

IMAGINARIOS SOCIALES DE LA MENSTRUACIÓN

Imaginarios sociales de la menstruación en las niñas y adolescentes del corregimiento de
Mocondino, municipio de Pasto.

Martha Marlene Jurado Portillo

Universidad de Nariño

Facultad de ciencias Humanas

Programa de sociología

Pasto – Nariño

2021

IMAGINARIOS SOCIALES DE LA MENSTRUACIÓN

Imaginarios sociales de la menstruación en las niñas y adolescentes del corregimiento de
Mocondino, municipio de Pasto.

Martha Marlene Jurado Portillo

Trabajo de Grado para Optar al título de Socióloga

Asesora:

Liliana Dávila Hidalgo

Magister en Educación desde la Diversidad

Universidad de Nariño

Facultad de ciencias Humanas

Programa de sociología

Pasto – Nariño

2021

IMAGINARIOS SOCIALES DE LA MENSTRUACIÓN

Nota de Responsabilidad

“Las ideas, análisis y conclusiones aportados en el presente trabajo son responsabilidad exclusiva del autor”.

Acuerdo 1. Artículo 324. Octubre 11 de 1966, emanado del Honorable Consejo Directivo de la Universidad de Nariño.

IMAGINARIOS SOCIALES DE LA MENSTRUACIÓN

Nota de Aceptación

Margarita Chaves Cerón
Jurado

Liliana Dávila Hidalgo
Asesora

IMAGINARIOS SOCIALES DE LA MENSTRUACIÓN

Agradecimientos

Agradezco a Dios por darme la oportunidad de culminar mis estudios de manera exitosa, a mi familia por el apoyo y acompañamiento en mi proceso formativo, a las docentes Alejandra Gómez y Liliana Davila por su paciencia, dedicación y orientación en la realización del presente trabajo, a mi compañero Wilen Cuases, quien siempre creyó y en mí y me brindó su apoyo incondicional.

A todas aquellas personas que hicieron parte de mi proceso formativo, compañeros de Universidad, amigos y personas cercanas, que aportaron desde sus conocimientos o experiencia empírica.

Finalmente quiero agradecer a la comunidad del corregimiento de Mocondino por haber hecho parte de este proceso investigativo, quien me enseñó más que su debilidad en el tema su fortaleza innata para afrontar un hecho tan estigmatizado como lo es la menstruación.

IMAGINARIOS SOCIALES DE LA MENSTRUACIÓN

Resumen

La condición menstrual del sexo femenino ha creado a lo largo de la historia y en diversos contextos la estigmatización de la mujer, al otorgarle a dicho proceso una connotación sucia y vergonzosa, que ha llevado a la construcción y perpetuación de imaginarios sociales, que inciden directamente en las prácticas de vida de la mujer menstruante, al limitarla, exponerla y discriminarla constantemente. Situación que se ha visto soportada en la tradición oral, divulgada de madres a hijas y basada en creencias, el escaso conocimiento transmitido en los planteles educativos, enfatizado en métodos anticonceptivos y la utilización del tema menstrual para explicar la reproducción femenina; y, por último, la débil presencia del Estado, al no garantizar las condiciones necesarias que permitan menstruar dignamente, de igual forma, no se puede dejar de lado el enorme impacto generado por la difusión masiva de los medios de comunicación que continúan exhibiendo la menstruación como cosa de mujeres debido al estigma proporcionado a la sangre menstrual. De ahí la necesidad de resignificar el tema menstrual para contrarrestar los imaginarios negativos que se han creado, siendo fundamental la articulación de la familia, la institución educativa y el Estado, para superar el tabú menstrual y con ello empezar aportar a la reducción de brechas de género.

Palabras clave: Menstruación, Imaginarios sociales, tabú, dignidad humana.

IMAGINARIOS SOCIALES DE LA MENSTRUACIÓN

Abstract

The menstrual condition of the female sex has created throughout history and in various contexts the stigmatization of women, by giving this process a dirty and shameful connotation, which has led to the construction and perpetuation of social imaginaries, which directly affect in the life practices of the menstruating woman, by constantly limiting, exposing and discriminating against her. Situation that has been supported in oral tradition, disclosed from mothers to daughters and based on beliefs, the scarce knowledge transmitted in educational establishments, emphasized in contraceptive methods and the use of the menstrual theme to explain female reproduction; and, finally, the weak presence of the State, by not guaranteeing the necessary conditions that allow a dignified menstruation, in the same way, the enormous impact generated by the massive diffusion of the media that continue to exhibit menstruation cannot be ignored. as a women's thing due to the stigma attached to menstrual blood. Hence the need to re-signify the menstrual issue to counteract the negative imaginaries that have been created, being essential the articulation of the family, the educational institution and the State, to overcome the menstrual taboo and thus begin to contribute to the reduction of gaps of gender.

Key Words: Menstruation, Social Imaginaries, Taboo, Human Dignity.

IMAGINARIOS SOCIALES DE LA MENSTRUACIÓN

Tabla de Contenido

Introducción	14
Marco General de la Investigación	16
Titulo.....	16
Planteamiento del Problema	16
Pregunta de Investigación	18
Objetivos	19
Objetivo General.....	19
Objetivos Específicos.....	19
Justificación	19
Marco de Referencia.....	22
Marco Teórico.....	22
Marco de Antecedentes.....	22
Antecedentes Teóricos.....	22
Antecedentes Empíricos.....	24
Antecedentes Empíricos Internacionales.....	24
Antecedentes Empíricos Nacionales.....	27
Antecedentes Empíricos Regionales.....	30
Marco Conceptual.....	30
Introduciendo al Mundo de la Cultura	31
Los Imaginarios más allá de las Formas Y Figuras	33
¿El Porqué de los Imaginarios Sociales?	34
La Mancha Roja que Estigmatiza	36

IMAGINARIOS SOCIALES DE LA MENSTRUACIÓN

Menstruar un Hecho Político	40
El Tabú de la Menstruación	42
Infancia, Adolescencia y su Proceso de Socialización	43
Ruralidad.....	50
Marco Histórico Situacional	51
Marco Legal	54
Metodología	58
Población.....	60
Técnicas de Recolección de Información	60
Procedimiento de Investigación	62
Fase: 1 Investigativa	62
Fase: 2 Trabajo de Campo	62
Fase: 3 Procesamiento de la Información	63
Fase: 4 Análisis e Interpretación.....	64
Fase: 5 Informe Final de la Investigación.....	64
Fase: 6 Construcción de la Cartilla	64
Fase: 7 Socialización de Resultados	65
Presentación de Resultados.....	66
Estrategias Implementadas en el Proceso Investigativo	67
Capítulo I	70
Caracterización Sociocultural de la Población	70
Capítulo II	77

IMAGINARIOS SOCIALES DE LA MENSTRUACIÓN

Las Mujeres de Mocondino: sus Conocimientos, su Gestión Menstrual y sus Imaginarios	77
Lo que se Percibió en Campo	78
Saberes y Prácticas Frente a la Menstruación	79
Análisis de los Hallazgos Encontrados	85
Capítulo III.....	92
Trabajo de Campo con las Niñas y Adolescentes de la Institución Educativa Nuestra Señora de la Visitación.....	92
Lo que se Percibió en el Grupo Focal y en las Actividades Implementadas a Nivel Individual	94
El Papel de la Institución y la Familia en la Trasmisión de Conocimientos Frente al Tema Menstrual en las Niñas y Adolescentes de la Institución Educativa Nuestra Señora de la Visitación.....	99
Análisis de los Imaginarios Encontrados Alrededor del Tema Menstrual en las Niñas y Adolescentes de la Institución Educativa Nuestra Señora de la Visitación	106
Capítulo IV.....	132
Contraste de Resultados.....	132
Conclusiones.....	136
Recomendaciones	140
Referencias.....	141

IMAGINARIOS SOCIALES DE LA MENSTRUACIÓN

Tabla de figuras

Figura 1	53
Corregimiento de Mocondino	53
Figura 2	69
Desarrollo del Juego Educarte es la Regla.....	69
Figura 3	74
Representación de mujeres por grados escolares	74
Figura 4	76
Entrevista a la señora Rosario Jojoa	76
Figura 5	94
Elaboración de la actividad gráfica.....	94
Figura 6	95
Explicación del juego educarte es la regla	95
Figura 7	100
Saberes sobre la menstruación	100
Figura 8	105
Sentir de una niña no menstruante	105
Figura 9	Figura 10..... 106
Sentimientos de vergüenza	106
Figura 11	109
Eslogan de la marca Nosotras	109
Figura 12	111
Elaboración de la actividad grafica.....	112

IMAGINARIOS SOCIALES DE LA MENSTRUACIÓN

Figura 13	Figura 14.....	113
Sentir de una adolescente con su menstruación		114
Figura 15		115
Aspectos que negativos de la condición menstrual.....		115
Figura 16	Figura 17.....	117
Imaginario de rechazo.....		117
Figura 18	Figura 19.....	119
La menstruación una experiencia de mujeres		119
Figura 20		122
Menstruación como sinónimo de reproducción		122
Figura 21		123
Menstruación como sinónimo de reproducción		123
Figura 22		127
Pirámide de la dignidad humana.....		127
Figura 23	Figura 24.....	131
Apreciación del grupo focal.....		131
Figura 25		138
Entrega de la Cartilla a la Rectora de la Institución Educativa.....		138
Figura 26		139
Socialización de resultados		139

IMAGINARIOS SOCIALES DE LA MENSTRUACIÓN

Tablas

Tabla 1	72
Características de Mujeres Entrevistadas.....	72
Tabla 2	75
Caracterización de las niñas y adolescentes.....	75
Tabla 3	97
Árbol de problemas.....	97

Introducción

La menstruación considerada como un fenómeno a nivel mundial ha despertado el interés de investigadores, quienes se han preocupado por mostrar lo que ocurre con esta condición en diferentes partes del mundo, no obstante, a pesar de la importancia del tema, las investigaciones sobre la misma continúan siendo escasas, por ejemplo; en Colombia son muy pocas las que se alcanzaron a identificar, más aun en el Municipio de Pasto, departamento de Nariño en donde solo se encontró una investigación al respecto, realizada por la Unicef en los años 2015 - 2016, permitiendo inferir la necesidad de ahondar más en el tema desde las diferentes perspectivas que puedan aportar tanto a la identificación de problemáticas como al análisis de las mismas. De ahí, la importancia y el contexto dentro del cual se realizó esta investigación, donde se buscó comprender, los imaginarios sociales que se han creado alrededor de la menstruación en las estudiantes de la I. E. M. Nuestra Señora de la Visitación en el corregimiento de Mocondino, Municipio de Pasto, teniendo en cuenta para ello, el testimonio de las mujeres adultas para determinar la trascendencia del legado cultural.

Por su parte, el análisis desde los autores expuestos permite comparar los relatos vigentes contra aquellos expuestos desde épocas remotas, donde se reafirma que el rechazo y estigma hacia la mujer menstruante no han podido ser superados, de igual forma, la reproducción de imaginarios sociales se ve altamente influenciada por los medios de comunicación masiva, que movidos por intereses particulares siguen promoviendo constructos negativos como la vergüenza, el rechazo y la privacidad del tema, los cuales dificultan cada vez más la resignificación del mismo, y, haciendo por el contrario que las tecnologías de género se conviertan en herramientas de enmascaramiento que le permite a la mujer sentirse aceptada y a gusto con su condición dentro de un escenario público.

En cuanto a la población abordada, esta no se ha percatado de las afectaciones causadas por la instauración de dichos imaginarios, al advertir en la tradición oral una experiencia de vida compartida, que se continúa reproduciendo de generación en generación al no despertar el interés para indagar sobre el tema, contribuyendo a que la menstruación continúe en el closet de lo innombrable dado su connotación histórica.

Desde una mirada sociológica el análisis de los resultados obtenidos evidenció que los imaginarios sociales instituidos e instaurados frente a la menstruación se hallan determinados por la transmisión de conocimientos difundidos especialmente de madres a hijas, quienes inculcaron el pudor, el temor y el estigma hacia esta condición biológica del sexo femenino, lo que ciertamente se ha visto reforzado por el limitado acceso a información sobre el tema en los planteles educativos y por la reducida presencia del estado, visible en la ausencia de políticas públicas que incidan en el adecuado goce de la vivencia menstrual, que permitan hablar de menstruar dignamente.

Marco General de la Investigación

Título

Imaginarios sociales de la menstruación en las niñas y adolescentes en la I. E. M. Nuestra Señora de la Visitación en el corregimiento de Mocondino, del municipio de Pasto.

Planteamiento del Problema

Entendiendo que los imaginarios sociales según Castoriadis (1998), son creaciones de significaciones y sentidos, que los individuos atribuyen a las figuras, formas o imágenes; hay que tener en cuenta que dichos significados estarán determinados por un contexto específico y un valor subjetivo, que lleva a influir en las prácticas cotidianas de una comunidad para dar sentido a una vida compartida. Es importante considerar que existen multiplicidad de imaginarios sociales susceptibles de ser estudiados, no obstante, para la presente investigación se abordara el imaginario social de la menstruación, considerando que esta va más allá de ser una condición biológica de la mujer, que le permite experimentar cambios en su cuerpo al pasar de la niñez a la adolescencia, pues abarca las diversas dimensiones de la vida habitual, como son: la económica, la política, la cultural, y la ambiental entre otras.

Por ejemplo, en lo económico; se halla el alto costo que genera la compra de elementos de higiene de protección menstrual, en lo político; el discurso del cuerpo de la mujer que se ha manejado en beneficio de la industria, en lo cultural, la tradición de tabús que perpetúan la condición de vulnerabilidad de la mujer, y en lo ambiental el grave daño ocasionado al entorno por los desechos de productos de higiene menstrual, respecto de la consecuencia ambiental, es significativo dar a conocer lo que ha manifestado Acciofem, respecto al tema: “Recordemos que

una toalla higiénica demora en degradarse no 100 años ni 200 años sino 500 años” (Acciofem, 2014).

Por otro lado, el desconocimiento frente al tema menstrual en el sector rural es mayor, afirmación que se sustenta en la investigación realizada por la Unicef, en los Departamentos de Nariño, Cauca y Choco, entre los años 2015 y 2016, donde se evidencia la difícil situación que padecen las niñas y adolescentes del campo cuando se enfrentan a esta etapa de su vida; al no contar con los recursos económicos suficientes, ni con las instalaciones educativas adecuadas, condiciones que han llevado a que muchas niñas y adolescentes en los sectores rurales tengan que ausentarse de clase, e incluso retirarse de la escuela cuando inicia esta fase de su vida, además, tampoco cuentan con el conocimiento necesario frente al tema, pues según la investigación realizada por la Unicef “algunas niñas y adolescentes experimentan la menarquia sin información y que los conocimientos sobre la menstruación sean poco claros” (Cartilla Unicef Colombia, 2016). Aparte, que conlleva a considerar que los imaginarios sociales de la menstruación forman parte integral tanto de la vida de la mujer como de su correlación con la sociedad; de ahí la importancia de esta investigación, en el sector rural, pues es allí donde se encuentra una mayor fragilidad de la mujer respecto del tema de la menstruación ya sea por el contexto cultural, social, económico, político en que se vive o por otras circunstancias que se investigaran y analizarán a lo largo de este proyecto investigativo.

Así mismo, las investigaciones realizadas por la Unicef, han dado como resultado, que dicha etapa fisiológica, se encuentra rodeada de creencias como: bañarse en ríos y quebradas, produce locura y enfermedades, de la misma manera, no se debe salir al monte, pues la sangre

menstrual llama a las culebras y, por último, se considera que desechar la sangre en cualquier lugar, puede secar el cuerpo.

El anterior planteamiento, denota que la ausencia de conocimiento en relación al tema menstrual, ha llevado a que prevalezcan creencias y tradiciones heredadas poseedoras de una carga valorativa obtenida culturalmente; donde el papel de la formación ha sido fundamental en las percepciones que existen alrededor de la menstruación, formación que lastimosamente se encuentra orientada específicamente a la prevención de embarazos, mediante la capacitación de métodos anticonceptivos, relegando el tema de la menstruación a un apartado más de la clase de biología que no logra develar todo lo que entraña el ciclo menstrual en la vida de una mujer. Realidad que empeora la situación de las mujeres al no proporcionar una formación integral que lleve a resignificar estos temas, para que sea posible transformar las percepciones erradas alrededor de la menstruación, y con ello aportar a la reducción de brechas entre géneros.

Por todo lo expuesto anteriormente, surge la iniciativa no solo de identificar sino de analizar y comprender los imaginarios sociales de la menstruación desde las niñas y adolescentes de la I. E. M. Nuestra Señora de la Visitación en el corregimiento de Mocondino al considerar que son parte importante en el adecuado desarrollo de la vida integral de una mujer.

Pregunta de Investigación

¿Cuáles son los imaginarios sociales en torno a la menstruación en las niñas y adolescentes en la I. E. M. Nuestra Señora de la Visitación en el corregimiento de Mocondino?

Objetivos

Objetivo General

Comprender los imaginarios sociales que se han creado alrededor de la menstruación, en las niñas y adolescentes de la I. E. M. Nuestra Señora de la Visitación en el corregimiento de Mocondino.

Objetivos Específicos

1. Caracterizar socioculturalmente a las niñas y adolescentes de los grados sexto, séptimo y octavo de la I. E. M. Nuestra Señora de la Visitación en el corregimiento de Mocondino.
2. Identificar las creencias alrededor del ciclo menstrual desde las voces de las mujeres rurales del corregimiento de Mocondino.
3. Interpretar los imaginarios sociales que se encuentran sobre la menstruación en las niñas y adolescentes de la I. E. M. Nuestra Señora de la Visitación, en el corregimiento de Mocondino.
4. Construir participativamente una cartilla informativa en torno a los imaginarios de la menstruación y socializarla con la institución educativa.

Justificación

La importancia de estudiar los imaginarios sociales de la menstruación a partir de la sociología, radica en los significantes que esta adquiere en la sociedad al generar unas prácticas de existencia que inciden directamente en el adecuado desarrollo integral de la vida de una mujer. Por consiguiente, los imaginarios que puedan existir en torno a este tema, instauraran condiciones de vida que inciden en la forma como las mujeres se ven supeditadas a afrontar esta fase de su vida.

A partir de lo anterior y considerando que dichos imaginarios sociales de la menstruación pueden ser determinantes en las afectaciones sociales que sufre en especial la mujer del campo, se sustenta la necesidad de estudiar el tema de los imaginarios sociales de la menstruación en el sector rural de Mocondino, donde las condiciones socioeconómicas que presentan algunas familias de este lugar son precarias, al ser un sector dedicado en su mayor parte a la agricultura donde el trabajo es inestable y muchas veces mal remunerado por la volubilidad de precios en el mercado, llevando a que el pequeño campesino afronte su vida entre la escases y la desigualdad, lo que incide directamente en el adecuado manejo de la higiene menstrual de las niñas y adolescentes rurales, al no tener los recursos económicos para asumir esta etapa de manera digna; pero si un legado de tradiciones que hace que los prejuicios establecidos cuenten con mejor aceptación.

No obstante, a pesar de lo fundamental de realizar investigaciones alrededor del tema de la menstruación que contribuyan a tomar medidas en beneficio de las mujeres que asumen esta etapa de su vida como algo desconocido y penoso frente al otro sexo, las investigaciones en el Departamento de Nariño son limitadas, encontrándose solo la realizada por la Unicef en el Choco, Cauca y Nariño entre los años 2015 y 2016; eso sin contar con la falta de interés por parte del Estado en estos temas al no garantizar las condiciones necesarias que le permita a la mujer asumir esta etapa de su vida de la mejor manera, pues si bien, no le niega el derecho a la educación, esté no ha brindado los recursos humanos necesarios (personal capacitado en el tema), para que las niñas puedan conocer, y decidir cómo vivir este proceso de manera digna.

Por todo lo anterior, se ha considerado realizar esta investigación en el sector rural de Mocondino, para indagar no solo el grado de conocimiento que tienen las niñas y adolescentes

frente al tema menstrual, sino también para comprender los imaginarios heredados o contruidos alrededor de la menstruación, de manera que la información suministrada lleve a construir una cartilla participativa que posteriormente se espera pueda ser replicada con el resto del plantel educativo, lo que beneficiará e impactará a la población a estudiar y al contexto que las rodea.

De igual forma se desea que esta investigación sea para la comunidad educativa una contribución para hacer visible el nexo que existe entre el cuerpo y la menstruación, para generar autoconocimiento del mismo, además, de que sea el primer paso para propiciar el empoderamiento de las mujeres en los espacios que habita, para que la menstruación ya no sea utilizada como un pretexto para rebajar a la mujer y justificar su no intervención, sino que sea asumida como parte dignificante del ser mujer, haciendo que las brechas entre géneros sean cada vez más pequeñas.

A nivel personal se espera que esta investigación más que un trabajo para obtener un título sea un aporte a la comunidad, que permita repensar la menstruación mediante reflexiones críticas que den paso a la construcción conjunta de conocimiento, de manera que sea posible asumir esta etapa desde otra perspectiva a la ya implantada por la tradición oral. Desde la academia esta investigación será un aporte a las reflexiones sociológicas, que permita comprender la esencia de la menstruación desde las niñas y adolescentes rurales, donde finalmente se hagan visibles sus voces frente a un tema que ha sido silenciado culturalmente, por la discriminación y vergüenza.

Marco de Referencia

Marco Teórico

El presente trabajo investigativo se encuentra soportado teóricamente de la siguiente manera; un marco de antecedentes, en donde se encuentran las investigaciones que se han realizado en el tema de la menstruación desde diferentes lugares y disciplinas. Un marco conceptual, que enriquecerá el proceso de análisis, de manera que la interpretación de la investigación sea lo más objetiva posible. Un marco histórico situacional en donde se mostrará la dimensión social del Colegio La Inmaculada Concepción del Corregimiento de Mocondino y finalmente el marco legal, debido al contexto en que se enmarca la investigación.

Marco de Antecedentes

El tema que pretende desarrollar esta investigación, cuenta con fuentes teóricas y empíricas que contribuyen a comprender mejor los conceptos de imaginarios entorno a la menstruación. Algunos trabajos aportan al análisis social de la mujer menstruante desde diferentes perspectivas, y otros desde el Tabú de la menstruación. Por tanto, los antecedentes que se plantean son concretos al campo disciplinar alrededor del ciclo menstrual.

Antecedentes Teóricos.

Se ha tomado como referente teórico el trabajo de Simone de Beauvoir, escritora, profesora y filósofa que se caracterizó por defender los derechos humanos y precursora del feminismo, quien realizó la obra “el segundo sexo” en el año 1949 en donde se expone la percepción del ser mujer como una construcción cultural, donde la menstruación ha servido como pretexto para mostrar a la mujer en desventaja, al encontrarse en una situación que aparentemente “disminuye su capacidad de trabajo” llevándola a permanecer en relación de

dominación respecto al hombre, pero también hace una reflexión a construir identidad propia y no desde el legado patriarcal.

También se encuentra el libro “Luna Roja” del año 1999 de Miranda Gray, escritora, artista y maestra, que ha basado sus trabajos en el potencial energético y creativo del ciclo menstrual; ofreciendo así otra perspectiva a la mencionada por otros autores, al percibir esta etapa de forma positiva en relación a las fases de la luna, lo que sirve para generar autoconocimiento del cuerpo y aprovechar las energías que se despiertan durante el ciclo menstrual. Una forma de ver más allá del estigma otorgado a la sangre femenina, es una manera sentir el cuerpo, pero sobre todo sentirse a gusto con él.

Por otro lado, se encuentra Eugenia Tarzibachi, psicóloga y doctora en ciencias sociales quien escribe el libro “Cosa de Mujeres” en el año 2017, en donde se expone la experiencia de la menstruación no como asunto privado sino de interés social, económico y político. Además, se presenta como la narrativa de genero tradicional va cambiando al percibir en las toallas y tampones más que tecnologías de gestión menstrual, medios de liberación femenina; también, se realiza una crítica a la mercantilización del cuerpo que menstrua, sin tener en cuenta el detrimento del cuerpo de la mujer.

Asimismo, es importante comprender lo que entraña el Tabú de la menstruación en la vida de una mujer, para lo cual, se ha tomado como referente teórico a Sigmund Freud, quien fue un médico neurólogo austriaco y considerado el padre del psicoanálisis, con su libro *Tótem Y Tabú*, (1912- 1913), en donde se expone el concepto de Tabú, y se hace alusión a la menstruación como un estado excepcional de la mujer que entraña una misteriosa fuerza, pero

para llegar a los orígenes del tabú se estudia su naturaleza desde las condiciones primitivas de los salvajes en Australia, tomando como base algunos planteamientos de Wundt.

Antecedentes Empíricos.

En este apartado yacen los trabajos recolectados a nivel internacional, nacional y regional

Antecedentes Empíricos Internacionales.

Se encuentra inicialmente el trabajo de Blanca Moreno “Conocimiento Sobre Menstruación y Autocuidado de la Adolescente”, realizado en el año de 1995 de la Universidad Autónoma de Nuevo León. Este trabajo parte de los pocos estudios realizados en tema menstrual en la ciudad de México, en él se exponen los cambios de desarrollo que exterioriza la joven cuando entra a la pubertad, se centra específicamente en la menstruación, presentando lo que ocurre a nivel médico con la llegada de esta etapa, se explica cómo los síntomas físicos y emocionales se asocian a su ciclo menstrual, así como el estrés que padece la mujer en estos días, y la carga psicológica negativa resultado de muchos años. Además, este trabajo muestra como el autocuidado en los días del ciclo menstrual se ve influenciado por los mitos y creencias que se hallan alrededor de ella; finalmente, se indica como el tema de la menstruación es abordado dentro de la educación sexual como una clase regular, que al no brindar la orientación adecuada frente al tema lleva a despejar las dudas de manera externa, lo que se verá reflejado en un débil autocuidado en los días de la menstruación.

Igualmente, el artículo de “Memoria Generacional: Historia Oral y Dispositivos Grupales”, creado en base a IX Encuentro Nacional y III Congreso Internacional de Historia Oral de la República Argentina “Los usos de la Memoria y la Historia Oral”, en el año 2009, brinda importantes aportes a la concepción de imaginario social desde la perspectiva de Castoriadis,

para comprender las sociedades modernas a partir de significaciones históricas para identificar el mundo propio, lo que contribuirá a comprender el imaginario de la menstruación, en la sociedad actual.

Por su parte en la revista de medicina universitaria de Nuevo León – México, se encuentra el artículo “La Menstruación: un asunto sobre la Luna, venenos y Flores” del año 2010. En el cual se narra la historia de la menstruación desde la prehistoria, y su asociación al ciclo lunar debido a su periodicidad, posterior a esto, se encontraron corrientes de pensamiento que buscaban dar una explicación a como se producía el ciclo menstrual, lo que de cierta manera contribuyó a la creación de mitos y tabús entorno a esta etapa; finalmente, se muestra que aunque el misterio alrededor del origen de la menstruación empezó a revelarse en el año de 1908 gracias a los avances del método científico, el concepto de inferioridad de la mujer ha tenido muy pocos cambios hasta la actualidad.

Abordando la perspectiva de la medicina humana se encuentra la tesis Hábitos Alimentarios y Factores Culturales Durante el Periodo de Menstruación en Adolescentes de la Unidad Educativa “Calasanz”, de la Universidad de Loja – Ecuador en el año 2015. Esta tesis ofrece información acerca del ciclo menstrual, no solo desde la parte biológica, sino que también presenta el recorrido histórico que se ha creado en torno a la menstruación, donde se evidencia la fuerte influencia de creencias y ritos alrededor de ella, los cuales inciden en los hábitos alimenticios de las mujeres, representados en la prohibición de ciertos alimentos por considerar que afectan el estado de la mujer en estos días; de igual manera, se aborda los aspectos socioculturales y psicosociales de la menstruación.

Considerando la perspectiva sociológica se encuentra el trabajo “Ciclo menstrual. Una perspectiva sociológica” del año 2015 de la ciudad de Buenos Aires. En la lectura de este trabajo se estudia como los medios de comunicación inciden en la construcción social del ciclo menstrual, encontrándose que la publicidad en relación a la menstruación está cargada de significados que la asocian a la vergüenza y fastidio, lo que justifica que los productos que se observan en los medios de comunicación, apuntan a ocultar el ciclo y reforzar la idea de incomodidad y tabú. Por otra parte, se expone la violencia simbólica como fruto del desconocimiento que existe frente al tema de la menstruación que recae no solo en las mujeres sino también en los hombres, viéndose afectando los imaginarios que la sociedad construye en torno a las mujeres.

