sentimientos que tanto mujeres y como hombres tienen al respecto.

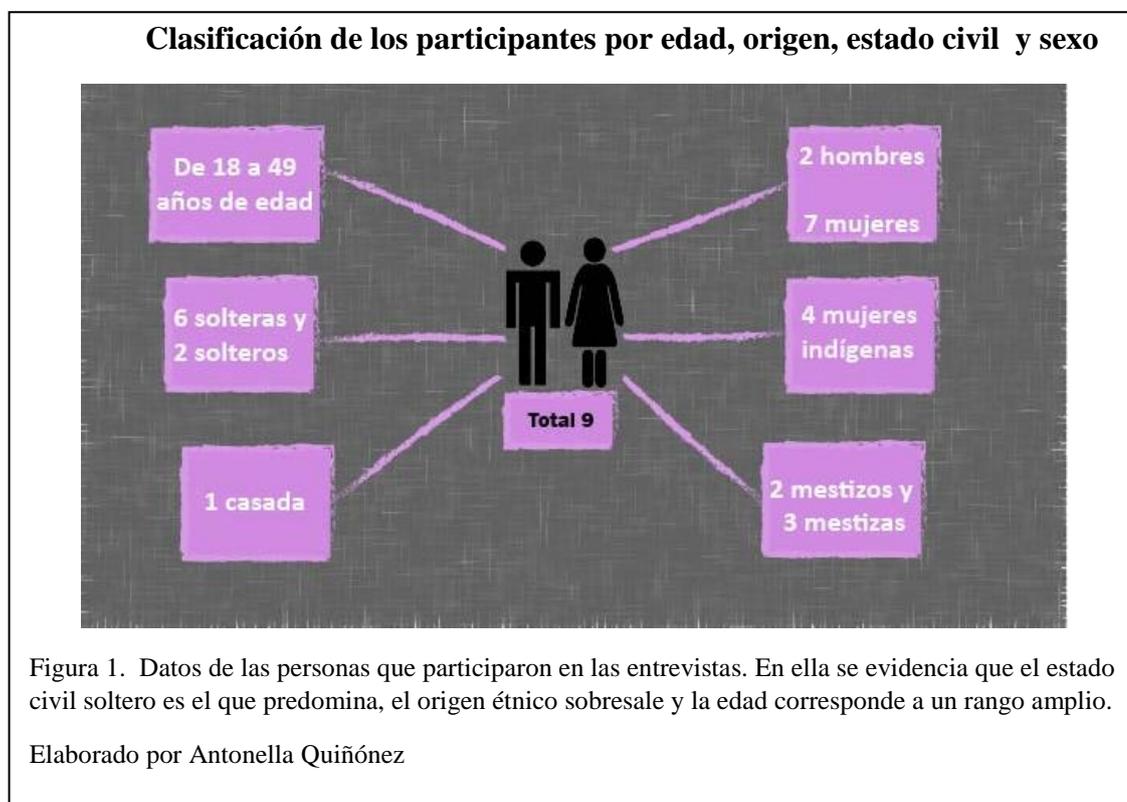
Para lograrlo se utilizó el enfoque cualitativo que permite abordar la realidad para interpretar los fenómenos de las personas implicadas. En palabras de Taylor y Bogdan (1987) ésta mirada facilita el estudio de datos descriptivos, caracterizados por la relación directa no intrusiva del investigador en la obtención de información.

Este enfoque permitió que la investigación sea coherente con el planteamiento inicial, ya que parte del propio marco de referencia de la autora.

Así, desde este enfoque, se trabajó mediante la etnometodología, en coherencia con la filosofía del método que va más allá de la comprobación, al interesarse por la explicación. En este caso, se trabajó una de las tendencias que caracteriza a la etnografía que da importancia al diálogo y por ende al discurso de los entrevistados, el cual le sirve para describir su imaginario y sus prácticas comunicativas sobre la menstruación (Barrantes, 2000, p.56). El eje transversal estuvo dominado por el manejo de la información, que si bien permitió la injerencia del investigador también facilitó el establecimiento de una distancia adecuada, que además propició la reflexión académica. “El corazonar” hizo posible la desmitificación de los imaginarios predominantes y de las prácticas comunicativas que a su vez los sostienen en esta sociedad, porque como dice Patricio Guerrero (2010), es desde el corazón donde el poder hegemónico no tiene cabida.

La observación participante y entrevistas semi estructuradas fueron las técnicas que facilitaron la recolección de los datos y el registro de los relatos, cada una de las nueve personas con los que se realizaron encuentros mensuales entre octubre (2016) y marzo de 2017. Un total de siete mujeres y dos hombres, elegidos por tener vínculos familiares o de amistad con alguna de las participantes del círculo. Mientras que la selección de las mujeres fue de acuerdo a su identidad cultural y edad, todo esto con

el propósito de conseguir una investigación diversa y enriquecedora como se ilustra en la figura 1:



Las entrevistas semi estructuradas partieron de una estructura compuesta por 13 preguntas las cuales guiaron el diálogo espontáneo, pero permitieron contrastar los imaginarios de la autora de este trabajo con la de las nueve personas participantes.

A la par se fue dando la observación participante cuyo objetivo era identificar la coherencia entre discurso y cuerpo, una categoría importante de esta investigación. Previamente a cada entrevista se agudizaron los sentidos para saber, por ejemplo ¿cómo observar? ¿qué observar? ¿cómo acceder a la información? ¿cómo registrar y analizar las experiencias? ¿qué documentar?, no para limitar el trabajo, sino para no perder el hilo conductor de la investigación en los relatos: describir el imaginario que tanto hombres como mujeres comparten en su entorno respecto a la menstruación y

las prácticas comunicativas que los sostienen. Cada relato se fue conectando, analizando y contrastando con la historia íntima de la autora.

El acercamiento a los datos obtenidos comenzó con la transcripción de las entrevistas, posteriormente se diseñó una matriz de análisis a través de la cual se desglosaron las categorías fundamentales de este trabajo. Para hacerlo se consideraron los datos de la Figura 1 y se incluyeron las categorías: imaginarios, prácticas comunicativas y observaciones de la autora.

Todo esto se documentó en fichas de datos personales que incluían nombres completos, lugar y fecha de nacimiento, estado civil, identidad cultural y género acompañados de una fotografía de las personas participantes. Para registrar las entrevistas se utilizó una grabadora de voz. El carácter interpretativo de la metodología aplicada en el desarrollo de este trabajo permitió que la descripción de las prácticas comunicativas y el imaginario de la menstruación en los participantes cobre un sentido que corresponde con la realidad que viven los sujetos, con sus particularidades y encuentro con los otros y otras.

El diálogo no solo se dio en el momento de las entrevistas sino entre los datos obtenidos y el relato de la autora, a través del cual se encontraron los imaginarios y las prácticas comunicativas compartidas y como parte de una construcción socio cultural. El abordaje que partió desde lo vivencial, interactuó teóricamente para hallar las respuestas a las dudas y cuestionamientos personales, que animaron este trabajo.

