

***“Algo pasa pero no se dice”*: Una aproximación a las representaciones sobre la menstruación de las y los jóvenes del Colegio Colombia Hoy.**

**Emmy Carolina Carrera Ruiz**

**Tutor: Juan Pablo Vera Lugo**

**Trabajo de grado presentado como requisito parcial para optar al título de Antropóloga**

**Carrera de Antropología**

**Facultad de Ciencias Sociales**

**Pontificia Universidad Javeriana**

**2022**

## Tabla de contenido

<b>Agradecimientos</b> .....	<b>3</b>
<b>Introducción</b> .....	<b>4</b>
<b>Capítulo I: Aproximaciones teóricas de la menstruación e historia de la educación sexual en Colombia</b> .....	<b>13</b>
Antropología y menstruación.....	14
Feminismo y menstruación – Estudios críticos de la menstruación .....	18
Historia de la educación sexual en Colombia.....	21
Conclusiones del capítulo I.....	27
<b>Capítulo II: Experiencia en el <i>Colegio Colombia Hoy</i> y trabajo de campo</b> .....	<b>29</b>
Colegio Colombia Hoy: acercamiento y modelo.....	30
¿Por qué utilizar mapas corporales y grupos focales para entender la menstruación? .....	35
« <i>Te llegó Andrés</i> »: mapas corporales y grupos focales con las y los jóvenes.....	39
Mapas corporales.....	40
Grupos focales.....	52
Conclusiones capítulo II .....	59
<b>Capítulo III: Análisis y reflexiones a partir de la experiencia en el <i>Colegio Colombia Hoy</i></b> .....	<b>61</b>
Silencios: lo que no se nombra .....	62
“Menstrual Moaning”: conectándose a partir del dolor.....	68
Nuevas propuestas desde la pedagogía: Posibilidad de transformación.....	74
Conclusiones capítulo III .....	78
<b>Conclusiones generales</b> .....	<b>80</b>
<b>Referencias</b> .....	<b>83</b>
<b>Índice de figuras</b> .....	<b>88</b>

## **Agradecimientos**

*Quisiera agradecer a todas las personas que me crucé en el proceso de mi tesis que me ayudaron e hicieron que este proyecto fuera posible.*

*Al Colegio Colombia Hoy por abrirme las puertas para realizar la investigación.*

*A las y los estudiantes de los cursos de once y décimo por su ayuda y participación.*

*A las y los profesores que participaron y respondieron todas mis preguntas.*

*A mi familia y pareja por todo el amor y el apoyo, especialmente a mi hermana y a mi prima por ayudarme, escucharme y leerme.*

*A la Colectiva Feminista Suculentas por la ayuda y por los espacios de apoyo, reflexión y compañía.*

*A Juan Pablo por el apoyo y la confianza en mi trabajo.*

*Y a todas las personas que me cruce que directa o indirectamente me ayudaron en este proceso.*

## Introducción

La educación sexual en Colombia tuvo una gran transformación a finales del siglo XX, cuando empieza a ser institucionalizada a partir de distintos proyectos pedagógicos. En 1991 con la constitución política se incluyeron los derechos sexuales y reproductivos (DDSSRR) como parte de los derechos fundamentales, y en 1993 se vuelve obligatorio que las instituciones educativas impartan educación sexual a todos los niños y niñas del país. Esta transformación consistió en pasar de abordar la educación sexual a partir de un discurso de abstinencia, a entender que se les debía brindar información a las y los estudiantes para evitar los embarazos adolescentes y el contagio de infecciones de transmisión sexual (ITS). Desde la década de los noventa, el enfoque que tuvo la educación sexual en Colombia fue de prevención y el área del saber que quedó encargada de la educación sexual, fue la biología y la medicina (Rivas, 2017).

Desde la década de los noventa han surgido distintos planes y proyectos para que los niños y niñas reciban educación sexual en las instituciones educativas. Sin embargo, desde 2006 a partir de la Ley 1098 de 2006, Art.10. Numeral 6, el gobierno plantea que hay una corresponsabilidad entre la familia y las instituciones educativas en la tarea de enseñar educación sexual a los niños, niñas y jóvenes (Vargas & Bravo, 2021). Acá surgen distintos debates entre la forma en que se debería dar educación sexual a los niños y niñas. Por un lado, hay algunas familias que están de acuerdo con que se dicte educación sexual en las instituciones educativas; y por otro, hay familias que no están de acuerdo ya que consideran inadecuados estos temas al ir en contra de sus creencias y posturas éticas y morales, y creen que la educación sexual sólo debería ser abordada en el círculo familiar. Este debate ha generado que en muchas instituciones no se puedan implementar los planes y proyectos de educación sexual, o que las instituciones incluyan la educación sexual como un tema más en la clase de biología o salud.

Teniendo en cuenta este panorama, la forma en que los niños y niñas han abordado la menstruación desde las instituciones educativas, ha sido a partir de una perspectiva biológica. No obstante, la forma en la que se entiende la menstruación se ha visto profundamente

afectada por la invisibilización del tema. En la mayoría de casos los niños y niñas ven este tema cuando están en los últimos grados escolares y para ese momento la mayor parte de niñas ya empezaron a menstruar desde años anteriores. Esta invisibilización de la menstruación se puede ver en distintos niveles, por ejemplo: a pesar de que en Colombia hay leyes que reglamentan los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres, no hay un marco normativo específico para abordar la menstruación (Moya, 2019). Al respecto, las representaciones de la menstruación que crean los niños y las niñas suelen estar relacionadas a esta invisibilización y silenciamiento.

En este contexto, el *Colegio Campestre Colombia Hoy*, que está ubicado en las afueras de Bogotá, entre el municipio de Facatativá y de El Rosal, se ve inmerso en las discusiones y regulaciones que hay alrededor de la educación sexual; y los niños y niñas que conforman al estudiantado, construyen sus representaciones de la menstruación a partir de este marco, en el que interviene la educación sexual que reciben desde sus casas con sus familias, así como los contenidos que abordan en el salón de clase.

El *Colegio Colombia Hoy* es una institución privada, con enfoque artístico y educación semi-personalizada, por lo que los grupos son pequeños y en total hay 125 estudiantes desde preescolar hasta grado once. El método que utiliza el colegio se basa en una educación por proyectos, es decir que a través de proyectos buscan aproximar a las y los estudiantes a su entorno. Estos proyectos se crean a partir de los intereses de las y los estudiantes y son ellos quienes plantean qué temas y situaciones quieren investigar. Los proyectos se construyen paralelamente con los contenidos curriculares que debe ver cada estudiante según el curso en el que está, por lo cual, se busca que los contenidos y materias que ven los niños nutran el proyecto que están realizando en el módulo. Al tener este modelo educativo, las familias suelen inscribir a sus hijos a la institución porque están en busca de una educación alternativa (Colegio Colombia Hoy, 2021).

En esta investigación me enfoco en la perspectiva de las y los jóvenes de los grados de décimo y once del *Colegio Colombia Hoy*. Mi objetivo consiste en analizar de qué manera la educación sexual que reciben las y los jóvenes del *Colegio Colombia Hoy*, incide en las representaciones que ellas (os) mismos construyen de la menstruación. Teniendo en cuenta

lo anterior, la pregunta de investigación que guió mi trabajo de grado es: ¿De qué manera la educación sexual que reciben las y los jóvenes del Colegio Colombia Hoy, incide en sus representaciones de la menstruación?

A continuación, expondré las perspectivas teóricas generales en las que se basa mi investigación. Haré una breve descripción de la metodología que desarrollé, las reflexiones éticas del trabajo; y por último, presentaré la estructura argumentativa de los capítulos.

La menstruación ha sido estudiada desde distintas perspectivas, especialmente desde la ciencia y la biología, dejando de lado otros enfoques como el sociocultural. Así pues, la antropología brinda un enfoque teórico que permite entender las realidades y discursos que operan en una comunidad o en un grupo particular de personas desde la perspectiva de las mismas. Los estudios antropológicos proponen estudiar la menstruación inductivamente y no suponer que la experiencia menstrual, al ser un hecho biológico afecta y moldea de la misma manera a todas las personas menstruantes de una comunidad (Gottlieb, 2020). Asimismo, la antropología feminista plantea que las experiencias de las mujeres cambian según el contexto social, político, económico, cultural, etc., por lo que el género no debe entenderse como una categoría dada, sino que debe estudiarse contextualmente (Moore, 1991).

Por otro lado, el feminismo brinda herramientas teóricas claves para estudiar la menstruación, ya que parte de reconocer que la menstruación está enmarcada en el sistema patriarcal, por lo que las connotaciones negativas con las que se ha construido la experiencia menstrual, son consecuencia del patriarcado y a partir de ellas se ha logrado controlar el cuerpo de las mujeres y los cuerpos menstruantes (Muñoz, 2017; Motta, 2019). Adicionalmente, desde el feminismo han surgido movimientos como el activismo menstrual, que busca disminuir y eliminar los tabúes de la menstruación, abandonando la perspectiva médica como única forma de aproximarse al ciclo menstrual (Rohatsch, 2015).

Otra aproximación teórica utilizada en la investigación para abordar la menstruación, son los estudios críticos de la menstruación, los cuales reconocen la menstruación como una categoría analítica que expone las desigualdades sociales, económicas, políticas, etc., de las mujeres y cuerpos menstruantes. Además, buscan superar la perspectiva biológica al centrarse en los estudios sociales y también buscan descentralizar a la academia como única fuente de conocimiento, ya que parten de un enfoque transdisciplinar que retoma reflexiones

desde las artes, la academia, experiencias de personas menstruantes, reportajes periodísticos, etc. (The Palgrave Handbook of Critical Menstruation Studies, 2020).

Por último, para analizar las representaciones de la menstruación de las y los jóvenes del *Colegio Colombia Hoy*, es necesario aclarar cómo es entendido el concepto de representaciones a lo largo de la investigación. Para ello, retomo a Stuart Hall (1997), quien plantea que el lenguaje se utiliza para representar el mundo, lo cual indica que una representación es una forma de darle sentido a los conceptos en nuestras mentes a partir del lenguaje. Hall presenta tres enfoques que explican cómo las representaciones se construyen a través del lenguaje: enfoque reflexivo, enfoque intencional y enfoque constructivista del sentido.

En la presente investigación nos enfocaremos en el enfoque constructivista del sentido, que establece que el lenguaje es público y social, y el mundo y las cosas en sí mismas no tienen un significado, sino que las personas construyen un sentido a partir de sistemas representacionales. Aquí no se está negando la existencia del mundo material; sin embargo, no es la materia la que otorga el sentido, sino el lenguaje y los sistemas que utilizamos para representar dicho mundo material. En este sentido, en la construcción de las representaciones no se puede perder de vista a los actores sociales, ya que son estos quienes usan los sistemas conceptuales y lingüísticos para comunicarse entre ellos y darle sentido al mundo.

Siguiendo lo que plantea Hall (1997), para “darle sentido” a las cosas y los conceptos se utilizan dos sistemas de representación que están relacionados: el primero, hace referencia a los conceptos que funcionan como un sistema de representación mental, que clasifica en categorías dichos conceptos para otorgarles sentido. Aquí entra el segundo sistema de representación, ya que para poder comunicar el sentido de esos conceptos necesitamos un segundo sistema de representación: el lenguaje.

El lenguaje consiste en signos organizados en varias relaciones. Pero los signos sólo pueden acarrear sentido si poseemos códigos que nos permiten traducir nuestros conceptos a un lenguaje –y viceversa. Estos códigos son cruciales para el sentido y la representación. Ellos no existen en la naturaleza, sino que son el resultado de convenciones sociales. Constituyen una parte crucial de nuestra cultura – nuestros compartidos ‘mapas de sentido’—que aprendemos e internalizamos

inconscientemente a medida que nos convertimos en miembros de nuestra cultura.  
(Hall, 1997, p. 13).

Así pues, la producción de sentido se relaciona directamente con la interpretación, y la interpretación funciona a partir del uso de códigos. No obstante, algo que considero fundamental que señala Hall (1997), es que a medida que los sentidos de los conceptos se transforman, los códigos culturales y los sentidos que volcamos en ellos también cambian, entonces los códigos funcionan más como convenciones sociales y no como leyes fijas.

Por otra parte, teniendo en cuenta que el objetivo principal de mi proyecto es analizar de qué forma la educación sexual que reciben las y los jóvenes del Colegio Colombia Hoy, incide en sus representaciones alrededor de la menstruación, la investigación estuvo atravesada por una metodología cualitativa, que permite entender las dinámicas en un contexto concreto y que produce datos descriptivos a partir de la conducta observable y de las palabras y nociones de las personas (Castaño & Quecedo, 2002). Asimismo, el trabajo de campo tuvo un enfoque etnográfico, el cual me permitió entender la menstruación a partir de la conceptualización que las y los mismos jóvenes hacen sobre este proceso. Tomo la definición de etnografía de Eduardo Restrepo quien dice: “a un estudio etnográfico le interesa tanto las prácticas (lo que la gente hace) como los significados que estas prácticas adquieren para quienes las realizan (la perspectiva de la gente sobre estas prácticas)” (Restrepo, 2018, p.25).

Con lo anterior, a partir de la perspectiva etnográfica busqué dar cuenta no solo de lo que la gente hace, sino también sobre la perspectiva de las personas sobre sus propias prácticas, de esta forma pude analizar la educación sexual que se imparte en el colegio contextualmente y respondiendo a la forma en que las y los jóvenes del colegio perciben dicha educación. Cabe aclarar que al estudiar lo que la gente hace y lo que la gente dice que hace, no buscaba encontrar incoherencias sobre estos dos aspectos, sino por el contrario tener una perspectiva más completa sobre su realidad social.

Adicionalmente, la perspectiva que buscaba tener en la investigación era de observación participante, ya que esta me permitía dar cuenta tanto de prácticas como de significados (lo que la gente hace y lo que la gente dice sobre lo que hace). Al respecto, Rosana Guber (2001) explica lo siguiente: “La observación participante consiste en dos actividades principales:

observar sistemática y controladamente todo lo que acontece en torno del investigador, y participar en una o varias actividades de la población” (p.52). Este doble acto de participar y observar puede llegar a ser contradictorio, ya que se suele pensar que la observación requiere de un distanciamiento entre el investigador y los investigados, y la participación rompería con dicha distancia. Sin embargo, la observación participante permite llegar a una comprensión sobre el aspecto de la realidad social que se busca entender, a la que de otra forma no se podría acceder.

Por otro lado, hice dos entrevistas etnográficas: una a la Coordinadora de Preescolar y Primaria sobre el método del colegio y otra al docente de biología encargado de dar las clases de educación sexual. Tomo la definición de Rosana Guber quien entiende las entrevistas como: “una estrategia para hacer que la gente hable sobre lo que sabe, piensa y cree. (...) Esta información suele referirse a la biografía, al sentido de los hechos, a sentimientos, opiniones y emociones, a las normas o estándares de acción, y a los valores o conductas ideales” (Guber, 2001 p.84). Consideré conveniente hacer entrevistas etnográficas, ya que al no ser dirigidas me permitieron dar cuenta de los temas o cuestionamientos que los y las entrevistadas consideraban de mayor importancia.

Adicionalmente, realicé dos cartografías corporales alrededor del tema de la menstruación con las y los jóvenes de los cursos décimo y once del colegio. En el curso de décimo eran 18 estudiantes: 8 mujeres y 10 hombres, y en el curso de once eran 14 estudiantes: 10 mujeres y 4 hombres. Buscaba abrir un espacio de reflexión con ellos y ellas en torno a la menstruación, sus experiencias alrededor de este tema, los cambios físicos, emocionales y sociales que han experimentado por el ciclo menstrual, el impacto que ha tenido (o no) la educación sexual en la forma en que conciben la menstruación, y los silencios que pueden percibir alrededor de este tema. En las cartografías corporales, las y los participantes pudieron plasmar a través de dibujos, pinturas y textos sus experiencias alrededor de la menstruación.

Las cartografías corporales permiten entender la forma en que ciertos fenómenos atraviesan y transforman los cuerpos, así como mapear relaciones y situaciones en concreto. Así pues, a partir del uso de las cartografías corporales, pude mapear las representaciones de la menstruación de las y los jóvenes del *Colegio Colombia Hoy*, entendiendo cómo la experiencia menstrual afecta tanto a los cuerpos menstruantes como a los cuerpos no

menstruantes. Para ello, se parte de entender el cuerpo como primer territorio, el cual es atravesado por relaciones de poder y ha sido socialmente construido desde una perspectiva patriarcal (Cruz, 2016).

También hice uso de los grupos focales entendiéndolos como una técnica de investigación cualitativa, que consiste en una entrevista de grupo, donde hay un moderador que guía la entrevista a partir de una serie de temas o preguntas sobre un tema en específico. “Se consigue información en profundidad sobre lo que las personas opinan y hacen, explorando los porqués y los cómo de sus opiniones y acciones.” (Prieto, M., & Cerdá, J., 2002. p.366) Luego de la discusión de los participantes del grupo focal, tomé toda la información para su posterior análisis. Hice dos grupos focales con los cursos de décimo y once que consistieron en grupos de entre 14 a 18 personas, y el tema que dirigió el grupo focal fue la educación sexual que han recibido desde sus familias y el colegio, enfatizando en lo que les han enseñado sobre la menstruación y los silencios que identificaban alrededor de la experiencia menstrual.

Cabe aclarar, que tanto las entrevistas, como los mapas corporales y grupos focales fueron grabados (con el consentimiento del colegio y las y los participantes), para posteriormente transcribirlos y poder sistematizar de forma digital las categorías y reflexiones que iban emergiendo con cada herramienta metodológica, para posterior a esto poder analizarlas.

Después de aclarar el enfoque metodológico utilizado en la investigación, es importante establecer las reflexiones éticas del trabajo. El autocuidado y el co-cuidado para mi investigación fue fundamental, es por esto que uno de los elementos que consideré primordiales es que las personas que participaron en mi investigación se sintieran cómodos y cómodas con todos los aspectos de mi trabajo. Desde un principio le pedí permiso al *Colegio Colombia Hoy* para desarrollar mi investigación e implementar las herramientas metodológicas, ya que para mí era clave que cada persona que me ayudara y fuera parte de la investigación fuera consciente y estuviera de acuerdo tanto con mi presencia en el espacio, como con la propuesta metodológica.

Adicionalmente, la seguridad y confidencialidad de las personas con las que trabajé fue de suma importancia, dado que, antes de realizar las entrevistas, mapas corporales y grupos focales, todos y todas los participantes firmaron un consentimiento informado en donde

aceptaban participar en la entrevista, mapa corporal o grupo focal y que luego se hiciera un análisis y sistematización de la información recogida. Todo el tiempo aclarando que esa información sólo iba a ser utilizada para fines de la investigación y sus nombres serían confidenciales. Además, después de aplicar cada técnica les pregunté a las y los participantes si había alguna parte de la entrevista o de la discusión que preferían que yo no incluya en la investigación, para asegurarme que toda la información utilizada en el proyecto fuera consensuada.

Por último, antes de entregar el documento a la dirección de carrera, le entregué la investigación al colegio y a las personas que hicieron parte de la investigación para asegurarme que se sintieran cómodos y cómodas con las reflexiones, con la forma en que la información recogida fue utilizada en la investigación; y también con la forma en que fueron representados y representadas en el trabajo, ya que para mí investigación era primordial dar cuenta de las representaciones de menstruación desde la perspectiva de las y los jóvenes, así como sus propias reflexiones y problematizaciones alrededor del tema. También, voy a hacer entrega del documento final a la institución para que aquellas y aquellos que estén interesados en leerlo tengan acceso a este y pueda serles de utilidad.

Ahora bien, el presente trabajo se estructura a partir de tres capítulos y una sección de conclusiones. El primer capítulo establece las perspectivas conceptuales y teóricas para entender la menstruación desde una dimensión social y cultural. Para ello se recogen, por un lado: los aportes hechos desde la antropología, específicamente la forma en que la antropología ha abordado la menstruación como un fenómeno social; y por otro: los aportes del feminismo y de los estudios críticos de la menstruación. Adicionalmente, en el primer capítulo también se hace un recorrido de la historia de la educación sexual en Colombia, enfatizando en los planes y programas hechos desde los años noventa hasta la actualidad y la forma en que distintos sectores del país han reaccionado a dichos programas.

El segundo capítulo expone cómo fue el acercamiento al *Colegio Colombia Hoy*, así como el *Modelo de Autoformación como Aproximación a la Realidad* que es el modelo pedagógico del colegio. Asimismo, se describen las prácticas de enseñanza de educación sexual del colegio desde la perspectiva institucional y desde la perspectiva de las y los estudiantes. Por otro lado, este capítulo muestra la potencialidad de los mapas corporales y los grupos focales

como herramientas metodológicas, y describe los hallazgos hechos con el uso de estas herramientas, para entender la forma en que la menstruación atraviesa el cuerpo de las y los jóvenes y las representaciones que surgen a partir de eso.

El tercer capítulo expone algunos de los hallazgos de los mapas corporales y los grupos focales implementados, relacionándolos a algunas teorías, estudios y conceptos emergentes sobre la menstruación. Primero: los estudios críticos de la menstruación y la forma en que abordan los tabúes menstruales y algunas prácticas que sólo han aumentado la vergüenza menstrual; segundo: la educación menstrual y sus propuestas para eliminar los tabúes y estigmas de la menstruación; y por último: la perspectiva teórico política de la pedagogía feminista descolonial y sus propuestas para transformar el paradigma patriarcal-colonial.

Finalmente, en las conclusiones se plantea que las representaciones alrededor de la menstruación de las y los jóvenes de los cursos décimo y once del *Colegio Colombia Hoy*, están mediadas por la educación sexual que reciben desde sus familias y desde las instituciones educativas. No obstante, los contenidos y la forma en que esa educación sexual se construye, se ve directamente afectada por los tabúes menstruales, que son reproducidos por mecanismos socioculturales patriarcales, y se pueden ver reflejados en: primero, el uso de eufemismos y en la falta de información que perciben las y los estudiantes; y segundo, en las nociones que han construido las y los jóvenes de la menstruación como una experiencia dolorosa, siendo el dolor la única forma de hablar sobre la experiencia menstrual. Lo anterior solo aumenta la vergüenza menstrual y no permite generar lazos de empatía que rompan con los tabúes menstruales.