Desde la Universidad San Francisco de Quito se encuentra el trabajo de María Beatriz Feijóo Tituana “Tapua: La menstruación como parte de los ciclos de violencia simbólica” realizado en el año 2016. Este trabajo muestra como la violencia simbólica es ejercida en las mujeres que tienen su menstruación y reforzada en el silencio a causa de la vergüenza que les produce esta condición biológica y, al no distinguir entre suciedad y menstruación se vuelven cómplices de su propia victimización, contribuyendo a perpetuar los ciclos de violencia simbólica contra la mujer; este trabajo, permite entender el imaginario de “vergüenza” soportado en el silencio de las mujeres, que víctimas del estigma no tienen otra opción que callar y seguir viviendo como lo han hecho siempre.

Finalmente, se encuentra la tesis “Sentir los cuerpos socialmente: El imaginario de menstruación en el Círculo de Mujeres 13 Lunas” de la Universidad Politécnica Salesiana Sede Quito, en el año de 2017. Este trabajo investigativo presenta una crítica a las explicaciones que

ha dado la medicina occidental, en el sentido que estas han llevado a presentar la menstruación mediante la publicidad de higiene femenina como algo sucio y vergonzoso, sin tener en cuenta que existen imaginarios en todo el mundo que presentan su propia visión del mundo, debido a que el ciclo menstrual de la mujer es visto como parte de un mundo cultural que ha adquirido connotaciones positivas y negativas a lo largo del tiempo. También, se estudia los imaginarios dominantes y tradicionales de la menstruación, buscando describir las practicas comunicativas en el grupo de mujeres de las trece lunas.

Antecedentes Empíricos Nacionales.

Se encuentra principalmente el video de Isis Tijaro Antropóloga, Investigadora y educadora menstrual, quien durante 10 años se ha dedicado a investigar la experiencia menstrual y al acompañamiento de mujeres, para que reconozcan sus ciclos a partir del autoconocimiento del cuerpo. Hace una invitación a escuchar el llamado interno del universo donde la quietud y descanso hacen parte del autocuidado que se debe tener en cuenta en estos días, sin mal interpretar esto como debilidad de la mujer.

Igualmente habla de códigos culturales que han hecho históricamente que la menstruación sea vivida desde la distancia, al haberse convertido en un territorio que le pertenece a la industria farmacéutica, o a la medicina occidental, haciendo del cuerpo un territorio completamente desconocido.

Por otra parte, el artículo de la Revista Colombiana de Obstetricia y Ginecología “Creencias, actitudes y vivencias mágicas alrededor de la menstruación entre las mujeres de Bucaramanga, Colombia”, Publicado en el año 2006. Aporta datos cuantitativos de 1.207 mujeres que fueron entrevistadas respecto a las vivencias mágicas alrededor de la menstruación,

mujeres de todos los niveles educativos y económicos, en ellas se estudió los cambios de actitudes durante el ciclo menstrual durante los años de 1994 hasta el 2004. Encontrándose como conclusiones que: 1. La tradición oral tiene un poder milenario sin importar el nivel de escolaridad, 2. la sangre que no es evacuada del cuerpo de la mujer tiene un poder de toxicidad y, 3. la sangre menstrual que es dada a tomar a un hombre tiene un efecto seductor sobre él; conclusiones, que demuestran que las creencias mágicas recogidas por Aristóteles no presentan cambios significativos.

Por su parte la tesis de Lina Tatiana Lozano “La Sangre de las Otras” en el año 2010. Es el resultado de entrevistas realizadas a 10 mujeres, pertenecientes a 13 familias que residen en Bogotá, en donde se presenta las percepciones que hay entorno a las prácticas y el discurso asociado a la menstruación desde una mirada feminista y fenomenológica. Como conclusiones se expone que las mujeres jóvenes se acercan con mayor facilidad a los productos de higiene menstrual que las generaciones anteriores, pero el acceso a estos productos de protección está mediado por los recursos económicos, lo que determinara las prácticas entorno a la menstruación, no obstante, la menstruación sigue siendo considerada como algo sucio que temen se coloque en evidencia. Además, se muestra como una de las restricciones más fuertes durante la menstruación es el acceso al sexo, no pensando en las mujeres sino en base al discurso hipocrático de los efectos negativos que tiene la sangre de la mujer en el hombre.

Por otra parte, el texto “Imaginario social: creación de sentido” de la Universidad Pedagógica Nacional, del año 2012. Presenta la compilación de 12 trabajos de investigadores que estudiaron diferentes problemáticas sociales, teniendo como referencia “de imaginario”, lo concebido por Castoriadis como creación de significados y sentido. Se plantea que según

Castoriadis la principal característica del ser humano es la creación de formas e imágenes, que le permiten instituirse a sí mismo e instituir a la sociedad, de manera que lo imaginario no es la imagen de algo, sino que son significaciones, por tanto, el imaginario a partir de lo que representa cobra un sentido para el ser humano. Lo planteado en este texto, podría ayudar a comprender como se construyen los imaginarios de la menstruación en nuestra sociedad, a partir del legado occidental.

En Colombia una herramienta educativa que contribuye a ver el tema de la menstruación más allá de una clase de educación sexual, es el “Cuaderno de Sensibilización en Educación Menstrual” a cargo de la Organización Internacional para las Migraciones (OIM) para los participantes de los proyectos del Programa de Reintegración y Prevención de Reclutamiento (RPR) en septiembre de 2018. Es una guía para madres, facilitadoras y maestras, que brinda herramientas para poder abordar el tema de la menstruación de manera más fácil. Esta guía inicia dando a conocer que la garantía de una higiene menstrual impacta directamente en el adecuado goce y ejercicio de derechos como: el derecho a la igualdad de género, a la salud, a la dignidad, a la privacidad, a la educación, al trabajo y en la prevención de violencia sexual y reclutamiento.

Además, dicho cuaderno presenta lo que ocurre en el cuerpo de la mujer al pasar de la niñez a la adolescencia, junto con los elementos de protección menstrual que se pueden utilizar y la manera cómo hacerlo. Finalmente, se hallan ejercicios prácticos y vivenciales con sus respectivas metodologías. El conocer la existencia de esta guía para facilitadores, madres y profesores, es muy útil para saber si en los colegios, se busca el empoderamiento de las niñas y adolescentes a partir del autoconocimiento de su propio cuerpo.

Antecedentes Empíricos Regionales.

Sin desmeritar los demás trabajos que se han presentado respecto al tema de la menstruación, pero, el siguiente estudio podría considerarse el más importante para el presente trabajo académico, debido al contexto en que se realizó y la información obtenida. Esta investigación fue de carácter mixto, y aunque aportó datos cuantitativos, el eje principal de esta investigación fue de tipo cualitativo, puesto que se abordó desde una perspectiva fenomenológica y etnográfica. En ella se buscó identificar el manejo de la higiene menstrual en las niñas y adolescentes, para una transformación positiva en el adecuado manejo de su higiene menstrual.

Esta investigación fue realizada por la UNICEF en el Pacífico Colombiano en siete escuelas rurales de las regiones de Santander de Quilichao (Cauca), Bagadó (Chocó) e Ipiales (Nariño), en los años de 2015 y 2016, donde se muestra el complicado escenario que tienen que enfrentar las niñas y adolescentes de estas regiones frente a la menstruación, debido a la escasa información en el tema, la precaria situación económica, las inadecuadas unidades sanitarias de los planteles educativos y los tabús entorno a esta condición.

Marco Conceptual

Para el desarrollo de la presente investigación se consideraron los conceptos de: cultura, imaginarios sociales, menstruación, infancia, adolescencia y ruralidad, buscando constituir unos referentes teóricos, que aporten a la interpretación de la información. Los conceptos aquí presentados se estiman esenciales para lograr alcanzar los objetivos propuestos, los cuales enriquecen el estudio, y contribuirán a lograr un análisis más apropiado.

Introduciendo al Mundo de la Cultura

La cultura como parte fundamental de la vida individual y colectiva de una comunidad, le permite al ser humano sentirse identificado con un determinado grupo social al compartir elementos materiales e inmateriales adquiridos mediante sus múltiples relaciones desarrolladas a lo largo de su vida; no obstante, el termino cultura presenta varias definiciones, por ejemplo, desde Tylor (1781), “La cultura o civilización, tomada en su sentido etnográfico amplio, es ese complejo total que incluye conocimiento, creencia, arte, moral, ley, costumbre. y otras, aptitudes y hábitos adquiridos por el hombre como miembro de la sociedad” (p. 29).

Esta concepción de Tylor da a entender como el ser humano se va construyendo en medio de unas prácticas sociales, que las hace suyas, le permiten compartir dogmas, moral y costumbres, para sentirse identificado dentro de una comunidad, como parte activa de un grupo, en el que comparte no solo bienes sino también intersubjetividades.

Por otra parte, Malinowski (1975) “divide la cultura en dos aspectos: una masa de artefactos; como bienes e instrumentos, y un sistema de costumbres, donde yacen los hábitos corporales y mentales” (P. 4). Aspectos que sirven directa o indirectamente para satisfacer las necesidades del ser humano. De esta manera, los artefactos no son comprendidos como simples utensilios que satisfacen una necesidad material, pues al ser creados por el deseo del hombre, llevan impreso un valor cultural, que los hace significantes en un contexto determinado, por tanto, los artefactos se definen por su función y por los valores que los envuelven.

Asimismo, se encuentra la concepción de Lévi-Strauss (1991), sobre el significado de la cultura, quien propone que ésta, es un conjunto de sistemas simbólicos, en donde se ubica en primer el lenguaje, medio que privilegia la asimilación de la cultura de nuestro cuerpo,

posteriormente las reglas matrimoniales, las relaciones económicas, el arte, la ciencia y la religión (P. 20). De modo que la cultura según Strauss cumple una función simbólica, donde los sistemas simbólicos compartidos son acumulativas creaciones de la mente y los objetos se hallan impregnados de significación.

Finalmente se introduce la definición de cultura desde Anthony Giddens (1991), quien hace referencia a los valores como esa parte abstracta que es compartida por los seres humanos y que permiten la cohesión social; las normas, como necesarias para mantener el orden social establecido y finalmente los bienes materiales que se producen.

Cultura se refiere a los valores que comparten los miembros de un grupo dado, a las normas que pactan y a los bienes materiales que producen. Los valores son ideales abstractos, mientras que las normas son principios definidos o reglas que las personas deben cumplir. (p. 65)

Las anteriores definiciones de cultura abarcan significaciones como creencias y costumbres adquiridas en sociedad, hasta la construcción de artefactos que envuelven valores y cumplen una función para satisfacer una necesidad. Así mismo la cultura es definida como sistemas simbólicos que llevan a dar significado a una realidad empírica y finalmente como valores y normas. Todas estas definiciones hacen evidente esa parte subjetiva de la cultura compartida entre individuos, al ser parte de una comunidad específica en donde incesantemente se están creando significaciones entorno a hechos, personas o cosas.

En esa construcción de significaciones de la cultura, aparecen los imaginarios, que construyen unas realidades y comportamientos que pueden coincidir o no con la realidad de los

acontecimientos del mundo social. Este aspecto es fundamental para la investigación que se pretende, y por ello a continuación se desarrolla este concepto de forma amplia.

Los Imaginarios más allá de las Formas Y Figuras

Inicialmente se acogerá el planteamiento de imaginario desde Cornelio Castoriadis (1998, citado por Anzaldúa, 2012) quien afirma: *lo imaginario son significaciones*, construcciones de sentido: no es la imagen de algo, sino la creación incesante e indeterminada de figuras, formas e imágenes que *actúan como significaciones*, es decir, las imágenes u objetos de por si no tienen significado, más que cuando se las dota de sentido, por tanto, el imaginario es aquel que permite que las cosas, formas o figuras cobren un significado para el individuo.

Dicho planteamiento, se complementa con lo expuesto por Escobar (2000 citado por Martínez & Muñoz, 2009), quien define a un imaginario como “un conjunto real y complejo de imágenes mentales, independientes de los criterios científicos de verdad y producidas en una sociedad a partir de herencias, creaciones y transferencias relativamente conscientes” (p. 210).

Este argumento plasma como las imágenes mentales cobran significado a pesar de carecer de rigor científico, al ser producidas por una sociedad mediante creencias y tradiciones. De manera, que el ser humano a pesar de emitir significaciones que pueden carecer de razón científica lo hace de forma consciente al haber interiorizado como verdadero lo que está reproduciendo.

Ahora, es importante conocer porque se habla no solo del término de imaginario sino de imaginarios sociales, para lo cual es transcendental tener en cuenta no solo a Castoriadis sino también otros autores como Rodríguez y Taylor.

¿El Porqué de los Imaginarios Sociales?

Partiendo de la concepción de imaginarios expuesta anteriormente por Cornelio Castoriadis, y Escobar, ahora se considerará el concepto de imaginarios sociales desde las definiciones de: Castoriadis, Rodríguez y Taylor. En este orden de ideas, se inicia con concepto de imaginario social de Castoriadis (1998 citado por Anzaldúa, 2012) quien desglosa cada parte y explica porque se las llama imaginarias y porque se llaman sociales tal como se muestra a continuación:

Llamo imaginarias a estas significaciones porque no corresponden a elementos “racionales” o “reales” y no quedan agotadas por referencia a dichos elementos, sino que están dadas por *creación*, y las llamo sociales porque sólo existen estando instituidas y siendo objeto de participación de un ente colectivo impersonal y anónimo. (p.49)

Esta concepción de Cornelio Castoriadis se encuentra estrechamente relacionada con la ya expuesta por Escobar, en cuanto a que los imaginarios no son reales sino continuas creaciones de la mente, lo que significa que carecen de racionalidad, y por tanto de veracidad. No obstante, cuando se habla de imaginarios sociales a pesar de la ausencia de los criterios de cientificidad se puede evidenciar que se encuentran legitimados por la aceptación de una colectividad.

Además de lo anterior, es importante tener en cuenta los imaginarios instituidos e instituyentes también expuestos desde Castoriadis, puesto que ayudan a comprender como operan las significaciones dentro de una sociedad, y los cuales se pueden entender de la siguiente manera: lo instituido como los productos de lo imaginado por ejemplo las creencias y tradiciones; y lo instituyente como la capacidad de crear nuevas significaciones.

Por su parte Rodríguez (2001), en su libro explica que los imaginarios sociales “caracterizan a un grupo social, ya sea indígena, campesino, rural, urbano, suburbano, de metrópoli, de barrio, regional o local, abordándolo no desde su «identidad», sino desde sus múltiples niveles de relaciones, superposiciones, entrecruzamientos, sincretismo y mestizaje socioculturales” (p.52).

Rodríguez analiza los imaginarios sociales no desde la identidad sino desde las diversas relaciones o sucesos que se dan a partir de entrecruzamientos, sincretismo entre otros, que permiten caracterizar a un grupo específico, de manera que él va más allá de lo superficial y busca en el entramado social de las relaciones que se establecen entre individuos, la respuesta de lo que tienen en común y les permite caracterizarse como grupo.

Finalmente se encuentra Taylor (2006 citado por Coca et al., 2011) con una definición de lo que entiende por imaginario social, llevándolo a un nivel más reflexivo de la realidad, donde lo que importa es la parte imaginativa del ser humano para ver como imagina su existencia social y también esas relaciones que se construyen constantemente para dar paso a nuevas reflexiones. En seguida se presenta el enunciado:

Por imaginario social entiendo algo mucho más amplio y profundo que las construcciones intelectuales que puedan elaborar las personas cuando reflexionan sobre la realidad social de un modo distanciado. Pienso más bien en el modo en que imaginan su existencia social, el tipo de relaciones que mantienen unas con otras, el tipo de cosas que ocurren entre ellas, las expectativas que se cumplen habitualmente y las imágenes e ideas normativas más profundas que subyacen a estas expectativas. (p.58)

Después de haber presentado el concepto de imaginarios sociales, percibido como un ente abstracto, pero que tiene gran influencia debido al sentido intrínseco que representa por quienes se lo otorgan, es momento de dar paso a un concepto que históricamente ha llevado no solo a volar la imaginación sino a instaurar una serie de prácticas sociales que ponen a la mujer en una clara situación de desventaja en relación al hombre; este concepto es el ciclo menstrual, que tiene diversas connotaciones de acuerdo a la perspectiva que se lo tome, es por eso, que para la presente investigación se ha estimado pertinente abordarlo desde personajes como: Simone Beauvoir, Miranda Gray y Astruc, quienes brindan aportes significativos para comprender todo lo que ha conllevado desde tiempos antiguos el ciclo menstrual en la vida de la mujer.

La Mancha Roja que Estigmatiza

Para adentrarse al concepto de la menstruación, es necesario conocer en primera instancia su significado, para lo cual se ha acudido a la Real academia española (2018) quien menciona lo siguiente: “menstruación proviene del latín *menstruus*, relativo al mes y definida como sangre procedente de la matriz que todos los meses evacuan naturalmente las mujeres y las hembras de ciertos animales”. Asimismo, desde Beauvoir (1949) se expone la menstruación como el proceso mediante el cual, después de pasar por la fase folicular y lútea, los encajes endometriales se caen, produciendo una exfoliación de la mucosa, abriendo los capilares y ocasionando exteriormente un sangrado (pp. 14-15).

Pese a la científicidad que existe en torno al ciclo menstrual, este proceso ha desencadenado creencias y prejuicios que a lo largo de la historia han afectado negativamente a la mujer, al considerar dicho proceso de forma discriminatoria. Por ejemplo, según Gray (1999) las culturas antiguas consideraban que:

El momento más “peligroso” para la comunidad era el de la primera menstruación de una jovencita, de manera que las restricciones para con ella solían ser más extremas que las destinadas a las mujeres adultas: el confinamiento podía durar hasta siete años y en algunos casos la encerraban en una jaula, prohibiéndole caminar por las tierras de la comunidad o ver el sol. (p. 12)

Otra cita similar, que puede reforzar lo anterior se encuentra en el libro de Beauvoir (1949), donde se muestra como antiguamente en Egipto la mujer era igualmente rechazada cuando se encontraba con su menstruación, esto dice la cita:

Se han descrito con frecuencia los severos tabúes que en las sociedades primitivas rodean a la muchacha en el día de su primera menstruación; incluso en Egipto, donde se trataba a la mujer con singulares miramientos, permanecía confinada durante todo el tiempo que duraban sus reglas. A menudo la exponen sobre el tejado de una casa, se la relega a una cabaña situada fuera de los límites de la aldea, no debe vérsela, ni tocarla: más aún, ni siquiera ella debe tocarse con la mano; en los pueblos donde despiojarse es una práctica cotidiana, le envían un bastoncillo con el cual puede rascarse; no debe tocar los alimentos con las manos; en ocasiones, se le prohíbe tajantemente comer; en otros casos, la madre y la hermana son autorizadas para alimentarla por medio de un instrumento; pero todos los objetos que han entrado en contacto con ella durante ese período deben ser quemados. (p. 76)

Por otra parte, Astruc (1772 citado por Eraso 2015) muestra el imaginario de la sangre menstrual como contaminación, suciedad y virulencia, haciendo la diferencia entre la sangre menstrual europea y la sangre menstrual colonial, lo que conlleva a plantear la desventaja del

cuerpo de la mujer indígena, ante la sangre menstrual producida por la mujer europea, así como se muestra a continuación.

La complejidad que añade el análisis de los textos de Astruc en este entramado de jerarquización de los cuerpos del imaginario del sistema-mundo moderno/colonial, es que, a partir de la inferiorización de la sangre menstrual de las mujeres indígenas, se enlaza la diferencia colonial a la nueva episteme del siglo XVIII: la diferencia sexual. (p.122-123)

Además de lo anterior, según Eraso (2015) el supuesto de inferioridad impuesto a la mujer a causa de su ciclo menstrual, también se ve respaldado desde la medicina Europea, encontrándose que en el siglo XVIII se habla del “ fenómeno de la menstruación”, donde textos europeos de medicina son evidencia empírica que el cuerpo menstrual de la mujer es radicalmente interior al del hombre, lo que ciertamente contribuye a demostrar científicamente la imperfección del cuerpo femenino basado en el ciclo menstrual ausente en el cuerpo del hombre.

De esta manera, Astruc (1743, citado por Eraso 2015), se vale de dicho proceso fisiológico para ubicar a la mujer en un papel netamente reproductivo y servil del hombre, argumentando la utilidad del ciclo menstrual en las siguientes palabras “el flujo menstrual existe por tres razones: primero incita a las mujeres al coito, segundo facilita la entrada del semen al útero y tercero alimenta al feto” (p.127).

Las anteriores citas muestran claramente el estigma que hace parte de la vida de las mujeres desde tiempos remotos, a causa de un proceso natural que las ha orillado al confinamiento, pero también a su propia victimización, a causa de la construcción y perpetuación

de imaginarios sociales entorno a la menstruación, que hacen de este proceso fisiológico un factor clave para que se siga reproduciendo la desigualdad de género.

A partir de lo anterior, se puede decir que los imaginarios sociales negativos creados en torno a la menstruación han llevado a consolidar una violencia simbólica contra la mujer, reflejada en la victimización que ella normaliza, al no darse cuenta que hace parte de ella, tal como lo advierte Bourdieu y Passeron (1996 citado por Collazos 2009):

Todo poder de violencia simbólica, o sea, todo poder que logra imponer significados e imponerlas como legítimas disimulando las relaciones de fuerza en que se funda su propia fuerza, añade su fuerza propia, es decir, propiamente simbólica, a esas relaciones de fuerza. (p. 65).

De esta manera, se puede decir que la menstruación, es más que un simple imaginario o tabú, se ha convertido en el germen que violenta a la mujer desde tiempos históricos hasta los actuales, donde la mujer inadvertida sigue reproduciendo esa violencia, al no tener los medios (acompañamiento educativo), que le permitan salir de esa situación.

Finalmente se encuentra Tarzibachi (2017), quien presenta los imaginarios sociales de silencio, ocultación y vergüenza, ya no como inferioridad del género femenino, sino utilizados a favor de la industria para que sus productos sean atractivos a la compra, lo que deja de lado la percepción de la menstruación como asunto privado, pues el discurso del cuerpo de la mujer que se emplea, hace de la menstruación un hecho político, social y económico que beneficia los intereses de la industria.

Menstruar un Hecho Político

Se ha apreciado la difícil situación que padecen algunas mujeres a causa de su menstruación, por considerarlas impuras; si bien, actualmente las restricciones en algunas partes del mundo no son tan extremas, es evidente que pese a los esfuerzos de muchas mujeres por buscar el reconocimiento de esta etapa de la vida como de interés social y político, aún se vive el estigma de la menstruación como asunto privado, tal como lo muestra Eugenia Tarzibachi (2017) en su libro cosas de mujeres

La menstruación estaría cobrando un sentido ambivalente. La gran diferencia con lo que ocurrió en la historia que contaremos, tal vez radique en que la menstruación muy lentamente está dejando de ser únicamente un hecho de la vida privada para ser negociada como un hecho social y político históricamente vinculado al control más extenso del cuerpo de las mujeres. Porque, como tantas otras cosas, la menstruación además de ser personal es política. (p. 57)

La perspectiva de Tarzibachi permite analizar la menstruación no solo desde la vergüenza y el estigma, sino desde el discurso del cuerpo manejado por la industria para favorecer sus propios intereses, vendiendo una imagen limpia y perfecta, donde no importa el detrimento del cuerpo sino difundir una propaganda que lleve al consumismo bajo el discurso de bienestar “siéntete bien contigo misma”, como si el menstruar te hiciera imperfecta, cuando en verdad solo te violentan simbólicamente al incitarte a esconder lo que hace parte de ti.

Y en esto, la sociedad ha tenido un papel fundamental, al reproducir un estereotipo de mujer con una imagen delicada, limpia y bella, que pueda ser aceptada socialmente, situación que cimienta el rechazo hacia la menstruación, al seguir percibiéndola como algo desagradable

que se debe ocultar exteriormente, para que no se vea la mancha que avergüenza y estigmatiza. Todo esto, convierte a la menstruación en un asunto de interés público que incide no solo en la esfera personal sino en muchas esferas de la vida diaria.

De manera que la pregunta ¿Por qué menstruar es un hecho político? Puede ser respondida si se tiene en cuenta que históricamente la menstruación ha influido en el desarrollo de la vida tanto en hombres como en mujeres, debido a las connotaciones que se le han brindado a este proceso fisiológico, ya sean positivas o negativas pero que de una u otra manera han permeado a la sociedad bajo unas creencias que condenan o erigen a la mujer. Por ejemplo, en el libro “segundo sexo” de Beauvoir (1949), se encuentra la siguiente cita que puede contribuir a aclarar la menstruación como un acto político:

En Uganda, y entre los bhanta de la India, una mujer estéril es considerada peligrosa para el huerto. En Nicobar se cree que la cosecha será más abundante si la realiza una mujer encinta. En Borneo son las mujeres quienes eligen y conservan las semillas. «Al parecer se percibe en ellas una afinidad natural con los granos de los cuales dicen estar encinta. A veces las mujeres van a pasar la noche en los arrozales cuando la planta germina» (Hose y Mac Dougall). En la India anterior, mujeres desnudas llevan de noche el arado alrededor del campo. Los indios del Orinoco dejaban a las mujeres el cuidado de sembrar y plantar, porque «así como las mujeres sabían concebir y traer niños al mundo, así los granos y raíces que ellas plantaban producían frutos mucho más abundantes que si hubiesen sido plantados por la mano de los hombres» (Frazer). (p. 30)

Además de todo lo que ya se ha expuesto anteriormente, entorno a la menstruación como asunto político, es importante tener en cuenta los discursos emergentes para dejar de ver la

menstruación como un agente externo que ridiculiza y oprime, para más bien conectarse con el cuerpo de manera positiva e irradiar otra forma de percibir el ciclo menstrual, considerando para ello lo que afirma Gray (1999), “La menstruación te permite expresar tu nexo consciente con tu propio cuerpo y al mismo tiempo el de tu cuerpo con el mundo natural” (p.105).

Hablar de la menstruación lleva necesariamente hablar del tabú que encierra este proceso fisiológico, en la medida que las percepciones que se tiene de esta, la plantean como prohibida o impura, relegándola al ocultamiento durante décadas, es por eso que a continuación se presenta un apartado para tratar el Tabú de la menstruación.

El Tabú de la Menstruación

El hecho de percibir la menstruación como algo sucio, impuro y que debe ocultarse ante los demás, es lo que comúnmente se conoce como el Tabú de la menstruación, que durante mucho tiempo ha ocasionado que la mujer tenga que cargar con el estigma que le genera un proceso fisiológico que es completamente normal, pero que la sociedad se ha encargado de transmitir culturalmente de manera privada.

De manera que, si se habla del Tabú de la menstruación como algo que ha afectado históricamente a la mujer, se hace necesario en primer lugar conocer que se entiende por Tabú, para lo cual se tendrá en consideración al psicoanalista Freud (1967) quien expone lo siguiente:

Para nosotros presenta el tabú dos significaciones opuestas: la de lo sagrado o consagrado y la de lo inquietante, peligroso, prohibido o impuro. En polinesio, lo contrario de tabú es noa, o sea lo ordinario, lo que es accesible a todo el mundo. El concepto de tabú entraña, pues, una idea de reserva, y, en efecto, el tabú se manifiesta esencialmente en prohibiciones y restricciones. (Cap. II)

Atendiendo a como se ha estigmatizado el ciclo menstrual por años, es indudable que la sociedad ha optado por el segundo significado, dándole a la menstruación el carácter impuro, que ha llevado a todas las connotaciones negativas que ya se han expuesto anteriormente lo largo del texto.

De esta manera análoga, Miranda Gray (1999) en su libro *Luna Roja* habla del Tabú de la menstruación, como consecuencia de creer que el ciclo menstrual le proporcionaba a la mujer ciertas energías, consideradas por el hombre como un poder negativo que los perjudicaba, es entonces cuando la menstruación pasa de ser algo sagrado a la evocación de algo sucio e impuro.

Ocurrió que los varones de las primeras sociedades patriarcales empezaron a considerar este poder como un peligro para ellos, con lo que aquellas prácticas que las mujeres habían establecido para tratar con las energías creativas inherentes a este proceso natural de sus organismos se convirtieron en objeto de duras críticas. La menstruación pasó así de considerarse santa y sagrada a convertirse en sucia y contaminante, y se fomentó la creencia de que la mujer durante esos días era “una fuente de energía destructiva andante”. (Gray, pp. 11- 12)

Una vez considerados los conceptos de: cultura, imaginarios, menstruación y tabú, es preciso concluir con el concepto de infancia y adolescencia, al ser la población específica a tener en cuenta para desarrollar la investigación.

Infancia, Adolescencia y su Proceso de Socialización

Para ampliar este concepto se ha acogido en primer lugar, la definición brindada por el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar – Icbf, al ser la institución encargada de la prevención y protección integral de la primera infancia, la niñez y la adolescencia en Colombia;

a partir de esto, se entenderá la infancia y adolescencia de la siguiente manera: "Se entiende por niño o niña, las personas entre 0 y los 12 años y por adolescente las personas entre 12 y 18 años de edad" (Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, 2010).