## Resultados

### Atando cabos del ayer

#### Un poco de historia.

¿Cómo se puede definir a una mujer? Parece sencillo trabajarlo como un concepto opuesto al de hombre, pero no es así de simple. Las mujeres no son lo opuesto al hombre porque de lo contrario los estudios de género y construcciones críticas en torno a las concepciones mundiales e históricas del hombre como nombre genérico de la humanidad no tendrían sentido. Culturalmente no funcionan definiciones como la de la Real Academia Española de la Lengua “persona del sexo femenino” (RAE, 2017).

Gabriela Castellanos (1995), en su texto *¿Existe la mujer? Género, lenguaje y cultura* explica que, para Kant, por ejemplo, la mujer existe solo para darse a otros, sobre todo a un hombre y este pensamiento es el reflejo de la idea que se mantendrá hasta inicios del siglo XIX y desarrollo del siglo XX. Esta corriente no tardó en traducirse en prácticas de segregación y exclusión garantizadas desde las leyes de los diferentes Estados, que tenían como fundamento, un orden patriarcal y discriminatorio. La mujer, por lo tanto, fue relegada a establecerse como ama de casa y cualquier intento de cuestionamiento al poder dominante-que se conjugó aún más con la modernidad-, quedó en una mera ilusión contestataria.

No es sino hasta 1993 cuando se reconoció por primera vez en la historia -en la Conferencia Mundial de Derechos Humanos en Viena-, los derechos de las mujeres y las niñas. En esa fecha fueron considerados como derechos humanos universales

incapaces de violentarse. Tan solo dos años más tarde en la Conferencia Mundial de Mujeres en Beijing ya se conceptualizó por primera vez el término ‘empoderamiento femenino’, que conjugado con la declaración Universal de Derechos se convertirían en una especie de garantías para el ejercicio de los derechos de las mujeres. Esto fue posible gracias a la Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (CETFDICM) o mejor conocida por sus siglas en inglés CEDAW. Un tratado firmado en 1979 y que entró en vigencia a partir de 1981 con el propósito de obligar a los Estados participantes a reformar leyes que garanticen la igualdad entre hombres y mujeres.

No cabe duda que a los esfuerzos por conseguir igualdad se fueron sumando todas las luchas del movimiento feminista mundial. Una de estas expresiones es el primero de los 30 artículos de la declaración de los Derechos Humanos, realizados tres años después de la Segunda Guerra Mundial, “todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos” (Naciones Unidas, 2017, p. 2). Derechos que en las sociedades patriarcales se violentan a diario y motivan las luchas de saberes y sentires diferentes.

Esto, para muchos, significa la búsqueda de la igualdad de género. Una posibilidad para renovar las definiciones y exigencias de un sistema que durante años refuerza una mirada que divide y jerarquiza a los seres humanos. Para lograr esto es necesario el empoderamiento de los sujetos sociales que han quedado fuera de las normas de ese sistema, es decir las mujeres.

El empoderamiento femenino cobra sentido, entendido éste no sólo como el poder que radica en las mujeres, sino que se dimensiona en todas sus vertientes: el tener, el saber, el saber hacer, el querer y el poder para que sean ellas quiénes configuren su visión del mundo y su lugar en él (Comisión de Mujeres y Desarrollo, 2007).

Pero no es así de sencillo, éste es un proceso que iniciado hace 22 años carece aún, de la fuerza que necesita para transformar las estructuras históricas y patriarcales, porque como lo explicó Simone de Beauvoir “la estructura social no ha sido profundamente modificada por la evolución de la mujer”, para ella esto solo es mera ilusión y continúa en su argumento “el mundo que ha sido siempre de los hombres conserva aún la fisonomía que le han impreso” (Beauvoir, 1949, p.388). Estos logros que se trasladan a las luchas políticas de diversos colectivos de mujeres que buscan desmantelar los escenarios de acción, construidos mucho antes de que ellas nacieran. A partir del siglo XVIII se pone en la mesa de discusión el tema de igualdad y diferencia entre los sexos.

Voto femenino, igualdad ante la ley, derechos reproductivos y a la educación, son algunos de los resultados de dichos procesos que cobraron la vida de mujeres que volvieron praxis sus ideas y que lucharon colectivamente a través del feminismo. El feminismo como respuesta a los patrones mundiales de comportamiento, construyó tres movimientos fundamentales a lo largo de la historia: el primero tuvo lugar en EE. UU, Inglaterra y América Latina durante el siglo XIX y principios del siglo XX; el segundo es el movimiento de la liberación de la mujer que inició entre los años 60 y 90 del siglo XX y en la actualidad, el tercer movimiento donde se toma conciencia de que no existe un único modelo de mujer, que las mujeres son múltiples y diversas.

Atando los cabos, en esta mirada masculina, se forma una figura de lo femenino construida a lo largo de la historia como un ser inferior, enfermo, inseguro e incompleto. Con la modernidad y la influencia del positivismo en todos los espacios de las sociedades, las teorías científicas de las diversas disciplinas construyeron un modelo de lo femenino que recreaba a la mujer desde una imagen pasiva y enferma. Para Claudia Araya el fundamento de dichas teorías era asociar la naturaleza biológica de las mujeres con patologías “los ciclos exclusivamente femeninos, como la menstruación, la pubertad, el embarazo, la lactancia, la menopausia, aun siendo procesos fisiológicos, de acuerdo al modelo imperante son capaces de provocar trastornos” (Araya, 2006, p.8).

La ‘condición de ser mujer’ es parte del discurso hegemónico patriarcal que configura el ser, el pensar y el hacer de todos los seres humanos. Aquí, lo importante de recordar la historia es para saber, en términos populares, de qué ‘pata cojea’<sup>2</sup>. No es posible dirigir la conducta humana con base en prejuicios, por eso se hacen necesarias otras lecturas que involucren la reflexión de los paradigmas que gobiernan el mundo actual y que están instalados en lo más profundo del ser.

### **‘Bien limpiécita y ordenadita’.**

Las normas de higiene son parte de un conjunto de prácticas que nacieron con el propósito de velar por la salud y evitar infecciones o enfermedades. A partir del siglo XVII después de la Revolución Industrial, los hábitos de aseo y cuidados de limpieza se convirtieron en el foco de interés de los Estados modernos.

El control social que implicó las normas de higiene y por ende de la conducta tuvo como consecuencia una serie de prácticas económicas, sociales, políticas e ideológicas para justificar la creación de instituciones sanitarias y el surgimiento de

---

<sup>2</sup> De que pata cojea: expresión popular para expresar cuál es el punto débil de algo o de alguien.

nuevas patologías. La medicina, en el paradigma positivista que acompañó a la higiene, se vio dotada de un poder racional entretelado por todos sus alcances por la lógica binaria de la razón instrumentalista.