## **Capítulo I: Aproximaciones teóricas de la menstruación e historia de la educación sexual en Colombia**

En el primer capítulo presento las diferentes perspectivas conceptuales y teóricas sobre las dimensiones sociales y culturales de la menstruación desde la antropología y el feminismo. Igualmente, analizo desde los estudios críticos de la menstruación, las diferentes formas en que la menstruación como una categoría analítica, ha sido negada e invisibilizada. Posteriormente, en este mismo capítulo reconstruyo la historia de la educación sexual en Colombia desde mediados del siglo XX, haciendo énfasis en el panorama de las últimas dos décadas.

Teniendo en cuenta lo anterior, el capítulo está dividido en tres partes: *Antropología y menstruación*, *Feminismo y menstruación y estudios críticos de la menstruación* e *Historia de la educación sexual en Colombia*. Al final hay un apartado que recoge las conclusiones del capítulo.

En la primera parte: *Antropología y menstruación*, expongo la forma en que la antropología ha abordado el tema de la menstruación y desde qué enfoques se ha estudiado. También presento las bases teóricas de la antropología feminista y los aportes que le ha hecho tanto a la disciplina como al feminismo.

En la segunda parte: *Feminismo y menstruación y estudios críticos de la menstruación*, expongo algunas bases teóricas de la forma en que el feminismo ha abordado la menstruación, enfatizando en el activismo menstrual y algunas críticas que se le ha hecho. Luego de esto, traigo a la discusión los estudios críticos de la menstruación, que son una de las corrientes más recientes y completas para abordar la menstruación.

Finalmente, en la tercera parte *Historia de la educación sexual en Colombia*, haré un recuento de los planes y programas que se han hecho en Colombia sobre educación sexual. Luego de esto, se exponen los datos arrojados por la Encuesta Nacional de Demografía y Salud (ENDS) del 2015, que presenta un panorama general sobre la educación sexual en Colombia en los últimos años; por último, traigo el debate alrededor de los contenidos e información que se debería brindar sobre sexualidad en las instituciones educativas que tuvo tanto auge en el año 2016.

## **Antropología y menstruación**

La antropología ha estudiado la menstruación enfocándose en las dimensiones simbólicas, así como en las normas sociales, prohibiciones y tabúes asociados a esta. Las bases teóricas clásicas que sentaron las bases del estudio de la menstruación fueron textos muy conocidos en el ámbito académico de la disciplina como: “La rama dorada” (1890) de James Frazer, “Tótem y Tabú” (1913) de Sigmund Freud y “Mito y significado” de Claude Lévi-Strauss (1978). Estos trabajos estudiaron los mitos, símbolos, tabúes y creencias, y la forma en que se constituían en distintos grupos humanos en el mundo (Umpiérrez, S., 2021). No obstante, la forma en que se ha estudiado la menstruación desde la antropología y los enfoques que ha tenido, han cambiado con el tiempo.

Para entender mejor las transformaciones que ha tenido la forma en que la antropología ha abordado la menstruación, se puede hacer una división de tres períodos: En el primer periodo, a mediados del siglo XX, la antropología hizo énfasis en los aspectos simbólicos y estructurales, estudiando los tabúes y los juicios negativos alrededor de la menstruación. Aquí se encuentran las investigaciones pioneras en el tema, que sentaron algunas bases teóricas. En este primer momento la antropología estudiaba la menstruación en distintas comunidades a partir de las prácticas y creencias que había alrededor, en donde las mujeres eran aisladas y la menstruación era vista como una sustancia esencialmente contaminante. Uno de los aportes más grandes de esta primera etapa es la transición de estudiar la menstruación solo como un proceso biológico, a estudiarla según las construcciones socioculturales que la constituían (Vásquez Santibáñez, M., & Carrasco, A., 2017).

En el segundo periodo, a finales del siglo XX se empezaron a estudiar los juicios positivos alrededor de la menstruación, relacionados a un carácter mágico. Es posible ver una transformación en los estudios etnográficos en la que: la menstruación ya no es analizada como una sustancia contaminante, sino que pasa a ser entendida desde su potencialidad de otorgarle a las mujeres un estatus social al representar la capacidad de tener hijos y dar vida; por lo que, la menstruación es estudiada como un proceso socio-biológico con un gran peso espiritual y mágico, que incluso podía otorgarles poder a las mujeres (Vásquez Santibáñez, M., & Carrasco, A., 2017).

Por último, desde inicios del siglo XXI y hasta ahora, los y las investigadoras han analizado los tabúes de la menstruación asociados a las relaciones de género. Los estudios más recientes que se han hecho sobre la menstruación desde la antropología vinculan los tabúes y las creencias de la menstruación con categorías analíticas como: el género, la raza, el poder, la clase social, etc. Por lo tanto, la menstruación y las prácticas alrededor de la misma son estudiadas como una construcción sociocultural que está íntimamente relacionada a los sistemas de poder y particularmente a las relaciones sociales del género.

Por otro lado, la disciplina antropológica ha estudiado los ritos de paso de las comunidades desde distintos enfoques, sin embargo hay un acuerdo en entender que los ritos de paso no son prácticas exclusivas de “pueblos primitivos”, sino que todas las sociedades tienen ritos de paso y estos representan una dimensión estructural en la vida social de todos los grupos humanos (Lagunas, 2009). Es importante traer a la discusión los ritos de paso, ya que en muchas sociedades la menstruación se concibe como un rito de paso en el que las mujeres o los cuerpos menstruantes cambian de estado social, porque su vida fértil empieza.

Uno de los autores que más ha trabajado los ritos de paso es Arnold Van Gennep, quien planteó que los ritos de paso dan muestra de un cambio de estado, ya sea de un individuo o de una comunidad. Según el autor existen distintas clases de ritos de paso: ritos de separación como los funerales, ritos de agregación como el matrimonio, y ritos de marginación como el embarazo; no obstante, esta clasificación de ritos puede variar y depende del contexto y la forma en que se esté analizando la práctica ritual. También hay subcategorías como los ritos del ciclo de vida, como el embarazo, la muerte, el parto (acá también podría entrar la menstruación). Esta subcategoría más allá de un cambio biológico, supone un cambio de estatus, una reubicación social que modifica las relaciones sociales (Jauregui, 2002).

Por otra parte, uno de los textos más destacables en la disciplina para abordar la menstruación es el texto de Mary Douglas (1973) *Pureza y peligro; un análisis de los conceptos de contaminación y tabú*, quien estudia los conceptos de contaminación y tabú en distintas sociedades. La autora muestra cómo el sistema de creencias de las sociedades les permite hacer una clasificación entre las cosas sagradas y profanas, en donde se considera que lo sagrado tiene características superiores y debe ser protegido; mientras que lo profano no tiene ningún poder o virtud, es decir es lo opuesto a lo sagrado. Además, Douglas (1973) plantea

que hay dos diferencias principales en la idea de la profanación entre las sociedades europeas y las “primitivas”: primero, en las sociedades europeas se relaciona la suciedad a la falta de higiene y no a la religión; y segundo, la noción de suciedad está relacionada al conocimiento sobre los patógenos.

Lo anterior permite dar cuenta de que el concepto de sucio y profano responde al sistema simbólico de cada sociedad según sus condiciones históricas y culturales, es decir, la suciedad o lo que se considera sucio, responde a una clasificación de cada sociedad de lo que es o no un elemento, sustancia o comportamiento adecuado o inadecuado. Como señala la autora, “nuestras ideas de suciedad expresan igualmente sistemas simbólicos y que la diferencia entre comportamiento de contaminación en una y otra parte del mundo es sólo cuestión de detalle” (Douglas, 1973, p. 54). Por lo tanto, en las sociedades europeas y occidentales la suciedad y lo contaminante parte de unas ideas en torno a lo higiénico, en donde hay unas sustancias y unos fluidos que rompen con esta regla de lo higiénico y se convierten en materia contaminante.

Por otro lado, uno de los aportes teóricos de la antropología para estudiar la menstruación ha sido entender que las experiencias de las mujeres cambian según el contexto histórico, sociocultural y político. La rama de la antropología que más se ha enfocado en esto es la antropología feminista. En el texto *Antropología y feminismo* (1991) Henrietta Moore explora cómo y por qué surge la antropología feminista, así como los aportes de esta para la disciplina antropológica y para el feminismo. Desde su inicio, la antropología feminista tiene los mismos objetivos que la antropología en general; sin embargo, surge de ciertos vacíos tanto teóricos como empíricos que percibe en la disciplina.

Uno de los aportes más importantes de la antropología feminista ha sido relacionado con la identidad y la construcción del género; no obstante, no debe ser confundida con la “antropología del género”, ya que, aunque la antropología del género tiene similitudes en los temas de interés no necesariamente tiene una perspectiva feminista.

La aportación más valiosa de la antropología feminista ha consistido en demostrar que todo análisis de las cuestiones clave en antropología y en las ciencias sociales debe partir de la correcta percepción de las relaciones de género. La perspectiva

comparativa que la antropología feminista ha introducido en la interpretación cultural del sistema de género y en el debate sobre la división sexual del trabajo, incluidos los problemas planteados por el desarrollo del capitalismo, ha mejorado considerablemente el conocimiento en estas áreas, tanto teórica como empíricamente (Moore, 1991, p.226).

La antropología feminista surge de la antropología de la mujer de la década de los setenta, sin embargo, el foco de la antropología feminista son las relaciones de género y no la mujer. La antropología de la mujer buscaba estudiar las similitudes y las diferencias de la realidad de las mujeres en distintas sociedades para entender a qué se debía la subordinación de la mujer; no obstante, al buscar una explicación universal cometieron dos formas de exclusión: primero, partían de postulados occidentales y no se tuvo en cuenta a antropólogos de otras partes del mundo con otros postulados; segundo, crearon un marco muy específico para hablar sobre la mujer, así, si el discurso de otras mujeres no encajaba en este marco no entraban en el debate. Por lo tanto, al buscar quitarle el poder a los hombres de hablar en nombre de las mujeres, la antropología de la mujer terminó cometiendo el mismo error y hablando por otras mujeres.

Contrario a lo que ocurrió con la antropología de la mujer, la antropología feminista reconoce que hay diferencias básicas entre las mujeres, diferencias de clase, raza, cultura, etc. Así pues, uno de los aportes de la antropología feminista es la capacidad de demostrar comparativamente que “ser mujer” cambia histórica y culturalmente en cada sociedad y que el género no debe entenderse como una categoría dada, sino que debe ser enmarcada contextualmente (Moore, 1991).

Teniendo en cuenta lo anterior, en la presente investigación este es uno de los planteamientos y aportes más importantes que tomo de la disciplina antropológica. Parto de reconocer las diferencias entre mujeres, entendiendo que no hay una categoría única de “mujer”, sino que se deben tener en cuenta las características de clase, raza, género, etc., y así debatir los argumentos esencialistas en torno a la mujer.

## **Feminismo y menstruación – Estudios críticos de la menstruación**

El feminismo ha estudiado la menstruación contextualizándola en el marco del patriarcado, entendiendo que las connotaciones negativas que se le ha otorgado son fruto del sistema patriarcal. Además, la menstruación históricamente se ha relacionado a conceptos como impureza, contaminación y suciedad, y ha sido utilizada para controlar los cuerpos de las mujeres a partir del discurso médico (Muñoz, 2017; Motta, 2019). Centrar la discusión en la menstruación y abandonar los discursos que relacionan la experiencia menstrual con juicios negativos ha sido un proyecto feminista, y uno de los enfoques del feminismo que más se ha dedicado a esto es el activismo menstrual, que ha cuestionado los tabúes, el silencio y la patologización de la menstruación partiendo de estudiarla como una construcción social y no solo como un hecho fisiológico.

El activismo menstrual es un movimiento que ha sido impulsado desde distintas partes del mundo a través de modelos con posiciones teóricas diferentes. Para abordar los modelos de activismo menstrual retomo a Bobel (2011; como se citó en Ramírez, 2019) quien en su libro *Sangre Nueva: Tercera ola del feminismo y las políticas de la menstruación* (New Blood: Third-Wave Feminism and the Politics of Menstruation) reúne los modelos del activismo menstrual en dos: activismo espiritual y activismo radical, sin perder de vista que aunque hay modelos distintos del activismo menstrual, hay un factor común entre los modelos. Por un lado, la intención de eliminar los tabúes alrededor de la menstruación, logrando construir una imagen positiva de la experiencia menstrual; y por otro, el interés de encontrar formas de hablar y analizar la menstruación que no parten únicamente de una perspectiva médica (Rohatsch, 2015).

El activismo menstrual espiritual reconoce la menstruación como un proceso sagrado que debe ser celebrado y se enfoca en el autoconocimiento como forma de resistir a los tabúes de la menstruación, este modelo promueve pedagogías sobre el conocimiento del cuerpo femenino, relacionado a la emoción y uno de sus mayores objetivos es cuestionar la forma en que las religiones tradicionales han entendido la menstruación, al verla como algo contaminante y cercano al pecado (Ramírez, 2019)

Por otro lado, el activismo menstrual radical, se propone romper con el modelo binario del género y deja de hablar de “mujeres que menstrúan” para pasar a hablar sobre “cuerpos menstruantes”. Uno de los puntos más importantes del modelo radical es que se posiciona como un activismo antiesencialista, haciéndole una crítica al activismo espiritual, y promocionando el uso de tecnologías y productos alternativos y ecológicos para hacerle frente a la industria de la higiene femenina, que solo busca la acumulación del capital y no el bienestar de las mujeres o cuerpos menstruantes y del medio ambiente (Gómez, E., & Marco, E., 2020).

A pesar de que estos modelos se han enfrentado al tabú de la menstruación y han logrado que se abandone la perspectiva médica como única visión para entender la menstruación, una de las críticas más fuertes que se les ha hecho a estos modelos, es que no están dirigidos o pensados para todas las mujeres y al contrario pareciera que solo se enfocan en un tipo específico de mujeres:

La responsabilidad que tiene el activismo menstrual es la de presentar esta información poco usual de tal manera que atraiga y no genere rechazo. Pero parecería que es poco el esfuerzo por llegar a mujeres que no se identifiquen con las perspectivas de mujeres blancas, de clase media, universitarias y feministas (Bobel, 2010, p.84; como se citó en Rohatsch, 2015 p.11).

El modelo de activismo espiritual puede caer en esencialismos que vuelven a relacionar a las mujeres con la naturaleza y lo sagrado, y el modelo radical desconoce las condiciones económicas y sociales de muchas mujeres y las dificultades que se les pueden presentar para conseguir productos de higiene femenina ecológicos. Además, aunque los dos modelos proponen formas de entender la menstruación de forma distinta, no hay una transformación de base sobre los factores que producen la estigmatización sobre la menstruación.

Sin embargo, muchas otras mujeres y corrientes feministas se han dedicado a estudiar la menstruación. En la presente investigación me centro en una de las corrientes más recientes para abordar la menstruación: *los estudios críticos de la menstruación*, los cuales reúnen las investigaciones, reflexiones y experiencias de distintas mujeres y cuerpos menstruantes

desde una perspectiva integral, que examina aspectos culturales, psicológicos, sociales, políticos, etc., de la menstruación. Los estudios críticos de la menstruación retoman el postulado feminista que busca descentralizar las discusiones de la academia, y de lo que es o no válido como conocimiento, para así darle voz y construir conocimiento sobre menstruación desde distintas perspectivas, tanto académicas como desde otros enfoques.

*El manual de estudios críticos de la menstruación* (The Palgrave Handbook of Critical Menstruation Studies) (2020) es un texto que reúne las publicaciones y reflexiones más recientes sobre la menstruación y del campo emergente de los estudios críticos de la menstruación, constituido por 72 capítulos y 134 personas de 23 países distintos que contribuyeron a construirlo. La colección cuenta con investigaciones académicas, investigaciones empíricas, narraciones en primera persona, notas de personas que trabajan en el campo de las artes, etc., que comparten el interés por poner a la menstruación en el centro de las discusiones sociales, políticas, biológicas y sanitarias.

Este manual, publicado en el 2020, es el primero que se hace hasta ahora, hecho que como lo señalan los autores y autoras, se debe a que a la menstruación y al ciclo menstrual no se le ha dado la suficiente importancia e incluso ha sido un proceso que se ha ocultado. En el texto señalan que el hecho de que haya un vacío tan grande de conocimiento de un proceso tan vital y que hace parte de la vida de la mitad de la población, es una clara muestra del poder de la misoginia y su capacidad para reprimir la producción de conocimiento.

Los estudios críticos de la menstruación parten del reconocimiento de la menstruación como categoría analítica y el cuestionamiento sobre cómo los sistemas de poder se benefician de la forma en que se ha construido históricamente dicha categoría. La menstruación como unidad de análisis sirve para mostrar las desigualdades biológicas, sociales, religiosas, políticas, culturales e históricas en que se han visto envueltas las mujeres, es por esto que los estudios críticos de la menstruación se reconocen como un campo transdisciplinario con un potencial de producción de conocimiento y especialmente de transformación social. Uno de los objetivos de estos estudios es superar la perspectiva biológica y anatómica de la menstruación, razón por la cual, se basa en el campo de las ciencias sociales y en los significados de la menstruación más allá del hecho fisiológico (The Palgrave Handbook of Critical Menstruation Studies, 2020).

Así pues, es posible identificar la potencialidad de los estudios críticos de la menstruación, al romper con el silencio que ha instaurado el patriarcado alrededor de la menstruación y llenar los vacíos de conocimiento que hay alrededor del tema. Todo esto, a través de la voz de mujeres que viven, experimentan y han estudiado la menstruación, y buscan romper con las desigualdades que experimentan las mujeres y los cuerpos menstruantes, al pasar un proceso que, a pesar de que ha existido en todo el tiempo que llevamos como especie humana, sigue siendo considerado como tabú y algo sobre lo que es mejor no hablar.

Teniendo en cuenta lo anterior, en el presente texto la menstruación es pensada como categoría analítica en sí misma, hecho que implica cuestionar el marco analítico con el que se ha estudiado la menstruación hasta ahora, en donde el bienestar de las mujeres y cuerpos menstruantes han sido dejados de lado y en donde la menstruación ha sido utilizada para aumentar las desigualdades de género.

### **Historia de la educación sexual en Colombia**

La educación sexual en Colombia empieza a ser pensada como un tema que debe ser abordado en las instituciones educativas públicas y privadas a finales de los ochenta, en esta década la educación sexual se relacionaba con los problemas de la salud y de higiene. Es a partir de los años noventa que la educación sexual empieza a ser considerada como parte integral en la formación de las y los estudiantes. En las décadas anteriores se evitaba hablar explícitamente de sexualidad y se promovía un discurso con un enfoque moral que insistía en la abstinencia y se enfocaba en el tema de la higiene.

En la década de los cincuenta la educación sanitaria aparece como un tema fundamental que debe ser abordado en la escuela, las universidades, la iglesia, la familia, etc. Estas instituciones empiezan a promover la conciencia sanitaria y prácticas de higiene como la revisión periódica del cuerpo y la limpieza del mismo, todo esto bajo el supuesto de que la salud del alma depende directamente de la salud del cuerpo. Por lo tanto, se empiezan a dictar cátedras como anatomía, urbanidad, cívica urbana, higiene, entre otros, que mezclan el funcionamiento y cuidado del cuerpo con las acciones de los ciudadanos y su comportamiento (García, 2017). No obstante, para este momento la sexualidad es considerada como un riesgo hacia la salud y se relaciona exclusivamente a la reproducción y

la familia. Es hasta finales de la década de los setenta que las instituciones educativas reconocen la educación para la salud como un eje fundamental en la educación, y la escuela es considerada el espacio idóneo para educar en temas de hábitos, cuidado personal y temas sanitarios.

Vargas y Bravo (2021) hacen una revisión del estado del arte sobre educación sexual en América Latina, y reconocen los planes, programas y políticas que se han implementado en Colombia. En la década de los 70's no se nombraba como tal la sexualidad o la educación sexual como un tema que las y los jóvenes debían estudiar en las instituciones educativas; sin embargo, hay un primer intento en incluir temas de sexualidad en los programas educativos. En 1974 se crea la cátedra sobre comportamiento y salud para los últimos grados escolares, esta cátedra se enfocaba en la salud entendiendo a ésta como un derecho de todas las personas, por lo que, los colegios debían asumir la responsabilidad de instruir a las y los estudiantes en hábitos que fomentaran la salud.

Posterior a esto, en la década de los 90 con la constitución de 1991 se incluyeron los derechos sexuales y reproductivos en la constitución, y en 1993 se estableció la educación sexual como un contenido obligatorio en los programas educativos y surgió el primer Plan Nacional para la Educación Sexual (PNES):

“Este plan dio relevancia a la familia y al individuo, abordando las problemáticas de embarazo adolescente, aborto, violencia intrafamiliar, maltrato y abuso psicológico. El PNES tuvo énfasis en salud sexual y reproductiva y asumió la educación sexual como un proyecto pedagógico dentro del currículo escolar” (Vargas, S., & Bravo, M., 2021, p.63).

En 2003 surge la *Política de Salud Sexual y Reproductiva* que se sustenta en los derechos sexuales y reproductivos (DDSSRR), esta política incluyó temas que antes no habían sido tenidos en cuenta como planificación familiar, salud sexual y reproductiva para jóvenes y adolescentes, infecciones de transmisión sexual y violencia sexual. En 2006 la Corte Constitucional a partir de la sentencia ST C-355 legalizó la interrupción voluntaria del embarazo en caso de que el embarazo fuera producto de una violación, que hubiera malformación del feto o que la vida o salud de la mujer embarazada estuviera en riesgo, así mismo en este año se implementa la Ley 1098 de 2006, Art.10. Numeral 6., que plantea la

corresponsabilidad entre las instituciones educativas y la familia, por la educación sexual de las y los niños.