Asimismo, es importante tener presente otras enunciaciones de autores que giran en relación al mismo concepto. Por ejemplo, se halla Santos (2002, citado por Jaramillo 2007), quien hace un recorrido histórico y cultural de las diferentes concepciones del niño; las cuales, han variado de acuerdo al contexto cultural de una época, hasta llegar a ser considerado como se le conoce hoy en día, un sujeto social de derecho.

Santos (2002), menciona que en los años 354 - 430 hasta el siglo IV se concibe al niño como dependiente e indefenso ("los niños son un estorbo", "los niños son un yugo"). Durante el siglo XV en la concepción de infancia se observa cómo "los niños son malos de nacimiento". Luego, en el siglo XV, el niño se concibe como algo indefenso y es por ello que se debe tener al cuidado de alguien y se define el niño "como propiedad". Para el siglo XVI ya la concepción de niño es de un ser humano pero inacabado: "el niño como adulto pequeño". En los siglos XVI y XVII se le reconoce con una condición innata de bondad e inocencia y se le reconoce infante "como un ángel", el niño como "bondad innata". Y en el siglo XVIII se le da la categoría de infante, pero con la condición de que aún le falta para ser alguien; es el infante "como ser primitivo". A partir del siglo XX hasta la fecha, gracias a todos los movimientos a favor de la infancia y las investigaciones realizadas, se reconoce una nueva categoría: "el niño como sujeto social de derecho".

(p.111)

También se encuentra el aporte de Kohan (2004, citado por Duran 2015), quien se refiere a la infancia como una etapa de desarrollo del ser humano, que se ve completada en la edad adulta. A continuación, se muestra dicho argumento presente en el artículo “el concepto de infancia de Walter Kohan en el marco de la invención de una escuela popular”

Kohan (2004) refiere lo siguiente. Infancia suele estar asociada a una primera edad en el desarrollo evolutivo del ser humano a lo largo de su vida. En este contexto infancia es una primera etapa caracterizada por una suerte de falta, de incompletud de la persona que se subsana en la adultez. Como sostiene el propio Kohan se trata de una suerte de peldaño que los hombres deben atravesar en su desarrollo como persona. (p.167)

Una vez ampliado el concepto de infancia, es oportuno abordar la etapa de la adolescencia, para esto, se tiene inicialmente la definición de Pérez y Merino quienes afirman:

Etapa que llega después de la niñez y que abarca desde la pubertad hasta el completo desarrollo del organismo es conocida como adolescencia. El término proviene de la palabra latina *adolescentia*. (Pérez & Merino, 2008, párr.1)

De igual manera, en la siguiente cita se refuerza el concepto tradicional de adolescencia, basado comúnmente en una edad cronológica acompañada de cambios significativos al pasar de una etapa a otra, lo que en España se le conoce como la “edad de pavo”.

Según Lozano (2014), en España se conoce con el nombre de «edad del pavo» a quienes acaban de entrar en la adolescencia (en inglés la expresión equivalente sería *to be at an awkward age*). La expresión hace alusión al conjunto de cambios fisiológicos y de comportamiento por los que atraviesan los adolescentes: ruborizarse, cambios en la voz,

comportamientos extraños y que han sido tomados como una analogía de la conducta de un pavo en época de celo. (p.17)

Finalmente, se encuentra Hine (2000, citado por Lozano, 2014) quien difiere de las anteriores concepciones y más bien asume esta etapa desde otro contexto, como se presenta a continuación:

La adolescencia, entendida como teenager, es un invento social propio de la primera mitad del siglo XX. El origen de su concepción actual data de la época del New Deal, cuando los jóvenes son expulsados del mundo del trabajo e ingresan de forma masiva en las escuelas de secundarias. Se destaca así la importancia de la high school para conformar lo que se entiende por adolescencia, en tanto que implica el aislamiento del mundo del trabajo, la protección paterna, la ausencia de contacto frecuente con adultos y el confinamiento durante largos años con el grupo de iguales. (p.24)

Esta percepción de la adolescencia se encuentra enfocada en una etapa de escuelas secundarias, donde los jóvenes no hacen parte del mundo laboral, sino que entran en contacto con personas de edades similares, lo que les permitirá adentrarse en otra esfera de la vida, donde su proceso de socialización posiblemente estará influenciado por el círculo de relaciones que lleguen adquirir en dicho contexto.

Una vez considerado los conceptos de infancia y adolescencia, es relevante tener en cuenta como el niño llega a formar parte de un conglomerado cultural, que se convertirá en pieza clave para la preservación de una cultura, para lo cual se hace necesario hablar del proceso de socialización.

Desde Berger y Luckmann (1986) es importante comprender que el sujeto no nace como miembro de una sociedad “nace con una predisposición hacia la sociabilidad, y luego llega a ser miembro de una sociedad”. Donde la internalización constituye el punto de partida para la comprensión de los semejantes y la aprehensión del mundo, solo de esta manera, cuando se ha llegado a un proceso de internalización se puede decir que hace parte de la sociedad. A partir de esto, es significativo tener en cuenta que el individuo debe atravesar por dos etapas; la socialización primaria y la socialización secundaria que según Berger y Luckmann (1986) hacen referencia a:

La socialización primaria es la primera por la que el individuo atraviesa en la niñez; por medio de ella se convierte en miembro de la sociedad. La socialización secundaria es cualquier proceso posterior que induce al individuo ya socializado a nuevos sectores del mundo objetivo de su sociedad. (p.164)

Siendo de las dos socializaciones, la más importante la primaria, al ser la etapa que posibilita la internalización, que solo será alcanzada mediante el proceso de socialización. Igualmente, es significativo tener en cuenta que está va más allá de ser un conocimiento cognitivo, es el espacio donde el niño encuentra identificación con otros significantes, situación que incidirá en que adopte roles y aptitudes de diferentes sujetos.

Por otra parte, es pertinente tener en cuenta otras definiciones acerca del proceso de socialización en su primera etapa, para lo cual se acogerá a Villalobos & Núñez (2011), quienes presentan la socialización como el proceso, en el cual los niños aprenden creencias y comportamientos acorde al rol que se les ha impuesto y que deben desempeñar en la sociedad. A continuación, se presenta una definición más concreta de estos autores:

La socialización infantil es un proceso dinámico en el que los niños aprenden su cultura, como sujetos con existencia propia y agentes que interpretan, reproducen, cuestionan y transforman la realidad que están conociendo, a partir de las interacciones cotidianas que establecen con los demás miembros del grupo del cual son parte. Asimismo, consideramos que en la socialización los niños crean espacios autónomos fuera de la mirada adulta recreando su propia realidad. Este proceso puede ser considerado como universal en cuanto que se da en todas las sociedades, pero con características particulares que cada cultura le imprime, dependiendo de esas características culturales, el proceso puede establecer espacios que permitan una mayor participación infantil o la restrinjan. (p.112)

A partir de lo anterior, se puede inferir que el niño a través las interacciones diarias va asimilando una cultura, la cual le permite adquirir valores, comportamientos y prácticas que le ayudan a construir una realidad propia, de ahí, la importancia de la escuela como otro mundo que le permite ilustrarse y formarse, de modo, que el acompañamiento que se brinde es necesario para la asimilar prácticas que aporten al adecuado desarrollo integral del individuo, de manera que el niño de hoy no sea el estigmatizador del mañana.

Una vez abordada la primera etapa del individuo representada en su niñez, donde alcanza la internalización de unas prácticas que se afirman en su cultura, su rol y su aprehensión del mundo, mediante los procesos de socialización, es momento de abordar la segunda etapa de socialización, que desde Berger y Luckmann (1986) se puede entender de la siguiente manera: “La socialización secundaria es la internalización de "submundos" institucionales o basados

sobre instituciones. Su alcance y su carácter se determinan, pues, por la complejidad de la división del trabajo y la distribución social concomitante del conocimiento (p.172).

Esta socialización a diferencia de la primera es más artificial, debido a que su realidad se halla menos enraizada en la conciencia, además, se puede prescindir de la identificación o proceder con una sola dosis de identificación mutua como dice Berger y Luckmann (1986) “es necesario amar a la propia madre, pero no a la maestra propia” (p. 176). Lo que denota la superficialidad en el arraigo de la adquisición de nuevos mundos, donde las crisis que se pueden generar en esta etapa se deben al reconocimiento de otros mundos, que no necesariamente contrastan con el mundo enseñado por los padres.

Además de lo anterior, se ha considerado oportuno tener en cuenta la perspectiva sociocultural de Andrade y Strauss, (1992, citados por Yubero, 2005) acerca del proceso de socialización, abordado desde la pertenencia a grupos sociales y expresado de la siguiente manera:

La perspectiva socio-cultural considera la importancia que tienen los grupos que rodean a la persona en su proceso de socialización y en este sentido, uno de sus principales propósitos es que el individuo forme parte de los grupos sociales. Además, se entiende que la socialización guarda relación con distintos aspectos del desarrollo que tiene lugar a lo largo de la vida, tratándose de un proceso de adaptación que, además de aceptar las pautas culturales de un grupo, conlleva el desarrollo de novedades y cambios para adaptarse mejor a las nuevas circunstancias. La base de todo el proceso, como ya hemos señalado, es la entrada y adaptación de la persona a la comunidad y para ello, es necesario que la persona aprenda tanto los significados como las costumbres del grupo al

que pertenece aceptando su modelo cultural. Todo ello le orientará sobre los modos de observar e interpretar los acontecimientos del mundo que le rodea. (p.4)

A partir de lo expuesto en relación al proceso de socialización, se puede inferir la importancia que tienen los grupos en dicho proceso, al ser está, la fuente que permitirá al individuo adquirir determinadas pautas que le lleven ser aceptado socialmente en un grupo, siendo la familia y la escuela los principales agentes tradicionales de socialización, no obstante, es necesario tener en cuenta la fuerte influencia que tienen los medios de comunicación como fuente de socialización, que al estar inmersos en las prácticas cotidianas irrumpen abruptamente con las formas tradicionales de vida para posicionar hábilmente modelos de comportamiento acorde a un modelo externo, que indudablemente atenta contra las formas habituales de socialización.

Ruralidad

Finalmente, es importante considerar el concepto de ruralidad, al ser el contexto en el cual se enmarca la presente investigación. Inicialmente se entenderá por ruralidad lo que la Dirección de Desarrollo Rural Sostenible (2014) ha manifestado, “existen grados de ruralidad que dependen del acceso a servicios sociales y de infraestructura, la relación del empleo y los mercados” (p.2).

Teniendo en cuenta lo anterior, se puede decir que la ruralidad de la comunidad del corregimiento de Mocondino presenta las siguientes características según Hidalgo et al. (1987), “desempeña diferentes actividades productivas, las mujeres realizan oficios domésticos, estos comprenden tareas diferentes a las tareas del hogar, entre ellas está la distribución de los

productos en el mercado, el cuidado de los cultivos y de los animales” (p. 11). Mientras los hombres por su parte se dedican a cultivar las pequeñas parcelas.

Por otra parte, el trabajo investigativo titulado “Volear la Tierra para despertar la Vida: el resurgimiento de los pueblos del valle de Atriz, en el municipio de pasto”, de la universidad nacional, presenta la rutina diaria que realizan la mayoría de hombres y mujeres de Mocondino y demás familias que residen cerca de la ciudad de San Juan de Pasto:

Según Salas (2015) Durante la mañana, la familia se dedica a las actividades cotidianas. Las mujeres, además de ordeñar las vacas, recogen hierba para los cuyes, mantienen la huerta y preparan la comida del día mientras que don Alfonso trabaja como peón en una finca cosechando papas. En la tarde, a menos que haya un evento extraordinario, como alguna reunión convocada por el cabildo o las asociaciones de productores de leche o cuyes, o la ida a Pasto para alguna diligencia, la rutina transcurre igual que en la mañana. A las cinco de la tarde, doña Ligia y Rosario han vuelto hace varias horas del mercado. Doña Rosa y Silvana Jojoa, hermana menor de Gabriela, han recién regresado de mudar el ganado y hacer el segundo ordeño del día. Pronto oscurece y la familia se reúne en la cocina para comer y conversar. Hacia las 8 de la noche don Alfonso sale a cuidar el ganado mientras los otros miembros de la familia se dirigen a su habitación para descansar. (p.3)

Marco Histórico Situacional

La investigación que se pretende realizar se localiza en el Municipio de Pasto, departamento de Nariño, ubicado al suroccidente de Colombia. Se centra específicamente en el corregimiento de Mocondino, situado a 3 kilómetros de la ciudad de San Juan de Pasto,

anteriormente perteneciente al corregimiento de la Laguna. Creado en el año 2004, limita al Norte con los barrios Villaflor II, Alejandría y el Popular; al Sur, con Jamondino, al Oriente, con el corregimiento de San Fernando y al Occidente con los barrios el Betania y la Paz.

Sus tierras según Salas (2015), están entre los 2800 y 2900 msnm, sobre una meseta inclinada por encima de la altitud de la ciudad de Pasto, lo que conlleva a presentar un clima frío, sobre todo en las madrugadas.

Su temperatura oscila entre los 12 y 17 grados centígrados. Las viviendas de este corregimiento, presentan materiales como: Adobe, Bareque, Tapia y ladrillo, evidenciándose en su mayoría una arquitectura campesina, y solo las nuevas edificaciones presentan una arquitectura moderna.

En cuanto a la actividad económica, se encuentra que la tierra sigue siendo un factor determinante para el sostenimiento de las familias, tal como lo presenta Salas (2015) en su tesis investigativa “Voltear la tierra para despertar la vida: el resurgimiento de los pueblos del valle de atriz, en el municipio de Pasto” en la cual, la chagra es el lugar donde se cultiva el principal producto agrícola de este corregimiento, que es la papa junto con el Maíz entreverado con la Calabaza y el Frijol; de la misma manera, se halla producción de arveja, verduras, hortalizas, algunos frutales, plantas medicinales y flores. Otra forma de obtención de recursos para estas familias es la venta de leche, así como la crianza de algunos animales, actividades que hacen parte de las funciones que realizan las mujeres, mientras, el rol del hombre se centra en cultivar las pequeñas parcelas.

Por otra parte, este corregimiento no cuenta con un centro de salud para atender a sus pobladores, tampoco con un acueducto apto para brindar agua potable, y la construcción del alcantarillado se encuentra en trámite.

Importante resaltar que los habitantes del corregimiento de Mocondino se caracterizan por su amabilidad y calidez, siempre atentos a colaborar de la mejor manera, desde su saber empírico, fruto de la tradición milenaria heredada desde hace muchos años por sus antepasados.

Figura 1

Corregimiento de Mocondino



Fuente. Alcaldía Municipal de Pasto (2013)

Respecto a la Institución Educativa Municipal Nuestra Señora de la Visitación, la cual se halla localizada al Sur Oriente de Pasto; se encontró que según Buchely et al. (2014)

La escuela se creó en el año de 1908, por iniciativa del Cabildo. Construyeron una casona, se repartieron 25 estudiantes entre tres cursos y se asignó el profesor Clotario Delgado, la responsabilidad de educar a la población de Mocondino. En 1993 se obtiene la aprobación para la básica secundaria, mediante la resolución No 197 del 7 de junio de 1993 emanada de la Secretaria de Educación Departamental. y con esto se nombran docentes de tiempo completo para todas las áreas del conocimiento. La institución Educativa ofrece una educación integral desde preescolar, básica primaria, básica secundaria y Media. La Institución Educativa Municipal Nuestra Señora de la Visitación Mocondino, fue creada mediante decreto 0339 del 25 de agosto de 2003. (p.18)

Marco Legal

Con la constitución política de 1991 el pueblo colombiano inicia un estado social de derecho, entendido como un orden normativo de las instituciones y de la conducta humana que busca la conservación del orden social, una nueva interpretación y valoración de la norma jurídica a partir de las teorías del derecho, la justicia, los principios y los valores; que garantice estándares mínimos de derechos fundamentales, no como simple caridad, sino como derechos propiamente dichos, que inspiran toda la interpretación y el funcionamiento de la organización política del Estado.

Ahora bien, la temática tratada tiene como eje constitucional el principio y valor fundante del ordenamiento jurídico del estado colombiano, la “dignidad humana”, que constituye el presupuesto esencial de la consagración y efectividad, del entero sistema de derechos y

garantías de la Constitución, pues, la dignidad humana es el derecho que tiene cada ser humano, de ser respetado y valorado como ser individual y social, con sus características y condiciones particulares, por el solo hecho de ser persona, por lo tanto no es dable predicar que la estigmatización de un fenómeno biológico en la mujer, como es la menstruación, pretenda menoscabar la dignidad humana de las personas sea cual sea el contexto en el que ésta se relacione.

Es importante expresar que en Colombia no existían políticas públicas respecto de gestión de higiene menstrual, mucho menos una ley en específico que procure por el bienestar integral de la mujer en ese ciclo fundamental de su vida, es el año 2019 cuando la Corte Constitucional se pronuncia sobre este aspecto en particular, importante para esta investigación, pues la Corte debía estudiar una tutela que de manera explícita trataba uno de los eventos más estigmatizados de la existencia femenina: la menstruación, la regla, el periodo, etc.

Fue en el año 2017 cuando se empezó a discutir la posibilidad de generar una propuesta de licencia menstrual para las mujeres en Colombia, como efectivamente se reconoce en otros países como Japón, que desde 1947 ha concedido permiso menstrual y Corea del Sur, en el cual las trabajadoras tienen derecho a un día de descanso cada mes, desde el año 2001, mientras que en Italia ya se encuentra la propuesta en debate.

Esta licencia representaría la posibilidad de mejorar las condiciones laborales de las mujeres, de asumir el derecho a una salud diferencial, pero no inequitativa y que se piense en función de sus necesidades y no en función de ganancia o pérdida para sistema económico capitalista.

Es en el año 2019, cuando la Sala Plena de la Corte Constitucional C- 117 de 2018 protegió los derechos fundamentales de las mujeres y tumbó el IVA del 5% que tenían las toallas higiénicas y tampones. El alto tribunal acogió la ponencia de la magistrada Gloria Stella Ortiz, quien argumentó que la ley que gravaba los productos de primera necesidad para las mujeres era discriminatoria.

En el debate jurídico, se estudió el alcance del artículo 185 de la ley 1819 de 2016 sobre la reforma tributaria que imponía una tarifa del 5% de IVA a los productos de primera necesidad para las mujeres. La Corte no aceptó los conceptos presentados por la Procuraduría General, el Ministerio de Hacienda y hasta la Dian que pedían mantener el gravamen. Dichas entidades consideraban que en este tipo de casos no se podía comparar a las mujeres con los hombres.

En el estudio de caso, la Corte Constitucional estableció que efectivamente las toallas higiénicas y tampones son productos que únicamente requieren las mujeres. Debido a esto señaló que, aunque actualmente existen algunos productos de limpieza alternativa como las copas menstruales, estas son demasiado costosas y las mujeres de escasos recursos no pueden acceder a ellas. Por eso, el alto tribunal consideró que al gravar con el impuesto dichos productos se configura una discriminación directa.

Es así como la Corte Constitucional en sentencia T-398 de 2019¹, decide proteger la dignidad humana de las mujeres habitantes de calle y ordena diseñar una política pública de gestión de su higiene menstrual, y toma la decisión argumentando que, dentro de las facetas de la dignidad humana, se encuentra la de permitir la realización de un proyecto de vida propio, el cual

¹ Corte Constitucional, Sentencia T-398 de 2019, MP: ALBERTO ROJAS RÍOS, Bogotá D.C., veintinueve (29) de agosto de dos mil diecinueve (2019).

se entrelaza con las graves limitaciones que enfrentan las mujeres habitantes de calle, quienes no solo carecen de recursos económicos, sino que a su vez, se ven obligadas a sobrellevar sus periodos menstruales sin condiciones mínimas de salubridad.

Enfatizó que la menstruación es un proceso biológico, propio del ciclo de vida de las mujeres, que ha sido utilizado para excluirlas, de los espacios educativos, laborales, sociales y familiares, entre otros, por considerarlo un tabú de lo femenino. El cual es más intenso cuando la mujer se encuentra en situaciones de vulnerabilidad, como la habitanza de calle, que las invisibiliza y les impide el goce efectivo de sus derechos fundamentales.

Tras analizar el contenido de la dignidad humana y del derecho a la salud en la dimensión sexual y reproductiva, la Sala Novena de Revisión concluyó que: el Estado se encuentra en la obligación de brindar instalaciones adecuadas para que las mujeres puedan realizar las distintas actividades entre ellas la higiene; asimismo, recalcó que el Estado debe tomar medidas necesarias, para que las situaciones de estigmatización y exclusión sean superadas.

También señaló que los derechos sexuales y reproductivos tienen un carácter reforzado a partir de la dimensión funcional de la dignidad humana, y que allí se encuentra lo relacionado con el manejo de la higiene menstrual, que es el derecho de toda mujer a usar adecuadamente el material para absorber o recoger el líquido menstrual.

Este derecho, a su vez, se compone de cuatro condiciones esenciales, a saber: a) el empleo de material idóneo para absorber el líquido; b) la capacidad para hacer el cambio de dicho material en privacidad y tan seguido como sea necesario; c) el acceso a instalaciones, agua y jabón para lavar el cuerpo, así como para desechar el material usado y; d) la educación que

permita comprender los aspectos básicos relacionados con el ciclo menstrual y cómo manejarlos de forma digna y sin incomodidad alguna.

Y, por último, exhorta a los entes territoriales, en los cuales vivan mujeres en situación de habitanza de calle, a revisar sus políticas públicas de salud y de habitanza de calle y a actualizarlas mediante la inclusión del componente de gestión de higiene menstrual; si los entes territoriales no contasen con una política pública, la sentencia exhorta a diseñarla conforme a los lineamientos establecidos en la decisión.

Metodología

Considerando que el objeto de estudio de esta investigación está relacionado con el comprender y la construcción de significados, la metodología que se ha considerado más apropiada para desarrollar este trabajo es de tipo cualitativa y con un carácter fenomenológico. La investigación cualitativa según Quecedo & Castaño (2002), se caracteriza por presentar datos descriptivos como: las palabras habladas o escritas de las propias personas, y la observación de la conducta; también es inductiva, puesto que no busca comprobar hipótesis sino comprender y desarrollar conceptos partiendo de unas pautas. (p.7)

Por su parte el carácter fenomenológico que presenta esta investigación se hace visible en la medida que se busca comprender los imaginarios sociales de la menstruación desde la narración de los personajes directamente involucrados mas no desde factores externos.

Además de lo anterior, contiene un diseño metodológico de corte trasversal, debido a que los datos se recolectaran en un único momento con una población que tiene variables similares como: el género, la edad y el nivel educativo. Por su parte, el enfoque bajo el cual se desarrollará la investigación es el enfoque critico social, que según Cifuentes (2011), busca proponer

alternativas de cambio, deseando principalmente la transformación crítica del mundo social a fin de que se “promuevan reflexiones críticas en torno a las condiciones estructurales y particulares que limitan el desarrollo de un orden social justo, digno y equitativo” (p.32).

El enfoque propuesto para esta investigación, contribuye de manera significativa al desarrollo de la misma, mediante reflexiones críticas que lleven a promover alternativas de mejoramiento, que influyan directamente en el adecuado goce de los derechos de las niñas.

De igual manera se utilizará la investigación Participativa I. P, que según García et.al (2015), tiene como objetivo la captación de información útil para la comprensión de procesos sociales, donde se diluye la dicotomía entre sujeto investigador y objetos investigados para convertirse en sujetos legitimados, lo que diferencia al investigador es el conocimiento metodológico sobre el uso y aplicación de la técnica (p.p 83,86).

Dicha metodología permitirá garantizar la participación de las niñas y adolescentes para la identificación de imaginarios sociales, y lo cual se verá reflejado en la construcción de la cartilla, producto de la investigación y resultado del cuarto objetivo específico, que será entregada y socializada a la comunidad participe del proceso investigativo que como afirma Rodríguez Villasante citado por García et.al (2015), “proporciona las claves necesarias para la transformación social a partir de temas concretos a resolver, y no a partir de estudios que duren varios años” (p.39).

Es de anotar que inicialmente se había propuesto desarrollar la investigación a partir de la metodología I.A.P. sin embargo, ante la emergencia sanitaria producto de Covid- 19 presentada en el año 2020, se optó por la investigación participante, a fin de facilitar la participación activa de las estudiantes, permitiendo que se conviertan en sujetos críticos de su realidad, que

contribuyen a la identificación de imaginarios como a la construcción conjunta de conocimiento, que se espera en lo posible genere las bases del cambio, para un adecuado desarrollo integral de la vivencia menstrual.

Población

Una vez expuesto el diseño metodológico, es momento de hablar de la población que participa en la investigación, para ello, se ha involucrado un total de 23 niñas y adolescentes de la Institución Educativa Municipal Nuestra Señora de la Visitación, dispuesta de la siguiente manera; de los grados sextos nueve, seis de grado séptimo y ocho del grado octavo que oscilan entre los años de 11 a 16 años de edad, la elección de este grupo se debió a que se buscaba encontrar niñas y adolescentes que no hayan tenido su menarquia (aparición de la primera menstruación) así como la perspectiva de aquellas que ya pasaron por esta primera etapa de su vida, de manera que sea posible realizar un análisis desde las dos miradas.

Para el desarrollo del segundo objetivo específico, el cual gira entorno a identificar las creencias alrededor del ciclo menstrual, se consideró un total de ocho mujeres, cuatro entre las edades de 40 y 50 años y cuatro entre los 60 y 70 años de edad.

Técnicas de Recolección de Información

Teniendo en cuenta la población implicada y los objetivos que se desean alcanzar para el adecuado desarrollo de la investigación, las técnicas que se consideraron necesarias para recolectar la información son; en primer lugar, la observación participante, que según Padua citado por Campos & Covarrubias, (2012) “El investigador se involucra dentro de los procesos de quienes observa, y éste es plenamente aceptado, por lo tanto, se estima que lo observado no se ve afectado por la acción del observador” (p.53). Esta técnica fue empleada a las ocho mujeres

adultas y a las 23 estudiantes. Dicha técnica permitió evaluar los gestos, comportamientos, actitudes y reacciones frente al tema menstrual; en segundo lugar, los grupos focales que según Bonilla & Rodríguez (1997), constituyen “un espacio público ideal para comprender las actitudes, las creencias, el saber cultural y las precepciones de una comunidad, en relación con algún aspecto particular del problema que se investiga” (p.191).

El grupo focal estuvo conformado por un total de diez participantes; cuatro estudiantes de los grados sextos, tres de grado séptimo y tres de grado octavo pertenecientes a la Institución Educativa Municipal Nuestra Señora de la Visitación. De igual forma se resalta que dado el contexto rural, la edad de las niñas y el tema a tratar, se empleó dentro del grupo focal actividades complementarias como: la “actividad gráfica” que permitió expresar con dibujos como perciben la experiencia menstrual de manera personal, el juego “Educarte es la regla”, construido para obtener información de manera lúdica, tras la discusión de preguntas alrededor del tema, y por último “el buzón menstrual” que posibilitó acceso a información que por diversas circunstancias evita socializarse públicamente; esto, a fin de obtener información significativa en el proceso investigativo.

Por último, se encuentra la entrevista a profundidad, que según Robles (2011), es una técnica de investigación cualitativa, “que se construye a partir de reiterados encuentros cara a cara del investigador y los informantes con el objetivo de adentrarse en su intimidad y comprender la individualidad de cada uno” (p.39), esta técnica fue aplicada a un total de 13 estudiantes; cinco de los grados sextos, tres del grado séptimo y cinco del grado octavo y también a las ocho mujeres adultas, para un total de 21 participantes esto, a fin de obtener información primaria, y significativa para el proceso. Además de lo anterior también se recolectó

evidencia fotográfica, de cada encuentro que se tuvo con las niñas, adolescentes y mujeres, sirviendo esta como evidencia empírica del trabajo de campo realizado.

Finalmente cabe resaltar que tras el trabajo realizado se procede a elaborar un árbol de problemas² con base en la información suministrada por todas las participantes, el cual se desarrolla a lo largo del capítulo III, junto con el correspondiente análisis. La utilización de esta técnica busca facilitar la comprensión de los resultados, de manera que la información brindada por las estudiantes se haga visible en la consolidación de una problemática central que lleva inmerso las causas y consecuencias.