El control sanitario emergía como una nueva industria que abría un abismo entre ‘sanos’ y ‘enfermos’, entre ‘ricos’ y ‘pobres’. El siglo XIX fue el siglo de la higiene, un siglo que se justificó en la limpieza para convertirse en otro mecanismo de control de la urbanidad y la modernidad.

En los manuales de urbanidad, la infancia escolarizada podía aprender, pues, las normas básicas de los usos sociales, los códigos, valores, actitudes y conductas fundamentados en la disciplina corporal, que definían el modelo del hombre y de mujer ‘urbanos’ que las clases dominantes pretendían propugnar para asentar su poder (Guereña, 2000, p. 63).

La feminidad, en esta dimensión, pasó a convertirse por naturaleza en sinónimo de maternidad. Esto se relacionó con las normas de género que el sistema patriarcal desarrolló para establecer los roles y valores higiénicos para el adecuado funcionamiento de la sociedad. Alimentados por los estudios médicos que responsabilizaron a la fisiología de la mujer para justificar “roles asociados -de un modo u otro- a la esfera privada y del cuidado, así como lo relativo al sentimiento” (Coca, Fernández, & Pérez, 2016, pág. 294).

Algunos de los tratados médicos encaminados a reforzar la inferioridad y carácter débil de las mujeres fueron los trabajos de Berutti, Marañón y Van Velde. Que el espermatozoide despierta al óvulo de su estado pasivo y es gracias a él que las mujeres despiertan, que la maternidad es inherente al cuerpo de las féminas y por

ende deben educarse para perdonar su ignorancia biológica e incluso que la delgadez en las mujeres era responsabilidad del feminismo y que eso solo traía enfermedades (Ledesma, 2015, p.4).

Estos postulados se tradujeron en conductas individuales y masificadas por amplios sectores de la sociedad. Con el capitalismo, la tecnificación y la incorporación a nuevas formas de producción y consumo, la representación de lo femenino y de lo que la mujer es, dependió del juego de cartas del poder patriarcal en todas las esferas y con el espejismo de inserción laboral que en realidad era otro tipo más de explotación.

Los cuerpos se convirtieron en una pieza más de producción en todos los niveles. Las emociones, los sentimientos, los estados del cuerpo, los ciclos propios de la naturaleza humana fueron considerados un problema. La menstruación no tenía cabida en un sistema que necesitaba máquinas en lugar de seres.

## **Llegó el día**

### **La mancha roja.**

Al buscar la palabra menstruación en el diccionario de la Real Academia de la Lengua la primera definición hace alusión a la acción de menstruar. Continuar con la búsqueda implica encontrarse esta vez con la evacuación del menstuo y a su vez esta palabra conduce a una definición final para la máxima autoridad del lenguaje español así: “sangre procedente de la matriz que todos los meses evacuan naturalmente las mujeres y las hembras de ciertos animales” (RAE, 2017).

Este menstuo médicamente explicado es un proceso de “descarga fisiológica cíclica de sangre y tejidos mucosos por parte de la mujer y de algunas hembras de primates” (Academia Nacional de Medicina de Colombia, 2017). También lo ‘normal’ es que

las mujeres que entran en período de pubertad tengan su primera menarca a los 12 años aproximadamente. Esta es definida también desde la medicina como la primera ovulación que prepara física y biológicamente al cuerpo para ser madre. A partir de este momento a nivel cultural la menstruación adquirirá una serie de sentires y designaciones que varían en cada sociedad, algunas de ellas son ‘período’, ‘regla’, ‘enfermedad’, ‘andrés’, entre otras.

Este proceso se repetirá en el más común de los casos por un período no menor a dos días y de hasta cinco días de duración durante todos los meses por 35 años, a excepción del periodo de embarazo. Entonces ¿cómo no comprenderlo desde las ciencias sociales y para este caso desde la comunicación?

Varias han sido las autoras interesadas en este proceso, casualmente con tendencias feministas, críticas del sistema, pero sobre todo conscientes de sus propios ciclos y formas de relacionarse con las personas y con el mundo. La menstruación es también y sin duda alguna, un proceso cultural, comunicativo y hasta político. El control de los cuerpos en la actualidad se reproduce a través de lo que Althusser llamaría los aparatos ideológicos del Estado: educación, medios de comunicación, religión, la familia, lo jurídico, lo político, lo sindical, la cultura con la diferencia que hoy existen otras lógicas de consumo y producción.

La menstruación en esta lógica y bajo la representación de los medios de comunicación que son quiénes reproducen ideología, roles de género y construyen imaginarios, es un proceso del que las mujeres deben cuidarse, avergonzarse e incluso sentir miedo. Es común encontrar un bombardeo constante de publicidad que reproduce los valores higiénicos de siglo XVII y que en este contexto toman nuevas formas. ‘Cámbiate tres veces al día, cuidado con los malos olores, siéntete segura y fresca... cuidado, que no se note, es invisible’.

“La creencia en la nocividad de las mujeres menstruantes es muy antigua pues se creía que la sangre menstrual contenía sustancias extrañas, irritantes, tóxicas, maléficas o incluso venenosas” (Alicia & Rosa, 2015, p.18). ¿Cómo estos imaginarios sociales no podrían estar vinculados al sistema patriarcal que tanto, hombres y mujeres reproducen casi inconscientemente durante todos los días de su vida?

### **Reglas valores y ventas.**

Las reglas del mercado, de consumo y producción no son simple y llanamente un proceso externo a la individualidad del ser. En lo más arraigado de los sujetos de una sociedad la lógica mercantil que determina sus actitudes y conductas, así, por ejemplo, se piensa en la relación con los demás a través de los beneficios que puedan brindar. Estas relaciones están construidas sobre los principios capitalistas de un paradigma posmoderno, en el que el individualismo motiva la existencia.

En este contexto, Néstor García Canclini (2000) explica las tendencias que revelan las relaciones entre la globalización y las industrias culturales:

En primer lugar, industrias culturales han pasado a ser los actores predominantes en la comunicación y en la formación de la esfera pública. También ocupan, dentro de cada sociedad, un lugar más significativo que las manifestaciones artísticas y culturales tradicionales en la actividad económica para las altas inversiones que movilizan la generación de empleos y el intercambio económico y simbólico con otras naciones. Sin embargo, el tercer rasgo es contradictorio con los dos anteriores: en estos mismos años en que las industrias culturales ganan un lugar central se produce la producción

editorial, y cinematográfica de los países latinoamericanos y se transnacionaliza la propiedad de los medios de producción (p. 90).

En cada cultura la representación de la mujer a través de la industria se ha visto homogeneizada por el discurso de todo lo que puede y no puede ser. La mujer tras la diferenciación de los sexos quedó inferiorizada no sólo por sus características biológicas sino porque culturalmente se le arrebató el derecho de significar su propia corporalidad.