Luego en 2013 aparecen los primeros intentos por incluir el tema de identidad de género en los colegios e instituciones educativas, la sentencia T562 señala que los colegios deben respetar el derecho al libre desarrollo de la personalidad, haciendo énfasis en reconocer la libertad alrededor de la identidad de género. En 2015 surge la ley 1761 que indica que se debe incluir en los programas curriculares la perspectiva de género: “[...] la perspectiva de género y las reflexiones alrededor de la misma, centrándose en la protección de la mujer como base fundamental de la sociedad [...]” (Congreso de la República de Colombia, 2015; como se citó en Vargas, S., & Bravo, M., 2021 p.64). En 2016 el Ministerio de Educación Nacional (MEN) publicó *Ambientes escolares libres de discriminación. Orientaciones sexuales e identidades de género no hegemónicas en la escuela*, sin embargo, este material fue fuertemente rechazado por algunos sectores de la población, por lo que no fue muy difundido en los colegios (Vargas, S., & Bravo, M., 2021).

Al indagar sobre la historia de la educación sexual en Colombia es posible reconocer que en los programas y planes que se han elaborado para los colegios e instituciones educativas, hay una intención por dejar de enfocar la educación sexual en la prevención del embarazo y la transmisión de infecciones de transmisión sexual; no obstante, en la práctica los colegios siguen teniendo un enfoque biológico que deja de lado los aspectos sociales, emocionales e incluso políticos de la educación sexual.

En el estudio *Desafíos de la menstruación en niñas y adolescentes de comunidades rurales del pacífico colombiano* (2017), las autoras exponen que la educación sexual que reciben los niños y niñas de la muestra que recogen, consiste en una charla anual sobre prevención de embarazo e infecciones de transmisión sexual. Específicamente sobre menstruación, se aborda la relación entre el ciclo menstrual y la reproducción de los seres humanos para prevenir el embarazo; sin embargo, a partir de las entrevistas y grupos focales realizados por las investigadoras, se comprueba que estos contenidos no son interiorizados por los niños y niñas.

Niñas y adolescentes, así como los jóvenes consideran que durante la menstruación hay mayor probabilidad de embarazo, así mismo se identificó que desconocen las

fases del ciclo menstrual y la diferencia entre un periodo menstrual regular o irregular. Solo el 17 % del total de las encuestadas reconocían que el sangrado menstrual provenía del útero, mientras que el 45 % no respondió o no supo qué responder. (Ariza, L., Espinosa, M. & Rodríguez, J., 2017, p.836).

Resalto esto, porque nos permite entender que los niños y niñas no solo están recibiendo una educación sexual que se enfoca en el aspecto biológico, dejando de lado otras perspectivas que son necesarias para tener una educación integral, sino que el tema de la menstruación no es interiorizado por las y los niñas, a quienes se les enseña el ciclo menstrual únicamente relacionado a la reproducción y la prevención del embarazo. Asimismo, a pesar de que en Colombia hay políticas, programas y proyectos que promueven los derechos, la educación y la salud de las mujeres, estos programas no incluyen el tema de la menstruación y la menarquia -que es la primera menstruación de las mujeres y cuerpos menstruantes- para que las niñas y niños entiendan el ciclo menstrual como un proceso natural. El tema de la menstruación no ha sido incluido en la agenda de políticas públicas a nivel nacional y tampoco hace parte de los programas educativos sobre educación sexual en el país. (Ariza, L., Espinosa, M. & Rodríguez, J., 2017)

Aunque Colombia ha tenido grandes avances en los programas y proyectos para brindarle una educación sexual integral a las y los estudiantes, en la práctica hay grandes vacíos en la información y contenidos que recibe la población sobre sexualidad. Para entender mejor este panorama sobre educación sexual en Colombia, tomo la Encuesta Nacional de Demografía y Salud (ENDS) del 2015, hecha por el Ministerio de Salud y Protección Social junto con Profamilia, que es una encuesta que lleva realizándose en Colombia desde 1990 cada cinco años y reúne los datos y estadísticas de miles de mujeres y hombres colombianos, para la toma de decisiones en el ámbito de la salud. Cabe aclarar que la encuesta más reciente es la del 2015. En el año 2021 el Ministerio de Salud hizo una alianza con el Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE) para mejorar el alcance y certeza de la encuesta, sin embargo, la ENDS del 2015 sigue reuniendo los datos más recientes sobre salud y sexualidad en Colombia.

La Encuesta Nacional de Demografía y Salud (ENDS) del 2015, cuenta con un capítulo sobre educación integral de la sexualidad en que se encuesta a mujeres y hombres de 13 a 49 años

de edad de diferentes estratos socioeconómicos, tanto en zonas urbanas como rurales pertenecientes a los 32 departamentos de Colombia. La encuesta señala que la mayor parte de mujeres y hombres relaciona la sexualidad con la genitalidad y solo una cuarta parte de los encuestados considera que la sexualidad es un aspecto de la identidad.

Asimismo, el acceso a información acerca de la sexualidad es del 95.1% en mujeres y 94.4% en hombres, y de los 17 temas que aborda la encuesta (Denunciar vulneración de derechos, servicios/recursos de apoyo en SSR, fuentes de información sobre sexualidad, violencia basada en género, prácticas sexuales seguras, interrupción voluntaria del embarazo, uso de métodos, tener o no hijos/as, exigencia del uso del condón, placer y erotismo, equidad de género, comunicación afectiva/resolución de conflictos, relaciones afectivas, orientación sexual, cambios en la vejez, cambios en la pubertad, funcionamiento de órganos sexuales) en promedio tanto mujeres como hombres recibieron información sobre 11 temas, siendo los derechos sexuales y reproductivos los temas de los que menos han recibido información (Ministerio de Salud y Protección Social, 2015).

Adicionalmente, la encuesta señala que la edad promedio en la que se accede por primera vez a información sobre sexualidad es de 16.2 años en las mujeres y 15.5 años en los hombres, asimismo la información sobre sexualidad se centra en la dimensión biológica, en la que los primeros temas a los que acceden tanto mujeres como hombres son: cambios en la pubertad, funcionamiento de los órganos sexuales y relaciones afectivas. La primera fuente de información acerca de la sexualidad son las instituciones educativas, seguido de la familia, los servicios de salud, los medios de comunicación, las amistades y la comunidad.

Por último, la encuesta indaga sobre la actitud hacia la educación integral de la sexualidad de mujeres y hombres, dos de cada cinco encuestados coinciden en que hay una necesidad por acceder a más información sobre sexualidad, además la mayor parte de los encuestados coinciden en que una educación integral promueve el respeto hacia todas las personas, sin embargo:

No se encontró una posición unánime frente a la educación de la sexualidad en la infancia y la niñez. Esta falta de acuerdo puede ser el resultado de los debates públicos en torno a las ventajas y desventajas de la educación de la sexualidad desde el

preescolar que se han divulgado a través de los medios de comunicación (Ministerio de Salud y Protección Social, 2015, p.583)

Resalto estos datos, ya que el debate sobre los contenidos y la edad a la que se debería empezar a enseñar educación sexual a los niños y niñas, que se ve reflejado en la falta de unanimidad de las y los encuestados, es un debate que se ha dado en la población colombiana desde hace muchos años. El ejemplo que ilustra este debate de forma más clara son los hechos ocurridos en el año 2016, en donde hubo protestas por parte de familias, profesores, y grupos religiosos en contra de lo que denominaban la “ideología de género” que el Ministerio de Educación quería impulsar en los colegios. Para entender por qué se dieron estas protestas y movilizaciones en contra de la llamada “ideología de género” se traerán tres hechos ocurridos en el año 2016, que provocaron que una gran parte de la población colombiana protestara en contra del Ministerio de Educación y de la educación sexual que se quería dictar en los colegios.

El primer hecho fue la publicación masiva en redes sociales de unas supuestas cartillas que se repartieron en colegios de la costa Caribe de hombres desnudos en una cama, al poco tiempo se pudo comprobar que las imágenes que se estaban viralizando en redes sociales fueron sacadas del cómic *In bed with David & Jonathan* del ilustrador belga Tom Bouden y en ningún momento fueron repartidas en los colegios. Sin embargo, eso no detuvo las movilizaciones que se hicieron por la defensa a la familia y en contra de este contenido por parte de sectores religiosos y conservadores del país (Ana Marcos, 2016).

El segundo hecho es la publicación del documento *Ambientes escolares libres de discriminación. Orientaciones sexuales e identidades de género no hegemónicas en la escuela*, que era una guía sobre educación sexual que estaba dirigida a las y los profesores de las instituciones para evitar la discriminación de género. La ministra de Educación de ese momento: Gina Parody, dijo que el MEN nunca había aprobado la publicación oficial de esta guía y que la intención de la guía no era promover la “ideología de género”. No obstante, la reacción de la publicación a este contenido, que además se estaba relacionando a las ilustraciones del comic de Tom Bouden, fue inmediata y hubo una marcha a nivel nacional llamada “Abanderados por la familia” y miles de padres, madres, miembros de las iglesias católicas, cristianas y evangélicas e incluso profesores y personas del sector educativo,

salieron a defender a la familia y a protestar en contra de la “ideología de género” que supuestamente estaba incitando el Ministerio de Educación Nacional (El Herald, 2016).

El último hecho es la publicación del *Manual de Preguntas Orientadoras*, que se le entregó a los rectores y rectoras de los colegios, el manual contaba con 34 preguntas que estaban dirigidas a indagar sobre la discriminación por género, raza, condición social, identidad sexual, etc., en los ambientes escolares. El manual fue una orden de la Corte Constitucional para modificar los manuales de convivencia de los colegios, como una respuesta del caso de Sergio Urrego, un joven de 16 que se suicidó en el 2014 por el acoso que recibió en el colegio por su orientación sexual. A pesar de que el *Manual de Preguntas Orientadoras* fue una orden de la Corte Constitucional tuvo muchas reacciones negativas, que incluso llevaron a algunos sectores religiosos y conservadores a afirmar que el MEN estaba “propiciando una colonización homosexual” (El Tiempo, 2016).

Considero que este debate sobre el contenido que se les debía dar de educación sexual a los niños y niñas, el cual tuvo tanto auge en el año 2016, reúne las preocupaciones de muchos sectores de la población colombiana que consideran que la sexualidad es un tema privado y que brindarle esta información a los niños y niñas en los colegios, va en contra del marco moral y ético de muchas familias. Por lo tanto, vemos como la educación sexual en Colombia se ha enfrentado a grandes obstáculos, incluso por parte de las mismas instituciones, que consideran que no se le debe brindar tanta información a las y los niñas.

## **Conclusiones del capítulo I**

Los estudios que se han hecho sobre menstruación desde la antropología plantean unos avances importantes sobre el carácter histórico y sociocultural de la menstruación, logrando descentralizar los enfoques biológicos dominantes como única perspectiva para estudiar la menstruación. Adicionalmente, uno de los aportes más importantes de la antropología feminista a este campo, ha sido incorporar el enfoque de género como una perspectiva a tener en cuenta, así como entender que no existe una categoría única de mujer sino que las vivencias de las mujeres son distintas según las condiciones sociales, políticas, históricas,

económicas, culturales, entre otras; por lo tanto, los estudios antropológicos que se hagan no deben dar por sentado la categoría de género.

Por otro lado, el feminismo ha logrado sentar las bases teóricas que permiten entender que la menstruación es atravesada por el patriarcado, por lo que, los tabúes y las connotaciones negativas a su alrededor responden a este sistema de poder. De esta forma, uno de los aportes del feminismo más importantes alrededor de la menstruación ha sido desmontar los prejuicios y las connotaciones negativas sobre la experiencia menstrual y los cuerpos menstruantes. Por otra parte, los estudios críticos de la menstruación se presentan como uno de los campos más completos para hacer un estudio sobre la experiencia menstrual, al analizar la menstruación como categoría analítica que denota unas relaciones de poder. Asimismo, los estudios críticos de la menstruación tienen una perspectiva transdisciplinaria, esto supone cambiar el paradigma académico e incorporar distintas formas de conocimiento.

Finalmente, la educación sexual en Colombia tiene unos grandes vacíos, y aunque se han adelantado distintos programas y planes para lograr impartir una educación sexual integral en las instituciones, los niños y niñas del país siguen viendo la educación sexual de forma superficial y desde un enfoque biológico y anatómico, que ignora otras perspectivas necesarias para una formación integral en sexualidad. Además, siguen estando presentes ciertas posturas y creencias desde sectores religiosos y conservadores que se oponen a la inclusión de temas como la identidad de género y los derechos sexuales y reproductivos por considerarlos inadecuados para las y los niñas. Por último, al estudiar los contenidos y programas que se han construido sobre educación sexual en Colombia, es posible ver que la menstruación ha sido un tema que ha sido dejado de lado y que cuando se incluye en los programas escolares sólo se relaciona a la reproducción y a la prevención del embarazo.

## Capítulo II: Experiencia en el *Colegio Colombia Hoy* y trabajo de campo

Ahora bien, luego de establecer algunas bases teóricas para estudiar la menstruación y tener claro el contexto de la educación sexual en Colombia, en el presente capítulo pretendo situar la investigación en el contexto y el modelo del *Colegio Colombia Hoy*, la forma en que me acerqué al mismo y las prácticas de enseñanza de educación sexual de las y los jóvenes desde una perspectiva institucional, así como desde la perspectiva de las y los jóvenes de los cursos de décimo y once. Teniendo en cuenta que la pregunta de investigación es: *¿De qué manera la educación sexual que reciben las y los jóvenes del Colegio Colombia Hoy incide en sus representaciones de la menstruación?*, este capítulo tiene como objetivo establecer algunas nociones alrededor de las cartografías corporales y los grupos focales, que permiten entender cómo la menstruación atraviesa el cuerpo de las y los jóvenes, así como sus nociones, en donde la menstruación aparece y es representada de forma particular.

Este capítulo se divide en tres partes: *Colegio Colombia Hoy: acercamiento y modelo*, *¿Por qué utilizar mapas corporales y grupos focales para entender la menstruación?* y «*Te llegó Andrés*»: *mapas corporales y grupos focales sobre la menstruación con las y los jóvenes*. Al final hay un apartado que recoge las conclusiones del capítulo.

En la primera parte: *Colegio Colombia Hoy: acercamiento y modelo*, expongo cómo y por qué me acerqué al Colegio Colombia Hoy, así mismo hago un acercamiento a la historia y el modelo pedagógico que tienen en la institución, a partir de una entrevista con la coordinadora de Preescolar y Primaria. Luego de esto, presento una entrevista con el docente de Ciencias Naturales encargado de las clases de educación sexual en el colegio, con el fin de acercarme a los contenidos y la forma en que se ha dictado la clase de educación sexual hasta el momento actual en el colegio.

En la segunda parte: *¿Por qué utilizar mapas corporales y grupos focales para entender la menstruación?*, expongo las razones por las cuales decidí utilizar los mapas corporales y los grupos focales para analizar las representaciones sobre la menstruación de las y los jóvenes. Para ello, explico el cambio que hubo en las ciencias sociales alrededor de las cartografías, la noción del cuerpo como territorio; y por último, algunas aclaraciones necesarias para hacer los grupos focales.

Finalmente, en la tercera parte: «*Te llegó Andrés*»: *Mapas corporales y grupos focales sobre la menstruación con las y los jóvenes*, expongo la forma en que planeé las cartografías y los grupos focales y muestro algunos de los aspectos más importantes que se abordaron con ambas herramientas. Esta tercera parte está dividida según la herramienta utilizada y el curso con el que se aplicó.

### **Colegio Colombia Hoy: acercamiento y modelo**

Me pude acercar al *Colegio Colombia Hoy* porque soy egresada del mismo, me gradué en el año 2016 y conocía a la mayoría de los profesores y profesoras, así como a algunos estudiantes que estaban en grados inferiores cuando yo estudiaba. Asimismo, conocía a la rectora y a los directivos del colegio. Al ser una comunidad educativa pequeña: de 135 estudiantes y 20 profesores y profesoras, la relación entre todos y todas siempre ha sido muy cercana. Me recibieron en el colegio de una forma muy cálida y amable, y me permitieron compartir con los niños y niñas del colegio de grado décimo y once por más de dos meses.

Por otra parte, en el año 2020 pude realizar unos talleres sobre género, feminismo y sexualidad con la Colectiva Feminista Suculentas, de la que hago parte. La Colectiva Suculentas es una agrupación de mujeres de distintas disciplinas que se enfoca en la pedagogía feminista para transformar las prácticas y formas machistas, a partir de actividades pedagógicas que son planeadas a partir de los estudios de género y las luchas y teorías feministas. Los talleres se realizaron con los grupos de noveno, décimo y once; y fueron de forma virtual debido a la pandemia. Así pues, yo ya conocía a la mayoría de las y los jóvenes del grupo de grado once, ya que en 2020 estaban en noveno, y había tenido un acercamiento tanto con ellos y ellas, así como con la institución alrededor de temas relacionados con género y sexualidad.

Lo anterior, posibilitó que el acercamiento con el colegio fuera mucho más sencillo y también me permitió reconocer que en el colegio se podían tratar temas como la educación sexual y la menstruación sin tantos obstáculos como los que podrían haber surgido en otra institución, teniendo en cuenta la historia de la educación sexual en el país y la respuesta de algunas familias ante estos temas.

El *Colegio Colombia Hoy*, ubicado en la zona rural de Facatativá en el Km 4.5 vía El Rosal - Facatativá, en la vereda Arrayanes, es una institución privada, campestre, con un enfoque artístico y humanístico, que tiene un modelo educativo semi-personalizado, es decir los grupos no superan los 18 estudiantes y hay un acompañamiento por parte de las y los profesoras en el proceso de cada niño/a según sus necesidades pedagógicas específicas. En total hay 135 estudiantes en el colegio desde preescolar hasta grado once, y 20 profesores y profesoras. La institución funciona por módulos, son cuatro módulos en el año escolar, cada uno de diez semanas. El colegio cuenta con un modelo de educación por proyectos a partir de preguntas y problemas, en el cual durante cada módulo se construye un proyecto nuevo a partir de una pregunta problema, y de los intereses, dudas y reflexiones de las y los estudiantes.

El colegio se fundó en el año 1999 en las instalaciones del Club San José de la Universidad Nacional, y en el año 2004 por un cambio de administración, se trasladaron a las instalaciones en las que la institución se encuentra actualmente. El Colegio surgió como un proyecto para brindar una opción educativa diferente a la que había en el municipio de Facatativá, e incluso en Sabana de Occidente, en donde el enfoque de la mayoría de instituciones estaba basado en una educación tradicional y tecnológica; por lo tanto, el colegio es creado a partir de una propuesta innovadora de un modelo pedagógico alternativo con un enfoque semi-personalizado y artístico, el cual responde a las necesidades del contexto de los niños y niñas, y está encaminado a la autonomía de las y los estudiantes. (Colegio Colombia Hoy, 2021).

El modelo pedagógico del colegio se llama *Modelo de autoformación como aproximación a la realidad* y empezó a implementarse desde hace siete años. Para acercarme al modelo, le realicé una entrevista a la Coordinadora académica de Preescolar y Primaria. Ella es licenciada en Pedagogía Infantil, docente en el colegio hace cinco años, y coordinadora desde el año pasado, y desde que se vinculó a la institución como docente ha estado a cargo de varios de los procesos de admisión, dentro de los cuales está la presentación del modelo pedagógico a las familias que están interesadas en que ingresen sus niños y niñas a la institución. Al respecto, me compartió lo siguiente:

El modelo pedagógico consiste en un modelo de autoformación en el que la idea es acercar a los niños y niñas a la realidad de su entorno a partir de sus intereses y preguntas, y lo que buscamos es que los niños y niñas tengan un contacto directo con esa realidad, teniendo en cuenta los diferentes contextos que les rodean, entonces estamos en la búsqueda constante de que los niños puedan conocer su ámbito familiar, educativo, y por supuesto su contexto social, político, económico, ambiental, y todo esto se genera a partir de las preguntas e intereses de los niños y niñas ¿si?. Se van autoformando, y todo esto se da en torno a un proyecto que a su vez gira en torno a una pregunta problema central. (Extracto de entrevista a Coordinadora de Preescolar y Primaria, 2022)

Así pues, a partir de la entrevista con la Coordinadora (2022), es posible identificar que el modelo del colegio funciona con relación a un proyecto que tiene cuatro momentos: *Reconocimiento del sujeto, Experiencia, Construcción de la realidad y Acción transformadora*. Los cuatro momentos giran en torno a una pregunta problema y funcionan de forma transversal, es decir, no necesariamente se dan de forma consecutiva o lineal, sino que van articulados a los procesos de cada módulo. *El Reconocimiento del sujeto*, hace referencia al proceso de autoconocimiento en el que los o las estudiantes exploran quiénes son, su historia de vida, su contexto, sus gustos, sus creencias, y todo lo que los constituye desde su identidad.

*La experiencia* es uno de los procesos más importantes en el desarrollo del proyecto, ya que es el momento en el que los niños y niñas se encuentran con la realidad y a partir de ahí generan sus propias preguntas, reflexiones, sentires, y manifiestan sus intereses individuales. Una experiencia que puede tener de por medio una planeación pedagógica previa en la que se visita un lugar determinado, brindándoles a las y los estudiantes nuevos escenarios de aprendizaje significativo, basados en la pregunta problema del proyecto; o una experiencia más espontánea en la que prima la cotidianidad y los espacios de la institución, así como los encuentros en el aula que brindan las y los docentes del colegio.

Por otra parte, la *Construcción de la realidad* hace referencia a la construcción de conocimiento en comunidad a partir de la experiencia. En esta construcción se tienen en

cuenta los intereses de cada niño o niña y hay un enfoque investigativo en el cual, las y los estudiantes se acercan a diversas fuentes de información incluyendo de manera significativa el trabajo de campo, así como las bases curriculares de la institución basadas en los lineamientos curriculares del Ministerio de Educación Nacional (MEN), lo anterior con el fin de dar respuesta a la pregunta central del proyecto, alimentada por las preguntas que hayan surgido de la experiencia.