Procedimiento de Investigación

Para el desarrollo de la investigación “Imaginaris sociales de la menstruación en las niñas y adolescentes rurales en la I. E. M. Nuestra Señora de la Visitación en el corregimiento de Mocondino” se han dispuesto siete fases:

Fase: 1 Investigativa

Esta fase contiene la recolección de información que se ha obtenido en relación al tema de los imaginarios de la menstruación, comprende: libros, tesis, artículos, periódicos y documentales, que han servido para la construcción del anteproyecto de grado.

Fase: 2 Trabajo de Campo

En esta fase se llevó a cabo la búsqueda de participantes de los dos grupos poblacionales; mujeres y estudiantes, para aplicar las técnicas de recolección de información propuestas con

² El árbol de problemas es una técnica participativa que permite desarrollar ideas creativas para identificar las posibles causas del conflicto, generando de forma organizada un modelo que explique las razones y consecuencias del problema. (Hernández & González, 2015).

antelación como: la observación participante, que permitió analizar las actitudes y comportamientos de las niñas, adolescentes y mujeres que hicieron parte de la investigación. Las entrevistas a profundidad, que facilitaron el acceso a información significativa para la identificación y posterior análisis de los imaginarios sociales encontrados, y; el grupo focal, que como técnica de recolección de información grupal estuvo conformado por las estudiantes de los tres grados (sexto, séptimo y octavo), el cual sirvió de base para la construcción de la cartilla.

Fase: 3 Procesamiento de la Información

A partir de la información obtenida en el trabajo de campo, se procede inicialmente a transcribir cada una de las entrevistas de manera manual debido a la dificultad para que programas como: Happy Scribe, Nuance o Transcribe, reproduzcan a cabalidad el léxico empleado por las participantes. Para ello, y a fin de facilitar el procesamiento de la información, se hace uso del programa Excel, a través del cual se elabora una matriz, la cual favoreció la identificación de categorías comunes mediante la comparación de párrafos, de igual forma el uso de variables como: edad, estrato, grado, religión y la pertenencia a un grupo especial, permitieron observar la incidencia de las mismas en las categorías previamente identificadas. Dicho procedimiento se realizó con las dos poblaciones; estudiantes y mujeres adultas lo cual facilitó la organización de la información, y el posterior análisis y contraste de la misma.

Por otra parte, la información recolectada a través de la actividad grafica se sistematizó mediante el programa Word, donde inicialmente se escanean todas las gráficas realizadas, posterior a ello, se las analiza detenidamente cada una, para agruparlas y ubicarlas dentro de las categorías ya identificadas, este procedimiento se realizó de igual manera con los aportes que fueron incluidos en el buzón menstrual. Finalmente, la información recolectada a través del

juego “Educarte es la regla” se sistematizo en Word mediante la elaboración de dos cuadros, uno por cada grupo, lo que igualmente contribuyó a la identificación de imaginarios sociales frente a la menstruación.

Fase: 4 Análisis e Interpretación

Una vez sistematizada toda la información obtenida se da paso a un análisis e interpretación de la misma, de manera que sea posible contrastar con los referentes teóricos y empíricos que se han planteado.

Fase: 5 Informe Final de la Investigación

En esta etapa se presenta la elaboración de un documento final escrito que contenga todo el proceso investigativo que se ha llevado a cabo, junto con las reflexiones sociológicas fruto de la investigación.

Fase: 6 Construcción de la Cartilla

La construcción de la cartilla se realizó con la información obtenida en las técnicas de investigación aplicadas en el proceso investigativo, por tanto, su base metodológica es la Investigación Participativa (I.P.); siendo, el grupo focal la técnica que más aporte en la elaboración de la misma, al ser el espacio propicio de intercambio de saberes y construcción de conocimientos, donde se hicieron visibles sus percepciones, dudas e imaginarios frente al tema. Por su parte, el carácter participativo en la construcción de la cartilla se haya reflejado en las gráficas, escritos y lo referido por ellas en las entrevistas, los cuales llevan a presentar una realidad frente al tema menstrual develada en sus imaginarios y percepciones.

En la elaboración de la cartilla se utilizaron contenidos concretos, pero privilegiando información primaria significativa, que enriquezca el documento mediante los saberes,

emociones y experiencias de las estudiantes, asimismo se resalta la incorporación de una sección de hábitos saludables y hábitos de higiene, realizada a partir de los vacíos que se identificaron en esta parte.

Es así como el producto entregado fruto del cuarto objetivo específico contiene la presentación de resultados y aportes para mejorar la vivencia menstrual. No obstante, se espera que dicho producto se convierta en la herramienta que visibiliza la importancia del tema, despierta el interés para empezar a generar procesos de empoderamiento y lleva a liderar la lucha por los derechos a una práctica menstrual digna que le permita a la mujer sentirse a gusto con su propia condición.

Fase: 7 Socialización de Resultados

Una vez concluida la investigación, se realiza la devolución de resultados, que se convierte en el fin último del proceso, al proporcionar información que cimienta las bases para un análisis crítico de la realidad social planteada, llevando a proyectar estrategias de mejoramiento que benefician a la comunidad, haciendo que la metodología aplicada cobre verdadero sentido.

De esta manera se realiza la entrega y presentación de la cartilla al interior de la Institución Educativa Municipal Nuestra Señora de la Visitación, en el corregimiento de Mocondino, de manera que la comunidad educativa pueda evidenciar el trabajo realizado, así como exponer sus dudas e inquietudes frente al mismo. Permitiendo que la comunidad participe del proceso, vea restituidos en los resultados, su aporte a la investigación.

Presentación de Resultados

A partir de la información recolectada en el trabajo de campo y teniendo en cuenta la revisión teórica y empírica expuesta con antelación a la investigación, se procede a presentar los resultados obtenidos con su respectivo análisis. Es significativo dar a conocer que para el primer objetivo se tuvo en cuenta dos categorías “contexto y territorio” el primero asumido como aquellas circunstancias que llevan a comprender un evento, y el segundo pensado más allá de la parte física que representa la tierra es decir, el sitio donde se construye una identidad, categorías que permiten identificar y comprender las creencias, símbolos y rituales que hacen parte en la construcción de imaginarios que se encuentran alrededor de la menstruación.

La información está organizada por capítulos, los cuales permiten brindar mayor claridad y entendimiento al proceso que se ha llevado a cabo, a fin de dar cumplimiento a los objetivos planteados. Inicialmente se presentan las estrategias implementadas para llevar a cabo la ejecución de la propuesta investigativa y posterior a ello se encontraran cuatro capítulos a lo largo del documento dispuestos de la siguiente manera; Capítulo I, este apartado corresponde a la caracterización sociocultural de la población estudiada; Capítulo II, muestra el análisis de los resultados obtenidos a partir del trabajo ejecutado con las mujeres adultas; Capítulo III, en esta sección se halla el análisis de los resultados derivados del proceso investigativo con las niñas y adolescentes de la I.E.M. Nuestra Señora de la Visitación, el cual se realizó mediante la triangulación de datos³ a fin de brindar una mayor validez y consistencia a los hallazgos encontrados, de igual manera, la información obtenida mediante las entrevistas a profundidad, la

³ Según Benavides & Restrepo (2005), Para realizar la triangulación de datos es necesario que los métodos utilizados durante la observación o interpretación del fenómeno sean de corte cualitativo para que éstos sean equiparables. Esta triangulación consiste en la verificación y comparación de la información obtenida en diferentes momentos mediante los diferentes métodos.

observación participante, y el grupo focal, fue analizada teniendo en cuenta los autores propuestos en la investigación; Capítulo IV, en esta unidad se realiza un contraste a partir de la información encontrada y analizada en la población de mujeres adultas y población estudiantil. Finalmente, se exponen las conclusiones y recomendaciones finales.

Estrategias Implementadas en el Proceso Investigativo

Inicialmente se estableció contacto personal en las instalaciones del plantel educativo con el señor Jorge Miguel Ayala Rosero, rector de la Institución Nuestra Señora de la Visitación, para darle a conocer la propuesta investigativa que se esperaba realizar en el colegio con las niñas y adolescentes de los grados sexto, séptimo y octavo, en relación al tema menstrual, ante lo cual manifestó estar de acuerdo, y solicitó que se presente un oficio avalado desde la Universidad de Nariño, para brindar su apoyo en los espacios requeridos; no obstante, ante el cierre de los planteles a causa de la pandemia (D 417 / 2020)⁴, presentada justo en ese momento, fue imposible presentar el documento requerido y llevar a cabo la propuesta como tal.

Posteriormente, y debido a la emergencia sanitaria presentada por Covid- 19 la cual dificultó el acceso a la comunidad, se optó por ubicar un líder comunitario que permitiera localizar a un grupo de mujeres entre los rangos de edad propuestos en la investigación. En esta búsqueda se hizo contacto con el señor Favio Naspiran, Edil del corregimiento de Mocondino a quien se le explica de manera detallada el proceso investigativo que se piensa llevar a cabo, es así como el señor en mención brindó su apoyo para la ubicación de la población que se ajustaba a las características definidas en el proyecto investigativo, logrando llevar a cabo un total de 8

⁴ Decreto 417 del 17 de marzo de 2020, mediante el cual, se declaró el estado de emergencia económica, social y ecológica en todo el territorio nacional, por causa del Coronavirus COVID-19)

entrevistas a mujeres pertenecientes al corregimiento de Mocondino, que corresponde al doble de las entrevistas propuestas inicialmente, modificación de la muestra que se debió a la necesidad de obtener mayor información para la identificación imaginarios.

Por otra parte, la dificultad para acceder a la población escolarizada a causa del cierre de los planteles educativos, y ante la incertidumbre de no saber cuándo se retomaran las actividades escolares, se decidió implementar estrategias que permitieran avanzar en el proceso investigativo interrumpido por la pandemia, de esta manera, se hace contacto con la docente Alejandra Gómez asesora inicial del proyecto, quien brindó orientaciones para poder llevar a cabo la investigación por fuera del establecimiento educativo, sin que se afecte los objetivos de la misma, es así como se acordó realizar todo lo previsto en la propuesta investigativa teniendo que realizar ajustes a la muestra y a la metodología debido a la dificultad para acceder y reunir al total de la población.

En la realización de entrevistas a las mujeres mayores de edad se logró contactar a la señora Irene Ortega, quien además colaboró en la ubicación de algunas niñas y adolescentes pertenecientes a dicho colegio, no obstante, al desconocer la cantidad de estudiantes que integraban cada grado se recurrió nuevamente al rector de la institución educativa para darle a conocer del proceso investigativo adelantado por fuera de la institución y solicitarle los respectivos listados que permitieran seguir avanzando en el trabajo de campo, ante lo cual no se obtiene respuesta satisfactoria por la sobre carga de trabajo que presenta el área administrativa debido a la culminación del año escolar.

Pese a la dificultad presentada, fue posible mediante la colaboración de algunas estudiantes de la institución, ubicar los contactos telefónicos de los directores de grupo de los grados sextos, séptimo y octavo, los docentes; Johana Rúales del 6-1, Mauricio Sánchez del

grado 6-2 Harold Delgado de grado séptimo y Jesús Insuasty del grado octavo, quienes se mostraron atentos y colaboradores con el proceso investigativo, facilitando los listados de sus cursos con sus respectivos contactos, lo cual permitió conocer el total de la población y acceso a la ubicación de las estudiantes que hicieron parte de la investigación.

Es así, como con la colaboración de la señora Irene Ortega, junto con los respectivos directores de grupo se logró localizar el mayor número de niñas y adolescentes posible entre las edades y los grados propuestos en la investigación, posteriormente se estableció contacto con los padres de las menores quienes accedieron a firmar los consentimientos informados, de igual manera, es importante dar a conocer que gracias al apoyo de la señora Irene Ortega se contó con el espacio propicio para desarrollar el grupo focal integrado por las estudiantes de los grados propuestos en la investigación.

Por otra parte, para llevar a cabo la realización del grupo focal, se elaboró el juego “Educarte es la regla” el cual tenía como objetivo, la búsqueda de información de manera lúdica, mediante la participación activa de las estudiantes, a continuación, una imagen alusiva al juego.

Figura 2

Desarrollo del Juego Educarte es la Regla



Nota. La imagen muestra el desarrollo del juego “Educarte es la regla” en la casa de la señora Irene Ortega.

Elaboración propia, 2020

Cabe destacar que, debido a la negativa de algunos padres de familia para permitir la participación de sus hijas en el grupo focal, se opta metodológicamente por la realización de entrevistas en los respectivos domicilios donde además se incluye dos de las actividades que hacían parte del grupo focal, de manera que la información que se espera conseguir en el mismo, se pueda obtener de manera individual y así la investigación no se vea sesgada por falta de información.

Capítulo I

Caracterización Sociocultural de la Población

Al llegar al corregimiento de Mocondino se pudo observar que las rutas de acceso principal no se encuentran pavimentadas, aunado a ello carecen de un sistema de canaleta que permita drenar las aguas en temporada de invierno, situación que lleva a agravar la condición de

las vías. Por otra parte, se evidenció que el corregimiento carece de centro de salud y de un CAI, lo que conlleva a que la comunidad tenga que asistir hasta el Centro de Salud Lorenzo siendo este el más cercano a dicho corregimiento, en cuanto a la seguridad, el CAI de Santa Mónica es el encargado de atender los llamados de emergencia; así mismo, se sabe bajo previas averiguaciones que cuentan con sistema de acueducto comunitario, un sistema de alcantarillado que aún está en trámite, y además se están adelantando gestiones para iniciar la pavimentación de la vía.

En cuanto al colegio antes llamado I.E.M. Mocondino y modificado tras Acuerdo No. 008 del 20 de septiembre de 2013 con el nombre I.E.M. Nuestra Señora de la Visitación se sabe según el periodista Muñoz (2019), que con el apoyo del gobierno en su momento liderado por el Doctor Vicente Obando Ex Alcalde del municipio de Pasto, priorizó la construcción de un bloque de este colegio, proyectándose en un primer piso cuartos de servicios, baterías sanitarias y un salón para el restaurante que incluye cocina y comedor. En el segundo piso se dispondría la biblioteca, laboratorio, sala de bilingüismo y el área administrativa, obra que presentó un avance del 65% hasta el año 2019, y hasta la fecha aún no se encuentra terminada.

En cuanto a la población algunos presentan características propias del sector rural como: botas, sombrero, ruana, peinilla y costal en mano, atentos siempre a saludar, pero con la mirada curiosa de quien pregunta *“qué harán por acá”*.

Es pertinente dar a conocer que dicho corregimiento se encuentra conformado por tres sectores: Mocondino Alto, Medio y bajo, siendo Mocondino Alto el sector más distante, Mocondino Centro el sector donde se encuentra la mayor parte de la población, seguido por Mocondino Bajo que es la parte que antecede el sector central de Mocondino, información que

será útil al momento de realizar el análisis correspondiente. A continuación, se presenta una tabla con las características de las mujeres entrevistadas, es importante tener en cuenta que por reserva de identidad los nombres de las participantes han sido cambiados por códigos.

Tabla 1

Características de Mujeres Entrevistadas

Participante	Lugar	Edad	Estrato	Nivel Educativo	Estado civil	Ocupación	Religión	Población especial
P1- 41	Mocondino centro	41	1	Bachiller	Unión libre	Ama de casa	Católica	No
P2-42	Mocondino Bajo	42	1	Primaria	Soltera	Servicios varios	Católica	No
P3-49	Mocondino centro	49	1	Primaria	Casada	Secretaria	Católica	No
P4-50	Mocondino bajo	50	1	Bachiller	Casada	Ama de casa	Católica	No
P5-63	Mocondino Centro	63	1	1º de primaria	Casada	Ama de casa	Católica	Cabildo Indígena
P6-66	Mocondino Alto	66	1	3º de primaria	Casada	Ama de casa	Católica	Cabildo Indígena

Participante	Lugar	Edad	Estrato	Nivel Educativo	Estado civil	Ocupación	Religión	Población especial
P7-67	Mocondino Alto	67	1	3º de primaria	Casada	Ama de casa	Católica	Cabildo Indígena
P8-68	Mocondino Alto	68	1	3º de primaria	Soltera	Ama de casa	Católica	Cabildo Indígena

Nota. Elaboración propia 2020

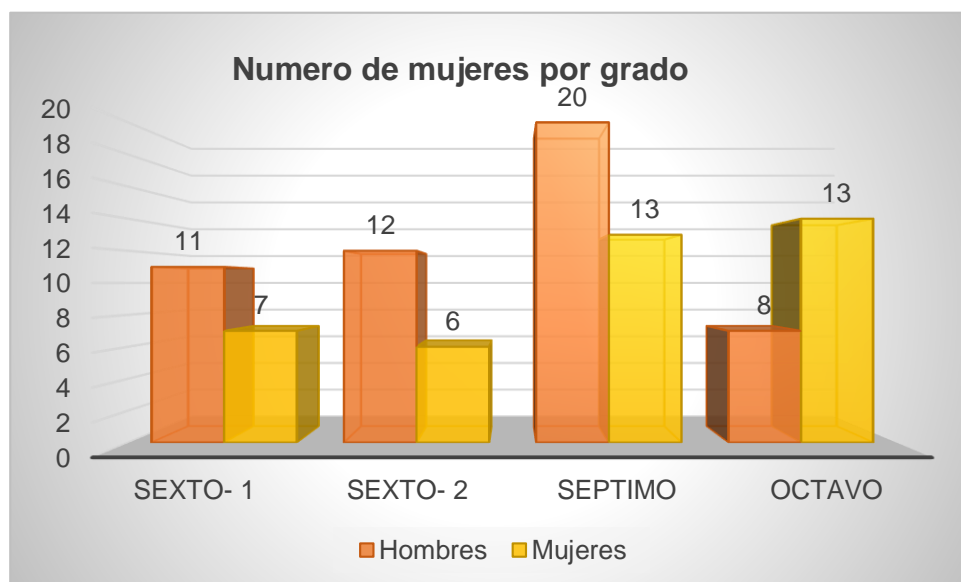
A partir de la tabla uno, se puede inferir la existencia de factores en común como: el estrato, el cual servirá para analizar si incide en las prácticas del manejo de la higiene menstrual, la religión, para ver cómo influye en la percepción del menstuo en las mujeres, también se observa el predominio de la básica primaria, importante para determinar si incide en los conocimientos recibidos frente al tema menstrual, igualmente variables como; la edad, estado civil, ocupación y la pertenencia a una población especial serán útiles para identificar y analizar las creencias en torno a la menstruación.

Ahora, se dará a conocer la caracterización de las niñas y adolescentes de la Institución Educativa Nuestra Señora de la Visitación que hicieron parte del proceso investigativo, para ello, se tuvo en cuenta la información suministrada por los docentes de cada grado, de esta manera, se sabe que el grado 6-1 lo integran un total de 18 estudiantes de los cuales siete son mujeres, al grado 6-2 corresponden 18 estudiantes, siendo 6 mujeres, el grado séptimo conformado por 33 estudiantes, de los cuales 13 son mujeres, y finalmente el grado octavo constituido por 21

estudiantes, donde 13 son mujeres, para un total de 39 mujeres entre los cuatro grados en mención.

Figura 3

Representación de mujeres por grados escolares



Nota. En la gráfica dos, se percibe de mejor manera la distribución de las niñas y adolescentes por grados.

Elaboración propia, 2020

Por otra parte, como ya se había mencionado la emergencia sanitaria dificultó el acceso al total de la población estudiantil, por lo tanto, se ejecutó la investigación con un total de 23 niñas; 10, de la cuales hicieron parte del grupo focal y 13 de ellas participaron de las entrevistas y actividades complementarias realizadas de manera individual, en la siguiente tabla se esboza las características principales de las niñas y adolescentes que hicieron parte de la investigación ordenadas por grados de forma descendente, y a quienes para reserva su identidad se les ha otorgado un código.

Tabla 2*Caracterización de las niñas y adolescentes*

Participante	Edad	Menarquia	Estrato	Grado	Religión	Pertenencia a grupo especial
P1-15	15	Si	1	Octavo	Católica	No
P2-13	13	Si	1	Octavo	Católica	No
P3-13	13	Si	2	Octavo	Católica	No
P4-13	13	Si	1	Octavo	Católica	No
P5-16	16	Si	1	Octavo	Católica	No
P6-13	13	Si	1	Octavo	Cristiana	No
P7-16	16	Si	1	Octavo	Católica	No
P8-14	14	Si	1	Octavo	Católica	No
P9-14	14	Si	1	séptimo	Católica	No
P10-13	13	Si	1	séptimo	Católica	No
P11-13	13	Si	1	séptimo	Católica	No
P12-13	13	Si	1	séptimo	Católica	No
P13-12	12	No	1	séptimo	Católica	Cabildo Indígena
P14-12	12	Si	2	séptimo	Católica	No
P15-11	11	No	1	sexto-2	Católica	No
P16-12	12	No	1	sexto-2	Católica	No
P17-12	12	No	1	sexto-2	Católica	No
P18-13	13	Si	1	sexto-2	Católica	Educación de Inclusión
P19-12	12	No	1	sexto-2	Católica	No

Participante	Edad	Menarquia	Estrato	Grado	Religión	Pertenencia a grupo especial
P20-12	12	No	1	sexto-2	Católica	No
P21-11	11	No	1	Sexto-1	Católica	Cabildo Indígena
P22-12	12	Si	2	Sexto-1	Cristiana	No
P23-11	11	No	1	Sexto-1	Cristiana	No

Nota. Elaboración propia 2020

La tabla dos, permite visualizar que las edades de las niñas y adolescentes, que hicieron parte del proceso investigativo oscilan entre los 11 y 16 años de edad, de igual forma, se alcanza a evidenciar dentro de la población abordada la participación de niñas y adolescentes que aún no han presentado su menarquia lo cual contribuye a tener dos perspectivas frente a la concepción del tema menstrual, asimismo la pertenecía a un grupo especial como el cabildo indígena, el estrato social y la religión católica, son variables que se tuvieron en cuenta para el análisis de los imaginarios encontrados.

Por otra parte, es preciso dar a conocer que en el recorrido realizado por el corregimiento de Mocondino se percibió que la utilización del tapabocas era mínima, por lo cual, se obsequia a cada una de las entrevistadas dicho elemento, no obstante, algunas de ellas manifestaron que no lo utilizarían por la molestia que les causaba, en la siguiente foto se puede observar a la señora Rosario Jojoa, perteneciente a Mocondino Alto con su elemento de bioseguridad en la mano.

Figura 4

Entrevista a la señora Rosario Jojoa



Fuente: Esta investigación, 2020

Capítulo II

Las Mujeres de Mocondino: sus Conocimientos, su Gestión Menstrual y sus Imaginarios

A pesar que el ciclo menstrual de la mujer existe desde tiempos inmemorables, este lleva consigo un significado cultural que varía dependiendo; el contexto, el tiempo, y las tradiciones. Esos significados contruidos, heredados y luego perpetuados alrededor de la menstruación se convierten en imaginarios que condicionan la forma de vida de la mujer menstruante, es así como a partir del análisis de las entrevistas, la observación participante, el lenguaje simbólico y la revisión literaria, que se ira contruyendo un análisis crítico bajo los referentes teóricos y empíricos ya propuestos.

Lo que se Percibió en Campo

A partir del lenguaje simbólico percibido tras la observación participante, se puede referir que algunas actitudes por parte de las mujeres difieren de lo manifestado por ellas mismas, por ejemplo, cuando se expone que el tema sobre el cual gira la investigación es la menstruación, el desconcierto y asombro por parte de ellas fue evidente y expresiones como: “pero yo no sé mucho del tema” “yo no sé si sirva para la entrevista” “no será que mejor alguien estudiada”, denota el temor o pudor que aun genera para la misma mujer abordar la cuestión menstrual, situación contradictoria si se analiza que más tarde en sus mismos relatos enuncian que el tema en mención es más fácil de abordarlo ahora que décadas atrás, debido a que el carácter privado mantenido por mucho tiempo está perdiendo su potestad.

Teniendo en cuenta lo anterior, es de anotar que un número representativo de entrevistadas, tuvo mayor apertura para hablar del tema, debido a que el cuestionario fue realizado por alguien de su mismo sexo, afirmación que se respalda cuando las entrevistadas mencionan que no hubieran sido capaces de hablar del tema con un hombre porque, “qué pena” aluden ellas “ellos que van a saber de estas cosas” siendo el sexo femenino un factor determinante para obtener mayor información.

No obstante, se logró identificar un caso en particular donde una de las entrevistadas brindó respuestas demasiado concretas y poco explicativas, encontrándose además información contradictoria, porque según la informante el tema menstrual se lo debería tratar abiertamente desde los nueve años al ser esta una edad propicia, sin embargo, cuando se le indagó frente a la posibilidad de entrevistar a su nieta de once años de edad perteneciente a la institución de

Mocondino, su negativa fue rotunda, aseverando que su nieta era muy pequeña para hablarle sobre la cuestión menstrual.

Otro aspecto a tener en cuenta, es que la mayor parte de las mujeres indagadas consideraron de vital importancia educar a los hombres frente al tema menstrual, para que ellos las respeten y no hagan comentarios inadecuados que puedan afectarlas emocionalmente, sin embargo, solo una admitió haber escuchado algún comentario burlesco frente al tema en mención por parte del sexo masculino, lo que lleva a reflexionar y postular la siguiente pregunta, si la mayoría de las mujeres negó haber presenciado o escuchado una situación de censura por parte de los hombres en relación a la menstruación, ¿bajo qué criterios afirman la necesidad de orientar al hombre frente al respeto hacia la mujer menstruante si nunca han sido víctimas, han presenciado o escuchado de una situación de discriminación?.

Lo anterior admite pensar que las aseveraciones hechas por las mujeres son causa del imaginario de rechazo que consideran siente el hombre hacia la condición menstrual de la mujer.

Saberes y Prácticas Frente a la Menstruación

La percepción de las mujeres indagadas en relación a la menstruación se encuentra asociada a la construcción social del menstuo como un signo de identificación femenina, que las inscribe dentro de la sociedad como una autentica mujer, tal como lo afirma (P7-65, comunicación personal, 19 de agosto de 2020) “es que la menstruación a uno lo cambia, ya como más mujer, ya le viene la menstruación y se desarrolla uno”, es claro que la menstruación trae consigo connotaciones positivas o negativas de acuerdo a las experiencias de cada mujer, y están determinadas por factores como: cultura, ingresos, edad, conocimiento, contexto, entre otros;

haciendo que cada mujer experimente esta fase de su vida de manera única pero al mismo tiempo de forma compartida.

En correspondencia desde Tarzibachi (2017), se encuentra que “la primera menstruación lleva consigo un significante cultural de entrada a la feminidad” que define a la mujer desde un escenario reproductivo que marca la terminación de la niñez y le admite compartir una experiencia universal (p.56).

En el caso de las mujeres de Mocondino que hicieron parte del proceso investigativo, se sabe que la mayoría negó tener conocimientos antes de su menarquia, tanto aquellas que tuvieron una formación primaria como secundaria, siendo asesoradas solo cuando esto ocurrió. La información recibida giraba en torno a ser una condición que se repetiría todos los meses y por ciertos días, asimismo, se transmitió creencias respecto aquello que se debía y no hacer en los días del menstuo por considerar que afectaban directamente la práctica menstrual, por ejemplo; en la alimentación, aún prevalece la restricción frente al consumo de algunos alimentos como: el aguacate, cítricos y lácteos, por considerar que causan cólicos menstruales y disminuyen o eliminan el menstuo, solo una indagada le confirió al aguacate la cualidad de restricción debido al mal olor que le genera a la sangre menstrual.

Prohibiciones que también fueron identificadas según Carchi (2005) en el Ecuador donde existe la restricción de alimentos cítricos como: limón, naranja y toronja, porque interrumpen el ciclo menstrual normal, es decir “cortan” la sangre menstrual, también evitan comer aguacate ya que muchas mujeres refieren presentar cólicos menstruales al ingerir este producto. (p.15)

También, se encontró la creencia respecto a evitar el baño diario en estos días, como lo expone (P2-42, comunicación personal, 5 de agosto de 2020) “El primer día no era de bañarse,

para que a uno le baje todo lo acumulado que tenía ahí, entonces al segundo día lo hacían bañar”, relato que fue reiterativo en la mayoría de mujeres, quienes refirieron haber escuchado o vivido aludida situación, asimismo, se encontró la creencia que el estar con la menstruación dañaba la preparación de algunos alimentos, como se aprecia a continuación.

Decían que si uno estaba con la menstruación se dañaban los buñuelos, o que era otra cosa que también decían, fritar las empanadas, que llegue la gente que este con la menstruación eso se llena de espuma la manteca y se riega. (P5-63, comunicación personal, 19 de septiembre de 2020)

Situaciones que repercuten en la dinámica diaria de las mujeres que tienen que convivir con un legado de creencias, y reducida información frente al tema en cuestión, donde la llegada de la menstruación enfatizaba sobre todo en el cuidado que se debía tener a partir de ese momento por el riesgo de quedar en embarazo. Por su parte, la educación que recibieron en su momento en los planteles educativos frente al tema menstrual fue casi nula, la siguiente cita muestra que, si bien se menciona el tema menstrual, la profundización de esta información se deja a cargo de las madres de familia a quienes se supone les correspondía tratar el tema.