“El cuerpo como lo femenino encarnado es sinónimo de lo doméstico, privado, de los vínculos familiares y comunitarios” (Posada, 2015, p.114). Este es el imaginario que aún domina el momento actual y al que se suma la idea del cuerpo como mercancía, en todos los seres humanos, pero imperdonablemente para la mujer. Ella que posee un cuerpo seductor, tentador y culpable de todos sus males. Ella que debe usar su cuerpo como un vehículo para conseguir un lugar en la esfera social, porque de lo contrario, si está en las calles, esa está ‘loca’. Ésta es otra de las caracterizaciones de la representación de la mujer: la histeria social femenina, propia de su carácter endeble.

La cosificación de los cuerpos es otro de los discursos que garantizan el orden de desigualdad, explotación, violencia, abuso físico, político, económico y social.

### **Y ahora qué: ¿la celebración o la ocultación?**

#### **La experiencia.**

El abordaje teórico realizado hasta el momento consiste en un antecedente que permite comprender cómo se está pensando el mundo desde la academia y por ende cómo lo comprenden seres humanos de carne y hueso. Esta realidad investigada, elaborada y criticada es el ritmo de vida de gran parte de las mujeres en la actualidad.

La represión de los cuerpos, el asco a sus fluidos, los miedos e incertidumbres de procesos que son naturales pero que la sociedad, por un lado, se normalizó pero otro se estigmatizó, bajo las lógicas de producción y de consumo dan cuenta de muchos de los imaginarios y prácticas comunicativas que poseen las mujeres como sujetos sociales.

La autora de este artículo, como una de esos sujetos, se conflictuó con su propio cuerpo, con sus ciclos y fluidos. Empezó por preguntarse si este sistema al que tanto se lo critica de verdad es responsable de todos los males que se le atribuyen. Todo comenzó cuando escuchó decir a su amiga que prefería ser hombre. Se quedó perpleja ante tal afirmación pues no podía creer que una mujer con el ciclo menstrual sea capaz de decir eso y ahí las dudas comenzaron a ‘comerle la cabeza’. Entonces preguntó en voz alta - ¿por qué te molesta tanto el ciclo? Y su compañera no tardó en enumerar todas las razones que la hacen querer negarse como mujer y afirmarse en ‘los que la tienen más fácil’.

La curiosidad y necesidad de reconocerse con los demás fue tal que desarrolló una serie de entrevistas para saber que estaban pensando las otras mujeres y hombres, cuál es su imaginario y las prácticas comunicativas que lo sostienen.

En este apartado es cuando cobra sentido la teoría porque se hace praxis, se vive, se descubre y re-significa. *Sentir los cuerpos socialmente: El imaginario de la menstruación en el Círculo de Mujeres 13 Lunas* es un aporte que fue posible gracias a los relatos de seres humanos que a través de sus historias hicieron vida su experiencia directa o indirecta con la menstruación.

### **Los imaginarios.**

Madres, hijas, hijos, amigos y amigas se encontraron en esta narración sobre imaginarios y prácticas comunicativas. Hablar de imaginarios es remitirse a las ideas que se generan culturalmente en una sociedad y se configuran a partir de lo que vemos, oímos y hasta consumimos. En este sentido la menstruación no escapa a la elaboración de sentidos que cada mujer y hombre pueden construir personal y grupalmente.

En el Círculo de Mujeres 13 Lunas estos imaginarios sobre la menstruación se vieron atravesados por una categoría particular: la preocupación por mancharse. La mancha roja, esa que socialmente ha hecho que las mujeres se sientan inferiores, avergonzadas socialmente y que a partir de ese principio pueden ser endebles, vulnerables y sumisas.

Y es que claro, a qué mujer le gusta mancharse. Los sentimientos que provoca un ‘accidente’ como esos hacen que muchas prefieran ser hombres. Esto como fruto de reflexión de la autora, quien cuando tuvo su primera mancha experimentó ansiedad, miedo y efectivamente mucha vergüenza. Para ella fueron dosis descontroladas de vergüenza que además fueron compartidas por las mujeres de su entorno social y que también sintieron y siguen experimentando ‘eso’ que sólo saben las mujeres.

Esta experiencia fue similar para una de las integrantes del círculo, Silvia Rivadeneira, de 49 años, quien ahora está en la menopausia y dice que vivió la menstruación como un proceso incómodo: “para mí sí era incómodo cada vez que llegaba porque tocaba estar preocupada de que no me manche”.

Esta idea la acompañó durante los 34 años en los que experimentó la menstruación. Ella es madre de dos hijas y así como su progenitora hizo con ella para enseñarle sobre estos temas, comunicó a Josselyn y Carla Rivera lo que se hacía ‘en esos días’.

¿Cómo poder explicar este sentimiento que parece universal? La preocupación de no mancharse es lo que más les afecta a las integrantes del Círculo cuando están con la menstruación. El qué dirán, el cómo las verán o que eso no es normal es el fundamento que desarrolla uno de los sentimientos con los que todas las mujeres pueden identificarse: la vergüenza. ¿Vergüenza de qué? Los cánones y las expectativas que se tienen sobre la mujer hacen que sean ellas mismas quienes vayan configurando conductas que hacen felices a los demás. Este imaginario (vergüenza) no se escapa del estadio civil, la edad, la educación o la identidad cultural. Atraviesa sin reparos diversos estratos sociales y grupos étnicos.

La vergüenza como uno de esos sentimientos que hacen a las mujeres susceptibles de control y esto por supuesto es una herramienta que desde la lógica capitalista se aprovecha. “Mancharse es una falta de respeto”, “mancharse no es normal”, “mancharse no es cómodo”, “mancharse es desagradable”. Estas son las expresiones que revelan las prácticas comunicativas que sostienen el imaginario desagradable sobre la menstruación y a su vez convierten un proceso natural y biológico en una forma de dominación. Pero ¿por qué tiene tanto éxito?, el concepto de belleza es una de las categorías que permite comprender este fenómeno. Una de las preguntas de la entrevista buscaba encontrar la explicación que los y las participantes dan a esto. ¿Por qué las mujeres sienten vergüenza si se manchan?, los estándares de belleza, estética femenina y los valores morales produjeron el condicionamiento del comportamiento de las mujeres en la sociedad.