Por último, *La acción transformadora*, es el momento en el que los niños y niñas hacen uso de su creatividad para generar acciones que transforman su realidad y las de las personas de su entorno, las cuales en muchas ocasiones están dadas a partir de las artes, ya que éstas posibilitan visibilizar el proceso del proyecto hasta lograr responder a la pregunta problema. La acción transformadora en varias ocasiones es un producto, por ejemplo: exposiciones, construcciones, museos, noticieros, obras de teatro, dibujos, murales, campañas, experimentos, entre otros.

Cabe resaltar que los cuatro momentos descritos, especialmente el último, son presentados en un quinto momento llamado: *Consenso*, el cual constituye un proceso de evaluación colectiva en el que toda la comunidad educativa: estudiantes, familias, docentes y directivos, se reúnen en un espacio para apreciar el proyecto creado, retroalimentar y consensuar a partir de sus reflexiones, sentires y percepciones acerca de los procesos de los niños y niñas durante el módulo.

Adicionalmente, en la entrevista la Coordinadora (2022) expuso que el modelo se diferencia al de otros colegios principalmente en la forma en la que se constituye, al ser un modelo en constante transformación, basado en las necesidades del contexto. También, el hecho de que es semi-personalizado, lo que hace que se respeten los ritmos de aprendizaje de los niños y niñas teniendo en cuenta sus características individuales e intereses. Asimismo, el modelo cuestiona la idea de que las y los estudiantes sólo vienen a recibir conocimiento como sujetos pasivos, cuando son ellos y ellas los que vienen a compartir el conocimiento, que tienen una historia, unas vivencias que los marcaron; por lo tanto, son gestores del conocimiento y sujetos activos dentro de su proceso de aprendizaje.

Finalmente, al preguntarle sobre educación sexual, me compartió que a pesar de ella estaba encargada de los procesos de preescolar y primaria, y sabía que de estos temas se hablaba

más en los grados posteriores con los profesores y profesoras de secundaria, consideraba que era una educación que debían recibir las y los niñas desde Preescolar y que era necesario abrir más espacios para discutir y aprender sobre sexualidad desde edades tempranas, por lo cual, en ese sentido tenían un gran reto como institución.

¿Has visto que se hable de temas de sexualidad y género en el colegio?

“Sí, en varias ocasiones, aunque siento que es necesario y muy importante implementar más espacios con los niños y niñas desde que están muy pequeños, y que así hablar de estos temas se convierta en algo cotidiano y natural, porque, aunque sí se han abierto espacios, sigue siendo un tema muy tabú, que causa controversia ¿no? y pues es un gran reto, pero digamos que precisamente es la tarea que nos queda: continuar con esa búsqueda”. (Extracto de entrevista con Coordinadora de Preescolar y Primaria, 2022)

Por otro lado, para entender la forma en que se le ha enseñado sobre educación sexual a las y los jóvenes del *Colegio Colombia Hoy*, realicé una entrevista al docente del área de Ciencias Naturales del colegio (2022), quien es profesor de la institución desde hace diez años y ha estado a cargo de la clase de educación sexual desde que inició su labor en el colegio, principalmente en el grado octavo.

Al preguntar por los contenidos que se abordan en las clases, me dijo que se abordaban distintas temáticas, las cuales se podían agrupar en dos: el primer grupo desde la parte biológica de la sexualidad como anatomía y fisiología del aparato reproductor masculino y femenino, enfermedades de transmisión sexual, métodos de planificación, ciclo menstrual y embarazo etc.; y en el segundo grupo, se abordan temas relacionados al cuidado y respeto del cuerpo y de los cuerpos de los otros y otras, la sexualidad y el sexo, la pornografía, el erotismo, entre otros.

Me contó que los contenidos de educación sexual generalmente se trabajan con el grupo de octavo durante un módulo, que son 10 semanas, con una intensidad horaria de 2 horas a la semana. La didáctica de las clases es muy variable e involucra la relación con los estudiantes; sin embargo, en general las clases consisten en poner un tema de discusión para que las y los

estudiantes consulten, lleguen con dudas, sus propias reflexiones y prejuicios para posteriormente discutirlos y debatirlos. En otras ocasiones la didáctica de las clases consiste en plantearles una situación problema y ponerlos a reflexionar alrededor de dicha situación.

Al indagar en qué escenarios creía que los niños y niñas aprendían sobre educación sexual además del colegio, me respondió que no sabía si el término era "aprender" o "desaprender", ya que muchas veces las familias tenían diálogos directos y habituales sobre educación sexual con sus hijos e hijas, mientras que en otros casos se evitaba el tema o no se hablaba de forma clara, lo que provocaba que las y los jóvenes tuvieran que buscar otras fuentes de información como las redes sociales, películas, series, libros, etc., o los amigos y amigas y terminaban desinformados sobre estos temas.

Al preguntarle si hablaban sobre menstruación y el ciclo menstrual durante las clases, me respondió que sí y la forma en que normalmente lo hacían era a partir de dos perspectivas:

“Desde dos puntos de vista. El primero la parte biológica, los cambios en las hormonas estrógenos y progesterona que se dan a lo largo del ciclo, duración, síndrome premenstrual, etc. (...) En otro punto de vista todas las implicaciones morales, psicológicas y cómo la sociedad ve al ciclo menstrual.” (Extracto de entrevista Profesor de Biología, 2022)

Finalmente, también me comentó que consideraba que la educación sexual que se le ha brindado normalmente a los niños y niñas en los colegios en Colombia, no ha sido adecuada. Primero porque debería formalizarse desde grados inferiores y segundo porque debería verse la parte biológica pero también la parte ética y humana.

### **¿Por qué utilizar mapas corporales y grupos focales para entender la menstruación?**

Para entender por qué elegí hacer cartografías corporales y grupos focales para dar cuenta de las representaciones de la menstruación de las y los jóvenes del *Colegio Colombia Hoy*, es necesario partir de un cambio que hubo en las ciencias sociales y especialmente en la geografía en cuanto a lo que era posible o no mapear y la forma de crear los mapas.

La cartografía se puede dividir entre euclidiana y no euclidiana. La cartografía euclidiana también conocida como cartografía física, históricamente ha sido la forma oficial de hacer cartografía, en esta el espacio se entiende como material y es percibido como un contenedor; por otro lado, la cartografía no euclidiana también conocida como cartografía social, entiende el espacio como una construcción social, es decir se reconoce que en el territorio que se va a estudiar ya ha habido unos procesos sociales, políticos e históricos que han llevado a una apropiación por parte de las personas que habitan dicho territorio. Aquí el espacio se entiende como político.

El geógrafo John Brian Harley (2001) es uno de los académicos que mayor crítica le ha hecho a la cartografía euclidiana, ya que para el autor es fundamental entender que todos los mapas son culturales, y por lo tanto los mapas son una forma manipulada de conocimiento. En ese sentido, la cartografía disciplina, normaliza y estructura una idea particular del mundo; por lo tanto, el conocimiento que produce la cartografía, contrario a lo que se suele pensar, no es imparcial ni neutro.

Por otro lado, en la geografía y en otras ciencias sociales que se ocupan de reflexionar sobre los seres humanos y su relación con el territorio y con sus cuerpos, se ha encontrado que las cartografías corporales son una herramienta muy útil para analizar distintos fenómenos, entendiendo cómo experimentan y viven dichos fenómenos los cuerpos. La relación con nuestro cuerpo es la primera relación que tenemos con un lugar. Lo anterior, implica salirse un poco del esquema de la cartografía euclidiana, que como se mencionó anteriormente, sostiene que las cartografías deben hacerse sobre un espacio material y específico. Con las cartografías corporales se han empezado a mapear otro tipo de relaciones.

Dicho lo anterior, decidí utilizar cartografías corporales para mapear las representaciones de menstruación de las y los jóvenes del colegio, porque es una herramienta que me permite entender cómo la menstruación afecta directamente los cuerpos, ya sea como sujetos menstruantes o no menstruantes. Para realizar las cartografías corporales parto de pensar el cuerpo como un territorio, entendiendo que es el primer lugar desde el que nos relacionamos con otros, y en el que las relaciones específicas que tenemos con los otros pueden verse representadas, es decir se puede mapear lo que está sintiendo el cuerpo. Son relaciones que se pueden graficar, para luego observarlas y analizarlas.

Para entender el cuerpo como territorio retomo a la autora Delmy Cruz (2016), quien expone el concepto feminista cuerpo-territorio que es planteado principalmente por mujeres indígenas, que se han dedicado a defender sus territorios. Desde las ciencias sociales y el feminismo se ha estudiado el cuerpo femenino como una construcción social, y el territorio como un espacio en donde hay relaciones de poder. La autora retoma a Dooren Massey (19992) y a Mc Dowell (1999) para establecer que los cuerpos están situados en el espacio, son atravesados por unas relaciones de poder y deben ser analizados desde distintas escalas como la raza, la edad, el género, etc.

Todo lo que hacemos está espacialmente situado y encarnado en cuerpos diferenciados y jerarquizados. En ese sentido, el cuerpo está asignado no sólo por las determinaciones físicas del contexto geográfico; sino por las construcciones culturales que subyacen a la idea del espacio, lugar, territorio, comunidad y contexto (Cruz, 2016, p. 41).

Así pues, los espacios deben dejar de ser entendidos como “neutros” o “vacíos”, y por el contrario, considerar que han sido socialmente contruidos desde una visión patriarcal. Otras de las corrientes feministas que han abordado el concepto cuerpo-territorio son: por un lado, las feministas decoloniales quienes entienden el cuerpo como un espacio en sí mismo, en el que se puede encontrar un lugar de resistencia; y por otro lado, las ecofeministas del sur que a partir de la cartografía social y corporal, trabajan la relación entre cuerpo y territorio, y traen al debate la forma en que se masculinizan los territorios: la «patriarcalización de los territorios» (Cruz, 2016).

El concepto de cuerpo-territorio aún está en construcción y surge de las luchas de las mujeres latinoamericanas y caribeñas, como una respuesta a la relación de poder de género en los territorios. “La invitación que deja la propuesta cuerpo-territorio es mirar a los cuerpos como territorios vivos e históricos que aluden a una interpretación cosmogónica y política, donde en él habitan nuestras heridas, memorias, saberes, deseos, sueños individuales y comunes” (Cruz, 2016, p. 44). Darle énfasis al cuerpo es fundamental debido a que trae al centro de la discusión la escala más pequeña para analizar las relaciones sociales desiguales, que es nuestro propio cuerpo y la forma en que experimentamos y sentimos dichas relaciones.

Para hacer las cartografías corporales tomo la tesis de maestría de Martina Cocco *¿Cuerpos “nulíparos”?: Subjetividades femeninas que eligen no ser madres en Bogotá* (2018), quien busca dar cuenta de la subjetividad de tres cuerpos femeninos que deciden no ser madres, para ello hace cartografías corporales o mapas corporales que dan cuenta de la experiencia encarnada de la decisión voluntaria de no ser madres. La autora afirma que los mapas corporales le permitieron abordar las trayectorias de vida de las participantes dividiéndolas en: infancia, adolescencia y edad actual. Las sesiones de las cartografías corporales consistían en explorar a partir de unas preguntas orientadoras sus experiencias como cuerpos “nulíparos”, y la relación de esto con el mandato de la maternidad, para luego marcar en las siluetas la ubicación de los temas tratados, teniendo de base unas convenciones.

Me basé en el formato de preguntas orientadoras y convenciones que utiliza Cocco (2018) para hacer los mapas corporales con las y los jóvenes del colegio. Las cartografías que hace Martina Cocco son individuales para poder profundizar y llegar a discusiones, que es posible no se dieran al estar con más personas. Sin embargo, yo decidí hacer unas cartografías sociales (grupos que son tanto de mujeres como hombres) que me permitieran ver no sólo las representaciones de la menstruación de las y los jóvenes, sino también la dinámica en un espacio mixto al tratar el tema de la menstruación. Una de las razones por las que decidí que fuera un espacio mixto, es porque no quería reforzar la idea de que la menstruación es un tema que le concierne solo a las mujeres o cuerpos menstruantes, buscaba entender la menstruación como un fenómeno social que nos atraviesa a todos y todas, aún si no menstruamos.

Por otro lado, los grupos focales son una técnica de investigación cualitativa, una entrevista grupal que permite recoger las formas de pensar y sentir de un grupo de personas sobre algún tema o experiencia. Los grupos focales se hacen a partir de la elección de una población específica, un grupo de entre 6 a 15 personas que tenga conocimiento ya sea empírico, técnico o académico de un tema en específico. El tema es seleccionado previamente por el o la investigadora junto con un objetivo particular para la sesión, a partir de este objetivo se hace una guía de entrevista y se plantean las preguntas que se harán en la sesión. Además, debe haber un moderador que haga las preguntas e incentive la discusión entre el grupo (Hamui-Sutton & Varela, 2013).

Uno de los motivos principales por lo que decidí hacer grupos focales para indagar sobre la educación sexual recibida de las y los jóvenes y sus representaciones sobre la menstruación, es que, como lo mencionan Hamui-Sutton & Varela (2013) al ser una técnica grupal, facilita la participación de las y los integrantes si se está trabajando sobre un tema que se considera tabú, o en que hay algún tipo de resistencia para discutirlo. Asimismo, utilizar una técnica de entrevista grupal y no individual me parecía pertinente debido a que, al ser un grupo de personas, hay un intercambio de vivencias y opiniones que puede aumentar el interés de las y los participantes, al ver reflejadas o contrariadas sus propias experiencias sobre el tema, además hay una retroalimentación en los comentarios y el lenguaje verbal de las y los otras entrevistadas (Aigner, 2002).

Finalmente, uno de los aspectos que considero es necesario tener en cuenta al realizar los grupos focales, es que al ser una conversación en grupo es posible tener dificultades para diferenciar los puntos de vistas individuales de los grupales, debido a que las opiniones de las y los integrantes, se pueden ver directamente afectadas por la dinámica que haya en el grupo y por los comentarios de las y los otros participantes, “generalmente, las apreciaciones, opiniones y comportamientos sociales colectivos tienden a diferir de los individuales” (Aigner, 2002, p. 12). No obstante, considero que esto no altera directamente los hallazgos encontrados en los grupos focales realizados en el colegio, ya que decidí utilizar una técnica grupal porque quería analizar justamente la interacción y construcción que se da mediante el ejercicio sobre los temas discutidos.

### **«Te llegó Andrés»: mapas corporales y grupos focales con las y los jóvenes**

Desde un principio planeé los mapas corporales y los grupos focales para que fueran ejercicios que se complementaban, en donde se abordaban cuatro categorías principales: *Menarquia o primer relacionamiento con la menstruación, Cambios físicos y emocionales con la menstruación, Educación sexual, y Silencios alrededor de la menstruación*. Las primeras dos categorías las abordé en las cartografías corporales y las otras dos en los grupos focales. Decidí hacerlo así ya, que en la cartografía corporal las y los jóvenes podían plasmar sus pensamientos y sentires alrededor de la menstruación, enfocándose en sus cuerpos;

mientras que con los grupos focales pude profundizar en ciertos aspectos más abstractos, teniendo como base los mapas corporales.

Pude trabajar con los grupos de décimo y once. Décimo es el grupo más grande de todo el colegio conformado por 18 jóvenes de entre 14 y 16 años: había 8 mujeres y 10 hombres; en el grupo de once había 14 jóvenes: 10 mujeres y 4 hombres de entre 14 y 19 años. Los grupos estaban conformados por jóvenes en su mayoría de clase media, que viven en Facatativá o municipios cercanos como El Rosal y Subachoque. En los dos cursos, hay estudiantes que han estado en el colegio desde preescolar y otros que llevan menos años o incluso entraron al colegio este año. En ambos grupos realicé primero la cartografía corporal y luego el grupo focal.

Como mencioné anteriormente, una de las formas de acercarme al colegio, fue mi relación pasada con la institución al ser egresada del mismo, y también por tener la oportunidad de realizar unos talleres con la Colectiva Feminista Suculentas de la que hago parte. Las cartografías corporales las realicé con otras dos integrantes de la colectiva: una de ellas es geógrafa y la otra historiadora y estudiante de geografía. Ellas me acompañaron en la planeación y ejecución del ejercicio; los grupos focales los realicé sola, por razones logísticas y de tiempo.

Por otro lado, mi interés con los mapas corporales y los grupos focales, era dar cuenta de las representaciones de la menstruación de las y los jóvenes desde su propia perspectiva, por lo que, en los siguientes apartados privilegio la voz de las y los estudiantes y utilizo extractos completos de las conversaciones que tuvimos durante la construcción de los mapas corporales, así como de los grupos focales.

## **Mapas corporales**

Con la cartografía buscaba abrir un espacio de reflexión con los niños y niñas del *Colegio Colombia Hoy* en torno a la menstruación y sus experiencias alrededor de este tema, así como los cambios físicos, emocionales y sociales que han experimentado por el ciclo menstrual. A

partir de este ejercicio, quería que las y los participantes pudieran plasmar a través de dibujos, pinturas y textos, sus experiencias alrededor de la menstruación.

Hice dos cartografías corporales, una en once y una en décimo. Para empezar el ejercicio, junto con mis compañeras empezamos diciendo quiénes éramos nosotras, y por qué estábamos haciendo esa actividad, después de esto explicamos qué era una cartografía corporal y las categorías que íbamos a abordar en el ejercicio: por un lado, menarquía o primer relacionamiento con la menstruación; y por otro, cambios físicos y emocionales que implicaban la menstruación. Una de las primeras preguntas que surgieron en el ejercicio con los dos grupos fue ¿cómo podían los hombres responder estas preguntas cuando no habían experimentado la menstruación? a lo que respondimos, que el ejercicio no estaba pensado solo para cuerpos menstruantes, sino que pensarán en la menstruación como un fenómeno que nos atravesaba a todos y todas, ya fuera como cuerpos menstruantes o como hijos, hermanos, amigos, primos, etc.

Cada categoría tenía una pregunta principal que recogía todas las demás, en la primera categoría era: ¿Cómo fue tu primera experiencia o relacionamiento con la menstruación?, y en la segunda categoría era: ¿Cómo fue y ha sido la experiencia de la menstruación desde una perspectiva emocional y física?, a partir de estas preguntas se desprendían el resto. Además, transversal a las categorías estaban las preguntas: ¿Cómo se expresaría lo que sintieron? ¿Cómo lo plasmarían?. Esto para no perder en ningún momento la noción del cuerpo y cómo las reflexiones alrededor de la menstruación pasan por el cuerpo. Asimismo, la actividad al final tuvo un cierre en que se hizo una retroalimentación con las siguientes preguntas: ¿Qué aspectos del ejercicio les llamaron la atención?, ¿Tuvieron alguna dificultad para responder alguna pregunta?, ¿Qué tipo de dificultad? y ¿Quieren agregar algo más?

Para llevar a cabo la cartografía se planeó tener ciertas convenciones (Figura 1), para que fuera más fácil para las y los jóvenes plasmar lo que sentían y lo que pensaban, cabe aclarar que desde un principio no se buscaba que las y los estudiantes solo utilizaran las convenciones y se limitaran a ellas, sino que fueran un poco más allá de estas convenciones y tuvieran la posibilidad de escribir o dibujar de la forma en que quisieran sus reflexiones y cuestionamientos. No obstante, se incluyeron para el análisis posterior del mapa corporal y

también para que en un principio se animaran más a pintar y a plasmar lo que pensaban y sentían.

Finalmente, la forma en que construimos los mapas corporales, fue uniendo cuatro pliegos de cartulina blanca y dibujando una silueta de un cuerpo en el centro; luego de esto leímos la pregunta principal de la categoría y las preguntas que se desprendían de la misma; y a partir de las respuestas y la forma en que avanzaba el ejercicio, las y los jóvenes iban plasmando sus ideas en el mapa.

<b>Convenciones</b>
Felicidad (Círculo amarillo)
Tristeza (Triángulo azul)
Miedo (cuadrado negro)
Vergüenza (círculo verde)
Dolor x
Placer ♥
Orgullo (estrella)
Femenino ♀
Masculino ♂

Figura 1 - Convenciones cartografías corporales

Mapa corporal once

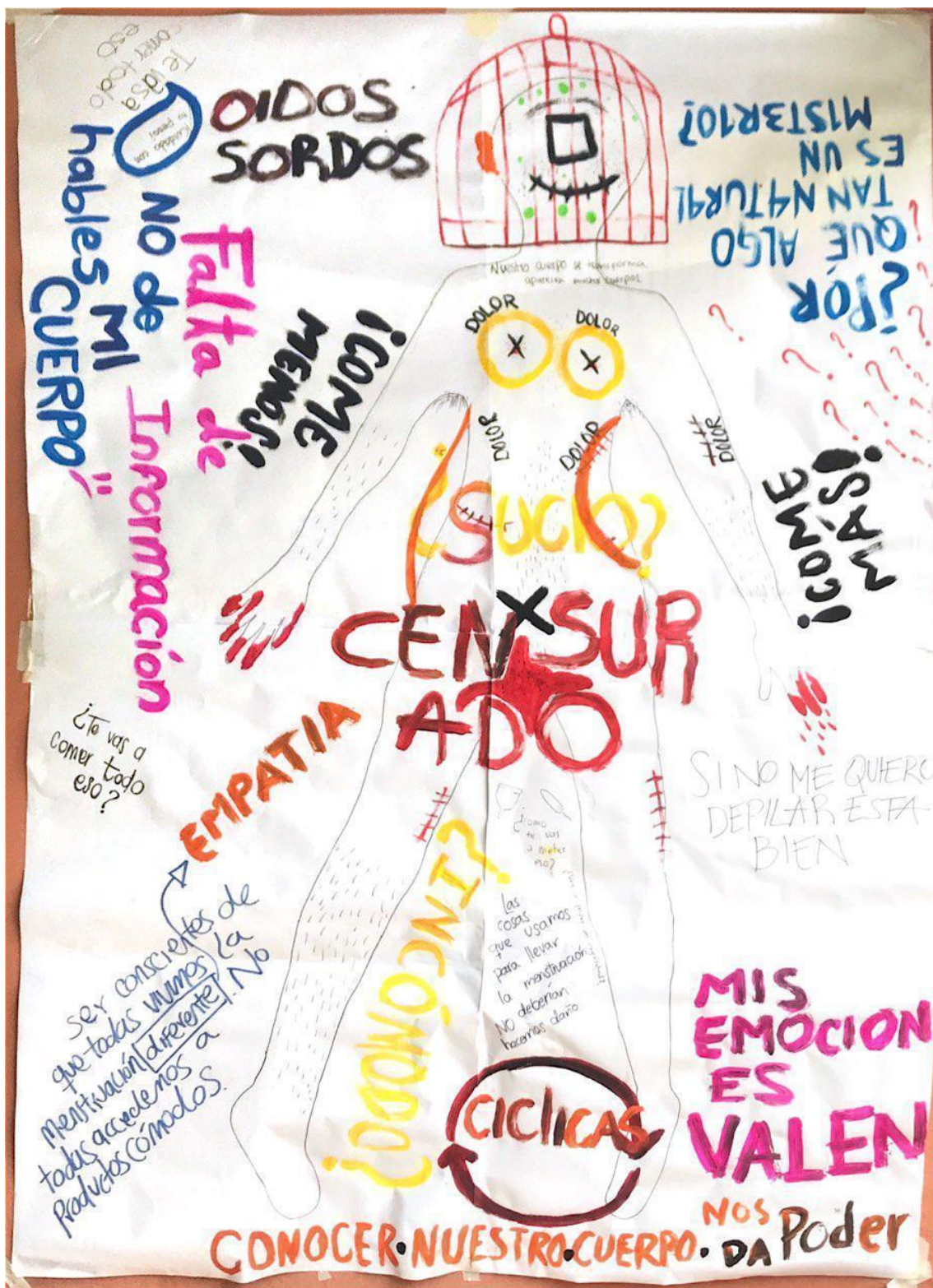


Figura 2 - Cartografía corporal grupo once

La primera cartografía corporal, la hicimos con el grupo de once (Figura 2), la forma en que deciden plasmar la menstruación en el mapa es en la entrepierna del cuerpo con color rojo y encima de esto la palabra "censurado" y la pregunta "¿sucio?", esto se relaciona a los prejuicios alrededor de la menstruación y el silenciamiento que hay para abordar este tema, presente en toda la cartografía como se verá a continuación.