Cuando yo ya estaba en quinto prácticamente, y eso el profesor era un hombre, y él nos explicaba, el profesor era un profesor digamos en esa época como de unos 40 años más o menos, me acuerdo tanto hasta del nombre, se llamaba Luis Arcos y él nos daba charlas así, entonces si nos decía que las niñas sobre todo nosotras, que a nuestra edad estaba a punto de llegarnos la menstruación, y que había que tener mucho cuidado y que les debíamos decir en la casa a nuestras mamás que nos hablen del tema, porque era

necesario, era algo natural y debíamos todos tener conocimiento. (P3-49, comunicación personal, 16, de agosto de 2020)

Es así como la escasa información transmitida por las instituciones educativas y los familiares más cercanos como madres, hermanas, tías o abuelas heredó el pudor frente a un hecho biológico como la menstruación, que debió ser ocultada por pertenecer a la vida privada de la mujer, como lo demuestra el testimonio siguiente (P1-41, comunicación personal, 16, de agosto de 2020) “Mi mamá eso nos sabía decir que nadie se vaya a enterar, ni las amigas, ni los amigos, nadie, eso era de uno solito”, convirtiendo a las mujeres mayores en únicos agentes que brindaban información y apoyo en la gestión menstrual de las menores, relegando al resto de la familia de las prácticas de vida que asumen las mujeres cuando inician la fase reproductiva.

Igualmente, según la información recolectada resulta indudable que la transmisión del conocimiento frente al tema de la menstruación ha estado a cargo exclusivamente de las mujeres, aquellas que les hablaron a sus hijas en secreto del significado de la sangre menstrual en su ropa interior y les enseñaron como ocultar los trapitos de todas las miradas. En este espacio se hace relevante dar a conocer que las mujeres de mayor edad, pertenecientes al sector de Mocondino Alto e integrantes del Cabildo Indígena, fueron aquellas que se vieron en la necesidad de utilizar los trapitos artesanales elaborados por ellas mismas, con esto no se busca generalizar el concepto de que el sector, la edad o la pertenencia a un grupo especial sea un factor determinante en la utilización de trapitos, pero ciertamente al ser Mocondino Alto un sector distante limitó en su momento para el acceso oportuno a elementos de higiene menstrual, la edad por su parte, lleva a suponer que la época en la que tuvieron que vivir su fisiología menstrual, era mayormente pudorosa, de manera que era más cómodo utilizar los trapitos, que exponer su condición en la

compra de toallas higiénicas, aunque no se puede dejar por fuera el factor económico, considerando que seis de las indagadas refirieron que la compra de estos elementos de protección menstrual era prácticamente un lujo que no podían solventar debido a su precaria situación económica, teniendo que trabajar y ahorrar para poder acceder a ellos, por su lado, la pertenencia al Cabildo indígena y el estado civil no aportaron diferencias significativas en la percepción de las mujeres frente al tema menstrual.

La práctica en torno a la utilización de los trapitos artesanales transmitida de generación en generación desde hace décadas se encuentra en el siguiente relato donde no solo se percibe la experiencia como tal, sino también el imaginario de vergüenza inscrito bajo el ocultamiento de los trapitos y el distanciamiento hacia el sexo masculino durante la menstruación.

Los trapitos los poníamos en jabón, y los lavábamos normal, escondidos en un baldecito por debajito, nadie se daba cuenta, porque como le digo mi papá hacia como unas chocitas, y como eso pues era por debajo solo caña, tonces mi mamita colgaba guascas ahí y ahí colgábamos, y la ropa acá en los alambres, mi mamita tenía un cambuchito, es decir, la mamita nos enseñó bien discreto en eso, nos enseñó que entre mujeres si pero entre hombres no, como era que sabía decir ella, no sentarse mal, decía que hay que guardar distancia, y ser bien respetable, sentarse a lado de un hombre no, así sea mis hermanos.(P5-63, comunicación personal, 29 de agosto de 2020)

Situación que ha hecho de la menstruación una práctica de vida ajena a los hombres donde la difusión de imaginarios recae sobre la mujer, y el hecho de relegar al hombre frente al tema influye en como las mujeres se ven supeditadas no solo a vivir sino a transmitir el conocimiento entre ellas.

Asimismo, el testimonio de (P1-41, comunicación personal, 16, de agosto de 2020), perteneciente a Mocondino Centro, refuerza el argumento en torno a la crianza de los hijos como agentes externos de los asuntos privados de la mujer, “en la casa vivían mis hermanos, pero ellos jamás preguntaban porque mi mamá los regañaba, les decía que les importa que eso no hay que meterse que eso hay cosas de mujeres, y de un grito los callaba”. La menstruación como asunto privado del sexo femenino ha llevado a perpetuar el machismo entre hombres y mujeres, dejando a las ultimas en una posición de desventaja, por tener no solo que ocultar un estado natural, sino por el hecho de convivir con temores al rechazo, la estigmatización y la vergüenza.

Aunque la transmisión del conocimiento frente al tema menstrual ha estado a cargo de las mujeres, esto no ha sido tarea fácil, si bien las madres abordaron el tema en un determinado momento se debió a la necesidad de conocimiento por parte de las hijas para afrontar un hecho desconocido hasta entonces para ellas, lo que aduce la dificultad del manejo frente al tema por parte de las madres hacia las hijas, pero aludida situación no es nada nueva, teniendo en cuenta que en el libro “Segundo Sexo” ya se manifestaba la incomodidad que representaba para las mujeres abordar el tema menstrual, siendo así más cómodo hablar de relaciones sexuales y el embarazo, como lo expresa Beauvoir (1949) “Es muy frecuente que su madre haya descuidado prevenirla se ha observado que las mujeres descubren de mejor grado a sus hijas los misterios del embarazo, del parto e incluso de las relaciones sexuales que el de la menstruación”, (p.135).

Los anteriores argumentos admiten proyectar la menstruación desde un panorama privado que va desde las prácticas como el machismo, el ocultamiento de la gestión menstrual, la escasa información sobre el tema, hasta el aislamiento de la mujer ante el temor de verse en evidencia

frente al hombre, situaciones que han reforzado la construcción y perpetuación de imaginarios sociales que de una u otra manera han permeado la vida de la mujer.

Análisis de los Hallazgos Encontrados

La sangre menstrual en este apartado será abordada desde el tabú de la menstruación considerando que la información recibida no aporta una connotación positiva que lleve a la resignificación del menstuo desde otra perspectiva. Es así como Beauvoir (1949) postula el horror que causa la menstruación en el campo por ser considerada una maldición:

Incluso las campesinas, a quienes podría creerse endurecidas por el conocimiento que tienen de los más rudos aspectos de la vida animal, sienten horror ante esa maldición por el hecho de que en el campo la menstruación tiene todavía un carácter de tabú. (p.137)

Aunque la menstruación ya no es considerada como una maldición, la apreciación de esta no se aleja de un significante negativo, si se analiza algunas expresiones utilizadas por parte de las mujeres frente al significado de la sangre menstrual: “es como algo podrido no deseado, algo feo” (P3-49, comunicación personal, 16 de agosto de 2020), “algo podrido que tengamos que votar”, (P1-41, comunicación personal, 16, de agosto de 2020), “algo que no sirve que el cuerpo lo desecha” (P6-66. Jojoa, comunicación personal, 18 de agosto de 2020); afirmaciones que no solo denotan el desagrado que representa el menstuo en la vida de la mujer, sino la ajenidad que simboliza la sangre, que siendo parte del cuerpo se asume como el “algo” indeseable, que carece de una significación positiva.

Incluso en el texto de “Luna Roja” se expone la aversión hacia el ciclo femenino, por los cambios que experimenta la mujer y que indudablemente la sitúan como un ser inferior, como lo advierte Gray, (1994) en la siguiente cita “Durante cientos de años el ciclo menstrual femenino

ha generado desprecio y aversión, al considerársele un sucio signo de pecado cuya existencia reforzaba la inferioridad de la mujer en la sociedad, claramente dominada por el hombre” (P.10), cita que además puede ser confirmada con el testimonio de (P3-49, comunicación personal, 16 de agosto de 2020), cuando se refiere a la importancia de educar también al hombre en el respeto de la mujer menstruante “la orientación debe ser para hombres y mujeres, para que no se generen como las burlas, para que no nos vean a las mujeres de manera inferior”.

Es así como a partir de los anteriores argumentos expuestos no solo desde los teóricos sino a partir del sentir de las mismas mujeres que enuncian a la menstruación como una condición desventajosa que asume el sexo femenino gran parte de su vida, que se tratará de profundizar en aquellos imaginarios que se lograron identificar y analizar en el transcurso del proceso investigativo, no solo a partir de las creencias, mitos o tradiciones que continúan vigentes, sino mediante el discurso empleado por las mujeres al momento de hablar del tema.

En primer lugar, se ha identificado que el imaginario más perpetuado es aquel que sitúa la condición menstrual del sexo femenino como “cosa de mujeres”, en que se exime al hombre y se construye la complicidad entre ellas, donde la reproducción de códigos secretos para identificar la llegada de la menstruación no son más que el temor que les produce hablar abiertamente del tema delante de los hombres, haciendo de los eufemismos un lenguaje construido por y para las mujeres.

El termino menstruación escasamente utilizado en la población entrevistada, permite evidenciar lo que Tarzibachi (2017) denomina “tecnologías de género” las cuales permiten crear un mundo, pero también omitir aquello que no se quiere nombrar, técnicas que se construyen

para crear una falsa igualdad entre hombres y mujeres, bajo el ideal moderno de a-menstrual, masculino (p. 44).

El texto anterior permite inferir como las tecnologías de género donde yacen las tradicionales; (trapitos artesanales), las de gestión menstrual; descartables, (toallas, protectores, tampones) reutilizables, (copa menstrual) y el lenguaje, (eufemismos), son utilizadas para ocultar un cuerpo socialmente defectuoso y mostrar uno libre de manchas que pueda ser aceptado socialmente.

Aunque estas tecnologías favorecen la vida del sexo femenino, para que se sientan cómodas y seguras en la esfera pública, dichos elementos no son más que el encasillamiento de la mujer menstruante en el constante ocultamiento de su condición, que finalmente solo termina favoreciendo a la industria por el consumo masivo de productos y al hombre que se satisface ante una figura sin mácula, llevando a que la mujer oculte su condición menstrual para exhibirse grata ante los ojos de los demás que no son más que los ojos del sexo masculino.

Situaciones que llevan claramente a ratificar el tabú de la menstruación al posicionar el menstuo en la categoría de lo innombrable, haciendo de los eufemismos un recurso de género que le permite a las mujeres hablar decorosamente de su condición menstrual.

El siguiente imaginario que se logró identificar es aquel que postula “al hombre por su misma condición, como un ser incapaz de comprender a la mujer en su estado menstrual”. Este imaginario se recalcó con mayor fuerza por las mujeres entrevistadas, quienes afirmaron que los varones al no presentar este proceso fisiológico, difícilmente entenderían la situación de las mujeres, ante lo cual prefieren eximir al hombre y que sean las instituciones educativas quienes los eduquen frente al tema.

En la siguiente cita se percibe como el conocimiento en torno a la menstruación en las mujeres se presume normal; no obstante, en los hombres se acentúa la importancia de educarlos en el respeto hacia la mujer menstruante,” (P6-66, comunicación personal, 18 de agosto de 2020) “Yo digo las niñas ya saben, pues a los niños no sé cómo les explicaran los profesores, es importante que se los eduque para que ellos respeten.

Si bien, es mejor evadir el tema con el sexo masculino por suponer que ellos no podrían comprender tal situación, el hecho de querer delegar el tema a los planteles educativos no deja en mejor posición el abordaje del mismo, considerando que la mayoría de mujeres que hicieron parte de la investigación negaron recibir mayor información dentro de las entidades educativas, lo cual se asume como un limitante para facilitar la empatía del hombre frente a la condición menstrual de la mujer

El anterior argumento no busca justificar la discriminación, burlas o irrespeto hacia la mujer menstruante por parte del hombre, porque se sobreentiende que el respeto debe ser un principio de vida; simplemente, se pone en consideración que la sociedad es cómplice del imaginario expuesto, debido a la ausencia estrategias que permitan resignificar el tema menstrual y hablar de una verdadera igualdad entre hombres y mujeres.

De manera análoga se dará paso al “imaginario de rechazo por parte del hombre hacia la mujer en estado menstrual”, este constructo se plantea a partir de evidenciar que las mujeres, pese a no haber admitido algún tipo de rechazo por parte del sexo masculino, se sienten simbólicamente rechazadas. Es difícil aseverar si nunca existió tal rechazo; sin embargo, es posible pensar que dicho constructo sea el reflejo que sienten las mismas mujeres ante un cuerpo descubierto como abyecto.

Lo anterior no descarta el rechazo que pudiese existir hacia la condición menstrual de la mujer, pero ante la ausencia de evidencias se afirma dicho imaginario, que puede encontrar sus raíces en la tradición oral impartida por las mujeres mayores que ven en los hombres fuentes de rechazo a causa del machismo persistente en la sociedad, asimismo un comentario inadecuado puede llevar a generalizar y divulgar la aversión que pueda sentir el sexo masculino ante este proceso fisiológico, o lo que ya se había planteado anteriormente en relación a la inconformidad que le produce a la misma mujer pasar por este estado y lo proyecta ante los demás, para sentirse víctima frente aquello que no es capaz aceptar como parte de sí.

Por otra parte, el hecho de hablar del tema menstrual justo en la menarquia y no antes asiente postular el siguiente imaginario: “el momento preciso para abordar el tema es cuando se presenta el primer sangrado”. Es difícil considerar si este constructo se elaboró debido a la dificultad que implicaba hablar sobre la menstruación, o es la consolidación de un legado que señaló la primera mácula como el tiempo indicado para abordar el tema, lo cierto es que la ausencia de conocimiento frente al menstuo llevó a pensar en cuerpos aparentemente enfermos por sangrar, hasta el momento en que las mujeres mayores deciden dar a conocer que es un estado natural de toda mujer.

El siguiente imaginario que se propone es aquel que sitúa a la “menstruación como sinónimo de reproducción”, cuando las mujeres mayores orientaron en la Menarquia sobre el significado de la sangre, no olvidaron recomendar el cuidado que se debería tener a partir de ese momento por el riesgo de quedar en embarazo, tal como lo demuestra la siguiente cita (P8-68, comunicación personal, 20 de agosto de 2020) “Después ya cuando le conté a mi mamita ya me dijo esto es así y así, usted no puede tener relaciones con hombres”. Si bien la menstruación es la

entrada hacia la etapa reproductiva, esto no significa que solo pueda ser asociada a este estado, la mujer no puede y no debe ser asumida desde fines reproductivos, porque sería subestimar la capacidad que tiene la misma para brindar mayores aportes a la sociedad diferentes a la procreación.

Por su parte, cuando las madres dicen a sus hijas (P4-50, comunicación personal, 15 de agosto de 2020) “ya eres mujercita y de aquí pa arriba hasta donde puedas cuidarte te cuidas”. no es más que la representación del imaginario ya mencionado, asociado al apelativo “hacerse señorita”, título que la sociedad otorga a la mujer para determinar que inicia la etapa reproductiva.

Cabe resaltar, que en el transcurso del proceso investigativo se encontró la persistencia de imaginarios como; “vergüenza y ocultamiento”, fuertemente instaurados en la población indagada, en la siguiente cita se puede distinguir más claramente estos imaginarios representados en la incomodidad que encarna la compra de toallas higiénicas.

Si, pues antes si me daba así pena, vergüenza, uno pues iba calladito o a escondidas, por ejemplo, pues a uno a veces la de la tienda le entregaban así, pero ahí uno entonces llegaba y las escondía, pues así de la gente, de los vecinos, hasta uno de la misma familia, pues era que le daba pena a uno que sepan que uno estaba con el periodo, yo no hago notar de que estoy así con el periodo. (P2-42, comunicación personal, 5 de agosto de 2020)

Es de analizar que en el discurso se afirma que antes le causaba pena tener que adquirir los elementos de gestión menstrual, no obstante, al final dice “yo no hago notar que estoy con el periodo”, lo que lleva a inferir que el imaginario de vergüenza y ocultamiento sigue vigente,

quizás por el temor de verse juzgada ante las miradas de quienes reprochan un cuerpo desagradable por su condición menstrual.

De la misma manera, en la siguiente cita se puede advertir como la compra de elementos de higiene menstrual llevaba a generar una constante sensación de vergüenza, que le impedía sentirse a gusto cada vez que experimentaba esta situación.

Yo iba donde no me conocían, yo decía que han de decir, que, porque compro toallas, me dio pena, yo decía por mí no las comprara, pero como la patrona ella me explicó que tenía que tener la toalla para todos los meses, entonces como yo trabajaba ahí tenía que obedecer, más por obediencia que por mí, por vergüenza, no las compraba, yo por mí seguía utilizando los paños. (P7-67, comunicación personal, 17 de agosto de 2020)

Las anteriores narraciones simbolizan el imaginario de vergüenza, que en definitiva determina el estigma que lleva impreso el cuerpo de la mujer a causa de la menstruación.

Por otra parte, la información suministrada en la caracterización de las mujeres, donde se evidenció que la totalidad de la población indagada pertenece a la religión católica, admite analizar “el imaginario de pecado”, otorgado por la religión a la mujer menstruante desde tiempos históricos, donde citas bíblicas relatan el estado de impureza que encarna la mujer a causa de su condición menstrual, como se encuentra en Levítico 12: 2, “Habla a los hijos de Israel y diles: La mujer, cuando conciba y dé a luz un hijo varón, quedará impura siete días; conforme a los días de su menstruación será impura”, de igual forma más adelante; Levítico 15:24, se halla “Y si alguno duerme con ella y su menstroo lo toca, será impuro por siete días; y toda cama sobre la que duerma será inmunda” (Reina-Valera, 2009).

Las citas anteriores permiten evidenciar que, debido al significante negativo conferido por la religión a la sangre menstrual, el sexo femenino fue visto como fuente de pecado e inmundo por su condición biológica, induciendo a que la misma sea señalada y desacreditada públicamente, situación que en el presente siglo se esperaría sea diferente considerando que el escenario de la mujer en relación a los tiempos de antes ha logrado contar con avances significativos, no obstante, se encontró el siguiente relato:

Después de que se enteraron de que ya tenía mi periodo mi tía me dijo que el día que este con la menstruación no podía ir a la misa, que una mujer no debía ir a la misa cuando estaba así, que era pecado supuestamente y si pues me había hecho la idea (P3-49, comunicación personal, 12, de agosto de 2020)

Relato que permite analizar como la mujer actualmente sigue siendo víctima del discurso religioso que la inscribe como un organismo sucio e indeseable ante los ojos de Dios, concepciones que desde el sexo masculino sirven para resaltar su superioridad y señalar a la mujer como germen de imperfección, creencias que pueden afectar las prácticas de vida de la mujer, si se continúa reproduciendo la condición de pecado a causa de la menstruación.

Capítulo III

Trabajo de Campo con las Niñas y Adolescentes de la Institución Educativa Nuestra

Señora de la Visitación

Los resultados presentados en este capítulo hacen parte de la articulación de entrevistas a profundidad, observación participante y el grupo focal; dentro de este último se desarrollaron las siguientes actividades: actividad gráfica, el juego “educarte es la regla”, y el buzón menstrual.

La actividad gráfica como un medio de lenguaje artístico que llevó a expresar gráficamente la subjetividad personal, en este caso la representación del cuerpo menstrual como un territorio individual lleno de percepciones, sentimientos y temores.

El juego “educarte es la regla”, actividad que permitió a través de la interacción de las participantes, obtener respuestas frente al tema menstrual de manera lúdica, donde la discusión de preguntas, no solo posibilitó el acceso a información, sino que fue asumido por las participantes como una fuente de aprendizaje, logrando así, un acercamiento a los conocimientos e imaginarios que existen alrededor del tema.

Y el buzón menstrual, como un medio de recolección de información personal en donde las participantes depositaban de manera anónima escritos que contenían sus saberes y temores frente a la condición menstrual; cabe resaltar que esta herramienta fue vista con agrado por las participantes al notar que podían prescindir de exponer sus argumentos públicamente.

Las anteriores estrategias, facilitaron la participación de todas las involucradas, es decir, niñas y adolescentes, al brindarles la posibilidad de pronunciarse a través de los diferentes medios utilizados en esta investigación como son: la expresión oral, escrita y gráfica, lo cual permitió acceder a datos relevantes para la investigación.

Asimismo, este capítulo contiene el análisis de los hallazgos encontrados, teniendo en cuenta las variables más significativas como: la edad, el nivel educativo, el ciclo vital de las participantes y la religión. Es de añadir que, aunque se analizaron las variables de estrato y pertenencia a un grupo especial, las mismas no se tuvieron en cuenta en la presentación de resultados al no influir directamente en la percepción que las estudiantes tienen frente al tema

menstrual, los resultados obtenidos no evidenciaron diferencias significativas en las repuestas, independientemente del estrato o grupo al que pertenezcan.

Lo que se Percibió en el Grupo Focal y en las Actividades Implementadas a Nivel Individual

Cuando se realiza la actividad gráfica en el desarrollo del grupo focal para que las niñas y adolescentes puedan plasmar gráficamente su experiencia menstrual, fue posible percibir; temor, vergüenza, miradas perplejas, y un silencio que las acompañaba mientras esbozaban y ocultaban su gráfica. A continuación, se presenta la imagen de las niñas y adolescentes mientras realizaban la actividad.

Figura 5

Elaboración de la actividad gráfica



Fuente: Esta investigación 2020

Es de anotar que dicha actividad también fue implementada con las niñas y adolescentes que se entrevistó de manera individual, encontrando que excepto por tres estudiantes pertenecientes a la religión cristiana quienes evidenciaron mayor pudor, el resto de participantes se mostraron menos incómodas, no se observaban alertas ni expectantes, su atención estuvo concentrada en la realización de la actividad y no tanto en el ocultamiento de su gráfica a diferencia de lo ocurrido a nivel grupal.

Por otra parte, en la realización del juego “educarte es la regla” se evidenció que, la participación de uno de los grupos inicialmente fue escasa, sus integrantes hablaban en voz baja sobre lo que conocían o pensaban del tema, pero se rehusaban a discutir públicamente del mismo, se reían y se sonrojaban cuando se les animaba a participar lo cual, instó a que este grupo escribiera sus respuestas en una hoja para luego darlas a conocer, iniciativa que agradó a niñas y adolescentes, no obstante, momento después, al notar que el otro grupo hablaba sin tanto pudor, prefirieron dejar el papel y hablar del tema, aunque algunas se expresaron más cómodamente que otras, la vergüenza fue una cualidad presente a lo largo de la actividad. A continuación, se presenta una imagen alusiva al juego que se desarrolló con el grupo focal, y también se puede apreciar el buzón menstrual que se utilizó en dicha actividad.

Figura 6

Explicación del juego educarte es la regla



Fuente: Esta investigación 2020

Del mismo modo en la realización de entrevistas fue posible percibir la vergüenza que experimentaban algunas niñas y adolescentes cuando hablaban sobre el tema, se sonrojaban, y en repetidas ocasiones ocultaban su rostro, a pesar que no todas se mostraron incómodas para hablar al respecto, en sus relatos sí daban a conocer la dificultad de abordar el tema en un escenario público que fuese compartido con hombres.

Una vez dado a conocer lo que se percibió en el grupo focal y en las actividades individuales, se continuará con el análisis de los hallazgos encontrados y considerados relevantes para la sustentación del tema en mención. Para esto se presenta inicialmente un árbol de problemas realizado con la información obtenida y que se desarrollara a lo largo de este capítulo.

El árbol contiene tres esferas importantes: la familia, la institución educativa y el Estado, las cuales inciden directamente en los imaginarios que se hallan alrededor de la menstruación al afectar las prácticas de vida de las estudiantes. La primera; desde la transmisión de conocimiento

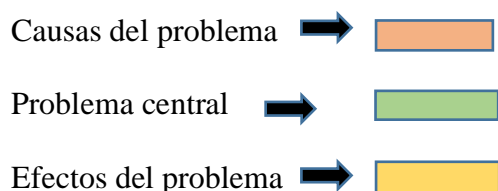
y creencias de generación en generación, la segunda; mediante la escasa información brindada al interior del plantel educativo en el tema menstrual y la última al no ser garante de condiciones estructurales que permitan asumir una menstruación de manera digna.

Esferas que se profundizara a lo largo de este capítulo y que permiten explicar cómo se ve afectada la dignidad humana⁵ de la mujer menstruante, debido principalmente a la ausencia de políticas públicas que impiden el reconocimiento de derechos menstruales para que la mujer pueda entre otras cosas: sentirse a gusto con su cuerpo menstrual, contar con las condiciones materiales que le permitan vivir su menstruación de manera cómoda y segura, pero sobre todo, para que su integridad moral no se vea afectada por burlas o comentarios inadecuados, conductas que hacen parte del rechazo social.

Tabla 3

Árbol de problemas

Convenciones del gráfico.



⁵ La dignidad humana entendida desde Corte Constitucional como (I) autonomía o como posibilidad de diseñar un plan vital y de determinarse según sus características (vivir como quiera). (II) La dignidad humana entendida como ciertas condiciones materiales concretas de existencia (vivir bien). Y (III) la dignidad humana entendida como intangibilidad de los bienes no patrimoniales, integridad física e integridad moral (vivir sin humillaciones). (Corte Constitucional, Sentencia T- 881/02, M.P Eduardo Montealegre Lynett)



A continuación, se empieza a relatar los hallazgos encontrados y que permitirán explicar el anterior árbol de problemas. Esto se hará mediante una narrativa que lleva inmerso la vulneración de la dignidad humana, bajo un discurso fenomenológico que permite comprender la vivencia menstrual no solo a partir de las estudiantes menarcas sino también desde el sentir de aquellas estudiantes consideradas “niñas” por la sociedad pero que ya encarnan una percepción frente al tema.

El Papel de la Institución y la Familia en la Trasmisión de Conocimientos Frente al Tema Menstrual en las Niñas y Adolescentes de la Institución Educativa Nuestra Señora de la Visitación

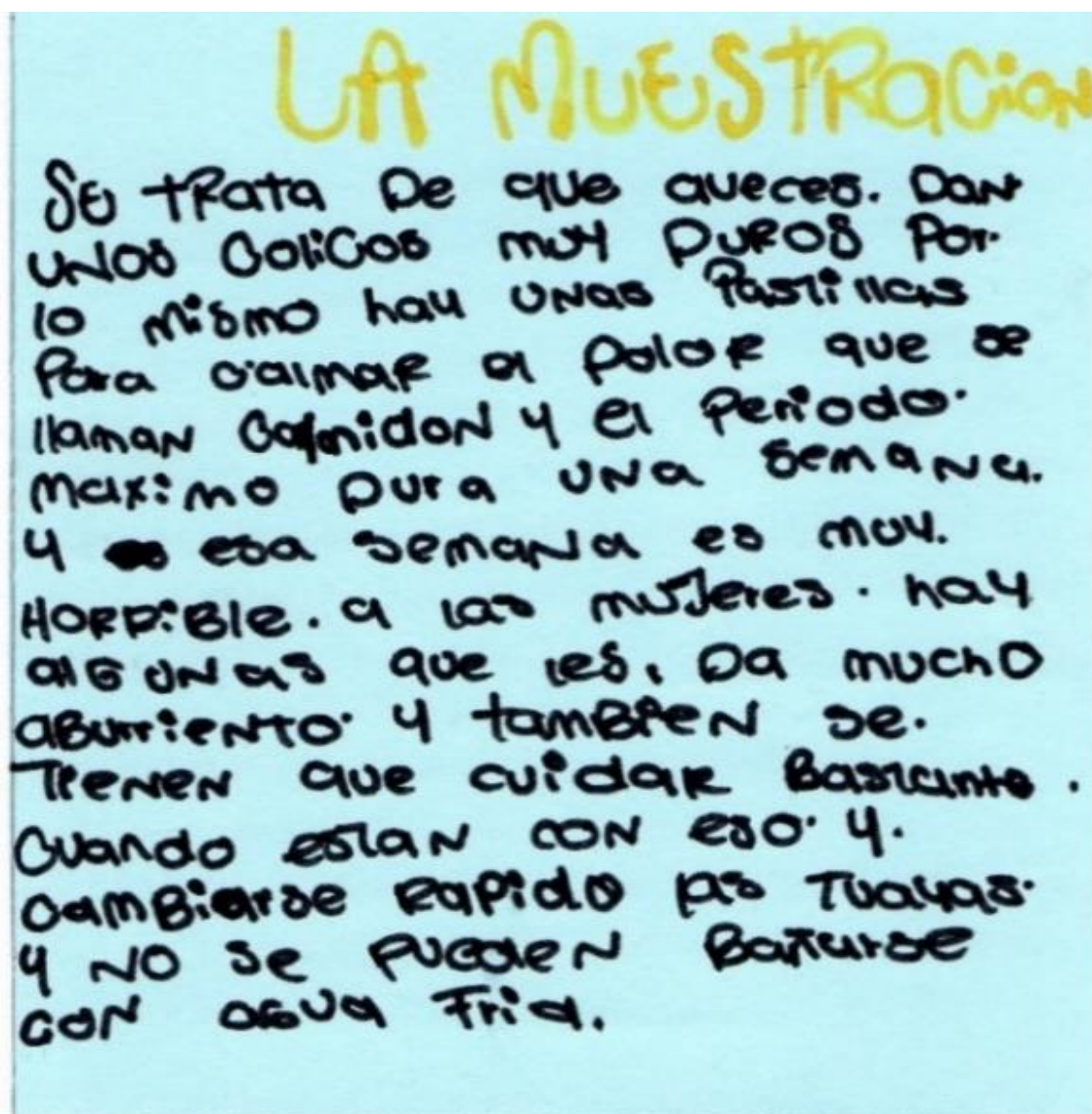
En primera instancia, se encontró que las niñas de los grados seis uno y seis dos, con edades entre los 11 y 12 años, presentan menor claridad sobre el tema menstrual, es de agregar que siete de las nueve niñas abordadas en los grados sextos no presentaban su menarquia, por su parte, los grados séptimo y octavo conformados por adolescentes con edades que oscilan entre los 12 y 16 años, se encontró que, si bien presentan mayores nociones frente al tema por su condición menstrual, (solo una estudiante de grado séptimo negó haber presentado su menarquia), tampoco cuentan con la información suficiente que les lleve generar autoconocimiento de su propio cuerpo.