Elsa Muñiz (2014) expresa en este sentido:

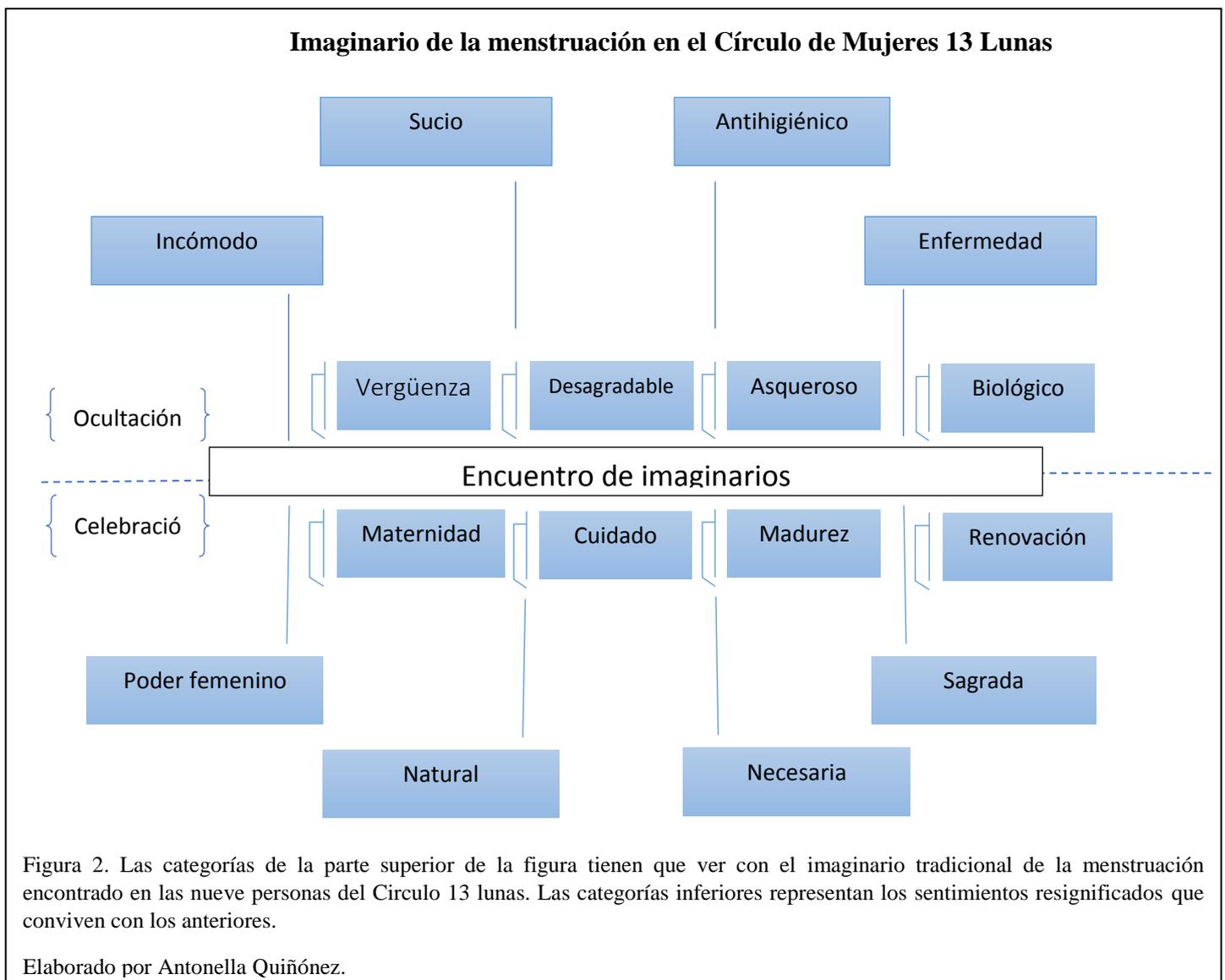
La belleza como un conjunto de conceptos, representaciones, discursos y prácticas cuya importancia radica en su capacidad performativa en la materialización de los cuerpos sexuados y en la definición de los géneros. Sabemos que, hasta nuestros días, la belleza se considera una característica de la feminidad, tanto como se concebía en el siglo XIX, y se ha pensado como una obligación para las mujeres ser bellas. La belleza se constituye entonces, en parte de la normalidad femenina que se impone a los cuerpos de las mujeres a través de prácticas identificatorias gobernadas por esquemas reguladores (p.422).

Estas estructuras reguladoras actúan sobre el comportamiento de las mujeres y determinan sus prácticas. La vergüenza es uno de los sentimientos que aflora en todas las mujeres del Círculo e incluso en los hombres, como un dispositivo de control de sus cuerpos, instaurado en lo más profundo de su ser. Los hombres porque creen que “las mujeres deben sentir vergüenza si algo de así les pasa”. Este sentimiento de control es el mismo que estaba presente en quien escribe estas líneas.

Este imaginario, además, está arraigado en lo más profundo de las mujeres que en algún momento de su vida vieron manchadas sus ropas. La experiencia que recuerdan se asocia a sentimientos negativos y sobre todo la preocupación gira en torno al “qué dirán”. Es más, la respuesta que genera el cuerpo al sentir la presión de la mancha roja es una sensación de escalofríos, sonrojo y temor por no saber cómo se le percibe bajo los cánones de belleza y por la asociación con la idea del descuido.

Vergüenza, asco, feminidad, desagradable, enfermedad, anti higiénico, incómodo, molesto fueron algunas de las caracterizaciones en las que coincidieron las personas entrevistadas. Estos son los imaginarios que rondan la cabeza de estos sujetos

inscritos en una sociedad que se ha encargado, a través de la tradición oral, los medios de comunicación, los mitos, los ritos y la educación de emitir connotaciones negativas a la menstruación, como si esa fuera la norma.



La figura 2 da cuenta de los imaginarios que se tienen sobre la menstruación. Este proceso si bien no ha sido comprendido mayoritariamente desde la celebración, al menos coexisten paralelamente con las asociaciones del modelo tradicional. Y estos a su vez tienen como resultado otros imaginarios que recrean una imagen sobre lo que debe ser o se supone que es una mujer cuando tiene el período. Una mezcla de la cultura tradicional y patriarcal con una incipiente asociación con lo sagrado como se observa en la figura 3.



### **Las prácticas comunicativas.**

A Marisela Lechón, mujer indígena Kayambi, le enseñaron por ejemplo que es mejor no salir a la calle y bañarse en agua caliente para evitar malos ratos “Debes ser precavida”, le decían. Son prácticas comunicativas configuradas a través de la tradición oral. Ésta hizo que su modo de ser, de sentir y de hacer durante el ciclo se condicione.

La tradición oral transmitió conductas, valores y sentimientos, perpetuados en el tiempo de generación en generación, de abuelas a madres, y de madres a hijas. Esto hizo que muchas mujeres se escondan o sientan que tienen un problema cada vez que el ciclo llega. Incluso la primera menstruación se convirtió en un obstáculo más que una celebración. Ésta debía ocultarse y evitar a toda costa que los hombres se enteren. Y claro, como mujeres, los sentimientos se experimentan inmediatamente, porque el comportamiento está condicionado y a merced de la norma, una norma que dice que éste es un tema del que “no hay que hablar”.