Por otro lado, desde las primeras preguntas algo que se presentó de forma constante, fue el tema del dolor, ya que nombraban la menstruación como una experiencia dolorosa e incluso indeseable:

3: ¿Qué es la menstruación? <sup>1</sup>

1: Pues lo primero o una de las cosas que nos hace pensar es que es algo muy privado (...) Como algo de lo que no se tiene que hablar.

1: Si, porque no lo han enseñado de esa forma

3: ¿Y cómo graficarías eso?

1: Con miedo y vergüenza

1: Dolor

1: A muchas, cuando nos llega, como que es algo de mucho dolor. Entonces siento que no es algo de lo que nos sentimos, no sé, orgullosas, pero porque hemos sentido esa experiencia relacionada al dolor y a la incomodidad.

(Extracto de la conversación en el mapa corporal grupo once, 2022)

Lo anterior se relaciona con la forma en que se les ha enseñado a las mujeres a entender e incluso experimentar la menstruación, comentaban que cuando les llegó estaban muy pequeñas y relacionaban la menstruación con la incomodidad o como un limitante, porque no podían hacer las mismas cosas que hacían antes.

---

<sup>1</sup> Como se mencionó anteriormente, los nombres de todas las personas que aparecen en la investigación son confidenciales, no obstante, para el análisis de las cartografías corporales y los grupos focales se utilizará el número 1 cuando está hablando una mujer, el número 2 cuando está hablando un hombre y el número 3 cuando estoy hablando yo, o alguna de mis compañeras de la colectiva.

Al hablar sobre la menarquia o su primer relacionamiento con la menstruación, muchas mencionaron que era algo de lo que no les habían hablado antes, entonces habían pensado que estaban enfermas, que algo estaba mal con sus cuerpos, o incluso que se estaban desangrando. También al indagar cuándo fue la primera vez que les hablaron sobre la menstruación, la mayoría de las experiencias fueron que no les habían hablado de la menstruación antes de la menarquia, por esto, fue una experiencia fuerte, ya que no sabían qué les estaba pasando a sus cuerpos.

3: ¿Cómo fue la primera vez que alguien les habló sobre menstruación?

1: A mí mi mamá me dijo: vas a sentir dolor yo no sé qué, si te sale sangre no te asustes, y me avisas. Creo que tenía como 9 o 10 años.

(Extracto de la conversación en el mapa corporal grupo once, 2022)

Por otro lado, algo que se presentó constantemente en la cartografía fue la falta de información alrededor de la menstruación. La menstruación es algo de lo que no se puede hablar, y también algo que se les ha negado escuchar. Podemos ver en el mapa que la cara del cuerpo tiene una jaula y esto se refiere a que es algo de lo que no se habla, ni de lo que se escucha. Se puede ver la frase "oídos sordos" haciendo referencia a esto, así como la frase "¿Por qué algo tan natural es un misterio?" y "falta de información". Asimismo, mencionaron que la única forma en la que se puede hablar sobre la menstruación es hablar de los síntomas, por ejemplo: los cólicos. En el siguiente extracto se puede ver que la experiencia de la menstruación como algo doloroso, también se relaciona al vacío de información que se les brinda a las mujeres:

1: Creo que también lo relaciono con el dolor, pues bueno, en cuanto a la menstruación en general, uno no encuentra información concreta de por qué duele, y la menstruación en sí es como un misterio, como que no hay mucha investigación de la menstruación, ni de lo que pasa en el síndrome premenstrual, no hay casi estudios de eso (...) Entonces no hay para nosotras información certera de lo que nos está pasando.

(Extracto de la conversación en el mapa corporal grupo once, 2022)

Relacionado a lo anterior, algo que surgió en la conversación fue ¿por qué no se nombran las cosas por su nombre?, hay nombres que hacen que crezca el tabú, por ejemplo, decirle a la vulva: "florecita", "cosita", "cuquita", "panochita", etc.

Por otro lado, al preguntar sobre cómo llevaban el flujo menstrual, comentaron que a la mayoría les habían mostrado la toalla higiénica como la única forma de llevar la menstruación. Los tampones se los mostraron como algo negativo porque podían perder la virginidad. También surgió el tema de la copa menstrual, y el miedo de sus familias, sobre todo de sus mamás, de utilizar la copa menstrual porque creían que eso alteraba las hormonas o les iba a causar algún tipo de daño en el cuerpo.

Asimismo, mencionaron que hay distintas formas de llevar la menstruación y se cuestionaron por el acceso que pueden tener o no las mujeres a los diferentes tipos de productos, ya que, aunque algunos han tenido una gran acogida por ser ecológicos y más respetuosos con el cuerpo, para algunas mujeres no son asequibles económicamente. Esto lo podemos ver en el mapa con la frase "Ser conscientes de que todas vivimos la menstruación diferente. No todas accedemos a productos cómodos" y una flecha que lo conecta a la palabra "empatía". El tema de la empatía lo repitieron varias veces, señalando que debería haber más empatía alrededor del tema, porque constantemente se invalidan las emociones de las mujeres o lo que piensan relacionándolo con la menstruación, incluso haciendo burlas alrededor de esto.

Otro tema que surgió mucho en el grupo de grado once, son los cambios físicos que trae consigo la menstruación, y lo que puede acarrear para una mujer llevar esos cambios físicos. Algunos de los cambios físicos que mencionaron fueron: el crecimiento del vello corporal, la fluctuación del peso y el crecimiento del pecho. Relacionado a los cambios físicos, está el tema de los prejuicios que se crean alrededor de dichos cambios y una de las frases que recoge esta idea es la frase de "no hables de mi cuerpo" presente en el mapa. Lo anterior, también lo relacionaban al dolor, es decir que el dolor es algo que aparece, no solo por el hecho de estar menstruando, sino con todos los cambios físicos y prejuicios que se relacionan a la menstruación.

Por último, desde un principio en la actividad las mujeres del grupo se abrieron a la conversación y lograron hablar con naturalidad sobre cómo se sentían y cómo vivían la menstruación desde su experiencia; mientras que los hombres del grupo tuvieron resistencias

para hablar sobre la menstruación, estuvieron aislados, sentados a un lado del salón, hablando de otras cosas y riéndose en momentos. Esto causó que al final de la sesión en la parte de la retroalimentación, las mujeres manifestaran cierta incomodidad ante la actitud de ellos, diciendo que a ellos no les interesaba hablar de estos temas. La respuesta por parte de los hombres fue que no se sentían cómodos hablando de esto, porque consideraban que no conocían lo suficiente del tema y les daba pena o miedo decir algo que no estaba bien.

2: Las chicas saben y se conocen. Siento que si nosotros damos una opinión errónea va a ser súper incómodo, entonces pues eso. A mi parecer es mejor aprender y ver lo que ustedes dicen y hablan a estar hablando de algo que yo no sé ni conozco.

(Extracto de la conversación en el mapa corporal grupo once, 2022)

## Mapa corporal décimo



Figura 3 - Cartografía corporal grupo décimo

En el mapa corporal del curso de décimo (Figura 3), también se presentó el tema del dolor. Al preguntar qué era lo primero que pensaban al escuchar la palabra menstruación, mencionaron los cólicos, el dolor y también la vergüenza, como una experiencia que atravesaba la menstruación.

3: ¿Qué es lo primero en que piensan cuando digo menstruación?

1: Cólicos, o sea como dolor

3: ¿Y cómo definirían ustedes la menstruación? ¿Qué es?

2: Vergüenza, la primera vez que les pasa eso, según mi experiencia con las niñas en el colegio.

(Extracto de la conversación en el mapa corporal grupo décimo, 2022)

Por otro lado, al preguntarles en qué momento y quienes les habían hablado de la menstruación, varias personas respondieron que les habían hablado sobre la menstruación previamente y en la mayoría de casos quienes les hablaron de esto eran las mujeres de la casa, como: la mamás, las hermanas o las abuelas. Aunque también había casos de mujeres que no les habían hablado de esto sino hasta el momento en que les llegó, como se presentó con el grupo de once.

Una emoción que estuvo muy presente durante la conversación fue el miedo, tenían mucha incertidumbre cuando les llegó, a pesar de que les habían hablado sobre la menstruación previamente. Sentían que iba a ser una experiencia nueva, tenían miedo de sangrar y muchas dudas para poder asumirlo.

1: Es una falta de información, a mí me pasó la primera vez que me llegó no sabía qué hacer, pero también me daba pena decirlo, entonces es como que algo pasa, pero no se dice, no se dice por miedo, por pena, por falta de conocimiento.

(Extracto de la conversación en el mapa corporal grupo décimo, 2022)

Lo anterior se relaciona al silenciamiento sobre este tema, esto se ve reflejado en el mapa corporal con las preguntas "¿Quién y cuándo nos hablan de la menstruación?" y "¿Por qué no nos lo dicen?". Así como palabras como: "secreto", "vergüenza", "represión" y "asco".

Para representar la menstruación decidieron hacer una mancha roja en la entrepierna y pusieron la palabra "sangre". Asimismo, aunque en la imagen no se ve tan claro, sobre la

mancha roja hay una mano de color rojo, al preguntarles por qué pensaron en la mano, me dijeron que la relacionaban con la sangre y la violencia. Esto abrió una reflexión sobre la menstruación como una sangre que tiene muchos tabúes y de la que no se habla, al considerar que está “sucía” a pesar de que es un tipo de sangre que se derrama sin violencia.

Un tema muy importante que mencionaron, son los códigos o las palabras que se utilizan para evitar nombrar la menstruación. Esto lo podemos ver en la cartografía corporal con las preguntas de "¿galletas?" y "¿Andrés?", estos códigos hacen que las mujeres sientan vergüenza y temor de nombrar la menstruación, y prefieran utilizar otras palabras para evitar hacerlo, como “galletas” para referirse a las toallas higiénicas y “Andrés” para referirse a la menstruación.

3: ¿Y por qué creen que no sea fácil hablar de un proceso que como hemos dicho es muy natural?

1: Porque es un problema social, la gente tiene tabúes de eso.

2: Porque siento que es un tema que se ha quedado entre mujeres.

1: Muchas veces, muchas mujeres ocultan su menstruación y por ejemplo Andrés es un código que utilizan las mujeres para referirse a la menstruación o digamos siempre que una mujer tiene el periodo para pasarse la toalla la tiene escondida y tienen mucho temor.

2: Por eso utilizan palabras como galletas o así.

(Extracto de la conversación en el mapa corporal grupo décimo, 2022)

Por otro lado, a pesar de que hablaban de la experiencia menstrual como algo que deberíamos naturalizar, y que no se deberían utilizar otras palabras para nombrar la menstruación o los productos para llevarla, algo que pasó durante la construcción del mapa corporal es que las y los jóvenes cuando hablaban, no nombraban la menstruación como tal; sino se referían a la menstruación como "eso", como un "proceso", como "tenerlo", evitando nombrarla.

Hablaban de la experiencia como si la menstruación estuviera por fuera de ellas y ellos, casi no se referían a cómo habían vivido la menstruación desde su propia experiencia y su propio cuerpo, sino que hablaban de la menstruación como algo que no los ni las atravesaba. Por ejemplo, al preguntarles cómo llevaban la menstruación, nadie respondió, hablaron de los

métodos que existen para llevar la menstruación, pero no necesariamente desde sus experiencias.

Relacionado a lo anterior, se referían mucho al pasado y a historias de sus abuelas o de sus familias que les habían contado, en donde les decían que antes no se podía hablar sobre esto, y era más difícil abrir espacios para discutir estos temas ya que había muchos tabúes. Al preguntarles si creían que esto estaba vigente, me respondieron que creían que las cosas habían cambiado un poco.

Algo que también se presentó y se puede ver en el mapa es el símbolo de seguridad representado con una estrella. Al preguntar, por qué estaba la seguridad presente, la respuesta fue que las mujeres cuando empiezan a menstruar, tienen que tener mucha seguridad para poder asumirlo. Relacionado al tema de la seguridad, en el mapa se presentan frases como "seguridad en sí misma", "naturalizar la menstruación" y "autodescubrimiento".

1: La primera vez que me llegó mis papás me comentaron, no sé como que igual siempre hablan... como de que puede... Lo mismo que siempre pasa, que nos da dolores, que sangramos todo eso, pero igual siempre me han dicho que es muy importante para una mujer conocer eso, y cómo me conecta como mujer o con mi identidad por decirlo así.

(Extracto de la conversación en el mapa corporal grupo décimo, 2022)

Por otro lado, un tema que se discutió en el mapa corporal, es el tema de la educación sexual. Mencionaron varias veces que la educación sexual era un tema muy importante y que se les debía hablar a las y los niños sobre la menstruación tanto en espacios de la casa y en la familia, como en las instituciones educativas. Además, mencionaron la necesidad de que haya un "cambio cultural" (frase que se puede ver en el mapa hacia el lado derecho), para que disminuyan los tabúes alrededor de la menstruación y todos y todas puedan acceder a más información sobre el tema.

Finalmente, aunque los hombres del curso décimo participaron más dentro de la actividad, algo que surgió finalizando el mapa es que creían que los hombres deberían involucrarse más en el tema, y así ser conscientes de lo que pasa en la vida de las mujeres al menstruar. Esto se puede ver reflejado en la frase "Los hombres se deben enterar de este tema para dejar de

juzgar". Lo anterior se relaciona a los prejuicios que hay por parte de los hombres para hablar de la menstruación.

### **Grupos focales**

A las pocas semanas de realizar los mapas corporales, pude realizar los grupos focales. Así como con las cartografías, hice dos grupos focales: uno en décimo y uno en once. En los grupos focales hubo mayor facilidad para hablar sobre menstruación, probablemente porque ya me conocían y habíamos abordado el tema previamente. Para iniciar este ejercicio también les expliqué qué era un grupo focal, por qué estaba haciendo un grupo focal con ellos y ellas, y hubo una socialización de lo que se iba a hacer durante el ejercicio.

Para los grupos focales se plantearon varias preguntas, a partir de dos categorías principales, como se mencionó anteriormente: la primera fue educación sexual y la segunda silencios. Las preguntas que recogía cada categoría eran: ¿Cómo y quiénes te han enseñado sobre menstruación? y ¿sientes que se habla sobre menstruación?, ¿sientes que hay temas que no se hablan sobre menstruación?. Por último, para los grupos focales también planeé un cierre en el que había una retroalimentación del ejercicio sobre cómo se habían sentido durante la sesión.

La forma en que realizamos los grupos focales en ambos cursos, fue reunirnos en círculo y leer las preguntas para discutir los temas de cada categoría. Mi posición era de mediadora de la conversación; no obstante, desde un principio las preguntas y categorías principales estaban pensadas como un guía flexible que permitiera a las y los jóvenes opinar libremente y llevar la conversación a sus temas de interés, sin que se sintieran restringidos o restringidas por mí. Por lo tanto, aunque las categorías y preguntas planteadas me fueron de ayuda, la conversación estuvo en su mayoría guiada por los cuestionamientos y reflexiones de las y los estudiantes.

### **Grupo focal once**

Como se mencionó anteriormente, la primera categoría abordada en los grupos focales fue educación sexual. Al indagar sobre cómo y quiénes les habían enseñado sobre menstruación,

aparece que en el ámbito familiar les explicaron que la menstruación implicaba una transición de ser “niña a mujer”, ya que empezaban su periodo fértil y podían quedar embarazadas. Como se puede ver en el siguiente extracto, cuestionaron que se concibiera la menstruación como esta transición ya que, por un lado, puede llegar a invalidar su identidad como mujeres, al suponer que se “convierten” en mujeres solo al empezar a menstruar; y por otro, también implica una conversación alrededor de la forma de relacionarse con las demás personas, especialmente con los hombres.

1: En el que a mí me llegó el comentario que me hicieron fue como acabas de pasar de niña a mujer, (...) decían que ese era el proceso de niña a mujer ya que después de que sucedía lo de la menstruación era porque ya nuestro cuerpo era capaz de tener un hijo, entonces eso.

1: Me estoy identificando con lo que dice ella, como que mucha gente de mi familia es como: ¡no, la menstruación: pasa de niña mujer y es como no sé, no se me hace que tenga como sentido, ¿es como antes qué era? ¿una zanahoria?

1: Yo quería decir que eso como que es súper peligroso ¿no? porque no sé, siento que te están diciendo como que: ya puedes ser mamá, bueno y sí, pero es como que ya te vas a embarazar entonces ya no puedes estar con tantos hombres, y ya empieza a ser mal visto que andes no sé con hombres o algo así...

(Extracto de la conversación en el grupo focal curso once, 2022)

Asimismo, a muchas de las jóvenes de once cuando sus familias les hablaron sobre menstruación, algo que les decían constantemente es que debían mantener la menstruación en secreto. En el siguiente extracto es posible identificar que la menstruación aparece como algo de lo que no se debe hablar:

1: Mi mamá me decía que la idea era que nadie se enterara, (...), como algo que no se tenía que mostrar a todo el mundo.

1: Pues a mí me pasó lo mismo, que era como algo que se tenía que llevar en secreto.

1: Fue mi mamá y mi hermana [refiriéndose a quién le habló por primera vez de la menstruación], pero recuerdo que teníamos que mantenerlo completamente a escondidas, y no le podía contar a mi papá. Entonces mi papá nunca se enteró que a mí me había llegado alguna vez, hasta como años después, porque era como severo

tabú, por eso no tuve como muchas influencias ni aprendizajes sobre eso, más allá del colegio o internet.

(Extracto de la conversación en el grupo focal curso once, 2022)

Relacionado a lo anterior, el hecho de que la menstruación aparezca como un tema que se debe mantener en secreto y que no debe ser nombrado, se relaciona con otros prejuicios, por ejemplo, durante el grupo focal apareció que en algunos casos las personas a su alrededor relacionaban con la menstruación con “lo sucio” o “poco higiénico”, por lo que, sus percepciones alrededor de la misma se habían visto influenciadas por estos prejuicios.

1: Sí, por lo general cuando uno estaba en el colegio, como habían dicho que uno lo mantiene como muy en secreto, entonces me pasaba que me sentaba con gente y pues una vez me pasó que estaban hablando ahí pues dos manes, entonces empezaron como a que: eso era porque la vieja no se cuidaba o cosas así ¿si me entiendes? como que era por algo sucio. Yo en ese momento no me había desarrollado, entonces cuando yo me desarrollé yo pensaba como: ¿qué pasa? si es algo malo, si... pero pues ya, siempre tuve las herramientas y como las charlas para saber que no era nada malo, pero las influencias a veces afectan.

1: Si, yo a veces siento que como es muy en general, obviamente que hay temas que son más como el tema de la sangre, que es como: qué poco higiénico, y pues no es así, siento que hay unos temas más que otros, pero siento que es aún muy tabú.

(Extracto de la conversación en el grupo focal curso once, 2022)

Asimismo, como sucedió en los mapas corporales, aparecen palabras o códigos que se utilizan para nombrar la menstruación o los implementos para llevar la menstruación, de este modo, palabras como menstruación o toallas higiénicas son reemplazadas por: “Andrés”, “galletas”, “tortas”, “florecitas”, etc., como si el hecho de nombrar la menstruación tuviera una connotación negativa.

1: Sí, pues más que todo en mi familia como cuando me llegó... a mí me llegó en una navidad ¡dios mío!, bueno y mis tías eran como: no, mis tías usaban palabras como Andrés, a las toallas le decían florecitas o galletas.

1: Eso galletas, y en el colegio también como que teníamos un código y si una chica llegaba y decía, no sé denme una torta o lo que sea, entonces uno ya sabía que era toalla, pese a que estábamos entre mujeres, entonces no sólo el factor hombre hace

que sea incómodo, sino que también entre nosotras tratamos de volver tabú nuestra menstruación.

(Extracto de la conversación en el grupo focal curso once, 2022)

Por otro lado, un tema de suma importancia que surgió durante la conversación, es que es más fácil hablar del dolor que implica la menstruación que de la menstruación en sí misma, debido a que hablar sobre otras cosas de la menstruación como el sangrado, genera vergüenza e incomodidad.