Los conocimientos adquiridos por las niñas y adolescentes se encontraban alrededor de; ser una condición normal de la mujer, que está directamente asociada a los cólicos menstruales y algunos cambios de humor, se enfatiza en el cambio oportuno de los elementos de protección menstrual, además de algunas creencias. En la siguiente grafica se puede observar de mejor

manera las situaciones mencionadas cuando la población abordada responde a la pregunta ¿Qué es la menstruación?

Figura 7

Saberes sobre la menstruación



Fuente: Esta investigación 2020

Cuando se analiza en la figura siete la expresión “cambiarse rápido las toallas”, enunciado persistente en varias participantes, y utilizado para hacer alusión a la gestión menstrual, el mismo puede adquirir una connotación más profunda si se tiene en cuenta que la construcción social de la mujer menstruante ha hecho que no solo sea vista diferente, sino que se asuma como un ser diferente, razón por la cual no logran sentirse cómodas con su fisiología menstrual, debido a la identificación con un cuerpo socialmente asumido como sucio y desagradable.

Por lo cual se busca incesantemente el ocultamiento de la macula tras el repetido cambio de elementos de protección catamenial que le ayuden a disimular el menstuo y pasar por desapercibida en los diferentes contextos, evidenciando así un posible rechazo hacia su misma condición que limita los nexos que fortalezcan su identidad.

Igualmente, a partir de la gráfica siete junto con otras apreciaciones, se logró identificar qué las niñas que aún no presentan su menarquia, no tienen precisión respecto a información básica como: que es el ciclo menstrual, que son los periodos regulares e irregulares, encontrándose incluso un testimonio que refería ser 15 días los que debe durar la menstruación. Por su parte, las adolescentes menstruantes tienen certeza respecto al tiempo de duración del menstuo debido a su propia experiencia, sin embargo, frente a los elementos de higiene, una adolescente expresó “una toalla higiénica aguanta un día entero”. Si bien, la cantidad de flujo varía en cada mujer es importante tener en cuenta lo siguiente:

No importa si tu flujo es poco, moderado o abundante: las toallas femeninas deben cambiarse aproximadamente cada cuatro horas, como máximo. Es necesario que tengas en cuenta que, aunque la toalla parezca estar limpia o seca, la sangre que va eliminando

tu cuerpo va siendo encapsulada. Al acumularse, de igual manera se van reproduciendo los microorganismos que pueden causar infecciones y dañar la salud. (González, 2020)

La cita anterior, debería hacer parte de los conocimientos básicos adquiridos por toda mujer, al hacer parte de una vida menstrual saludable, asimismo el conocer la composición de dichos elementos, por los daños que puedan causar a la salud física de la mujer, no obstante, son evidencias que exteriorizan los limitados conocimientos transmitidos en niñas y adolescentes frente al tema al interior de la familia y la institución educativa.

Aspecto corroborado por las niñas y adolescentes, quienes afirman no haber recibido mayor información sobre el tema menstrual, como tampoco haber presenciado campañas al interior del plantel educativo, además, ellas manifiestan sentirse inseguras en el colegio cuando están con su menstruación, inclusive aquellas que aún no presentan la menarquia afirman que no es un escenario en el cual se sentirían cómodas.

Respecto a lo anterior, las niñas de grado sexto argumentan que tal situación se debe a una infraestructura sanitaria que no cuenta con las condiciones adecuadas que faciliten la gestión menstrual, esto a causa que las unidades sanitarias que utilizaban se encontraban deterioradas, incluso tres de las cinco unidades permanecieron sin puertas por bastante tiempo, solo poco antes de la calamidad sanitaria lograron reparar dos de ellas, aunado a ello, carecen, o al menos desconocen de la existencia de un botiquín que les permita acceder a toallas higiénicas en caso de una emergencia, y analgésicos para aliviar los cólicos menstruales.

Ante esto, los docentes se ponen en contacto con los padres de familia para que asistan al plantel y recojan a sus hijas, además, es significativo dar a conocer que según manifestaron todas las estudiantes, el 28 de cada mes, no hay servicio de agua porque esta fecha se realiza el lavado

de tanques, situación que restringe el uso de las unidades sanitarias, llevando reflexionar la difícil situación que tienen que vivir las niñas y adolescentes en especial cuando están con su menstruación.

Las anteriores situaciones evidencian la necesidad de implementar políticas públicas que garanticen el reconocimiento de derechos menstruales que según Tijaro (2021) son derechos fundamentales que deben garantizar una práctica menstrual informada, saludable, digna, libre de toda violencia y estigmatización, garantizando que las mujeres tomen decisiones autónomas sobre sus cuerpos y experiencias menstruales (P.202).

En cuanto al papel de la familia en la transmisión de conocimiento, se encontró que está se realiza especialmente por las madres, a quienes se atribuye los saberes y creencias adquiridos frente al tema, además, son la principal fuente de apoyo y acompañamiento que tienen las niñas y adolescentes cuando se presenta esta condición. No obstante, la mayor parte de las estudiantes que hicieron parte del proceso investigativo sugirieron la intervención de los docentes frente al tema, en especial las niñas del grado sexto.

Petición que se deriva por una experiencia que advirtieron en el aula de clases cuando una compañera manchó su uniforme, medias y silla, en donde según refieren, se observó que mientras algunas estudiantes intentaban colaborarle a su compañera, la mayoría de varones se burlaban de la situación presentada. Acontecimiento que según las niñas se habría evitado si su compañera hubiese contado con su madre o la orientación de una docente que le apoye en el manejo de la gestión menstrual, pero, como la misma solo tenía papá, asumían que no poseía los conocimientos necesarios para afrontar esta situación, haciendo que todos los meses sea ridiculizada públicamente, situación que terminó cuando la niña se retiró de la institución.

Continuando con los conocimientos adquiridos por las estudiantes, la gráfica siete junto con las apreciaciones realizadas por otras participantes permiten inferir que la menstruación está estrechamente relacionada a cólicos menstruales y cambios emocionales; es de anotar, que dichos síntomas se manifiestan en algunas mujeres por el cambio hormonal que ocurre en la fisiología femenina a partir de la menarquia, no obstante, dependiendo de la complejidad de los signos y síntomas pueden darse diagnósticos como: el Síndrome Premenstrual (SPM) y el Trastorno Disfórico Premenstrual (TDPM) cuando se aumenta el grado de intensidad, los cuales hacen parte según Zanin et al. (2011), de “La primera descripción de un conjunto de cambios de humor y comportamiento asociados a la fase lútea, realizada en 1931 por Robert Frank” p. 109.

Volviendo al malestar físico y emocional identificado por las estudiantes, se puede señalar que, además de ser una constante que se mantuvo a lo largo del proceso investigativo, esta situación fue percibida por las estudiantes de grado séptimo y octavo de manera negativa, al afectar su dinámica diaria en los diversos contextos, como ellas mismas lo refirieron en su momento; *estos días no logran sentirse bien más que consigo mismas*, y lo que según Gray, (1994), difícilmente se logra superar considerando que solo se asiste los síntomas físicos, cuando en realidad lo que mayor afectación causa es la incomprensión social al hecho de ser mujer.

Hay muchas mujeres que sufren tanto mental como físicamente durante la menstruación, sin embargo, la ayuda que se les proporciona suele estar destinada sólo a combatir los síntomas. Pues la causa en sí de su malestar, que obviamente es el hecho de ser mujer, no puede remediarse. (p. 11)

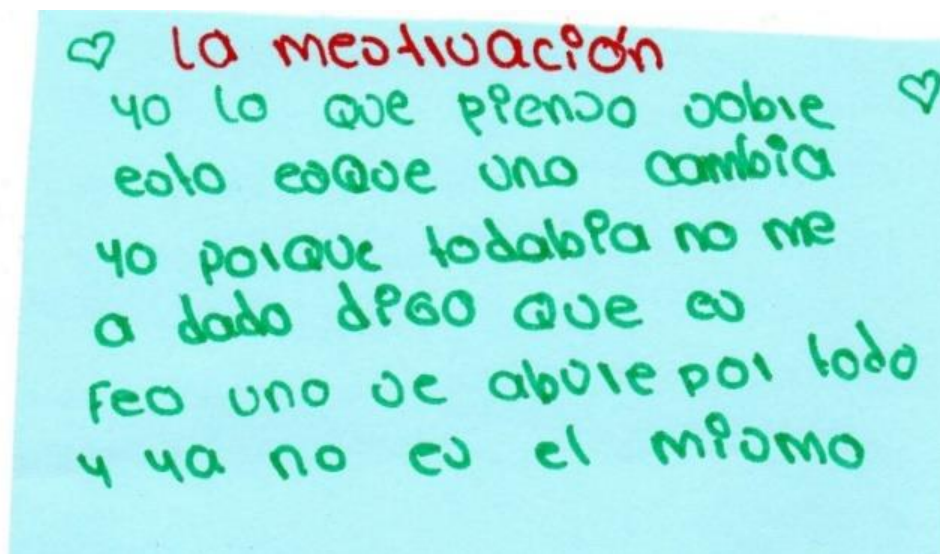
Situación que admite comprender, como niñas y adolescentes a pesar de mirar en las afectaciones físicas y conductuales un factor negativo de su práctica menstrual, la mayor

incomodidad se encuentra en que la esfera pública advierta su cuerpo menstrual, esto, a causa de que la sociedad no ha permitido la resignificación del tema, para que las mujeres dejen de asumirse como seres desagradables cuando están con la menstruación, llevando a influir no solo en la praxis sino en la identificación con un estereotipo de mujer a-menstrual, imagen vendida y requerida por una sociedad machista, que ha terminado por influir en la aceptación personal de muchas mujeres que terminan siendo víctimas de su propia condición.

Las connotaciones negativas atribuidas a la sintomatología menstrual por las adolescentes menstruantes no se alejan de las referidas por las estudiantes de grado sexto y una de grado séptimo que aún no presentan su menarquia, quienes pese aun no haber experimentado este proceso fisiológico de la mujer, aducen el mismo significado desagradable como se puede apreciar en la gráfica siguiente.

Figura 8

Sentir de una niña no menstruante



Aunque los síntomas físicos y emocionales presentados en la menstruación son una realidad vivida por las mujeres, no todas pueden llegar a experimentarlos, no obstante, las percepciones negativas atribuidas por algunas participantes no menstruantes hacia la sintomatología menstrual pueden encontrar su justificación en la transmisión de conocimientos de madres a hijas, quienes según las estudiantes son los principales entes que han brindado información, y las cuales se presume proyectan y emiten su misma experiencia a su descendencia.

Una vez dado a conocer los conocimientos adquiridos por las estudiantes frente al tema y el papel que ha desempeñado la institución educativa y la familia en la transmisión de los mismos se procederá con el análisis de los imaginarios identificados.

Análisis de los Imaginarios Encontrados Alrededor del Tema Menstrual en las Niñas y Adolescentes de la Institución Educativa Nuestra Señora de la Visitación

El primer imaginario que se abordara es el de “vergüenza”, las figuras que se exhiben a continuación son la representación de dos adolescentes respecto a cómo se sienten cuando están en sus días menstruales, donde se observa la vergüenza e inseguridad que experimentan.

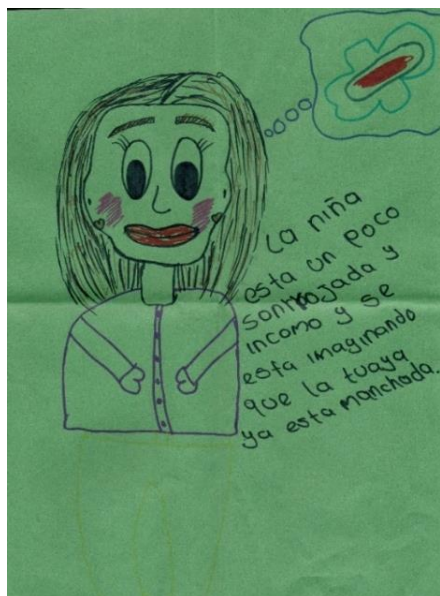
En la imagen número nueve, vergüenza por el hecho de pensar que ya mancho su toalla, sensaciones que, si bien son subrayadas por ella misma, se refuerzan al observar los rasgos esbozados en el semblante. Por su parte, la gráfica diez expresa el malestar que le causa su condición menstrual no solo mediante la representación de los rasgos físicos del rostro, sino también de forma escrita por medio de la nube que se encuentra a su lado.

Figura 9

Sentimientos de vergüenza

Figura 10

Sentimiento de Incomodidad



Fuente: Esta investigación 2020



Fuente: Esta investigación 2020

Las gráficas anteriores son pruebas visibles de los sentimientos de vergüenza e incomodidad, transmitidos por poseer un cuerpo del cual no tienen control, que las expone continuamente a la mancha y lo que, desde Gray, (1999), se ha convertido en un estigma que situa a la naturaleza de la mujer como algo incontrolable.

El estigma social atribuido al sangrado de la mujer es que es incontrolable. De hecho, si se permite sangrar libremente, sin encubrimientos, se hace consciente de que no puede hacer que el flujo se detenga; es tan inevitable como el surgimiento de las energías asociadas a la menstruación. Por este motivo lo que debería constituir un símbolo natural de la belleza del ciclo femenino se ha transformado en un estigma que recuerda a la sociedad que la naturaleza de la mujer es incontrolable e irrefrenable. y en consecuencia ha llevado a que se la considere inferior y degradante. (p.92)

Estigma que ha hecho del sexo femenino un ser inseguro y dependiente de unos elementos de protección catamenial, que le permiten sobrellevar el imaginario de vergüenza

inscrito como una marca contundente de la condición menstrual de la mujer, el cual fue posible encontrarlo en la mayoría de esbozos que realizaron las estudiantes de los diferentes grados, y que esta correlacionado con un sentimiento de inadecuación personal fruto de la desidentificación del cuerpo menstrual.

Dicha desidentificación desde Tarzibachi (2017) fue superándose mediante el uso de tecnologías de ocultamiento que permitieron normalizar el cuerpo menstrual, y desidentificarnos de un cuerpo descontrolado, un cuerpo al que le ganaba la sangre y avergonzaba al ser (p.197).

Las tecnologías de ocultamiento contribuyen para que las mujeres sigan percibiendo su condición menstrual como un hecho desagradable y vergonzoso, incidiendo de esta manera en la articulación, identidad - cuerpo menstrual, como lo señala Tarzibachi (2017). “Los “protectores femeninos” las ayudaron a enmascarar efectivamente los indicios de su condición menstrual y pusieron cierta distancia entre su identidad y ese proceso fisiológico a través de la lógica de lo desechable” (p.135).

Las tecnologías menstruales no solo inciden en las prácticas de vida del sexo femenino, sino que impiden superar la percepción negativa frente al tema, en especial cuando la industria continúa lucrándose a costa de la vergüenza, inseguridad y malestar que experimenta la mujer en estos días para vender productos de higiene, que la hacen “aceptable socialmente⁶.

La propaganda que se exhibe en la siguiente imagen, así como muchas otras que se presentan por los diferentes medios de comunicación, muestran como la comercialización de productos de higiene menstrual, promueven una falsa seguridad en las mujeres, bajo el discurso

⁶ La aceptación social según Monjas et al. (2005) es entendida como el grado en que un niño es querido y aceptado o rechazado en su grupo de iguales.

instaurado por ellos mismos, donde se presenta la sangre menstrual como un fluido sucio, desagradable y de mal olor, generando necesidad hacia estos elementos que solo realizan una función de enmascaramiento, porque la verdadera seguridad que ellas necesitan se encuentra en la aceptación personal pero también en la que la sociedad le pueda brindar.

Es oportuno rescatar que la información que presentan las estudiantes frente a las tecnologías de gestión menstrual, fue adquirida en parte por las madres de familia, pero también por los medios de difusión masiva, se resalta el testimonio de una niña de 11 años de edad de grado sexto quien refiere “mire ahí en la televisión que habían creado un panti para distintos interiores, que son ajustables y que tienen tres centímetros más grandes” (P21-11, comunicación personal, 24 de noviembre de 2020).

Figura 11

Eslogan de la marca Nosotras



Fuente. Metro Ecuador, (2019).

Es de resaltar que lo referido en torno al uso de tecnologías menstruales, no es empleado como una forma de desacuerdo, considerando que estas contribuyen a solventar una necesidad fisiológica de la mujer, sino que se busca reflexionar sobre el imaginario de vergüenza

instaurado en la sociedad y reforzado por campañas publicitarias que promueven la menstruación como una condición desagradable que la industria productora de estos elementos ayuda a disimular, constructo que difícilmente puede ser superado cuando el estereotipo de mujer deseado no logra identificarse con un cuerpo destinado a sangrar todos los meses por el esquema mental ya instaurado.

El siguiente imaginario es la “menstruación como asunto de mujeres”, este se encuentra más consolidado en las niñas de grado sexto, quienes fueron contundentes cuando expresaron que el tema de la menstruación se lo debería tratar en secreto por las siguientes razones; “a los hombres no les interesa”, “como no les viene no hay necesidad” o también como dice Juliana “solo para mujeres porque los hombres lo saben ver raro, una vez la profe dijo que las niñas tenían eso y todos los niños miraban y una niña que ya tenía le daba vergüenza y se tapaba con el maletín” (P21-11, comunicación personal, 24 de noviembre de 2020).

Situación que hace del uso de eufemismos como: la regla, el periodo, el andres, la fecha, la fiesta, la visita, una forma de enmascaramiento que le permiten a la mujer pasar por desapercibida delante de los hombres, asimismo dicha estrategia puede asumirse como una forma de protegerse a sí mismas de la incompreensión social, pero también como el lenguaje que la mujer emplea para ratificar a la menstruación como un acto desagradable y vergonzoso para la sociedad.

Es de añadir, que algunos eufemismos hacen parte de la transmisión de conocimientos que recibieron algunas estudiantes por parte sus madres, tal como lo manifiesta Cifuentes en la entrevista que se le realizó.

Mi mami me sabe decir, que cuando esté una persona y vaya hablar de la menstruación hay que decirle regla, porque a veces puede ser malo, y mi mami siempre me dice que cuando pase un hombre que hay que decirle regla, no hay que decirle menstruación porque ellos se saben burlar y si se le dice regla ellos no se pueden burlar de una mujer. (P20-12, comunicación personal, 26 de diciembre de 2020)

El carácter privado otorgado a la menstruación sigue vigente en la mayoría de la población abordada, importante en este aspecto citar el caso de tres estudiantes; una niña 12 años de edad y dos hermanas, una de 11 y otra de 13 años, quienes se reconocieron practicantes de la religión cristiana, en ellas el tabú menstrual fue más evidente que el identificado en otras estudiantes, se empezara por narrar que inicialmente al hacer contacto telefónico con la madre de las hermanas, la misma aceptó se les realice la entrevista, no obstante, después cuando se le llama a confirmar la cita, aduce que una de sus hijas se niega porque le da mucha vergüenza, pero que intentara persuadirla, finalmente cuando se realiza las entrevistas, se encontró en ambos casos renuencia hablar del tema en un escenario compartido con hombres, refiriendo incluso que es un tema que se aborda solo a nivel familiar, porque es algo muy íntimo, y si se habla del mismo solo debe hacerse entre mujeres.

El tabú de la menstruación también fue visible cuando las hermanas realizaban su actividad gráfica, donde a pesar de estar en un espacio privado ocultaban su grafica la una de la otra, y cuando el padre de ellas aparece solo un momento para salir de la casa, el temor que experimentan se refleja en su rostro, y en el afán de que el mismo no se percate del dibujo que realizaban. A continuación, se presenta la gráfica de las hermanas cuando realizan la actividad.

Figura 12

Elaboración de la actividad grafica

Fuente: Esta investigación 2020

Asimismo, en el caso de Natalia una estudiante de 12 años de edad se percibió que durante la realización de la entrevista estuvo nerviosa y muy avergonzada, su tez blanca hacia más evidente sus mejillas sonrojadas y dicha situación también fue perceptible tanto en sus escritos como en la actividad gráfica que realizó. En cuanto a la posibilidad de orientar a los hombres frente al tema, al igual que las hermanas coincide en que solo se debe hablar con las niñas argumentado que, “a las mujeres es a las que nos baja y sería demasiado incomodo que se aborde el tema con ellos”.

Se resalta estos casos debido a la especial reserva y negativa de abordar el tema en un escenario público, esto no quiere decir que fueron las únicas en las que se evidenció esta situación, sino que en ellas el carácter privado otorgado al tema y la renuencia para abordar el mismo dentro de la institución educativa, se resaltó con mayor vehemencia, al considerar que es un espacio inapropiado en el cual no se sentirían cómodas. Lo anterior, también admite reflexionar que la práctica de la religión que profesan las mujeres, incide de alguna manera en el carácter de mayor reserva frente al tema.

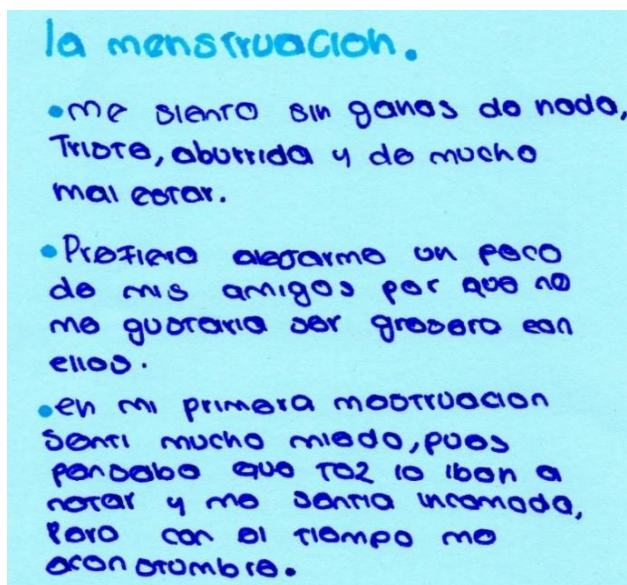
Situaciones que han llevado a que algunas niñas y adolescentes prefieran seguir asumiendo el tema de manera privada, porque como refirieron: *solo a ellas les concierne*, ya sea, porque su misma experiencia les ha indicado que esa es la mejor forma, o por temor a ser víctimas de su propia condición. Lo que denota que la potestad que todavía tiene el tema menstrual para ser asumido desde la privacidad es innegable.

Ahora continuaremos con el imaginario de “rechazo hacia la condición menstrual de la mujer”. Las gráficas siguientes relatan la experiencia de dos adolescentes que evidencian no solo la incomodidad que encarna su condición, sino el aislamiento que practican para afrontar este proceso fisiológico, incluso en la figura 14 en la parte inferior se hace mención a la baja autoestima, considerada una consecuencia que experimentan las personas que han sido rechazadas.

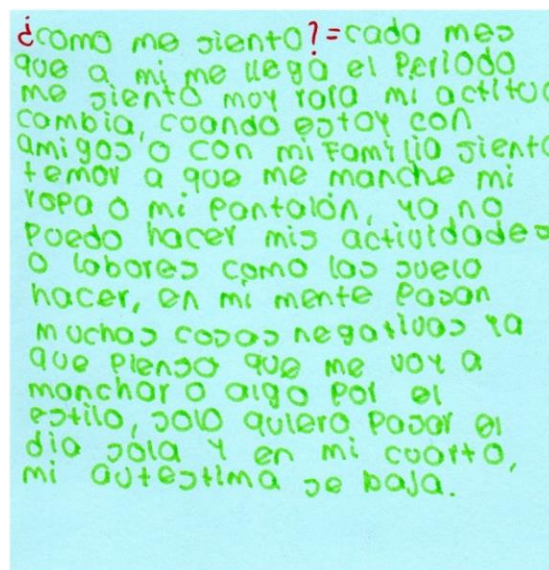
Figura 13

Figura 14

Sentir de una adolescente con su menstruación Sentir de una adolescente con su menstruación



Fuente: Esta investigación 2020



Fuente: Esta investigación 2020

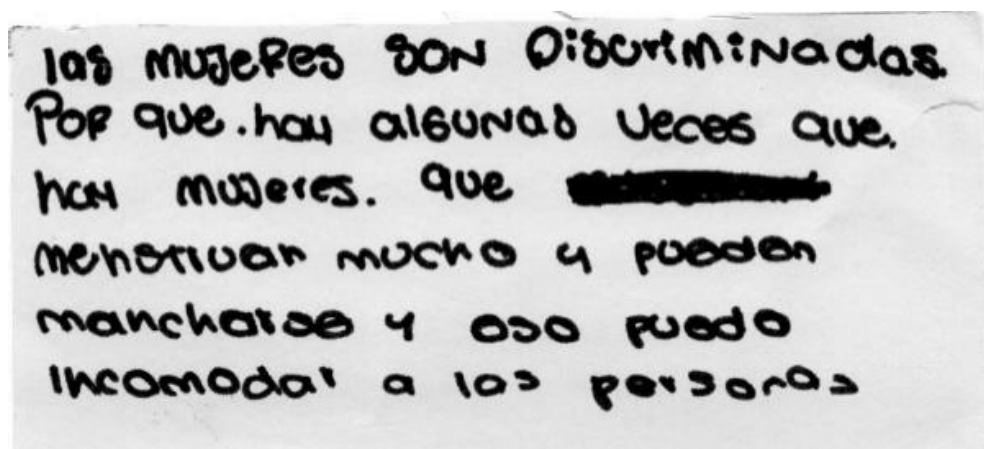
Al igual que las figuras anteriores, la mayoría de dibujos realizados a nivel individual y grupal, permiten visualizar que la condición menstrual de la mujer es asumida de manera privada, donde el aislamiento es utilizado por niñas y adolescentes como una estrategia de afrontamiento para tratar de sobrellevar los efectos de la misma, lo cual, les permite apartarse de las miradas, burlas o incomodidad, de las cuales puedan ser víctimas si los demás descubren su cuerpo menstrual, pero aludida situación también puede abordarse desde el rechazo simbólico⁷, como una práctica inconsciente de exteriorizar que la condición menstrual de la mujer es reprochada socialmente, al no encontrar en el escenario público las herramientas ni la comprensión social que les permita asumir esta etapa lejos de la clandestinidad.