¿Qué se supone deben hacer las mujeres entonces? Cinco de las siete mujeres entrevistadas detienen sus actividades cotidianas y hasta sienten que dañarán todo lo que toquen. Si bien, es el resultado de los dolores del ciclo también influye lo que sus madres y abuelas les dijeron. Este fue uno de los hallazgos que complicaron los cuestionamientos iniciales de la autora, justo cuando descubrió que para la comunidad Las Queseras de Guaranda, las mujeres durante el período no deben entrar en los cultivos porque secan o *lanchan*<sup>3</sup>, en su lenguaje, las plantaciones. ¿Qué provocaba que estas prácticas existan?

---

<sup>3</sup>Lanchan: secar el cultivo. Expresión usada por Beatriz Cacuangó, indígena waranca para referirse a lo que ocurre cuando una mujer que menstrúa entra a los campos.

Una de las respuestas viene de la mirada que tienen los dos hombres entrevistados, sobre las prácticas comunicativas que reconocen en las mujeres de su entorno. Xavier Ochoa y Diego Heredia, de diferentes grupos etáreos (19) y (30), coincidieron en esta idea. La figura masculina en el ciclo es aquella que cuida, comprende y entiende. Los dos sujetos tienen relación directa con mujeres por el vínculo con sus madres y en el caso de Ochoa, su hermana. El pensamiento de hombre-protector, lo hacen desde la conciencia de que tanto hombres y mujeres deben conocer sus procesos. Heredia, por su parte cree que si se dice que es mejor que los hombres no se enteren es responsabilidad de la sociedad, que silencia y oculta.

Estas prácticas tradicionales y negativas del ciclo menstrual hacen que el cuerpo al final termine sin pertenecerle, por completo a los sujetos, es decir a las mujeres que son las dueñas, al ocurrir un despojo social y cultural de él. Es el resultado de los mecanismos de control que el Estado ejerce sobre la vida. Acabar con estos procesos es un trabajo en primera instancia mental-individual y de lucha-acción colectiva.

Esta afirmación da cuenta de un problema social, un obstáculo y un problema del que las mujeres deben avergonzarse y ocultarlo a toda costa. La influencia que ejerce la familia, la educación, los medios de comunicación en esta construcción de sentidos y por ende de imaginarios, solo perpetúan las connotaciones tradicionales sobre la menstruación.

En la figura 4 se observan las prácticas comunicativas que sostienen los anteriores imaginarios respecto de la menstruación. Los hombres están pendientes del ciclo únicamente para enterarse de los períodos fértiles de las mujeres y evitar los embarazos. Las mujeres en cambio, realizan prácticas concretas que parten desde la tradición oral, educación, medios de comunicación, internet y conversaciones casuales.

La falta de actividad, el decaimiento, el no hacer nada en estos días también es parte de una construcción social sobre la forma de vivir los ciclos y procesos propios del cuerpo. Culturalmente, también se aprende a sentir dolor, "estoy convencida de que la mayor parte de los malestares y enfermedades que abruma a las mujeres tienen causas psíquicas: eso es, por lo demás, lo que me han dicho también diversos ginecólogos" (Beauvoir, 1949, p.398).

## Prácticas comunicativas en el Círculo de Mujeres 13 Lunas

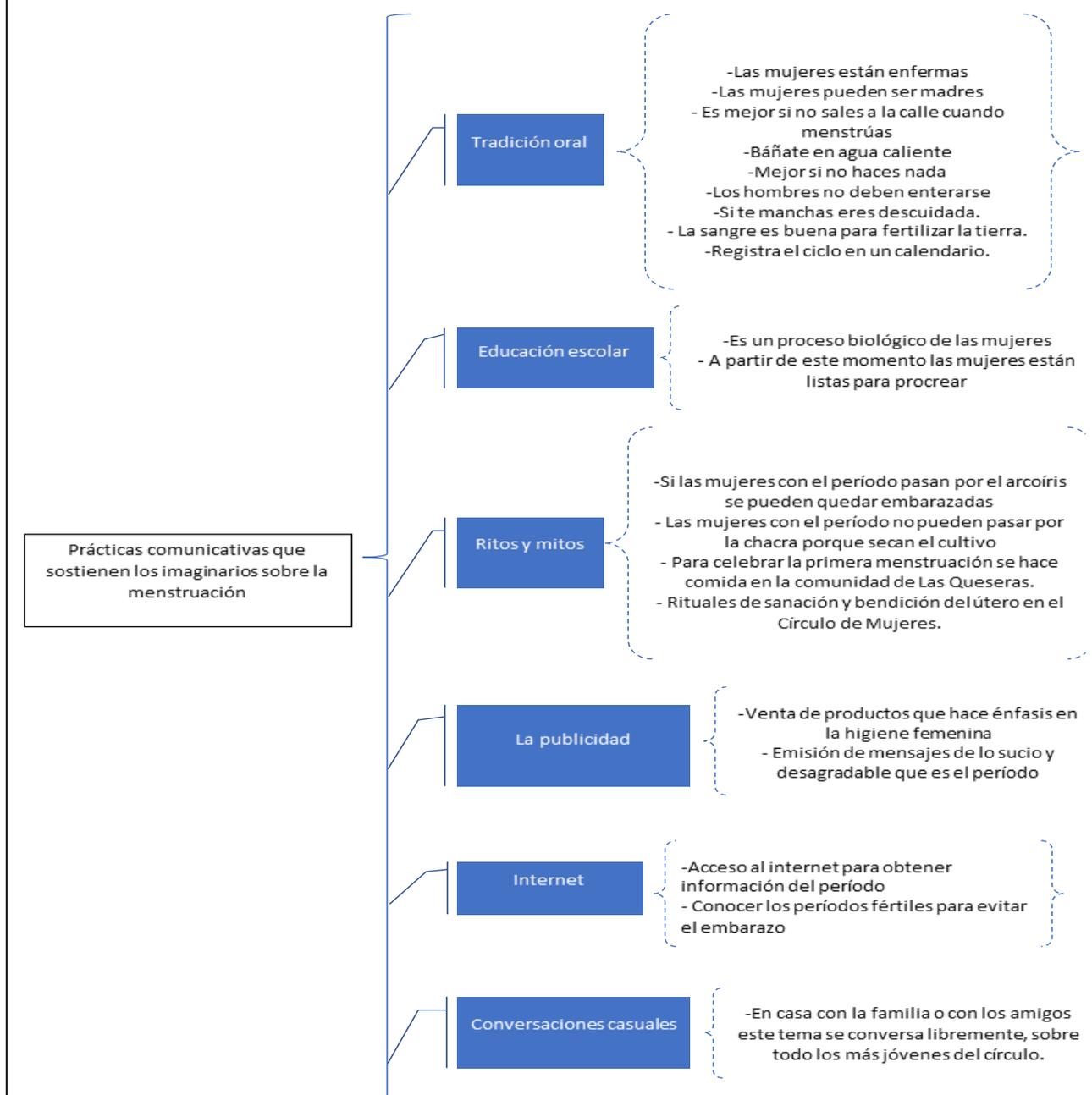


Figura 4. Esta figura hace alusión a las categorías identificadas en la matriz de análisis sobre las prácticas comunicativas que sostienen los principales imaginarios.