1: Yo siento que digamos uno decir, digamos lo ven mal a uno y uno no es como: ay no es que estoy en mis días, es como: tengo cólicos, siento que eso de la parte de: tengo cólicos o el dolor es como más fácil de hablarlo, pero el tema del sangrado y esas cosas es como un poquito más incómodo se podría decir.

(Extracto de la conversación en el grupo focal curso once, 2022)

Aún cuando el dolor aparece como uno de los pocos temas que se pueden abordar al hablar sobre la menstruación, nombrar el dolor también implica verse sometido a ciertos prejuicios, ya que hay una invalidación de los sentimientos de las mujeres por estar menstruando.

1: Si una mujer está brava es porque está en sus días y todo eso, siento que también muestran nuestro periodo como en una manera de invalidar nuestras emociones, y eso es re paila.

1: Muchas veces se utiliza para invalidar los sentimientos de las mujeres como de: está enojada porque está en sus días, o como hizo algo mal: ay estaba en sus días, sí entonces como que se me hace que es algo muy tonto.

(Extracto de la conversación en el grupo focal curso once, 2022)

Por otro lado, al encontrar tantas resistencias para hablar sobre la menstruación en sus espacios familiares, las y los jóvenes del grupo once tuvieron que aprender sobre la menstruación y educación sexual en general, en otros espacios. Cuando pregunté sobre la forma en que han recibido educación sexual en el *Colegio Colombia Hoy*, me dijeron que vieron algunos temas cuando estaban en octavo, enfocados principalmente desde una perspectiva biológica. Adicionalmente, al preguntarles por sus experiencias en las clases de educación sexual en otras instituciones educativas, surgió el tema de la abstinencia, ya que

en muchas instituciones la abstinencia sigue siendo el enfoque con el que le dictan educación sexual a muchos y muchas estudiantes, llegando a afirmar que los métodos anticonceptivos son abortivos como aparece en el siguiente extracto:

1: Yo estudié en un colegio católico, entonces nos llevaron donde unas señoras que básicamente nos dijeron que pues para no contraer ninguna infección, no quedar embarazadas ni nada de eso, es mejor como abstenerse, y pues ya se sabe que esa vaina no funciona y pues nos informaron re mal porque nos satanizaron completamente los métodos anticonceptivos y nos decían que digamos el condón era un método abortivo y así, entonces nunca nos dieron como educación sexual de verdad, y esa es como la educación sexual que se recibe en esos colegios.

(Extracto de la conversación en el grupo focal curso once, 2022)

Lo anterior, llevó a que en el ejercicio se cuestionaran por qué el discurso de abstinencia todavía estaba tan presente, así como a hablar de la influencia de algunas familias en las instituciones educativas, al no estar de acuerdo con que se hable sobre sexualidad o género en los espacios pedagógicos, por considerar que está en contra de sus creencias y moral. No obstante, ellos y ellas perciben un cambio en la forma en la que se concibe la menstruación a pesar de que aún siguen existiendo muchos estereotipos; y aparece la noción de la empatía como algo que está cada vez más presente en las personas al hablar de la menstruación. Mencionaron que consideran que existe una posibilidad de cambio y cada vez se abren más espacios para hablar no solo de menstruación, sino también de muchos otros temas que hasta ahora se han evitado abordar tanto en las familias como en los entornos educativos, alrededor de la sexualidad y del género.

### **Grupo focal décimo**

En el grupo focal del curso de décimo, al indagar sobre las clases de educación sexual que recibieron en la clase de biología del colegio, me dijeron que las clases que habían visto hasta ahora habían sido virtuales por la pandemia. Los temas de clase funcionaban por exposiciones y surgían de los temas de interés que ellas y ellos mismas planteaban. Esto coincide con lo indagado en la entrevista del docente de biología, quien me contó que las

clases funcionaban abordando un tema que las y los estudiantes debían consultar previamente, para así traer a la clase las dudas que el tema les generara.

Asimismo, al preguntar cómo y qué les habían enseñado en la clase de educación sexual sobre menstruación en el colegio, mencionaron que sentían que no habían hablado sobre la menstruación a profundidad, habían hablado un poco del ciclo menstrual relacionado a otros temas. Por ejemplo, el ciclo menstrual relacionado al embarazo y los métodos anticonceptivos, pero no el tema de la menstruación en sí mismo, razón por la cual quedaron con muchas dudas que solo pudieron resolver buscando en internet, en libros o hablando con sus amigos y amigas.

1: Pues la verdad, acá en el colegio si han tocado el tema, pero no lo han tratado muy a lo extenso, como si te va a llegar tal y tal cosa y ya, también con los métodos anticonceptivos todo eso, pero es muy por encimita lo que tocan.

(Extracto de la conversación en el grupo focal curso décimo, 2022)

Por otro lado, al hablar sobre la forma en que les han enseñado sobre educación sexual, aparecen las imágenes con las que han aprendido sobre estos temas. Al describir las imágenes que recuerdan aparecían cuerpos infantiles construidos como caricaturas, en donde se omiten ciertas partes del cuerpo o se infantilizan, por lo que, son cuerpos en donde no se ven reflejados los cambios que ellos y ellas están experimentando.

2: En mi anterior colegio había unas carteleras enormes de la anatomía humana, o sea del cuerpo del niño y la niña desnudos literal, pero eran como dibujos así muy infantiles y me explicaban como bueno este proceso ocurre en tal y tal lado, pero nunca se me quedó, nunca me acordé de los nombres. Y era información, así como de explicar tal y tal cosa, pero no así nada en específico.

(Extracto de la conversación en el grupo focal curso décimo, 2022)

Al respecto, al hablar sobre la forma en que han aprendido sobre la menstruación aparecen las imágenes con las que se suele representar la menstruación en la televisión, en donde la sangre aparece como un líquido azul, aún cuando en las series y películas muestran explícitamente la sangre de color rojo. Esto llevó a que las y los jóvenes cuestionaran por qué la sangre de la menstruación no aparecía en los comerciales de higiene menstrual.

Seguido esto, al preguntarles a las y los jóvenes sobre la forma en que les habían enseñado sobre menstruación desde sus casas con su familia, se presentó que la menstruación es un tema del que les hablan de manera superficial, por lo que, para acceder a más información han tenido que buscar en otras fuentes. Aquí es posible identificar que tanto en el ámbito familiar como en el educativo, las y los jóvenes de décimo consideran que no les han hablado de la menstruación con la profundidad que les gustaría.

1: Pues a mí no me llegaron a nombrar de eso hasta que me pasó, porque fue acá en el colegio, y pues yo empecé a investigar porque me asusté, yo no sabía de eso en esos momentos, como que tenía un breve conocimiento de eso. Me habían dicho como te vas a desarrollar, te vas a convertir en una mujer y ya, no van a decir vas a sangrar, vas a experimentar cólicos, no me dijeron nada eso, lo investigue y ya fue que me dijeron muy por encimita cómo tenía que cuidarme y ya, de resto fue como ir adaptándome y como seguir con eso yo misma.

1: Yo lo escuché más de mi abuela, que me decía va a llegar un punto en el que tu cuerpo va a cambiar, varias cosas van a crecer y te vas a volver una mujer, ya no vas a tener esas características de niña, ya tienes que empezar cierto cuidado con varias cosas, con tu higiene, eso era lo que recalcaba más, en lo de pasar de niña a mujer, por el desarrollo del cuerpo y toda la cosa.

(Extracto de la conversación en el grupo focal curso décimo, 2022)

Como lo vemos en el extracto anterior, vuelve a aparecer el tema de “convertirse en mujer” al empezar a menstruar, tal y como lo mencionaron en el grupo de once. Así pues, la menstruación aparece como una “transformación” que viven las mujeres y que afecta no sólo aspectos biológicos de la vida de estas, sino también la forma de comportarse y actuar.

Por otro lado, se cuestionaron por qué si más de la mitad de la población menstrua y es un proceso normal, tiene que esconderse y mantenerse en secreto. Ante este cuestionamiento, comentaron entre ellos y ellas que creían que había dos razones principales por las que la menstruación tenía connotaciones negativas; por un lado, la sangre suele relacionarse con “algo malo”, tema que ya había surgido en el mapa corporal con este grupo al relacionar la sangre con la violencia; y por otro lado, la menstruación es un tema que han sentido a lo largo de sus vidas, que sólo se puede hablar entre mujeres, y hay incluso que esconderlo de los hombres.

1: Yo creo que eso va desde antes porque pues antes la menstruación como tal, el periodo se veía como algo malo, como algo, no no hables de eso, eso es malo, entonces esa educación que se tuvo desde antes, se ha venido dando, entonces ya por eso como que romper con esos estereotipos de si hablar libremente de la menstruación o de los temas sexuales es como, no es algo tan fácil, o sea si a medida del tiempo como que se ha ido soltando un poco la cosa, pero yo creo que por varias estructuras que se han impuesto, el periodo es malo, todo es malo, quédate callada con eso. Antes mi abuelo me contaba que eso no se podía contar ni entre las propias mujeres porque era malo, era como: para qué me cuentas eso.

1: Pues yo iba a decir que era casi lo mismo, que siempre se ha dicho que es mal, porque como decía antes la sangre se ve como si fuera, como un tipo de violencia o se ve como dolor siempre, entonces pues tal vez el hecho de que nos salga sangre, en el pasado se vio de esa manera y siempre pues como que nos obligaron a esconderlo por decirlo así.

(Extracto de la conversación en el grupo focal curso décimo, 2022)

Por último, mencionaron varias veces que consideraban que se deberían abrir más espacios para cambiar los estereotipos y tabúes sobre la menstruación, especialmente en los colegios, ya que desde los ámbitos familiares podría haber resistencias y resultaría más complicado hablar sobre el ciclo menstrual y lo que este conlleva.

## **Conclusiones capítulo II**

El modelo pedagógico del *Colegio Colombia Hoy*, permite que las y los jóvenes tengan la posibilidad de abrir espacios para hablar sobre temas de sexualidad y género de forma más fácil. Al tener un modelo por proyectos que surgen según el interés y cuestionamientos de las y los estudiantes, hay una mayor posibilidad de abarcar temas, que como se vio en el contexto de la educación sexual en Colombia, en general no se hablan en las instituciones educativas. Sin embargo, las y los jóvenes de los cursos de décimo y once consideran que el enfoque sigue siendo biológico y hace falta abarcarlo desde más perspectivas.

Así pues, el tema de la menstruación continúa siendo un tema que exploran muy poco en el salón de clases, por lo que tienen que acercarse a este conocimiento desde sus propias experiencias o internet y libros. Sumado a esto, algunos(as) de las y los jóvenes del colegio

se enfrentan a un contexto familiar en el que hablar sobre la experiencia menstrual continúa siendo un tema tabú, por lo que la educación sexual que reciben sobre menstruación es insuficiente y esta puede llegar a reproducir prejuicios menstruales.

Por otro lado, los mapas corporales y grupos focales son una herramienta muy prometedora, para entender cómo ciertos fenómenos atraviesan y transforman el cuerpo y los pensamientos y sentires de las personas. Como se mostró en el primer capítulo de la investigación, la menstruación aún es un tema poco explorado que presenta grandes vacíos en las ciencias sociales, por lo que, los mapas corporales y los grupos focales se presentan como una forma de solventar dichos vacíos y empezar a estudiar la menstruación desde las experiencias encarnadas de las personas.

Por último, a partir de los mapas corporales y grupos focales sobre la menstruación contruidos con las y los jóvenes de los cursos de décimo y once, algunos de los principales hallazgos son: primero, los silencios como una forma de aprender a vivir y a entender la menstruación, así como la utilización de ciertos códigos en el lenguaje para evitar nombrar la menstruación o los implementos para llevarla; segundo, la menstruación como una experiencia dolorosa, y el dolor como una de las únicas formas de abrir un espacio para hablar de la menstruación; y por último, la posibilidad de un cambio en la forma en la que se ha concebido la menstruación hasta ahora. Estos hallazgos serán explorados en el tercer capítulo.

### **Capítulo III: Análisis y reflexiones a partir de la experiencia en el *Colegio Colombia Hoy***

Después de situar el contexto en el *Colegio Colombia Hoy* y la descripción de los mapas corporales y los grupos focales para entender la menstruación desde la perspectiva de las y los jóvenes de los cursos de décimo y once, el presente capítulo busca analizar los hallazgos de las herramientas utilizadas a la luz de algunas teorías y estudios emergentes sobre la menstruación, como lo son: los estudios del *Manual de estudios críticos de la menstruación* y la educación menstrual, así como también la perspectiva teórico política de la pedagogía feminista descolonial.

El capítulo está dividido en tres partes: *Silencios: lo que no se nombra*, “*Menstrual Moaning*”: *conectándose a partir del dolor* y *Nuevas propuestas desde la pedagogía: posibilidades de transformación*. Al final hay un apartado que recoge las conclusiones del capítulo.

En la primera parte, *Silencios: lo que no se nombra* retomo las conversaciones con las y los jóvenes del *Colegio Colombia Hoy* y sus experiencias con la menstruación como “algo de lo que no se debe hablar” y lo analizo a partir del estudio sobre tabúes menstruales de Alma Gottlieb (2020), en donde se relaciona los tabúes de la menstruación con las religiones tradicionales judeocristianas. También, examino el uso de eufemismos para referirse a la menstruación como una señal de la presencia de un tabú.

En la segunda parte «*Menstrual Moaning*»: *conectándose a partir del dolor* también retomo parte de las conversaciones con las y los jóvenes del *Colegio Colombia Hoy* y la relación que establecen de la menstruación con el dolor y lo analizo a partir de la teoría planteada por Maureen C. McHugh (2020) del “menstrual moaning”, en donde se refuerzan los tabúes y la vergüenza relacionada con la menstruación, así como la medicalización y patologización de la experiencia menstrual.

Por último, en la tercera parte *Nuevas propuestas desde la pedagogía: Posibilidades de transformación* retomo la posibilidad de cambio que perciben las y los jóvenes del colegio, respecto a los tabúes menstruales y a la educación sexual en general, y traigo dos propuestas que se están formando desde hace unos años: por un lado la educación menstrual y por otro,

la pedagogía feminista descolonial que buscan transformar los paradigmas alrededor de la menstruación y la forma en la que se concibe el conocimiento, respectivamente.

### **Silencios: lo que no se nombra**

A partir de los mapas corporales y los grupos focales realizados en los cursos décimo y once, ha sido posible reconocer los silencios que existen al hablar sobre menstruación. A la mayoría de las y los jóvenes no les hablaron de menstruación hasta la menarquia (que es la primera menstruación) y aún cuando empezaron a menstruar, no encontraron espacios en donde les explicaran qué estaba pasando con sus cuerpos o en donde pudieran compartir sus experiencias. Como se mencionó en el anterior capítulo, estos “silencios” aparecieron de forma muy clara en el mapa corporal con las estudiantes de grado once, en donde la cara del cuerpo, está encerrada en una jaula y al lado aparece la frase “oídos sordos” (Figura 4), ya que las y los jóvenes mencionaban que no solo es algo de lo que no se habla, sino que también es algo que se les ha negado escuchar.



Figura 4 - Recorte del mapa corporal grupo once

El hecho de que exista un esfuerzo por evitar nombrar o hablar sobre la menstruación nos indica que hay un tabú alrededor de la misma. La palabra “tabú”, tomada de las lenguas polinesias, da cuenta de algo que se sale de las reglas y el orden común, y se relaciona a mecanismos sociales de obediencia. Los tabúes se transforman a medida que las sociedades se transforman y aunque la naturaleza de un tabú sea la misma, cambia el objeto, persona o

acto en el que recae dicho tabú así como el fundamento, que puede ser religioso o profano (Domínguez, 2005).

Para entender los tabúes sobre la menstruación particularmente, se retomará el capítulo *Tabúes menstruales: más allá de la maldición* (2020) del *Manual de estudios críticos de la menstruación*, donde Alma Gottlieb explora las razones por las que hay tantos tabúes alrededor de la menstruación. Para ello la autora explora los tabúes menstruales desde la perspectiva de distintos grupos. Por un lado, las sociedades occidentales con influencia de religiones judeocristianas, y por otro, sociedades en que la menstruación no está relacionada a aspectos negativos, y en donde hay interpretaciones diferentes a la judeocristiana. Acá retoma el libro que escribió: *Blood Magic: The Anthropology of Menstruation* (1988) junto a Thomas Buckley en donde reunieron distintas experiencias menstruales del sur global. En este libro se argumenta que, aunque la menstruación es un hecho biológico, las personas viven y perciben la menstruación de forma diferente y esta percepción se ve afectada por motivos religiosos, políticos, demográficos, culturales, económicos, etc.

Gottlieb (2020) divide los tabúes en tres grupos: en el primer grupo, están las sociedades en que los tabúes son entendidos como moralmente neutros y sólo se refieren a algo demasiado poderoso para poder hablar de ello, por lo tanto, no se asocian con aspectos positivos o negativos necesariamente; en el segundo grupo, están las sociedades en que los tabúes no han sido percibidos del todo positivos, negativos o neutros, sino ambivalentes. Acá la menstruación puede ser relacionada a poderes místicos que pueden llegar a proteger a una comunidad, sin embargo, al mismo tiempo las personas menstruantes deben estar aisladas o abstenerse de hacer ciertas actividades porque es considerado tabú. Por último, en el tercer grupo están las interpretaciones occidentales en donde se ha relacionado la menstruación con aspectos morales negativos.

Para muchas personas los tabúes evocan ideas de culturas primitivas que dejan que ciertas reglas arbitrarias regulen sus vidas, por lo que no sienten que ellos o ellas repliquen ningún tabú; no obstante, la idea de la menstruación como una sustancia contaminante aún permanece en muchas sociedades. Como ejemplo de que los tabúes alrededor de la

menstruación aún están presentes Gottlieb (2020) toma los eufemismos que se utilizan para hablar sobre la experiencia menstrual. Muchas investigaciones señalan que las personas evitan hablar de menstruación y prefieren utilizar otras palabras para nombrarla, aunque no querer nombrar la menstruación nos indica que hay un tabú, por lo tanto, el hecho de hablar sobre menstruación violaría ese tabú.

El acto discursivo de sustituir ciertas palabras por eufemismos nos lleva directamente al territorio del tabú. Las palabras que se evitan cargan con lo que el filósofo John Austin (1962) llamó una “acto anti-ilocucionaria”- lo contrario a un acto ilocucionario que es transmitido por palabras que son dichas (en vez de evitadas). Las palabras que son silenciadas por eufemismos nos ponen directamente en el reino del “poder mágico de las palabras” como lo denominó el antropólogo S. J. Tambiah (1968). Pronunciar frases que normalmente se evitan viola el tabú, incurriendo en riesgos emocionales, sociológicos, espirituales y/o políticos (Alma Gottlieb, 2020, p. 145) [traducido por mí]

La presencia de un tabú a partir del uso de eufemismos para nombrar la menstruación apareció de forma clara en la construcción de los mapas corporales y en los grupos focales con las y los jóvenes del colegio. Como se menciona en el capítulo anterior, uno de los temas más importantes que surgieron está asociado a los códigos o las palabras que son utilizadas para evitar nombrar la menstruación. En el mapa corporal del grupo décimo se destacan las preguntas de "*¿Galletas?*" y "*¿Andrés?*" e incluso la pregunta de "*¿Qué lenguaje utilizamos para referirnos a la menstruación?*" (Figura 5), estos códigos hacen que las mujeres sientan vergüenza y temor de nombrar la menstruación, y prefieran utilizar otras palabras para evitar hacerlo como “galletas” para referirse a las toallas higiénicas o “Andrés” para referirse a la menstruación.

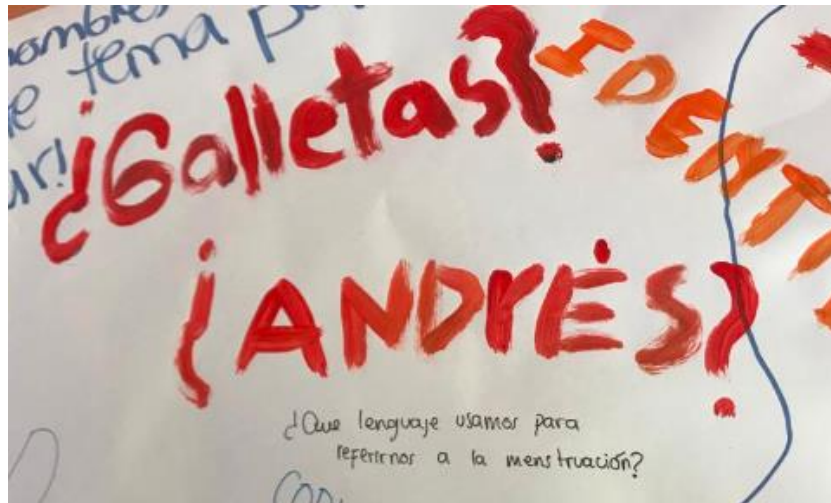


Figura 5 - Recorte del mapa corporal grupo décimo

Un eufemismo se utiliza como una alternativa a una expresión que se considera de mal gusto o tabú. Los eufemismos son lo opuesto a los disfemismos, en donde se reemplaza una expresión “neutra” por una que sea ofensiva o de mal gusto; no obstante, el límite entre un eufemismo o disfemismo puede ser borroso, ya que no depende de la palabra en sí, sino del contexto y la intención de los hablantes (Shadid, 2011). Tanto los eufemismos como los disfemismos forman redes conceptuales y tienen la función social de “poder nombrar un objeto desagradable o los efectos desagradables de un objeto” (Domínguez, 2004, p. 47), así como funciones sociales secundarias, entre ellas: nombrar un objeto o acción tabú, que pueden ser partes del cuerpo o fluidos corporales como la menstruación.

Gottlieb (2020) expone que evitar hablar sobre menstruación en términos neutrales y preferir utilizar eufemismos que suelen estar relacionados a vergüenza o censura, tiene raíces en la ideología patriarcal de las religiones tradicionales como la judía y la cristiana, que en muchas ocasiones se refieren a la menstruación como una maldición y/o algo contaminante que recae sobre el cuerpo que está menstruando. En distintos contextos la menstruación ha sido pensada como una maldición, aunque no hay una sola explicación a por qué la menstruación ha sido relacionada a un tabú. En las sociedades occidentales una fuente en común que es posible rastrear, es la biblia.