⁷El rechazo simbólico tomado desde Valdivia (2014), Es simbólico porque su objetivo principal no es “incidir en los cambios de comportamiento” de quienes están involucrados, sino comunicar “al resto de la población” que esas actividades son indeseables en la sociedad. (P. 252)

Por otra parte, si bien, la mujer cuenta con tecnologías de ocultamiento para sobrellevar y pasar por desapercibidas los días menstruales, siempre existirá la posibilidad de verse expuestas ante los demás, situación que se percibe por las niñas y adolescentes como un acto posible de discriminación, al ser una situación que puede incomodar a las demás personas, como se aprecia en la figura siguiente:

Figura 15

Aspectos que negativos de la condición menstrual



Fuente: Esta investigación 2020

Frente a la situación expuesta en la figura 15, es oportuno reflexionar si en ella la frase “incomodar a las personas” abarca a la sociedad en general (hombres y mujeres) o se utiliza sutilmente para hacer referencia al sexo masculino. Es preciso detenerse en esta frase puesto que cuando las estudiantes afirmaban sentir incomodidad para abordar el tema en un escenario público, cuando se les pedía enfatizar si la misma era causada por hombres y mujeres, ellas acentuaban que hacían referencia al sexo masculino. Importante en este caso considerar a Tarzibachi (2017), cuando menciona que la sangre menstrual avergüenza cuando es vista desde

una mirada masculina, que se encuentra en todas partes y en ninguna, pero que finalmente no es una mirada exclusiva de los hombres, sino que es una mirada cultural, que puede ser encarnada por cualquier ser humano (p. 195).

Dicho argumento lleva a comprender que el estigma en el cuerpo menstruante, no involucra únicamente al hombre, aunque su mirada es lo que causa mayor vergüenza, lo que termina condenando el cuerpo menstrual es la sociedad en su conjunto, donde la mujer, a pesar de ser sujeto de discriminación ha servido de cómplice para que esta se mantenga oculta o mejor dicho en el “closet”⁸ bajo el supuesto de un hecho normal, que debe esconderse de la sociedad como aquellos que también son despreciados por tener una orientación sexual diferente a continuación se presenta la cita de Young, (2003, citado por Tarzibachi, 2017).

Parece adecuado, entonces, decir que, en nuestra sociedad normativamente masculina, supuestamente igualitaria en términos de género, una mujer que menstrua es *queer*. Al igual que otros *queers*, el precio que una mujer paga para parecer normal es permanecer en el closet como menstruante. (...) Al posicionar a la menstruación bajo metáfora de clóset, busco afirmar una conexión entre este aspecto particular del estigma relacionado con las mujeres y el que soportan aquellos que son despreciados por su sexualidad.

(p.167)

Así como aquellos(as) que ocultan su verdadera orientación sexual por temor al rechazo social, la practica menstrual también es equiparable con esta situación, considerando que cada mes la mujer se ve en la necesidad de ocultar su verdadera identidad, muchas de ellas cambian su

⁸ Closet expresión utilizada normalmente para referirse al ocultamiento de la orientación sexual, en este caso se utiliza para hacer referencia al ocultamiento de la menstruación bajo el discurso de “algo normal” tomado desde Young (2003, citado por Tarzibachi, 2017)

forma de vestir, de actuar y hasta de relacionarse, como si tuvieran que habitar en un cuerpo que no les corresponde, porque realmente no logran identificarse con él, haciendo que su praxis menstrual sea vivida desde el “closet”, al llevar impreso un discurso excluyente que propende por un cuerpo libre de manchas.

El tener que asumir una vida en el closet, ratifica el imaginario de rechazo hacia la condición menstrual del sexo femenino, percibido también como discriminación. Las siguientes figuras representan mejor dicho imaginario, donde las respuestas que asumen las niñas y adolescentes se reflejan en llanto, sentimientos de tristeza y distanciamiento respecto al hombre.

Figura 16

Imaginario de rechazo



Fuente: Esta investigación 2020

Figura 17

Imaginario de rechazo



Fuente: Esta investigación 2020

Las gráficas presentadas anteriormente exteriorizan el temor que experimentan las estudiantes cuando los hombres se percatan de su estado menstrual, mientras ellos son esbozados con semblantes alegres y en actitud de burla, el rostro de la niña de la imagen 16 se percibe lleno de lágrimas, asimismo el rostro de la imagen siguiente se aprecia algo molesta e incómoda, esbozos que corresponden a sentimientos que se asocian al rechazo social, el cual según Becerra, et al. (2013), “puede manifestarse de forma activa, por ejemplo mediante conductas como la ridiculización las ofensas o las burlas, o puede manifestarse en formas pasivas mediante conductas indirectas tales como ignorar o desestimar”(p.11).

Teniendo en cuenta lo anterior, el rechazo hacia la condición menstrual de la mujer se hace más evidente en la población abordada, considerando que la información obtenida mediante las entrevistas a profundidad, los bosquejos y las respuestas en el juego grupal, apuntaron que tanto la población que aceptó haber evidenciado alguna escena incomoda como aquellas que no, son congruentes al percibir la menstruación como un factor de discriminación, pues si bien no todas lo reconocieron abiertamente, incluso algunas argumentaron que las mujeres no pueden ser discriminadas por ello, sus discursos frente a abordar el tema públicamente recalcaban la incomodidad a la que se verían expuestas si esto ocurría, situación que confirma lo expuesto anteriormente, sienten temor de verse avergonzadas e incómodas dentro de un colectivo que incluya al sexo masculino, por tanto, prefieren abordar el tema en un ambiente privado el cual las aleja del rechazo que conscientemente se niegan aceptar.

El siguiente imaginario que se abordara es: “El hombre por su misma condición es incapaz de comprender a la mujer en su estado menstrual”. Este constructo surge como respuesta

a un legado cultural que ha eximido al hombre y ha hecho de la práctica menstrual un asunto privado que únicamente logra ser comprendido por el sexo femenino.

La negativa por parte de algunas estudiantes respecto a recibir una orientación compartida con hombres bajo el supuesto de “a las mujeres es a las que nos baja” o “ellos que tienen que ver ahí” son argumentos que ratifican el carácter íntimo del tema, el cual solo debería ser participado por sus iguales, quienes se supone encarnan lasos de empatía debido a su experiencia compartida. De igual manera, dichas expresiones además de llevar impreso una transmisión heredada desde hace mucho tiempo atrás por las mujeres mayores, son el resultado de las pruebas fácticas de rechazo, burlas y discriminación que han escuchado, presenciado, o incluso han sido víctimas, justificando con ello la reproducción del ideal de incomprensión por parte del sexo masculino frente al tema.

Por su parte, el sexo se convierte en un factor importante no solo para abordar el tema, sino para sentir empatía hacia la condición menstrual. En la figura 18 que se presenta a continuación, se puede observar la percepción de una estudiante frente a la afinidad de tratar el tema entre mujeres, situación que admite postular que el hombre por ostentar una fisiología a-menstrual podría asumir una conducta apática y hasta discriminatoria, lo que precisa que se relegue el tema del ámbito público para vivir y compartir la praxis menstrual de manera personal.

Figura 18

La menstruación una experiencia de mujeres

Figura 19

La menstruación una experiencia de mujeres

pienso que la actividad me
parece muy bien ya que es
con mujeres que explican
muy bien y podemos estar
en confianza y logramos
entender muchas cosas y
podemos interactuar
entre nosotras como
mujeres y ya tenemos
una muy buena
inserción acorde al
tema.

Fuente: Esta investigación 2020



Fuente: Esta investigación 2020

Por su parte, la gráfica 19 es una prueba empírica más, del temor que reflejaron sentir las niñas y adolescentes de la institución educativa respecto a que su cuerpo menstrual sea puesto en evidencia, donde si bien en la imagen del lado izquierdo se ve preocupada por si esta manchada y alguien lo noto como refiere en sus escritos, en la imagen de la derecha se percibe sola ante la mirada de sujetos, escena que refleja temor porque los ojos masculinos causantes de mayor vergüenza logren percatarse de su estado menstrual, miedo que puede ser explicado por el imaginario de incompreensión instaurado culturalmente en la sociedad que relega al hombre de la práctica menstrual y lo condena al desconocimiento, pero también confina a la mujer a vivir en el continuo ocultamiento de su condición.

El constructo que se ha referido hasta el momento lleva a plantear dos posibilidades; la primera, excluir al hombre frente al tema, la cual perpetuaría el tabú de la menstruación y la segunda, la inclusión del mismo en el aprendizaje conjunto, esta última podría contribuir a superar la apatía consolidada desde tiempos remotos.

El imaginario siguiente es “menstruación como sinónimo de reproducción”. Cuando la población abordada relacionó el menstuo con significaciones como: “la menstruación permite a la mujer tener hijos, la sangre es buena porque se puede quedar en embarazo o sirve para tener bebés” es porque le ha atribuido al cuerpo menstrual la capacidad reproductiva que admite experimentar la maternidad, sin embargo dichos argumentos pueden asociarse a diferentes connotaciones, por ejemplo; a un discurso machista que cosifica a la mujer al situarla como un medio de procreación para la preservación de la especie, supuesto que se compara a lo manifestado por Beauvoir (1949) “en 1818, un sabio inglés escribía: «Las mujeres no solamente no son la raza, ni siquiera la mitad de la raza, sino una subespecie destinada únicamente a la reproducción.»” (p.60).

De igual manera, dicho constructo puede estar vinculado a la transmisión de conocimientos de madres a hijas, o aquellos adquiridos desde el plantel educativo, pues según refirieron las estudiantes de los diferentes grados, la información que recibieron frente al tema menstrual se realizó mediante una sola clase, la cual estuvo enfocada a explicar la implicación que tiene el menstuo en el proceso reproductivo de la mujer.

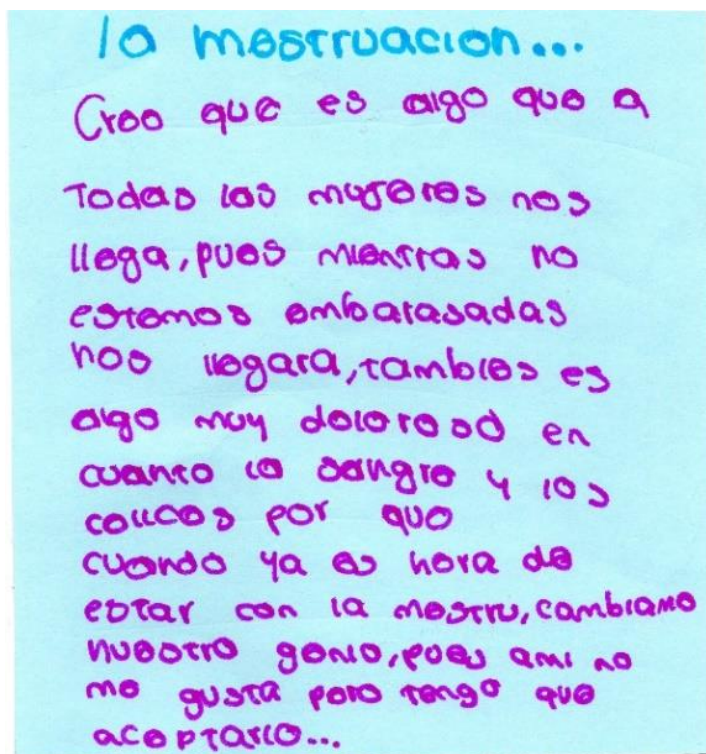
Este imaginario, también admite reflexionar sobre la sinonimia entre menstuo y fertilidad, teniendo en cuenta que la información obtenida reproduce la idea, que una mujer menstruante con una vida sexual activa puede quedar en embarazo, relato que carece de veracidad, considerando que no todas las mujeres que menstrúan ovulan lo que se conoce como Anovulación, asimismo, no todas las mujeres menstrúan, esta última afirmación es pertinente tenerla en cuenta porque la mayoría de niñas y adolescentes consideraron que efectivamente

todas las mujeres lo hacen, desconociendo que quienes presentan desequilibrios hormonales o trastornos de alimentación como la anorexia pueden presentar amenorrea.

Las imágenes que se presentan a continuación son las respuestas de dos estudiantes respecto al conocimiento que ellas han adquirido frente al tema menstrual, mediante aquello que les han inculcado, enseñado o escuchado. En ambas imágenes es perceptible dicho constructo, en la primera como un signo para avisar que no hay fecundación, y en la siguiente para comunicar un estado de fertilidad.

Figura 20

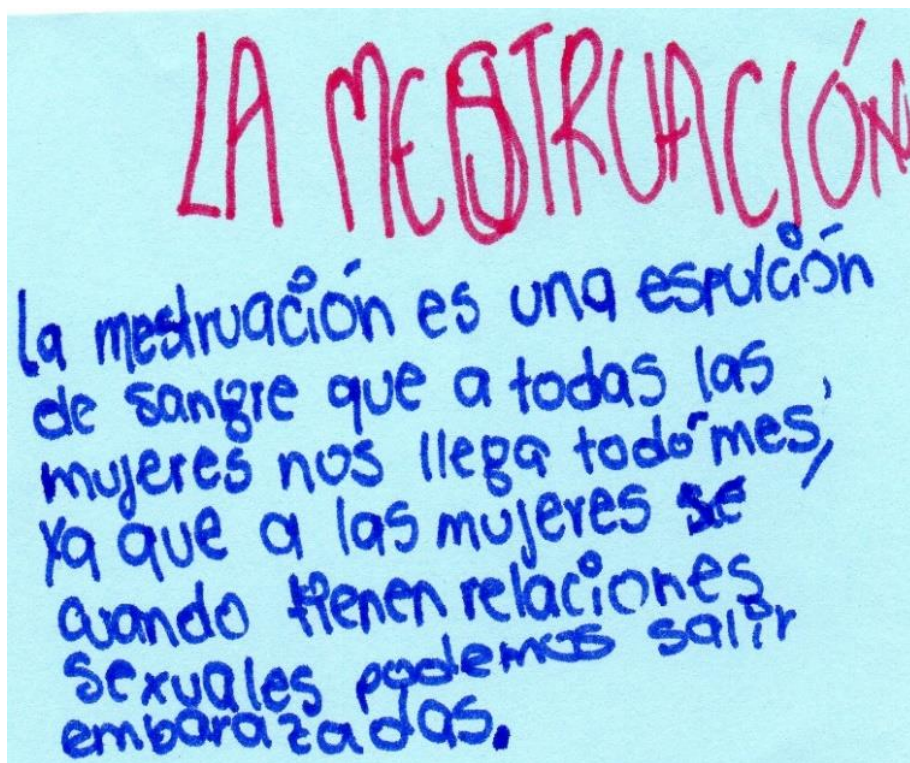
Menstruación como sinónimo de reproducción



Fuente: Esta investigación 2020

Figura 21

Menstruación como sinónimo de reproducción



Fuente: Esta investigación 2020

Lo expuesto hasta el momento respecto asociar el menstuo específicamente a la esfera reproductiva, es equiparable a lo que Tarzibachi (2017) expone en su libro “cosas de mujeres”, en relación a la enunciación histórica del menstuo como parte imprescindible para engendrar, donde según refiere con el paso del tiempo muchas cosas llegan cambiar e incluso quedar en desuso, pero “Lo que permanece incólume, intocable, es la explicación de la menstruación desde el cuerpo reproductivo como preparación para la maternidad” (74).

Otro factor que puede incidir en la analogía, cuerpo menstrual - cuerpo reproductivo, es el legado otorgado por la religión, donde el rol conferido a la mujer desde tiempos históricos, se

reduce al de ama de casa, destinada a la crianza de los hijos y labores domésticas, mientras que al hombre se le ha asignado el de proveedor del hogar.

Visto de esa manera, la condición menstrual hace parte del trágico destino de la mujer, que la confina a reproducir la especie, dándole una connotación aceptable cuando permite engendrar vida, pero cuando es apreciada fuera de los fines ya expuestos, es repudiada por el carácter de impureza que la religión y la sociedad en conjunto le ha otorgado al menstuo.

Ahora, se abordarán las creencias que se lograron identificar frente al tema menstrual, al considerarse una parte importante en la identificación de imaginarios sociales que al estar establecidas y perpetuadas por una colectividad hacen parte de lo que Castoriadis llama los imaginarios instituidos. Para asumir este aspecto se hace necesario remitirse a la gráfica siete en su parte inferior, donde se registra que se debe evitar el baño con agua fría en los días de la menstruación, es significativo detenerse en este aspecto porque no fue la única creencia que se logró identificar en el transcurso de la investigación, encontrándose por ejemplo la restricción de algunos alimentos como; la naranja, el limón, el aguacate el ají y los lácteos, los cuales se excluyen en los días del menstuo, porque se les atribuye consecuencias como: retención, abundante flujo y cólicos menstruales, asimismo manifestaron que no se debe preparar alimentos derivados de la leche en los días de la menstruación porque se “pueden cortar”, es decir que la composición final de los alimentos se ve afectada, por último, evitar el exceso de actividades físicas porque puede aumentar el flujo.

Para tratar de comprender la incidencia de las creencias en la práctica menstrual, es relevante tener en cuenta lo que Raffino (2020) explica al respecto. Una creencia es una actitud mental, donde se da la aceptación de una idea, experiencia o teoría, sin la necesidad de una

demostración empírica, importante rescatar que no toda creencia puede ser falsa, pero en el momento en que se realiza la verificación científica o fáctica deja de ser una creencia.

Teniendo en cuenta lo anterior, se ha querido investigar si las creencias identificadas, corresponden a mitos o conocimientos, para esto, se ha traído en primer lugar el trabajo empírico de Valarezo (2005 citado por Carchi, 2015)) donde se expone que los alimentos que se deberían evitar son: la cafeína, porque estrecha los vasos sanguíneos, deshidratando el cuerpo y causando dolores de cabeza, los alimentos procesados, como carnes, productos de queso y salsa de soja, porque al disminuir el consumo de sodio se reduce la retención de líquidos y la hinchazón, los alimentos fritos, porque los aceites aumentan los niveles de estrógeno, si se evitan se reducen los calambres y el dolor, y finalmente limitar el consumo de azúcar, para mantener los estados de glucosa estables. (pp.16-18)

Si se realiza un comparativo entre lo que argumenta Carchi y las estudiantes, se puede inferir que la única semejanza que existe, es aquella que refiere la restricción del queso, un derivado de los lácteos, que según el autor se debe evitar porque el incremento de sodio aumenta la hinchazón, lo que podría explicar los cólicos menstruales. En cuanto a la restricción de los lácteos Según Feminalia (2020) los lácteos enteros, son beneficiosos para regular la ovulación y fertilidad. No obstante, la lactosa puede ser responsable de problemas digestivos, si sufres algún tipo de intolerancia (déficit de lactasa, la enzima encargada de digerir este azúcar). Sin embargo, no se ha encontrado relación con la dismenorrea ni otras alteraciones menstruales.

Para abordar la creencia del baño con agua fría, y la actividad física se tuvo en cuenta la información encontrada en CuídatePlus, (2016), donde María Fernández Moya, coordinador del Servicio de Ginecología y Obstetricia del Hospital Nisa Pardo de Aravaca, afirma que “Cuando

alguien se sumerge en agua fría, los vasos sanguíneos se contraen y se reduce la cantidad de sangrado, pero eso no implica que haya algún problema”, por el contrario se recomienda que durante la menstruación se mantenga correctos hábitos de higiene. Respecto al ejercicio físico, menciona que es una práctica saludable porque “libera endorfinas que actúan como analgésico natural, disminuyendo el dolor”.

En cuanto al consumo de cítricos en la menstruación, según expresaron algunas niñas y adolescentes “cortan o suspenden el flujo”, no obstante, según Izquierdo, (2020), la ingesta de cítricos influye para que no se presente un sangrado excesivo, además que favorece la absorción de hierro.

El científico y ginecólogo Alan Clemetson realizó diversos estudios sobre la incidencia de la vitamina C en la salud femenina. Estudió la relación entre la tasa de flavonoides en sangre después de ingerir cítricos y el exceso de menstruación o menorragia. Concluyó que consumir cítricos reducía significativamente el flujo del periodo femenino. Al comer naranjas, limones o pomelos durante la regla, pasan flavonoides a la sangre. Estos fitonutrientes cuentan con fitoestrógenos que imitan el comportamiento de las hormonas femeninas fortaleciendo de manera natural las paredes de los capilares que suelen debilitarse durante la menstruación. Esto impediría el sangrado excesivo los días del periodo mensual. Además, la vitamina C favorece la absorción de hierro así que otro punto a su favor para convertirse en tu mejor amiga durante la regla. (Izquierdo, 2020)

Es de anotar que existe una gran diferencia entre “cortar” y “reducir” el flujo, la primera hace referencia a la interrupción total del mismo, mientras que la segunda hace alusión a una

disminución del sangrado, por tanto, la desinformación incide directamente en la forma como las estudiantes asumen su práctica menstrual.

Lo abordado en este capítulo permite reforzar el planteamiento de vulneración de la dignidad humana expuesto en el árbol de problemas, donde se identificó como causa principal la ausencia de políticas públicas en el tema menstrual, las cuales no han posibilitado materializar el reconocimiento de derechos menstruales que garanticen las condiciones físicas, humanas y de conocimiento que lleven a generar empoderamiento en las mujeres como ser menstruante.

La gráfica siguiente muestra la dignidad humana a partir de tres lineamientos claros y diferenciables como lo son: el diseño de un plan vital, las condiciones materiales de existencia y la integridad física y moral, las mismas se identificaron como quebrantadas tras lo referido por las estudiantes en el desarrollo del proceso investigativo, por ejemplo: el lineamiento de “vivir como quiera” se vulnera mediante los imaginarios que determinan sus prácticas menstruales, el “vivir bien” al no contar con unidades sanitarias adecuadas ni con los recursos necesarios para atender la higiene menstrual y finalmente el “vivir sin humillaciones” por el hecho de sentirse incomodadas o rechazadas así sea simbólicamente. Son situaciones que evidencian como se ve transgredida la dignidad humana.

Figura 22

Pirámide de la dignidad humana



Fuente: Esta investigación 2021

Finalmente es importante resaltar que, pese a las connotaciones negativas atribuidas a la sangre menstrual, la misma fue investigada científicamente en laboratorios, encontrándose que células madre aportan beneficios extraordinarios para la ciencia, como se aprecia a continuación en El médico interactivo (2011)

Donde Según Xiaolong Meng, director del estudio del Instituto de Bio-Comunicaciones en Wichita (Estados Unidos), han descubierto un tipo de célula madre que puede ser reproducido de forma aislada a partir de sangre menstrual recogida de mujeres sanas, aporte significativo teniendo en cuenta que los métodos con células madre de la médula ósea, pueden ser rechazados o tener una capacidad limitada para generar nuevo tejido, por su parte las células de la sangre menstrual se reproducen 70 veces en un espacio de tiempo muy corto, siendo dicha replica más

rápida que las células utilizadas en la actualidad que proceden de la sangre del cordón umbilical y la médula ósea. (Interactivo, 2011)

Las células madres provenientes del menstruado son tan únicas en su capacidad para desarrollarse al menos en 9 células diferentes que incluyen las células cardíacas, las del hígado y el pulmón, que los investigadores las han denominado Células Regenerativas Endometriales (CRE). De esta manera sólo 5 mililitros de sangre menstrual de una mujer sana suministró suficientes células para después de dos semanas de cultivo, obtener células cardíacas. Los resultados de la investigación indicaron que estas células podrían ser cultivadas a gran escala y facilitar una alternativa a los actuales métodos de uso de la médula ósea y la sangre de cordón umbilical, que ostentan un alto grado de rechazo (Interactivo, 2011).

Pero la sangre menstrual también puede ser utilizada para otros fines como refiere Navarro, (2018), la cual se puede combinar con agua tibia para hacer compresas y abonar el pelo, también se puede usar como mascarilla facial, para eliminar cualquier tipo de impureza. Algunas mujeres la usan como ejercicio de arte terapia, para dibujar, otras la cristalizan, la guardan, la secan y queda como si fuera una brillantina.

Además de lo anterior Lázaro, (2019), manifiesta que la sangre menstrual contiene tres de los macronutrientes primarios de las plantas: nitrógeno, fósforo y potasio. Los cuales se usan para producir hojas y mantener el color verde (N), ayudan no solo a formar nuevas raíces sino también a producir semillas, frutos y flores (P) además de desarrollar tallos fuertes (K) (Lázaro, 2019).

Beneficios que pueden ser posibles mediante la recolección de la sangre menstrual través de tecnologías como; la copa menstrual o toallas ecológicas, debido a que elementos como

tampones o toallas descartables presentan químicos que por su toxicidad afectan la composición del fluido haciéndolo inservible para cualquier uso.

Por su parte, las creencias mencionadas por algunas estudiantes, respecto a la exclusión del sexo femenino en la preparación de alimentos que contengan leche, muestran de mejor manera el tabú de la menstruación, abordado desde la parte restrictiva, al poner a la mujer en un estado que limita su intervención. Situación análoga es expuesta por Beauvoir, (1949) cuando años atrás en Egipto, se le prohibía a la mujer tocar los alimentos con sus manos debido a que su condición menstrual la confinaba por su estado de impureza (p.76).

Hasta el momento se ha realizado un contraste de lo referido por las niñas y adolescentes, y lo investigado por otros medios, donde se puede concluir que la transmisión de creencias frente al tema, poseen tanta credibilidad en parte de la población abordada que las estudiantes no se han preocupado por investigar o siquiera poner en duda la veracidad de la información transmitida, haciendo que sus prácticas menstruales se sigan viendo influenciadas. Al mismo tiempo denota la falta de empoderamiento corporal⁹, que no les admite tomar conciencia de la importancia de resignificar su cuerpo como ser menstruante, mediante información que no solo les permita aplicar practicas saludables durante la menstruación sino también verse como sujetos de derecho que pueden vivir dignamente su condición.

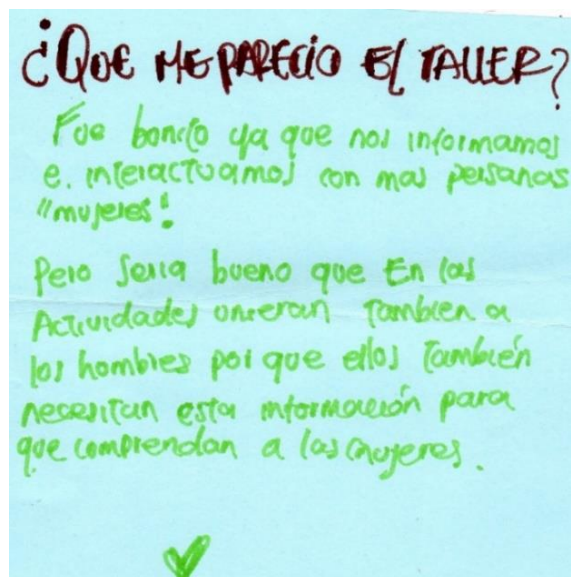
⁹ El objetivo del empoderamiento corporal desde Gollub, French, Latka, Rogers y Stein (2001 citado por Cala & Soriano, 2016) es que los participantes tomen conciencia del propio cuerpo, cuestionen todos los factores que afectan sobre su cuerpo y desarrollen un empoderamiento corporal mediante el fomento del conocimiento corporal, la comodidad, la confianza, el orgullo y el sentido de «pertenencia» del cuerpo. (p.70)

Para culminar con este capítulo, es significativo dar a conocer que una reducida parte de la población que participo del proceso investigativo brindo una perspectiva diferente respecto a la exclusión del hombre frente al tema.

Las gráficas 23 y 24 presentadas a continuación son interesantes de analizar si se considera que la mayoría de aportes frente a la cuestión menstrual apuntaban hacia una experiencia privada, mientras que la iniciativa de involucrar a los hombres es un paso importante para repensar la menstruación como asunto solo de mujeres, permite ver un cambio en el esquema mental de la menstruación, al proyectarse la posibilidad de la resignificación del tema a través de un aprendizaje conjunto entre hombres y mujeres para que sea posible hablar de una verdadera igualdad de género.

Figura 23

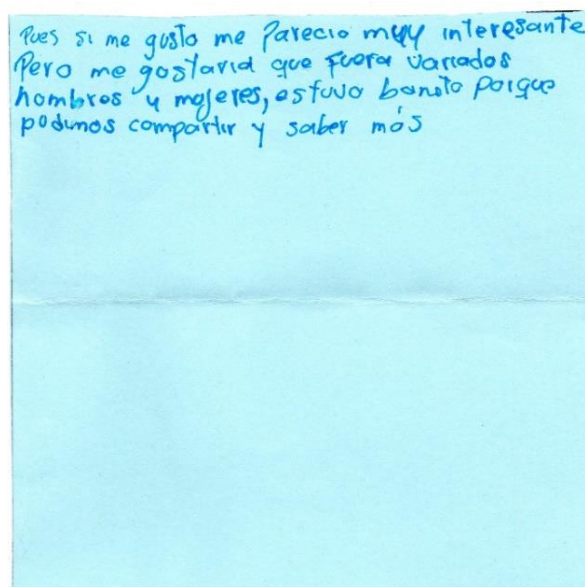
Apreciación del grupo focal



Fuente: Esta investigación 2020

Figura 24

Apreciación del grupo focal



Fuente: Esta investigación 2020

Es de añadir que, si bien la mayoría de entrevistas apuntaron al carácter reservado del tema menstrual, la realización del grupo focal permitió evidenciar que cierta parte de las participantes se inclinaron por decir que era necesario que las actividades que se llevaron a cabo estuvieran integradas también por hombres, esto ocurrió cuando en el juego “educarte es la regla” uno de los grupos refería haber escuchado comentarios inadecuados por parte de los hombres frente al tema, y mencionaban que eso sucedía por su inmadurez, pero que también esa situación era entendible porque a ellos no se les habla del tema. Instando de esa manera a que no se relegue a los hombres, sino que se los haga partícipes de las actividades que buscan orientar en el tema menstrual.