Elaborado por Antonella Quiñónez.

### **Una alternativa.**

A este momento, ¿la menstruación podría celebrarse? Los imaginarios positivos del ciclo menstrual los asocian con el poder femenino, con la capacidad de crear vida y de renovar los ciclos de la naturaleza. Este imaginario se sostiene en la tradición oral de los pueblos indígenas. Silvia Medina, mujer indígena Saraguro, creció alimentando una curiosidad que se transmitía para ella en su familia a través de las conversaciones y del diálogo de saberes. Su padre es fundamental en este proceso, fue él quien le enseñó desde su cosmovisión indígena que la menstruación es algo bonito porque “te está diciendo el poder y fuerza que tienes como mujer para dar vida”.

Entonces, ¿cómo es posible desmitificar estos imaginarios y prácticas comunicativas? ¿existen otros imaginarios, otras prácticas comunicativas? En su búsqueda, la autora encontró que, aunque no son compartidos por muchos, se conciben también en unos pocos y eso es satisfactorio.

Las desmitificaciones de los imaginarios negativos sobre las mujeres menstruantes se caen cuando la tradición oral da cuenta de este proceso como un ciclo biológico y necesario de todas las mujeres, ellas como creadoras de vida sin que haya necesidad de obligarlas a ello. La maternidad en este momento adquiere otro sentido. Las mujeres son capaces de crear vida y esto debe celebrarse Y cómo se logra esto desde la práctica, asociando al ciclo con el poder de crear y de renovar energía. Este fue uno de los propósitos del Círculo de Mujeres 13 Lunas. En este espacio se pudo realizar rituales de sanación del útero para de alguna forma ir re-significado el proceso a través del lenguaje, de símbolos y signos.

También se aborda ‘lo molesto’ del período para comprender que es más una cuestión cultural que real. Thalía Cacoango, dice que cuando menstrúa prefiere

realizar muchas más actividades que las que realiza cotidianamente. Ella danza, estudia, trabaja, no se detiene. Por este camino también se desvirtúan los imaginarios negativos de la menstruación.

La educación también juega un papel importante. Las mujeres y hombres del Círculo de Mujeres 13 Lunas recuerdan que en el colegio aprendieron del ciclo. Para muchos de ellos fue su primer acercamiento ya que en sus familias no encontraron respuestas ni explicaciones. ¿Y cómo lo aprendieron? Pues desde un enfoque médico-reduccionista que responde a la razón instrumental y que mira a este proceso únicamente desde la posibilidad de concebir. Las mujeres se convierten en madres potenciales, como si sólo ese fuera su destino. Lo primero que les dicen en la escuela o colegio, es que, “si una mujer menstrúa y tiene relaciones sexuales, ya puede quedar embarazada”.

Esto si bien es real no es una mirada completa. No se informa ni comunica que la menstruación es parte de la vida natural de las mujeres, que son seres humanos, que son parte de una sociedad, que deben vivir este período con sus propias prácticas y tener imaginarios que no condicionen negativamente su comportamiento.

Si bien este imaginario y estas prácticas no son dominantes, al menos existen y son una puerta a nuevas experiencias, nuevas formas de sentir, de comprender y de re-significar. Hacerlo desde el corazonar, de abrir el corazón para hacer episteme y transformar desde esa complicidad que todos los seres humanos pueden compartir. En palabras de Patricio Guerrero (2010):

Una comprensión holística del ser humano y de las construcciones de sentido que éste teje a través de la cultura no puede ignorar que el ser humano tiene una condición tanto biológica como cultural, y que las

emociones habitan esos territorios, pues, aunque desde la condición biológica todos estamos dotados de un cosmos emocional, la forma en que éstas se expresan son moldeadas por cada cultura de manera diferente (p.12).

## Conclusiones

El imaginario dominante sobre la menstruación en el Círculo de Mujeres 13 Lunas es el de la vergüenza. Las personas participantes asociaron el ciclo menstrual con la vergüenza y ésta como consecuencia de si alguna vez se han manchado. La presión social hace que las mujeres sientan recelo de sus cuerpos y que los hombres creen que ellas deben sentirse mal por “estar así”. La justificación radica en que no es ‘normal’ o higiénico que ellas “estén así por la calle”, porque lo que sí está bien es que “estén limpias”, ‘bellas’ e “impecables”. Las industrias culturales en el sistema capitalista usan el discurso de la higiene para propagar valores que se encarnan en la profundidad del ser. La vergüenza es el resultado. Este imaginario tradicional se compartió en todos los integrantes del Círculo, quienes asocian la mancha menstrual con lo “asqueroso” y “antihigiénico”.

Paralelamente a los imaginarios tradicionales existe otro que asocia la menstruación con la fertilidad de la naturaleza y por ende la vida misma. Las prácticas comunicativas que los alimentan tienen que ver con los mensajes que se transmiten en las familias para dar cuenta de este proceso como uno natural y necesario para la vida misma. La celebración del mismo radica en el poder de las mujeres como dadoras de energía vital, para esto se realizan rituales de sanación que re-significan al proceso desde la individual de cada mujer. El Círculo de Mujeres 13 Lunas apuesta a la reconstrucción del ser a partir del reconocimiento de lo que condiciona el comportamiento humano y el propio cuestionamiento de los patrones que se reproducen hasta inconscientemente. Ser parte del Círculo cambió la experiencia que tenían antes y después de realizar los rituales de sanación y de tomar conciencia de su ciclo.

La diversidad cultural de los participantes permitió descubrir imaginarios que confluyen en un mismo tiempo y espacio. Por un lado, están los imaginarios que asocian al período con “suciedad”, con “enfermedad”, con un “problema”. Por otro lado, y aunque son minoría, se celebra el período desde las sabidurías indígenas que, por ejemplo, usan la sangre menstrual para fertilizar los campos o que cuando una mujer inicia su ciclo menstrual se prepara comida.

Las prácticas comunicativas que sostienen dichos imaginarios se fundamentan en la tradición oral, en la educación, en la familia, en ritos, mitos y creencias. En el grupo de estudio, a través de la observación participante se pudo determinar las incoherencias del lenguaje. Por un lado, el lenguaje verbal expresa ‘lo normal’ mientras el cuerpo evidencia cierta incomodidad cuando se refieren al tema de menstruación. Este aspecto podría ser parte de un estudio comunicativo.

Este trabajo aporta al análisis e interpretación de los imaginarios y de las prácticas comunicativas que sostienen dichos imaginarios sobre la menstruación desde el campo de la comunicación para el desarrollo, pero también deja un eje de trabajo que podría ser parte del estudio de la comunicación. El reto tiene que ver en el estudio de la relación entre discurso oral y el discurso corporal, dado que en esta experiencia se evidenció una fractura entre estos discursos en todos los integrantes del Círculo de Mujeres 13 Lunas.