En la biblia hebrea, en el primer libro Génesis, explican que Eva desobedece a Dios al comerse la manzana prohibida. Mientras que en Génesis dice que el dolor del parto es la maldición por la transgresión de Eva. En el tercer libro de la biblia Leviticus mencionan el dolor de la menstruación y la prohibición a las mujeres menstruantes de algunas actividades como esa misma maldición. Según la autora (2020), es posible que, a partir de algunas ideas mesopotámicas tempranas sobre la pureza, generaciones posteriores de lectores de la biblia tanto judíos como cristianos, hayan relacionado las dos historias, por lo que la menstruación fue considerada una maldición, así como el parto.

Con la noción de maldición aparecen conductas y prácticas específicas que, por lo general, las comunidades exigen y las mujeres internalizan. En comunidades influenciadas por las tres religiones abrahámicas (...), las nociones de "contaminación simbólica" y "estigma" suelen relacionarse al de "maldición" y así se condena al ostracismo<sup>2</sup> a las niñas y mujeres que menstrúan de forma discursiva y física. La "contaminación" se convierte en el lenguaje de la comunidad a través del cual el "estigma" les asigna a las personas menstruantes la culpa del peligro simbólico que representan. (Gottlieb, 2020, p. 148) [Traducido por mi]

Como lo menciona la autora, es importante traer al debate las religiones judeocristianas ya que es una perspectiva dominante, aunque no hegemónica en el mundo, que ha causado que la menstruación se perciba como algo que causa sufrimiento y dolor a las mujeres y a las personas cercanas a ellas causando, al mismo tiempo, que las mujeres no puedan hablar sobre su menstruación, especialmente si hay hombres presentes.

En Colombia, la perspectiva judeocristiana y su marco moral siguen estando muy vigentes. Según la Encuesta Nacional de Diversidad Religiosa 2019 (2020), el catolicismo en Colombia es la religión predominante: el 57% de colombianos se identifican con esta religión y de cada 10 personas 6 son católicas, 2 son evangélicas/pentecostales y 1 es creyente no afiliada a ninguna religión; además, 8 de cada 10 colombianos están convencidos de la existencia de Dios.

---

<sup>2</sup>Según la RAE el ostracismo es: 1. Entre los antiguos atenienses, destierro político. 2. Apartamiento de cualquier responsabilidad o función política o social. (RAE, 2022)

Teniendo en cuenta lo anterior, directa o indirectamente las y los estudiantes del Colegio Colombia Hoy se ven atravesados por la perspectiva judeocristiana y su historia en relación a la menstruación. En las conversaciones con las y los jóvenes del colegio no apareció explícitamente la relación entre las representaciones de la menstruación y la religión, sin embargo, nombraron experiencias previas en colegios religiosos en donde hablar sobre educación sexual era muy complicado y el discurso de la abstinencia aún estaba muy presente. Asimismo, las y los jóvenes de ambos cursos mencionaron reiteradamente la falta de información sobre menstruación y educación sexual en general, tanto en sus espacios familiares como en los espacios educativos; y para explicar por qué creían que esto pasaba decían que era porque algunas familias y colegios aún son muy conservadores.

A pesar de los esfuerzos con los planes y programas que se han hecho para cambiar el enfoque de la educación sexual en Colombia, el enfoque moral de la educación sexual sigue presente en las instituciones educativas y familiares. Aunque las y los jóvenes del *Colegio Colombia Hoy* reciben una educación que busca replantear los modelos educativos tradicionales, para las y los estudiantes los temas de sexualidad se abordan de forma superficial y quedan con muchas dudas y vacíos; asimismo, en algunos casos, abordar desde las familias temas relacionados a la sexualidad, continúa siendo un reto ya que como lo mencionaban en los grupos focales, son temas que generan incomodidad o que pueden llegar a provocar vergüenza para las familias.

Así pues, la educación sexual que reciben las y los jóvenes del colegio, están mediadas por los tabúes de la menstruación que se manifiestan en el uso de eufemismos y el vacío de información al que se enfrentan. Por lo tanto, retomando el concepto de representación de Stuart Hall (1997), en donde las representaciones son una forma de darle sentido a los conceptos en nuestra mente a partir del lenguaje, las representaciones que construyen las y los jóvenes se ven determinadas por dichos tabúes menstruales. El hecho de que en uno de los mapas corporales hayan representado la menstruación con una mancha roja, la palabra “*CENSURADO*” y encima la pregunta ¿*SUCIO?* en mayúsculas (Figura 6) o que la frase “algo pasa, pero no se dice” (Figura 7) aparezcan, da cuenta de que estos tabúes están vigentes y atraviesan a las y los jóvenes del colegio hasta el punto de replicar dichos tabúes; por

ejemplo, cuando no nombra la menstruación y se refieren a ella como “eso”, “tenerlo”, “proceso”, etc.

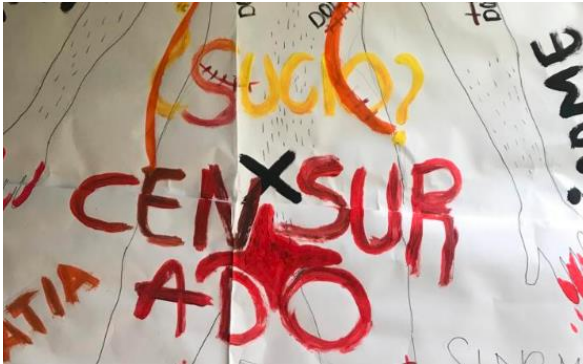


Figura 6 - Recorte mapa corporal grupo once  
décimo

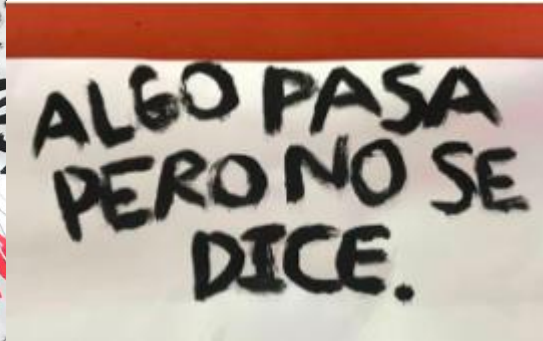


Figura 7 - Recorte mapa corporal grupo

### **“Menstrual Moaning”:** conectándose a partir del dolor

El dolor como una experiencia que atraviesa la menstruación aparece en los mapas corporales y los grupos focales de forma clara, tanto en el curso de décimo como en el de once. En los mapas corporales es posible ver la palabra “dolor” escrita en distintas partes del cuerpo reiteradamente, así como el signo de “x”, que representaba el dolor según las convenciones (Figura 8); y en la conversación de los grupos focales también apareció como un tema que desde sus experiencias ha estado presente siempre en la menstruación.



Figura 8 - Recorte mapa corporal grupo once

Para abordar el dolor como experiencia compartida de la menstruación, se retoma el capítulo *Vergüenza menstrual: explorando el papel de las “quejas menstruales”* (Menstrual Shame: Exploring the Role of ‘Menstrual Moaning’) (2020) del *Manual de estudios críticos de la menstruación*, donde Maureen C. McHugh señala que los tabúes alrededor de la menstruación surgen en un contexto sociocultural en el que las mujeres y sus cuerpos son entendidos como inferiores a los hombres. Al ser un tema tabú, hablar sobre menstruación es difícil y a las niñas y mujeres se les enseña a no hablar sobre este tema, por lo que la única forma que encuentran las mujeres para hablar sobre menstruación es a través de los síntomas. El dolor y la incomodidad que sienten cuando están menstruando o los días previos a menstruar.

La autora (2020) muestra cómo distintas investigaciones señalan que hablar y quejarse sobre el Síndrome Premenstrual (SPM) es una de las formas más comunes para poder hablar sobre menstruación y las conversaciones suelen girar en torno al dolor y la incomodidad que sienten al menstruar. Incluso antes de empezar a menstruar las niñas y jóvenes relacionan la menstruación con la incomodidad, los cambios de humor y el malestar físico, por lo que al encontrar espacios para hablar sobre los síntomas de la menstruación las mujeres pueden sentir una experiencia de unión y crear un sentido de conexión.

A partir de lo encontrado en los mapas corporales y las cartografías, es posible identificar que las experiencias de las y los jóvenes del colegio reafirman lo que plantea McHugh (2020) mencionado previamente. En el colegio a la mayoría de estudiantes se les habló por primera vez de la menstruación señalando los síntomas por los que iban a pasar o incluso el dolor que iban a sentir, y ellos y ellas replicaron ese discurso durante las conversaciones que tuvimos, hubo un comentario incluso que afirma que es más fácil hablar de los cólicos o del dolor que de la menstruación en sí misma, ya que hablar de la menstruación o del sangrado es incómodo:

1: Yo siento que digamos uno decir, digamos lo ven mal a uno y uno no es como: ay no es que estoy en mis días, es como: tengo cólicos, siento que eso de la parte de: tengo cólicos o el dolor es como más fácil de hablarlo, pero el tema del sangrado y esas cosas es como un poquito más incómodo se podría decir.

(Extracto grupo focal curso once, 2022)

McHugh (2020) utiliza el término “quejarse de la menstruación”<sup>3</sup> para referirse a esta comunicación negativa sobre la menstruación. “Moaning” como un término descriptivo que no tiene ninguna intención peyorativa. La autora argumenta que “quejarse de la menstruación” refleja y aumenta la vergüenza de los cuerpos menstruantes, así pues, la sociedad a través de mensajes negativos sobre el ciclo menstrual, ha construido discursivamente la menstruación como un evento corporal indeseable.

Según Johnston-Robledo (2007; como se citó en McHugh 2020) la vergüenza menstrual está enmarcada en un concepto más amplio que es la vergüenza reproductiva. Las actitudes negativas que se suele tener hacia la menstruación vienen acompañadas con actitudes negativas hacia otras funciones reproductivas como la lactancia. Por lo tanto, es posible reconocer que la vergüenza menstrual se relaciona directamente con construcciones sociales que se han hecho sobre algunas funciones del cuerpo de las mujeres relacionadas a la reproducción.

La vergüenza y el estigma relacionado a la menstruación incrementa con el silencio alrededor de la misma, en donde la menstruación es considerada algo tan “sucio” que no se debe hablar sobre ella. La autora utiliza el término “closet menstrual” para referirse a este silenciamiento, que puede ser visto incluso en los productos menstruales, que están diseñados para absorber olores, ser invisibles, pequeños y discretos. Este estigma y silencio que hay alrededor de la menstruación tiene consecuencias en la salud mental, física y sexual de las mujeres (2020).

Según McHugh (2020) la única forma de “salir de ese closet menstrual” es hacer un ejercicio consciente de resistencia a la vergüenza menstrual. Para ello la autora explora la “teoría de la vergüenza” (*shame theory*) que han planteado algunas activistas feministas, en donde se establece que romper el silencio al compartir las experiencias sobre la menstruación, puede ayudar a reconocer que la vergüenza es una construcción social sexista. No obstante, aunque hablar sobre menstruación es una forma de resistir a los tabúes en contra de esta, cuando las conversaciones únicamente abarcan los aspectos negativos, solo se exacerban los tabúes y la experiencia de la menstruación como algo doloroso e indeseable, dejando de lado los factores

---

<sup>3</sup> La traducción de “menstrual moaning” es gemidos menstruales, pero para el cuerpo del texto utilizaremos la traducción de “quejarse de la menstruación” o “quejidos menstruales”.

socioculturales detrás de la construcción social del estigma. Además, enfocarse únicamente en los síntomas refuerza la medicalización y la concepción de la menstruación como un problema o una enfermedad que requiere tratamiento (McHugh, 2020).

“Por lo general, el discurso negativo de las mujeres sobre la menstruación considera las experiencias de las mujeres desde una perspectiva biológica y personal (Lee y Sasser-Coen 1996b, 47) y falla en reconocer los factores socioculturales que contribuyen al estigma menstrual, especialmente la construcción social de la menstruación. Por lo tanto, incluso cuando las mujeres comparten y se conectan con otras mujeres desde la experiencia menstrual, “quejarse de la menstruación” no es constructivo y, de hecho, puede reforzar la vergüenza en lugar de fomentar la resiliencia a la vergüenza y el empoderamiento de las mujeres” (McHugh, 2020, p. 416) [Traducido por mi].

Como lo plantea la autora (2020), uno de los aspectos más problemáticos de la vergüenza que atraviesa la experiencia menstrual es que provoca que las personas se aíslen y no puedan generar lazos de empatía. Romper con dicha vergüenza es muy difícil porque no se abre la posibilidad de generar una conexión con las otras personas y un sentido de comunidad hacia las personas que están pasando por lo mismo. Por lo tanto, reconocer las experiencias compartidas alrededor de la menstruación y hablar de ellas, ayuda a empezar a construir estos lazos de empatía para eliminar la vergüenza. El objetivo entonces, es romper con el tabú y el estigma de la menstruación al reconocer que es una construcción social sexista, no obstante, esto sólo es posible si las conversaciones alrededor de la menstruación no se enfocan exclusivamente en los aspectos negativos.

McHugh (2020) compara “quejarse de la menstruación” con el “fat talk” que son: “aquellos comentarios, actitudes y críticas que refuerzan los ideales de delgadez como sinónimo de belleza” (Ramos & Gonzales, 2021). Se podría pensar que el “*fat talk*” podría reducir la vergüenza y generar lazos de empatía entre las jóvenes. Sin embargo, distintos estudios han demostrado que este tipo de conversaciones solo refuerzan las inseguridades de las jóvenes sobre sus propios cuerpos, y el rechazo y los prejuicios hacia las personas que no siguen los cánones de belleza socialmente aceptados. La autora trae a la discusión esta comparación, ya que tanto “quejarse de la menstruación” como el “*fat talk*” refuerzan la vergüenza en vez de resistir o criticar los estereotipos y estigmas. No obstante, el “*fat talk*” suele ser sobre la

autopercepción del cuerpo mismo, por ejemplo: “estoy muy gorda”, mientras que la menstruación es percibida como algo que está “por fuera” del cuerpo; por lo tanto, es más fácil para las jóvenes reconocer que el “*fat talk*” es una práctica que atenta contra ellas mismas, en cambio “quejarse de la menstruación” es más difícil de reconocer como una práctica que atenta contra el bienestar emocional y social propio.

Según Mchugh (2020) la hipótesis de “quejarse de la menstruación” debe ser verificada empíricamente. A partir de las conversaciones realizadas en el *Colegio Colombia Hoy* es posible identificar que esta práctica está presente en la construcción que han hecho las y los jóvenes de la institución alrededor de la menstruación. Tanto en los grupos focales como en los mapas corporales una de las primeras relaciones que establecieron las y los estudiantes con la menstruación, fue el dolor:

1: A muchas, cuando nos llega, como que es algo de mucho dolor. Entonces siento que no es algo de lo que nos sentimos, no sé, orgullosas, pero porque hemos sentido esa experiencia relacionada al dolor y a la incomodidad.

(Extracto mapa corporal curso once, 2022)

Considero necesario aclarar que reconocer que la práctica de “quejarse de la menstruación” está presente en el colegio, no significa que la solución sea hablar únicamente de los aspectos positivos de la experiencia menstrual, ya que esto puede caer en romantizar la menstruación y cometer los mismos errores que el activismo espiritual de esencializar las mujeres y los cuerpos menstruantes, del que se habló en el primer capítulo. Lo más grave en esta “romantización” es que se deja de lado lo principal: reconocer y transformar la estructura patriarcal que crea los tabúes y estereotipos alrededor de la menstruación.

Por otro lado, “quejarse de la menstruación” no solo refuerza el tabú menstrual, sino que aumenta la perspectiva patriarcal de la medicalización y patologización de los cuerpos y las experiencias reproductivas de las mujeres. La menstruación deja de percibirse como un ciclo, y pasa a ser una serie de síntomas menstruales y premenstruales dolorosos y problemáticos que necesitan la vigilancia y conocimiento de “médicos expertos”.

Al respecto, Gottlieb (2020) menciona que a pesar de que más de la mitad de población menstrúa, el Síndrome Premenstrual (SPM) se ha utilizado para reunir todos los síntomas que las mujeres pueden llegar a sentir a causa de la menstruación. En algunos casos el “SPM” se utiliza para describir incluso los síntomas durante y después de la menstruación. Tal como lo señala la autora el hecho de que más de 150 síntomas se justifiquen como “SPM” es una clara señal del vacío en las investigaciones científicas sobre la menstruación.

A pesar de utilizar la perspectiva médica para concebir la menstruación, el síntoma al que se le ha dado una especial atención es la “pérdida de control en las emociones”, en donde se evocan las hormonas para justificar que sean los hombres los que están en posiciones de poder. Esto nos permite ver cómo las mujeres continúan estando sujetas a nuevas versiones de los mismos tabúes, en donde la menstruación es utilizada para justificar que las mujeres estén en relaciones desiguales frente a los hombres (Gottlieb, 2020).



Figura 9 - Recorte mapa corporal grupo once

La invalidación de las emociones al menstruar ha estado presente en algunas de las experiencias de las jóvenes del colegio (Figura 9), quienes se han acercado a la menstruación a partir de los síntomas, y acercarse de esta forma ha provocado que les invaliden sus emociones reforzando los estereotipos de que las mujeres al menstruar están muy sensibles, irracionales, emocionales, etc.

A partir de lo anterior, es posible identificar la necesidad de transformar la forma en que nos relacionamos con la menstruación, ya que los tabúes y estereotipos de la experiencia

menstrual crean un ciclo en el que, por un lado, no es posible hablar sobre la menstruación al ser un tema tabú; y por otro, si se rompe con el tabú de hablar de la menstruación, la única forma de hablarlo es con eufemismos o a partir de los síntomas. No obstante, hablar únicamente de los síntomas o usando otras palabras para nombrarla también refuerza los estereotipos y tabúes de menstruar.

Finalmente, retomando el concepto de representación de Stuart Hall (1997), en donde el lenguaje se utiliza para representar el mundo, las representaciones de las y los jóvenes del Colegio Colombia Hoy están mediadas por la práctica de “quejarse de la menstruación” planteada por McHugh (2020), esto refuerza la vergüenza menstrual e imposibilita que las y los jóvenes generen lazos de empatía que rompan con el tabú menstrual.

### **Nuevas propuestas desde la pedagogía: Posibilidad de transformación**

El cambio que ha habido es bueno, y que la mayoría de la sociedad sepa estos cambios, estos procesos por los que pasan las mujeres es importante, porque ya se sabe cómo tomarse, como llevarse. Digamos aquí me imagino que en el curso muchas personas ya lo saben llevar, o sea no se van a poner a burlarse de una persona que se mancha o algo así, que de pronto hace unos años pasaba... y pues ese cambio es muy importante y positivo.

(Extracto grupo focal curso décimo, 2022)

A partir de este extracto de la conversación del grupo focal y retomando lo mencionado en el segundo capítulo, es posible reconocer una posibilidad de cambio que perciben las y los jóvenes del *Colegio Colombia Hoy* en torno a las representaciones y discursos alrededor de la menstruación. Mencionaron en distintas ocasiones que consideraban que cada vez se abren más espacios para hablar sobre menstruación y de esta forma se logra contrarrestar los estereotipos y tabúes alrededor de la experiencia menstrual. Asimismo, en las conversaciones apareció la empatía como algo que cada vez está más presente y que debemos seguir construyendo entre todas y todos.

Por otro lado, ambos grupos insistieron en la importancia de que todos y todas puedan acceder a una educación sexual integral y de calidad, especialmente desde las instituciones

educativas, ya que algunas y algunos aún ven muy complicado poder empezar a entablar este tipo de conversaciones desde las familias.

Esta posibilidad para transformar las prácticas y discursos con los que se aborda la educación sexual y menstruación en específico, la han abordado distintas corrientes y movimientos, entre ellas: la educación menstrual. La educación menstrual es una propuesta bastante reciente que se ha venido desarrollando en distintos países de Latinoamérica, la cual busca crear y compartir reflexiones, prácticas para gestionar la menstruación que rompan con los juicios y estereotipos que ha cargado la menstruación hasta ahora. En Colombia existe la organización Tyet que trabaja en metodologías de pedagogía menstrual a partir de distintos proyectos de formación de educadoras menstruales, talleres de educación menstrual para niños y niñas, proyectos investigativos, entre otros. y su objetivo principal es:

"El desarrollo de actividades de consultoría y asesoría personal, la investigación y el diseño de proyectos en el sector público y privado, enfocados hacia la planeación estratégica, la creación e implementación de nuevos productos dentro y fuera del país, enfocados en la experiencia menstrual. Además de implementar actividades de consultoría personal y colectiva enfocada en generar atmósferas pedagógicas para promover el autoconocimiento y el amor propio" (Tijaro, 2021).

El enfoque de los proyectos de educación menstrual hasta ahora, ha estado dirigido a eliminar los tabúes de la menstruación y asegurar el derecho a menstruar de forma digna. La educación menstrual ha sido impulsada mayormente por proyectos de mujeres que desde distintos medios como la divulgación en redes sociales, la creación de distintos talleres y espacios de y para mujeres, la creación de material didáctico como fanzines y cartillas, han logrado estructurar cada vez más la propuesta de la educación menstrual (Sala, 2021).

La educación menstrual hasta ahora se ha enfocado en estudiar la menstruación desde las experiencias de las mujeres y cuerpos menstruantes, a partir de procesos de autoconocimiento y reconocimiento del cuerpo y el ciclo menstrual. Lo anterior, con metodologías como las que utiliza la organización Tyet para las sesiones individuales como: Reiki<sup>4</sup>, activación del

---

<sup>4</sup> El reiki es un tipo de "medicina de energía" que utiliza el tacto. Los practicantes de reiki dicen que cura las enfermedades al corregir los desequilibrios de energía. (Komen, 2021)

circuito femenino, preparaciones con flores y plantas, guías de autoconocimiento de la anatomía sutil, entre otros.