Capítulo IV

Contraste de Resultados

Un factor importante que influye en la percepción del tema menstrual, es la transmisión de conocimientos; que analizada dentro de los dos grupos poblacionales fue relegada a las madres de familia, quienes más que información brindaron acompañamiento en la gestión menstrual. Por su parte, las instituciones educativas solo mencionaron el tema para hablar de la fisiología reproductiva de la mujer, de manera que, sin importar el nivel educativo, la pertenecía a un grupo especial o la religión, los limitados conocimientos giraban alrededor de lo mismo, ser una condición normal de la mujer, los días de duración, elementos que deben utilizar, y los posibles síntomas.

Por su parte, la edad si influye en el aprendizaje sobre el tema menstrual por la experiencia obtenida tras la menarquia, donde las mujeres adultas presentan mayores conocimientos empíricos frente aquellas que apenas han iniciado esta fase de su vida. En cuanto

al factor económico, este incidió en su momento en la gestión menstrual de las mujeres adultas, mientras que en las niñas y adolescentes no fue un factor que influyera debido a que las madres son las encargadas de proveer las tecnologías menstruales.

Respecto a los imaginarios identificados y analizados en los dos grupos poblacionales el que presentó mayor hegemonía es el de vergüenza, representado en ambos casos en el ocultamiento de su condición y ratificado tras la narrativa del rubor que experimentaban por la compra de elementos de higiene menstrual, o ante la posibilidad de abordar el tema en un escenario público, es de añadir que sin importar la edad, el nivel educativo o su ciclo vital, no hubo mujer, niña o adolescente que no se sintiera avergonzada alguna vez a causa de su fisiología menstrual, por su lado, la religión es una variable que ha intervenido en la perpetuación de dicho imaginario por el carácter de impureza que le ha otorgado a la sangre menstrual.

De esta manera el menstuo ha confinado a la mujer no solo a convivir con sentimientos de vergüenza sino a asumir el tema desde un ámbito privado, lo que comúnmente se conoce como cosa de mujeres, imaginario ampliamente reconocido en las mujeres adultas, pero también vigente en los tres niveles educativos de la institución educativa que se abordó, en ambas fue perceptible el uso de estrategias como los eufemismos, los cuales fueron mínimamente utilizados por las estudiantes no menstruantes y mujeres adultas, mientras que en las estudiantes de grado séptimo y octavo que ya han presentado su menarquia, fueron mayormente manejados según ellas para pasar por desapercibidas delante los hombres.

Otro de los constructos que se identificó fue el siguiente: el hombre por su misma condición, es incapaz de comprender a la mujer en su estado menstrual, el cual, según las dos

poblaciones se debe especialmente a dos razones, la primera, el hombre carece de un cuerpo menstrual, lo cual, es asumido como un impedimento para que este pueda entender a la mujer menstruante, y la segunda, porque la misma sociedad se ha encargado de relegar al sexo masculino frente al tema, haciendo de la menstruación un asunto de mujeres. De esta manera, cierta parte de la población argumentaba que era necesario educar e involucrar al hombre para generar lazos de empatía, mientras que la otra parte prefería limitar su intervención debido su condición a-menstrual.

En cuanto al imaginario de rechazo hacia la condición menstrual, si bien tanto mujeres adultas como niñas y adolescentes refirieron que el hombre no puede comprender la fisiología menstrual por las razones ya expuestas, es porque de alguna manera se sienten rechazadas, en el caso de las mujeres adultas se ratifica dicho imaginario tras haber negado en su mayoría ser víctima o testigo de una situación de censura, y sin embargo recalcar la necesidad de educar al hombre en el respeto, por su parte, la población estudiantil manifestó más abiertamente el rechazo que existe hacia esta condición y lo generalizó como discriminación, no obstante, también hubieron estudiantes que pese a negar tener conocimiento de situaciones de censura, su narrativa reflejaba el rechazo que abiertamente no se atrevían a reconocer.

Es significativo tener en cuenta, que una característica del imaginario de rechazo es el aislamiento, practicado por las participantes menstruantes y perceptible en los dos grupos poblacionales, en la población de mayor edad se hacía notorio tras la negativa de salir al centro poblado o a cualquier otro lugar si no fuera de extrema necesidad y en las adolescentes optando por estar solas en sus cuartos. Es de anotar que el imaginario en mención no solo puede ser

atribuido al hombre considerando que en ambas poblaciones la mujer ha servido de cómplice para su propia victimización.

Otro factor que se analizó en los dos grupos de mujeres fue el de las creencias, en donde se apreció que la población adulta tiene mayor cantidad de mitos frente al tema, mientras que en la población estudiantil se evidenció menores conocimientos al respecto, no obstante, se encontraron puntos de encuentro como: La restricción y preparación de algunos alimentos, y la práctica del baño en estos días, por último, se resalta la omisión de algunas participantes hacia indagar la credibilidad de la información transmitida.

Finalmente, se encontró en los dos grupos de mujeres el imaginario de menstruación sinónimo de reproducción, el cual en la población adulta es recalcado a nivel familiar por el temor al embarazo con la llegada de la menarquia, mientras que en la población estudiantil, se debe especialmente a la difusión realizada por el plantel educativo, dentro del cual se hacía referencia a la menstruación solo para explicar el ciclo reproductivo de la mujer, y los cuidados que se debe tener por entrar en un estado de fertilidad. Importante tener en cuenta el papel que ha ocupado la religión en ambos grupos por el rol reproductor y de ama de casa que junto con la sociedad le han impuesto al sexo femenino.

Se resalta que el imaginario de: “el momento preciso para abordar el tema es cuando se presenta el primer sangrado” inscrito en la población adulta, mediante la narrativa de instruir a sus hijas por primera vez como sus madres lo hicieron con ellas, desaparece en el grupo de estudiantes, quienes manifestaron que cuando experimentaron su menarquia ya tenían nociones al respecto, de igual manera, aquellas que todavía no menstrúan evidenciaron tener cierta información sobre el tema.

En cuanto al imaginario de pecado, igualmente identificado en la población adulta, pierde vigencia en las estudiantes, al no encontrarse evidencia alguna que permita reforzar dicho constructo.

Conclusiones

1. Los imaginarios sociales identificados en la población abordada, se ratifican como determinantes en el adecuado goce de la vivencia menstrual, al incidir en las esferas; personal, social y política de una mujer; la primera, por la forma como se limitan y violentan simbólicamente, la segunda por cómo se ven obligadas a relacionarse en estos días y finalmente por las decisiones que dejan de ejercer sobre sus cuerpos menstruales debido a un legado cultural que sigue haciendo de la menstruación un tabú.

2. Si bien la Corte Constitucional en la sentencia T-398 de 2019 establece unos beneficios para las mujeres habitantes de calle, es preciso tener en cuenta que no son las únicas mujeres que se encuentran en estado de vulnerabilidad respecto a su condición menstrual. Por otro lado, es lamentable que se impulsen reformas que retroceden los avances alcanzados hasta el momento en el tema menstrual como la sentencia C- 117 de 2018 que tumbó el IVA del 5% que tenían las toallas higiénicas, tampones y extendida en el 2020 a las copas menstruales, la cual quedaría inexequible con la reforma planteada por el anterior ministro de hacienda Alberto Carrasquilla, que buscaba entre otras cosas reducir la lista de bienes exentos de IVA.

3. Los escasos conocimientos transmitidos frente al tema menstrual, y la falta de interés por parte de la población abordada para investigar sobre el mismo, no solo limita la posibilidad de conocer y elegir entre las diferentes tecnologías de gestión menstrual, desechables y reutilizables, sino que también disminuye la posibilidad que las mujeres tomen conciencia de su

condición, se empoderen y exijan las condiciones necesarias para menstruar dignamente. Pues si bien el Estado aprobó quitar el IVA a algunos productos, no todas las tecnologías de gestión menstrual hacen parte de estos bienes, lo que es discriminatorio porque reduce sus posibilidades de elegir como gestionar y vivir la práctica menstrual, atentando directamente contra la mujer y perpetuando la brecha de desigualdad entre hombres y mujeres.

4. Aunque es fundamental la diferenciación entre derechos sexuales y reproductivos, para que la primera no se convierta en el único fin de la segunda, sentencia T-274 de 2015. También es indudable que la menstruación no solo debe ser asumida con fines reproductivos, porque se estaría minimizando la trascendencia de esta condición biológica hacia las diferentes esferas de la vida. De ahí la importancia de empezar hablar de derechos menstruales, los cuales no son reconocidos en Colombia, pero que indiscutiblemente hacen parte del principio fundamental de Dignidad Humana, al concederle al sexo femenino la facultad de tomar decisiones sobre sus cuerpos, que les permita vivir dignamente su experiencia menstrual, sin tener que avergonzarse, ocultarse o aislarse, de manera que puedan reconocer en los diversos contextos, espacios de aceptación y no de discriminación hacia su condición.

5. Aunque la mayoría de estudiantes negó haber evidenciado campañas frente al tema menstrual, al interior de la institución educativa, es necesario gestionar la vinculación de las mismas no solo con el objetivo de acceder a toallas y tampones, sino para que se brinde una amplia orientación sobre el tema, donde se les permita conocer las diferentes tecnologías de gestión menstrual, sus aspectos positivos y negativos, además, de los posibles daños a la salud de la mujer y al medio ambiente. De igual forma es importante que la educación que se imparte en las instituciones educativas contribuya a contrarrestar los imaginarios negativos que promueven

las campañas publicitarias mediante slogans que reafirman la menstruación como un hecho sucio y desagradable.

6. Se resalta la necesidad que el Estado implemente políticas públicas que permitan entre tantas cosas; contar con adecuadas unidades sanitarias, acceso permanente a agua potable y la implementación de una educación menstrual al interior del plantel educativo, donde es preciso involucrar al hombre en dichos procesos de formación para empezar a normalizar la menstruación y generar sentimientos de empatía hacia la mujer menstruante, a fin de generar procesos de resignificación del tema que le permitan a la mujer asumir su experiencia menstrual más allá del estigma y el tabú.

7. La socialización de resultados y la entrega de la cartilla permitió evidenciar la apertura por parte de las directivas de la Institución Educativa para abordar el tema, al brindar no solo el espacio adecuado para dar a conocer lo identificado en el proceso investigativo, sino en la posibilidad de estudiar los resultados para implementar acciones que lleven a impactar positivamente en el adecuado goce de la vivencia menstrual de las estudiantes. Situación gratificante, pues si bien se trató de realizar un análisis crítico de los imaginarios frente al tema, el ideal iba más allá, buscaba una reflexión que lleve a la praxis, a fin de empezar a contrarrestar los imaginarios negativos, que impiden que la condición menstrual de la mujer sea visibilizada y normalizada por la sociedad.

A continuación, se presenta el registro fotográfico de la socialización de resultados al interior del plantel educativo con la presencia de la Rectora y algunas estudiantes.

Figura 25

Entrega de la Cartilla a la Rectora de la Institución Educativa



Fuente: Esta investigación 2021

Figura 26

Socialización de resultados



Fuente: Esta investigación 2021

Recomendaciones

1. Dada las escasas investigaciones realizadas en el tema es importante que se continúen retomando este tipo de estudios, para que la academia pueda aportar no solo en la identificación de problemas sino en posibles acciones de mejoramiento, que mediante la participación activa de la comunidad puedan garantizar los mejores resultados.

2. Se considera importante que la Institución Educativa vincule a la academia para realizar un trabajo solidariado desde el apoyo interdisciplinario que las universidades puedan brindar, a fin de aportar en acciones encaminadas a superar las brechas de género.

3. Es momento de emprender la lucha por el reconocimiento de los derechos menstruales, que le permitan a la mujer menstruar dignamente, lejos del estigma, las humillaciones y el temor, que han soportado desde hace mucho tiempo, a causa de una sociedad mayoritariamente machista que ha instaurado en la sociedad la aversión hacia la fisiología menstrual por considerarla sucia y fuente de vergüenza.

Referencias

- Acciofem. (04 de 04 de 2014). *Veneno para el Cuerpo y para la Tierra: Toallas Higiénicas, Protectores Diarios y Tampones*. Obtenido de Acciofem :
<https://accionfem.wordpress.com/2014/04/04/veneno-para-el-cuerpo-y-la-tierra-toallas-higenicas-protectores-diarios-y-tampones/comment-page-1/>
- Alarcón Nivia, M. Á., Alarcón Amaya, M. Á., & Blanco Fuentes, L. (2006). Creencias, Actitudes y vivencias mágicas alrededor de la menstruación entre las mujeres de Bucaramanga, Colombia. *Revista Colombiana de Obstetricia y Ginecología*, 57(1), 19-26. Obtenido de <https://revista.fecolsog.org/index.php/rcog/article/view/528>
- Alberto Rojas, Sentencia T- 398 Dignidad de la mujer habitante de calle y gestion de higiene menstrual, Corte constitucional (29 de Agosto de 2019). Obtenido de <https://www.corteconstitucional.gov.co/relatoria/2019/T-398-19.htm>
- Alcaldia de Pasto. (22 de Febrero de 2019). Obra de construcción de la Iem Nuestra Señora de la Visitación del Corregimiento de Mocondino avanza [Video]. Youtube. Obtenido de <https://www.youtube.com/watch?v=jtgWb6WSRrc>
- Alcaldia Municipal de Pasto. (2013). Mapas de Pasto. Obtenido de <https://www.pasto.gov.co/index.php/nuestro-municipio/mapas>
- Anzaldúa, R. (2012). *Imaginario social: creación de sentido* (2da ed.). Mexico: UPN.
- Beauvoir, S. (1949). *El segundo sexo*. Madrid: Catedra.
- Becerra, S., Godoy, M. P., Véjar, M., & Vida, N. (2013). Violência y Conductas de Rechazo Social en la Escuela: sus Efectos en el Estudiante Indígena. *Teoria e Prática da Educação*, 16(2), 09-18. Obtenido de <https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/TeorPratEduc/article/view/24361/13248>

- Benavides, M., & Restrepo, C. (2005). Métodos en investigación cualitativa: triangulación [Methods in Qualitative Research: Triangulation]. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 34(1), 118-124. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/806/80628403009.pdf>
- Berger, P., & Luckmann, T. (1986). La Sociedad como Realidad Subjetiva. En *La construccion social de la realidad* (págs. 164-227). Madrid: Amorrortu. Obtenido de <https://zoonpolitikonmx.files.wordpress.com/2014/09/la-construccic3b3n-social-de-la-realidad-berger-luckmann.pdf>
- Bonilla, E., & Rodriguez, P. (1997). *Más allá del dilema de los métodos*. Bogota: norma.
- Buchely, S., Caicedo, J., Egas, A., & Parra, P. (2014). "*Dejando huella*" propuesta didáctica para el foemnto de una cultura ambiental[Monografía licenciatura, Universidad de Nariño]. Repositorio Institucional, San Juan de Pasto. Obtenido de <http://sired.udenar.edu.co/id/eprint/2062>
- Cala, V. C., & Ayala, E. S. (2016). *Empoderamiento corporal: una estrategia transcultural de educación para la salud. Claves teóricas y metodológicas para la intervención en prevención de adicciones con jóvenes migrantes*. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5568569>
- Campos, G., & Covarrubias, N. (s.f.). "La Observación, un Método para el Estudio de la Realidad". ["Observation, a Metody Foring the Estudy of Reality"]. *Revista Xihmai*, VII(13), 45-60. Obtenido de <file:///D:/Users/martha/Downloads/Dialnet-LaObservacionUnMetodoParaElEstudioDeLaRealidad-3979972.pdf>
- Carchi, A. C. (2015). *Hábitos alimentarios y factores culturales durante el periodo de menstruación en adolescentes de la unidad educativa "Calasanz"*[Tesis de medicina

- general, Universidad Nacional de Loja*]. Repositorio Digital UNL. Obtenido de <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/handle/123456789/12443>
- Cardozo, S. (2015). *Ciclo menstrual. Una perspectiva sociológica [Tesis de Licenciatura, Universidad de Buenos Aires]*. Repositorio Institucional. Obtenido de <https://cdsa.aacademica.org/000-061/193.pdf>
- Cifuentes, R. M. (2011). *Diseño de proyectos de investigación cualitativa*. Buenos Aires: Noveduc.
- Coca, J., Valero, J., Randazzo, F., & Pintos, L. (2011). *Nuevas Posibilidades de los Imaginarios sociales*. España: Ceasga. Obtenido de <https://libros.metabiblioteca.org/bitstream/001/449/1/Nuevas%20posibilidades%20de%20los%20imaginarios%20sociales.pdf>
- Collazos, W. P. (2009). La violencia simbólica Como reproducción Biopolítica del poder. *Latinoamericana de Bioética*, 9(2), 62-75. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/1270/127020306005.pdf>
- CuídatePlus. (11 de Mayo de 2016). *Falsos mitos sobre la menstruación*. Obtenido de <https://cuidateplus.marca.com/bienestar/2016/05/11/falsos-mitos-menstruacion-112707.html>
- Dirección de Desarrollo Rural Sostenible. (2014). *Misión para la transformación del campo*. Bogota. Obtenido de <https://colaboracion.dnp.gov.co/CDT/Estudios%20Economicos/2015ago6%20Documento%20de%20Ruralidad%20-%20DDRS-MTC.pdf>

- Durán, M. (2015). El concepto de infancia de Walter Kohan en el marco de la invención de una escuela popular. *Childhood & Philosophy*, 11(21), 163-186. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/5120/512051494011.pdf>
- Ecuador, M. (11 de 9 de 2019). *Esta es la última tecnología en toallas sanitarias a prueba de calor y sudor*. Obtenido de <https://www.metroecuador.com.ec/ec/estilo-vida/2019/09/11/esta-la-ultima-tecnologia-toallas-sanitarias-prueba-calor-sudor.html>
- Eduardo Montealegre Lynett, Sentencia T-881/02 Principio de Dignidad Humana, Corte Constitucional (17 de Octubre de 2002). Obtenido de <https://www.corteconstitucional.gov.co/relatoria/2002/T-881-02.htm>
- El Tiempo. (05 de 06 de 2019). La verdad detrás de los tabúes de la menstruación [video]. Youtube. Obtenido de https://www.youtube.com/watch?v=XU9E_VdKFYU&t=1s
- Eraso, M. (2015). Mujeres peligrosas. *Intervenciones en Estudios Culturales*, 2(107), 107- 141. Obtenido de https://www.academia.edu/23089029/Mujeres_peligrosas_Menstruaci%C3%B3n_y_limpieza_de_sangre
- Feijóo, M. (2016). *Tapua: la menstruación como parte de los ciclos de violencia simbólica [Tesis de licenciatura, Universidad San Francisco de Quito]*. Repositorio Digital Usfq. Obtenido de <http://repositorio.usfq.edu.ec/handle/23000/5930>
- Feminalia. (11 de Febrero de 2020). *Lácteos y la Menstruación*. Obtenido de <https://feminaliaclub.com/2020/02/11/lacteos-y-la-menstruacion/>
- Freud, S. (1967). *Totem y Tabú*. Madrid: Alianza.

- Función pública. (17 de Marzo de 2020). Decreto 417 de 2020. Bogota. Obtenido de <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=110334#:~:text=DIRECTIVA%3A,la%20vigencia%20de%20este%20decreto.>
- García, F. J., Chica, A. A., García, C. P., & Fernández, Ó. A. (2015). *La Investigación Participativa: Métodos y Técnicas*. Ecuador: Pydlos Ediciones.
- Giddens, A. (1991). *Sociología*. Madrid: Alianza .
- Golpe, L. I., & Molero, N. H. (2009). *Memoria Generacional: Historia Oral y Dispositivos Grupales*. Obtenido de historiaoralargentina: <http://www.historiaoralargentina.org/attachments/article/eho2009/MemoriayDerechosHumanos/Golpe-Laura.pdf>
- González, L. (10 de Enero de 2020). *¿Cada cuánto debo cambiar mi toalla durante el período?* Obtenido de mejorconsalud.as.com/: <https://mejorconsalud.as.com/cuanto-debo-cambiar-toalla-periodo/>
- Gray, M. (1999). *Luna Roja*. Madrid: Gaia Ediciones.
- Hernández, N., & González, J. (2015). *Árbol de Problemas del Análisis al Diseño y Desarrollo de Productos [Problem Tree Analysis to the Design and Development Products]*. *Conciencia Tecnológica*, 50, 38-46. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/944/94443423006.pdf>
- Hidalgo , J., Figueroa , J., Mosquera, S., Melo , G., Mejia , L., Romo , M., & Guerrero, H. (1987). *Monografía Del Corregimiento De Mocondino*. . Instituto Chapañat, Pasto.
- Iglesias, J. (2009). La Menstruación: un asunto sobre la Luna, venenos y flores. *Medicina Universitaria*, 11(45), 279-287. Obtenido de <https://www.elsevier.es/en-revista-medicina-universitaria-304-pdf-X1665579609481166>

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (9 de Julio de 2010). Concepto General Unificado
Niñez y Adolescencia. Colombia. Obtenido de

https://www.icbf.gov.co/cargues/avance/docs/concepto_icbf_0027891_2010.htm

Interactivo, E. m. (25 de Agosto de 2011). *Descubren células madre en la sangre menstrual*.

Obtenido de <https://elmedicointeractivo.com/descubren-celulas-madre-sangre-menstrual-20110825110645067371/>

Izquierdo, T. (2 de Enero de 2020). *De verdad los cítricos regulan el flujo en menstruaciones*

abundantes? Obtenido de <https://www.mujerhoy.com/vivir/salud/202001/02/los-citricos-regulan-el-flujo-menstrual-abundante-20200101195514.html>

Jaramillo, L. (2007). Concepción de infancia. *Zona Próxima*, 8, 108-123. Obtenido de

<http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/zona/article/viewfile/1687/1096>

Jorge Iván Palacio Palacio, Sentencia T-274 acción de tutela y tratamiento de fertilidad, Corte
Constitucional (12 de Mayo de 2015). Obtenido de

<https://www.corteconstitucional.gov.co/relatoria/2015/T-274-15.htm>

Lázaro, M. (6 de Junio de 2019). *¿Por qué hay gente que usa la sangre menstrual para regar las*

plantas? Obtenido de Tendencias: https://www.huffingtonpost.es/entry/sangre-menstrual-regar-planta_es_5cf921dae4b0e3e3df16728b

Levi-Strauss. (1991). *Introducción a la obra de Marcel Mauss*. Madrid: Tecnos.

Lozano, A. (2014). Teoría de Teorías sobre la Adolescencia [Theory of Theories about

Adolescence]. *Última década*, 22(40), 11-36. Obtenido de

<https://www.redalyc.org/pdf/195/19531682002.pdf>

Lozano, L. T. (2010). *La sangre de las otras [Tesis de Máster, Universidad de Granada]*.

Obtenido de <http://hdl.handle.net/10481/34066>

- Malinowski, B. (1975). *La cultura*. Barcelona: Anagrama.
- Martínez, J., & Muñoz, D. (2009). Aproximación teórico-metodológica al imaginario social y las representaciones colectivas: apuntes para una comprensión sociológica de la imagen . *universitas humanística*, 67(67), 207-221. Obtenido de <https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/univhumanistica/article/view/2136>
- Monjas, I., Begoña, A., & Valle, B. (2005). Aceptación Social y Género en la Infancia y Adolescencia. *INFAD revista de Psicología*, 1(1), 383- 393. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349832486028>
- Moreno, B. (1995). *Conocimiento sobre menstruación y autocuidado de la adolescente [Tesis de maestría, Universidad Autónoma de Nuevo León]*. Repositorio Académico Digital. Obtenido de <http://eprints.uanl.mx/7458/1/1020112207.PDF>
- Navarro, P. (2018). *¡No tires tu sangre menstrual! Al parecer tiene muchas propiedades*. Obtenido de <https://www.vice.com/es/article/xwk4g3/no-tires-tu-sangre-menstrual-que-al-parecer-tiene-muchas-propiedades>
- Organización Internacional para las Migraciones. (2018). Menstru-Acción Cuaderno de Sensibilización en Educación Menstrual. (1º ed). Colombia: Nuevas Ediciones S.A. Obtenido de <http://hdl.handle.net/20.500.11788/2086>
- Pérez, J., & Merino, M. (2008). *Definición de adolescencia*. Obtenido de <https://definicion.de/adolescencia/>
- Quecedo, R., & Castaño, C. (2002). Introducción a la metodología de investigación cualitativa. *Revista de Psicodidáctica*(14), 5-39. Obtenido de <http://hdl.handle.net/10810/48130>

- Quespaz, J. (2017). *Sentir los cuerpos socialmente: El imaginario de la menstruación en el círculo de mujeres 13 Lunas* [Tesis Licenciatura, Universidad Politécnica Salesiana]. Repositorio Institucional. Obtenido de <http://dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/14481>
- Raffino, M. E. (14 de Septiembre de 2020). *Concepto de Creencia*. Obtenido de <https://concepto.de/creencia/>
- Real academia española. (2018). *menstruo, trua*. Obtenido de <https://dle.rae.es/?id=OvfP04h>
- Reina-Valera. (2009). *Santa Biblia*. Obtenido de <https://media.ldscdn.org/pdf/lds-scriptures/holy-bible/holy-bible-spa.pdf>
- Robles, B. (2011). La entrevista en profundidad: una técnica útil dentro del campo antropofísico [The in-depth interview: a useful technique in the field of physical anthropology]. *Cuicuilco*, 18(52), 39-49. Obtenido de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-16592011000300004
- Rodriguez, H. (2001). *Ciencias humanas y etnoliteratura : introduccion a la teoria de los imaginarios sociales*. Pasto: San Juan de Pasto. Obtenido de <https://www.worldcat.org/title/ciencias-humanas-y-etnoliteratura-introduccion-a-la-teoria-de-los-imaginarios-sociales/oclc/912546604>
- Salas, J. A. (2015). *Voltear la tierra para despertar la vida: El resurgimiento de los pueblos del valle de atriz en el municipio de Pasto* [Tesis Maestria Universidad Nacional de Colombia]. Repositorio Institucional, Bogota. Obtenido de 80800025.2015.pdf (15.67Mb)
- Tarzibachi, E. (2017). *Cosas de mujeres. Menstruación, género y poder*. Buenos Aires: Sudamericana.

- Taylor, C. (2006). *Imaginarios Sociales Modernos*. Barcelona: paidós.
- Tijaro, I. (2021). *Nuestras Reglas*. Bogota: Planteta Colombiana.
- Tituana, M. B. (2016). Tapua: La menstruación como parte de los ciclos de violencia simbólica. *(tesis de licenciatura)*. Universidad San Francisco De Quito Usfq, Quito.
- Tylor, E. (1871). *La ciencia de la cultura*. Barcelona: Anagrama.
- Unicef. (2016). Higiene menstrual en las niñas de las escuelas del Pacífico Colombiano. Bogota, Colombia. Obtenido de <https://www.javeriana.edu.co/documents/7590033/9029152/MHM+Cartilla.pdf/7a686b1c-91a4-4d9a-be36-cce24ae86dc0>
- Valdivia, Z. V. (2014). *El Rechazo Simbólico, la Tolerancia Pragmática y los Sistemas Institucionalizados de Evasión: Análisis del Discurso Oficial Sobre el Opio en Mexicali, 1900-1935 [Tesis de maestria, Universidad Autónoma de Baja California]*. Repositorio digital. Obtenido de <https://www.researchgate.net/publication/309188576>
- Villalobos, A., & Núñez, K. (2011). Socialización infantil y estilos de aprendizaje. aportes para la construcción de modelos de educación intercultural desde las prácticas cotidianas en una comuniad Ch'ol. *Revista Pueblos y Fronteras Digital*, 6(12), 105-132. Obtenido de <http://www.scielo.org.mx/pdf/rpfd/v6n12/1870-4115-rpfd-6-12-105.pdf>
- Yubero, S. (2005). *Capítulo XXIV Socialización y aprendizaje social*. Obtenido de <https://www.ehu.eus/documents/1463215/1504276/Capitulo%2BXXIV.pdf>
- Zanin., e. a. (2011). Ciclo menstrual: sintomatología y regularidad del estilo de vida diario. *Fundamentos en Humanidades*, 12(24), 103-123. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/184/18426920004.pdf>

Anexos