La asociación y conciencia que algunas mujeres tienen del ciclo menstrual reduce los malestares del período en comparación con aquellas que confesaron vivir el proceso sin ningún cuestionamiento.

La menstruación es un tema del que da vergüenza hablar o explicarlo, aunque se intente cuestionar las conductas establecidas por el sistema patriarcal.

## Referencias

- Academia Nacional de Medicina de Colombia. (5 de Julio de 2017). *Diccionario Académico de la Medicina*. Obtenido de Diccionario Académico de la Medicina: <http://dic.idiomamedico.net/menstruaci%C3%B3n>
- Araya, C. (2006). La construcción de una imagen femenina a través del discurso médico ilustrado. Chile en el siglo XIX. *Historia (Santiago)*, 39(1), 05-22. Recuperado el 10 de junio de 2017, de <http://www.scielo.cl/pdf/historia/v39n1/art01.pdf>
- Barrantes, R. (2000). *Investigación: Un camino al conocimiento Un enfoque cualitativo y cuantitativo*. San Juan, Costa Rica: EUNED.
- Beauvoir, S. d. (1949). *El segundo sexo*. Obtenido de <http://users.dsic.upv.es/~pperis/EI%20segundo%20sexo.pdf>
- Botello, A., y Casado, R. (2015). Miedos y Temores relacionados con la menstruación: estudio cualitativo desde la perspectiva de género. *Texto contexto - enferm.*, 24(1), 13-21. doi:<http://dx.doi.org/10.1590/0104-07072015000260014>
- Castellanos, G. (1995). *Caladona*. Obtenido de Caladona: <http://www.caladona.org/grups/uploads/2008/01/existe-la-mujer-genro-lenguaje-y-cultura.pdf>
- Coca, J. R., Fernández, C., y Pérez, E. (2016). El imaginario social de la mujer venenosa: ciencia, metáfora y hermenéutica. *Revistas Científicas Complutenses*, 7(2), 293-311. doi:<http://dx.doi.org/10.5209/INFE.51666>
- Comisión de Mujeres y Desarrollo. (2007). *El proceso de empoderamiento de las mujeres*. Obtenido de [http://www.dhl.hegoa.ehu.es/ficheros/0000/0251/proceso\\_empoderamiento\\_mujeres\\_CFD.pdf](http://www.dhl.hegoa.ehu.es/ficheros/0000/0251/proceso_empoderamiento_mujeres_CFD.pdf)
- Cortés, D. (2014). *La Publicidad como reflejo e instrumento promotor del modelo normativo heterosexista entre la sociedad mexicana* (tesis de pregrado). Universidad Veracruzana, Veracruz, México.
- Díaz, J. (2008). *Estudios Culturales Latinoamericanos: ¿disolución o re-invencción del quehacer filosófico?* (tesis de pregrado). Universidad Javeriana, Bogotá, Colombia.
- García Canclini, N. (2000). Industrias culturales y globalización: Procesos de desarrollo e integración en América Latina. *Estudios Internacionales*, 33(129), 90-111. Obtenido de JStor: [https://www.jstor.org/stable/41391634?seq=1#page\\_scan\\_tab\\_contents](https://www.jstor.org/stable/41391634?seq=1#page_scan_tab_contents)
- Guereña, J. (2000). Urbanidad, higiene e higienismo. *Areas: Revista Internacional de Ciencias Sociales*(20), 61-72. Obtenido de <http://revistas.um.es/areas/article/view/144661/129601>

- Guerrero, P. (2010). Corazonar el sentido de las epistemologías dominantes desde las sabidurías insurgentes para construir sentidos otros de existencia (Primera Parte). *Calle 14: revista de investigación en el campo del arte*, 4(5), 80-94. Obtenido de <http://www.redalyc.org/pdf/2790/279021514007.pdf>
- Guillo, M. (2013). La in-corporación de la investigación: políticas de la menstruación y cuerpos (re) productivos. *Nuevos Nómadas*(39), 233-245. Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/noma/n39/n39a16.pdf>
- Ledesma, N. (2015). Entre la mujer y la madre. Discursos médicos y la construcción de normas de género (Argentina, 1930-1940). *Trabajos y comunicaciones*(42), 1-15. Obtenido de <http://www.trabajosycomunicaciones.fahce.unlp.edu.ar/article/view/TyC2015n42a07/6926>
- Muñiz, E. (2014). Pensar el cuerpo de las mujeres: cuerpo, belleza y feminidad. Una necesaria mirada feminista. *Revista Sociedade e Estado*, 415-432.
- Naciones Unidas. (1 de Julio de 2017). *UN. Org.* Obtenido de UN: [http://www.ohchr.org/EN/UDHR/Documents/UDHR\\_Translations/spn.pdf](http://www.ohchr.org/EN/UDHR/Documents/UDHR_Translations/spn.pdf)
- Posada, L. (2015). Las mujeres son cuerpo: reflexiones feministas. *Investigaciones Feministas*, 6, 108-121. doi:[http://dx.doi.org/10.5209/rev\\_INFE.2015.v6.51382](http://dx.doi.org/10.5209/rev_INFE.2015.v6.51382)
- RAE. (1 de Julio de 2017). *Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española.* Obtenido de Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española: <http://dle.rae.es/?id=Q1vMnRp>
- Sánchez, D. (1999). Androcentrismo en la ciencia. En C. Magallón, M. Barral, C. Miqueo y M. Sánchez (Eds.), *Interacciones, ciencia y género* (págs. 161-184). Barcelona, España: Icaria. Obtenido de Digibug: <http://digibug.ugr.es/bitstream/10481/30132/1/Sanchez1999AndrocentrismoEnLaCiencia.pdf>
- Taylor, S., y Bogdan, R. (1987). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación.* Obtenido de TERRAS: <http://www.terras.edu.ar/aula/cursos/10/biblio/10TAYLOR-S-J-BOGDAN-R-Metodologia-cualitativa.pdf>
- Torres, V. (2001). Manuales de conducta, urbanidad y buenos modales durante el porfiriato. Notas sobre el comportamiento femenino. *Serie de historia moderna y contemporánea - Instituto de Investigaciones Históricas. UNAM*(37), 271-289. Obtenido de Historicas: [www.historicas.unam.mx/publicaciones/publicadigital/libros/modernidad/05moder013.pdf](http://www.historicas.unam.mx/publicaciones/publicadigital/libros/modernidad/05moder013.pdf)
- Vásquez M., y Carrasco A. (2017). Significados y prácticas culturales de la menstruación en mujeres Aymara del norte de Chile. Un aporte desde el género a los estudios antropológicos de la sangre menstrual. *Chungara*, 49(1), 99-108. doi:<http://dx.doi.org/10.4067/S0717-73562016005000036>