Reconocer y reivindicar los procesos menstruales de cada mujer y cuerpo menstruante es fundamental, así como lograr reconciliarnos con la experiencia menstrual y abandonar el discurso patriarcal que establece una perspectiva biologicista y patológica de la menstruación. Todo esto, permite empezar a considerar nuevas perspectivas desde las cuales entender la menstruación.

No obstante, aunque transformar la forma en que nosotras mismas concebimos la menstruación y nos relacionamos con ella desde nuestros propios cuerpos, puede ser el primer paso para romper con los tabúes de la menstruación. No se puede dejar de lado las estructuras machistas y patriarcales de base por las que la menstruación se ha construido como un tabú en las sociedades occidentales, ya que enfocarse únicamente en los prejuicios que recaen sobre los cuerpos que menstrúan y no en las estructuras que los producen, puede llevar a pensar que son las mujeres y cuerpos menstruantes quienes deben encargarse de los tabúes que cargan.

Con lo anterior, no se está sugiriendo que la educación menstrual responsabilice a las mujeres de los tabúes menstruales; al contrario, la educación menstrual ha logrado grandes avances en la construcción de espacios para hablar y compartir sobre la menstruación, que como se mencionó anteriormente, ya es en sí mismo ir en contra del tabú de hablar sobre la menstruación. No obstante, los esfuerzos por transformar la autopercepción no pueden mutar a discursos de culpa, así lo plantea Felitti (2016) quien estudia los productos ecológicos de cuidado menstrual y hace una advertencia sobre el discurso ecológico que estos productos promueven, ya que poner el acento en la cantidad de desechos que las mujeres producen para llevar su menstruación, puede llegar a responsabilizar o incluso culpar a las mujeres por no llevar de forma “eco” su menstruación.

Ahora bien, para evitar caer en esencialismos y no olvidar en ningún momento los discursos patriarcales que crean los tabúes menstruales, es posible apoyarse en estudios que han trabajado directamente sobre menstruación como: el *Manual de estudios críticos de la menstruación* (2020), y también en teorías y formaciones políticas como la pedagogía feminista descolonial.

La pedagogía feminista en términos generales se ha preocupado por transformar las prácticas de enseñanza a partir de la teoría feminista, criticando las prácticas pedagógicas tradicionales que han sostenido los valores patriarcales. La pedagogía feminista se ha enfocado en lo siguiente: “«dominio» sobre múltiples formas de conocimiento, incluyendo la experiencia como fuente válida, el ejercicio de “la propia voz”, la discusión de “la autoridad” y las fuentes de autorización, la centralidad de la “posición” antes que la esencialización de relaciones de poder” (Morgade, 2011, p.34), entre otros.

En el texto *Pensar, sentir y hacer pedagogías feministas descoloniales: diálogos y puntas* (2017) converge la voz de distintas feministas decoloniales, pertenecientes al Grupo Latinoamericano de Estudios Formación y Acción Feminista (GLEFAS), quienes hacen una primera propuesta para construir una pedagogía feminista descolonial. Esta propuesta reafirma lo que plantea el feminismo decolonial de reconocer los aportes tanto desde la teoría como desde la práctica política de muchas personas y lugares:

“Las pedagogías descoloniales podríamos pensarlas desde y a partir de la diversidad epistémica que se inscribe en ese campo abierto de lo que denominamos ‘feminismos descoloniales’, y que implica, ante todo, la posibilidad de re-conocer los múltiples saberes, pensamientos, experiencias, existencias, cosmovisiones, disidencias, y emociones que atraviesan a lxs sujetxs y poblaciones que producen los conocimientos desde una posicionalidad que les ubica en el lugar de las y los subalternizadas, explotadas, oprimidas, etc.”. p.524

La pedagogía feminista descolonial parte de establecer que el conocimiento no es neutral ni objetivo, pues es construido por personas y grupos concretos con contextos sociales, económicos, políticos, culturales, etc., para así criticar los poderes coloniales-patriarcales que están detrás del conocimiento y de las instituciones académicas, y que han invisibilizado a las mujeres, las y los indígenas, las personas racializadas, entre otros.

Además, la pedagogía feminista descolonial tiene distintos objetivos y parte de distintas premisas: busca crear un conocimiento situado en donde la referencia más grande sea el contexto de las personas y los lugares en donde se construye dicho conocimiento, busca devolverles a las comunidades el poder emancipatorio y recuperar la solidaridad en dichas comunidades, tiene una dimensión emancipadora y un papel terapéutico para los sujetos y colectivos que han sido oprimidas/os y subalternizadas/os, busca recuperar la memoria desde

la mirada de las mujeres y sus historias de vida, así como reconocer y recuperar los saberes ancestrales; y finalmente, construir procesos de apropiación y dignificación de los cuerpos, territorios y emociones junto con sus recorridos y prácticas políticas.

Teniendo en cuenta lo anterior, es posible que implementar programas de educación sexual que incluyan posturas como la pedagogía feminista descolonial permitiría cuestionar y disminuir las relaciones de poder que atraviesan la sexualidad y temas como la menstruación. No obstante, como se mencionó anteriormente, por un lado, la pedagogía feminista descolonial es una propuesta en construcción, y por otro, a partir de las experiencias de los programas y planes de educación sexual que han incluido nociones de género, es posible afirmar que en Colombia aún hay un recorrido muy largo como para que se empiecen a considerar enfoques como este en las instituciones del país.

### **Conclusiones capítulo III**

La educación sexual sobre menstruación que reciben las y los jóvenes del *Colegio Colombia Hoy* se ve mediada por los tabúes de la menstruación que se manifiestan en el uso de eufemismos y el vacío de información al que se enfrentan. Por otro lado, es posible rastrear los tabúes menstruales de las sociedades occidentales a las religiones tradicionales judeocristianas y la forma en que construyeron la menstruación como una experiencia de la que no se puede hablar, y que le causa sufrimiento a las mujeres y cuerpos menstruantes y a las personas a su alrededor. Las y los jóvenes del colegio no establecieron una relación directa entre los tabúes menstruales y la religión, sin embargo, a partir de algunas de sus experiencias es posible empezar a construir dicha relación.

Por otro lado, a partir de lo encontrado en los grupos focales y las cartografías corporales realizadas con las y los jóvenes del colegio, es posible afirmar que sus conversaciones de la menstruación se dan a partir de los aspectos negativos como el dolor, esto reafirma la teoría sobre “quejarse de la menstruación planteada por McHugh (2020). Por lo tanto, es necesario empezar a crear espacios para hablar sobre menstruación en los que no se reafirmen los estereotipos y la vergüenza menstrual. Contrario a esto, se creen espacios de empatía que logren romper con los tabúes menstruales. Asimismo, crear espacios para hablar sobre menstruación que no se enfoquen en los síntomas, puede ayudar a deconstruir las

perspectivas medicalizadas y patologizantes que se han utilizado hasta ahora para abordar la menstruación.

Por último, una posibilidad para empezar a transformar y eliminar la vergüenza menstrual y los tabúes menstruales, es que la educación sexual que reciben las y los jóvenes se apoye en propuestas pedagógicas como la educación menstrual, que busca eliminar los tabúes menstruales; y la pedagogía feminista descolonial, que busca cambiar el paradigma colonial-patriarcal del conocimiento. De esta forma se abren nuevas posibilidades para entender la menstruación e incluso formas de desaprender las bases patriarcales, que han provocado que se conciba la menstruación como algo negativo e indeseable.

## **Conclusiones generales**

Respondiendo a la pregunta de investigación, se concluye que es posible reconocer que las representaciones menstruales de las y los estudiantes de los cursos décimo y once del *Colegio Colombia Hoy*, han sido construidas a partir de tabúes reflejados en el uso de eufemismos y en los silencios alrededor de la menstruación. Dichos tabúes se pueden rastrear a las religiones judeocristianas y sus conceptualizaciones de la menstruación. Adicionalmente, se puede identificar que las representaciones de la experiencia menstrual de las y los jóvenes del colegio han estado atravesadas por la experiencia del dolor. El dolor se presenta como la única forma de hablar de la menstruación, esto es muy problemático porque refuerza los estereotipos y tabúes menstruales, y no permite que las y los jóvenes encuentren espacios para abordar la menstruación que no estén permeados de prejuicios.

Con lo anterior, se afirma que las representaciones de la menstruación de las y los jóvenes del *Colegio Colombia Hoy*, se ven mediadas por la educación sexual que reciben desde las instituciones educativas y desde sus familias; asimismo, esta educación sexual que reciben se ve directamente afectada por: por un lado, la construcción de tabúes menstruales identificables en los silencios y vacíos de información alrededor de la menstruación, así como en el uso de eufemismos para nombrar la experiencia menstrual; y por otro, por prácticas como “quejarse de la menstruación” que imposibilitan romper con dichos tabúes.

Por otro lado, la educación sexual en Colombia presenta enormes vacíos tanto en los contenidos como en las metodologías implementadas, y a pesar de que han habido distintos intentos a partir de planes y estrategias a nivel nacional y departamental, por asegurar el derecho a una educación sexual integral y de calidad, no ha sido posible debido a que se han enfrentado a distintos obstáculos por parte de familias o incluso instituciones educativas con posturas conservadoras o religiosas, que no están de acuerdo con que este tipo de contenidos los reciban las y los niños del país al considerarlo inadecuado.

Siguiendo lo anterior, el *Colegio Colombia Hoy* está enmarcado en esta problemática y las y los estudiantes de los cursos de décimo y once, perciben que la educación sexual que reciben puede llegar a ser muy superficial y a enfocarse únicamente en una perspectiva biológica. Específicamente el tema de la menstruación lo han explorado muy poco, y a las y los jóvenes les gustaría encontrar más espacios en el colegio para resolver dudas y hablar sobre la

experiencia menstrual. A pesar de esto, el modelo pedagógico por proyectos que implementa el colegio, abre una posibilidad para empezar a abordar la educación sexual y la menstruación desde más perspectivas, logrando que las y los estudiantes reciban una educación sexual que responda a sus necesidades.

Al respecto, es importante para la creación de propuestas y programas que estén buscando implementar estrategias, para mejorar la calidad en la educación sexual que las y los jóvenes del país reciben, que no se pase por alto las realidades y nociones de las personas a las que se quiere implementar dichas propuestas. Es necesario que todas las estrategias y programas respondan a las necesidades de las y los jóvenes. Así pues, desde la disciplina antropológica hay una posibilidad de cerrar un poco esa distancia entre las necesidades, nociones y propuestas de las y los jóvenes; y los planes y programas que se les implementan sobre educación sexual y menstruación.

Acercarse a la menstruación desde un enfoque antropológico supone cambiar la perspectiva biológica, que ha sido el marco principal desde el que se ha estudiado la menstruación hasta ahora, y pasar a entender la menstruación como un fenómeno histórico, social, cultural e incluso político, que va más allá del hecho biológico en sí. Lo anterior es muy importante, porque al entender la menstruación como un fenómeno sociocultural, es posible abandonar la idea de que este tema solo le compete a las mujeres y a los cuerpos menstruantes, y empezar a estudiar el tema como algo que nos afecta y debe interesarnos a todas y todos.

Asimismo, para las investigaciones sociales de la menstruación y de educación sexual, es fundamental partir de las propuestas de la antropología feminista, en donde se abandona la idea de que hay una categoría única de mujer que puede encajar en la experiencia de todas las mujeres. De este modo, se sugiere que los estudios que se hagan sobre menstruación estén completamente contextualizados y entiendan que las experiencias y nociones de las mujeres, cambian según las condiciones sociales, culturales, históricas, políticas, etc.

Desde un enfoque metodológico, los mapas corporales y los grupos focales son una herramienta metodológica, que abre una posibilidad muy importante para empezar a abordar temas como la experiencia menstrual, en donde se entiende la menstruación como una

experiencia encarnada, es decir, como una experiencia que atraviesa el cuerpo y las representaciones, discursos y perspectivas con las que concebimos la menstruación.

Por otro lado, como se exploró en la presente investigación, existen una serie de vacíos desde distintos ámbitos en los estudios en general de la menstruación, que aún no han sido resueltos: desde el biológico y el médico que podemos ver en el uso del SPM, para recoger todos los síntomas de las personas al menstruar; hasta el sociocultural en donde no se ha estudiado con la suficiente rigurosidad, y muchos de los tabúes alrededor de la educación sexual y la menstruación, aún no han sido rastreados.

Relacionado a lo anterior, los estudios críticos de la menstruación son una propuesta muy prometedora porque: parten de reconocer la menstruación como una categoría analítica, han logrado reunir y sistematizar los estudios alrededor de la menstruación, y tienen un potencial muy grande al ser una propuesta transdisciplinar, que no se queda sólo en el ámbito académico, sino que busca recoger conocimiento y experiencias alrededor de la menstruación desde muchos ámbitos. Sin embargo, aún hace falta ampliar el alcance de estos estudios, ya que aunque reúnen autoras y experiencias de mujeres y cuerpos menstruantes tanto del norte como del sur global, son estudios que no han llegado del todo a Latinoamérica. El hecho de que solo estén disponibles en inglés es una muestra de esto.

También, surge la posibilidad de que la transformación necesaria en los contenidos y la forma de impartir la educación sexual en el país, especialmente del ciclo menstrual, se pueda dar al retomar propuestas como la educación menstrual y la pedagogía feminista descolonial, las cuales se están pensando desde Latinoamericana, justamente para transformar los tabúes y juicios de la menstruación y el paradigma patriarcal-colonial, respectivamente.

Finalmente, es fundamental empezar a construir espacios de diálogo abierto que aborden la menstruación y el ciclo menstrual desde una perspectiva crítica, que busque eliminar la vergüenza menstrual y los tabúes y estereotipos que hasta ahora han dominado las conversaciones alrededor de la menstruación. Esto solo es posible desde la empatía y teniendo claro que dichos tabúes y estereotipos, se sostienen por el patriarcado, por lo que, la responsabilidad de la reproducción de las connotaciones negativas de la menstruación, no debe caer sobre las mujeres o los cuerpos menstruantes, sino en los mecanismos machistas y patriarcales que siguen reproduciendo esos estereotipos.

## Referencias

Aigner, M. (2002). La técnica de recolección de información mediante grupos focales. *La Sociología en sus escenarios*, (6).

Ana Marcos (2016) Unas falsas cartillas sobre educación sexual culminan en marchas en defensa de la familia en Colombia. El País. Ediciones El País Disponible en: [https://elpais.com/internacional/2016/08/10/colombia/1470835286\\_954924.html](https://elpais.com/internacional/2016/08/10/colombia/1470835286_954924.html)

Ariza, L., Espinosa, M. & Rodríguez, J. (2017). Desafíos de la menstruación en niñas y adolescentes de comunidades rurales del pacífico colombiano. *Revista de Salud Pública*, 19, 833-841.

Beltrán, W. M., & Larotta Silva, S. (2020). Diversidad religiosa, valores y participación política en Colombia: Resultados de la encuesta nacional sobre diversidad religiosa 2019.

Castaño Garrido, C. M., & Quecedo Lecanda, M. R. (2002). Introducción a la metodología de investigación cualitativa.

Cariño, C., Cumes, A., Curiel, O., Garzón, M. T., Mendoza, B., Ochoa, K., & Londoño, A. (2017). Pensar, sentir y hacer pedagogías feministas descoloniales: diálogos y puntadas. *Pedagogías decoloniales. Prácticas insurgentes de resistir,(re) existir y (re) vivir. Tomo II. Serie Pensamiento Decolonial*, 509-536.

Cocco, M. (2019). “¿Cuerpos “nulíparos”? Subjetividades femeninas que eligen no ser madres en Bogotá. *Escuela de Estudios de Género*.

Colegio Colombia Hoy (2021) Modelo. Fundamentación.

Cruz, D. (2016) Una mirada muy otra a los territorios-cuerpos femeninos. *Solar: Revista de Filosofía Iberoamericana*, 12(1), 35-46.

Domínguez, V. (Ed.). (2005). *Tabú: la sombra de lo prohibido, innombrable y contaminante*. Universidad de Oviedo.

Domínguez, P. J. C., & José, P. (2004). La función social y cognitiva del eufemismo y del disfemismo. *Panace*, 5(15), 45-51.

Douglas, M., & Simons, E. (1973). *Pureza y peligro: un análisis de los conceptos de contaminación y tabú* (pp. 175-213). Madrid: Siglo Veintiuno de España.

El Heraldo (2016) Línea de tiempo: Los escándalos que llevaron a la renuncia de Gina Parody. Disponible en: <https://www.elheraldo.co/infografias/linea-de-tiempo-escandalos-que-llevaron-la-renuncia-de-gina-parody-290629>

El Tiempo (2016) Cartilla sobre educación sexual en colegios dividió el país. Casa Editorial NIT. 860.001.022-7. Disponible en: <https://www.eltiempo.com/vida/educacion/cartillas-sobre-diversidad-sexual-en-colegios-genera-debate-en-colombia-39931>

Felitti, K. (2016). El ciclo menstrual en el siglo XXI. Entre el mercado, la ecología y el poder femenino. *Sexualidad, Salud y Sociedad (Rio de Janeiro)*, 175-208.

García, P. A. R. (2017). Salud, cuerpo y vida: una genealogía de la educación sexual en la escuela colombiana. *Praxis & saber*, 8(17), 67-84.

Gómez Nicolau, E., & Marco Arocas, E. (2020). Desafiando las reglas: articulaciones políticas del activismo menstrual.

Gottlieb, A. (2020) *Tabúes menstruales: más allá de la maldición*. Capítulo 14. pp. 143-162 En: *The Palgrave Handbook of Critical Menstruation Studies* (2020) ISBN: 978-981-15-0616-1

Guber, R. (2011). *La etnografía: método, campo y reflexividad*. Argentina: Siglo XXI editores

Hall, S. (1997). El trabajo de la representación. *Representation: Cultural representations and signifying practices*, 1, 13-74.

Hamui-Sutton, A., & Varela-Ruiz, M. (2013). La técnica de grupos focales. *Investigación en educación médica*, 2(5), 55-60.

Harley, J. (2001). *The new nature of maps: essays in the history of cartography*. Baltimore: The Hopkins University Press.

Isis Tijaro (sf) Tyet Disponible en: <https://www.sergenuina.com/sobre-tyet>

Jáuregui, J. (2002). La teoría de los ritos de paso en la actualidad. *Antropología*, 68.

Komen, Susan (2021) Terapia raiki Disponible en: <https://www.komen.org/breast-cancer/survivorship/complementary-therapies/terapia-reiki/>

Lagunas, D. (2009). Ritos de paso 2: experiencias iniciáticas en las sociedades modernas”. *Ritos de paso. Arqueología y antropología de las religiones, México, ENAH*, 21-34.

Ministerio de Salud y Protección Social (2015) Encuesta Nacional de Demografía y Salud del 2015.

McHugh, M. (2020) *Vergüenza menstrual: explorando el papel de las “quejas menstruales”* Capítulo 32. pp. 409-42. En: *The Palgrave Handbook of Critical Menstruation Studies* (2020) ISBN: 978-981-15-0616-1

Moya González, D. P. (2019) *La menstruación como política pública innovadora en el marco de los derechos sexuales y reproductivos de niñas y mujeres en Colombia*. Universidad Militar Nueva Granada.

Moore, H. L. (1991). Antropología feminista: Nuevas aportaciones En: *Antropología y feminismo* (Vol. 3. pp. 217-228) Universitat de València.

Morgade, G. (2011). *Toda educación es sexual: hacia una educación sexuda justa*. Buenos Aires: La crujía.

Mota Armand Ugón, M. (2019). El tabú de la menstruación: símbolo de la represión sexual femenina.

Muñoz, D. L. (2017). Menstruación y patriarcado: discursos de poder en los carteles de baños de mujeres. *Contextos: Estudios de humanidades y ciencias sociales*, (38), 46-63.

Prieto, M. A., & Cerdá, J. M. (2002). Investigación cualitativa. Paso a paso en el diseño de un estudio mediante grupos focales. *Consultantes*, 149.

RAE (2022) Ostracismo. Disponible en: <https://dle.rae.es/ostracismo>

Ramírez, M. (2019). Ciberactivismo menstrual: feminismo en las redes sociales. *PAAKAT: revista de tecnología y sociedad*, 9(17).

Ramos & Gonzales (2021) Cambiemos la conversación. Disponible en: <https://comenzardenuuevo.org/cambiemos-la-conversacion/>

Restrepo, E. (2018). Etnografía: alcances, técnicas y éticas. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos.

Rivas, Alejandro (2017). Prevenir y educar: sobre la historia de la educación sexual en Colombia. *Praxis & saber*, 8(17), 85-101.

Rohatsch, M. (2015). Menstruación. Entre la ocultación y la celebración. *XI Jornadas de Sociología. Facultad de Ciencias Sociales*.

Sala, N. C. (2021). La Educación Menstrual como proyecto feminista de investigación/acción. *Revista Pedagógica*, 23, 1-22.

Shadid, A. C. (2011). Sobre el tabú, el tabú lingüístico y su estado de la cuestión. *Revista Káñina*, 35(2), 121-145

The Palgrave Handbook of Critical Menstruation Studies (2020) ISBN: 978-981-15-0616-1

Umpiérrez Barrios, S. (2021). La sangre y la subordinación de las mujeres: análisis antropológico de la menstruación.

Vargas, S., & Bravo, M. (2021). Educación Sexual en América Latina: una revisión del estado del arte en Colombia, Chile, México y Uruguay. *Revista Educación las Américas*, 11(1), 57-77.

Vásquez Santibáñez, M., & 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. *Chungará (Arica)*, 49(1), 99-108.

## Índice de figuras

Figura 1 - Convenciones mapas corporales

Figura 2 - Mapa corporal grupo once

Figura 3 - Mapa corporal grupo décimo

Figura 4 - Recorte del mapa corporal grupo once: “Oídos sordos”

Figura 5 - Recorte del mapa corporal grupo décimo: “¿Galletas? ¿Andrés?”

Figura 6 - Recorte del mapa corporal grupo once: “¿Sucio? Censurado

Figura 7 – Recorte del mapa corporal grupo décimo: “Algo pasa pero no se dice”

Figura 8 - Recorte del mapa corporal grupo once: “Dolor”

Figura 9 - Recorte del mapa corporal grupo once: “Mis emociones valen”