

¿Estás venida? Experiencias y representaciones sobre menstruación entre niñas de 12 a 15 años

Magdalena Rohatsch*

Se realizaron entrevistas en profundidad semi estructuradas a niñas de entre 12 y 15 años para recoger sus experiencias y representaciones en torno a la menstruación. Se profundizó especialmente sobre el modo en que experimentaron la menarca, los tipos de vínculo generados con los varones (adultos y pares) a partir de esa experiencia y las creencias sobre el ciclo menstrual que las niñas reproducen y elaboran.

Del análisis de estos relatos surge que entre las niñas predomina una valoración negativa sobre la menstruación, construida principalmente sobre el tipo de información que reciben y sobre el modo en que les es brindada. Pero también entran en juego las actitudes que asumen frente a la menstruación las mujeres menstruantes de su entorno y los varones, sumadas al mandato social de ocultamiento y a la estructura de silencio.

Palabras clave: menstruación, niñez y adolescencia, estudios de género.

* Magdalena Rohatsch es Licenciada en Ciencias de la Comunicación, Facultad de Ciencias Sociales, UBA. E-mail: mrohatsch@hotmail.com

Introducción

La menstruación es una experiencia por la que cada mes pasamos casi todas las mujeres y, sin embargo, de eso no se habla. Solemos menstruar en silencio y con vergüenza. Algunas más, otras menos, pero todas nos sentimos un poco incómodas en relación con nuestro propio ciclo. Sin embargo, “la experiencia de la menstruación, lejos de ser privada y secreta, está embebida en relaciones sociales”¹ (Fingerson, 2006: 1). Por eso es importante pensar la menstruación desde un punto de vista social.

La menstruación es un proceso fisiológico, femenino y natural pero contiene también un aspecto psicosocial que puede afectar la manera en que las mujeres la experimentamos, sobre todo cuando somos niñas y alcanzamos la menarca. Desde ese mismo día se nos pide que nos adaptemos a los estereotipos que rodean a la sangre menstrual.

Para comenzar a entender un tema tan amplio como este, tendríamos que hacernos tres preguntas: ¿qué concepción tienen de la menstruación las niñas del siglo XXI?, ¿cómo la experimentan?, ¿por qué lo hacen de esa manera?

Para encontrar estas respuestas fueron entrevistadas siete chicas de entre doce y quince años, de clase media, residentes en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y el Conurbano bonaerense. Se diseñaron entrevistas en profundidad, semiestructuradas, individuales y en parejas, que abordaron tres bloques temáticos compuestos por ejes específicos. En el primer bloque, llamado “Preparación, expectativas y primera experiencia”, se indagó cómo se enteraron las chicas sobre la menstruación, cómo imaginaban que ésta sería antes de la menarca y, finalmente, se les pidió que relataran su primera menstruación.

En el segundo bloque, “Experiencias, relación con los varones y la escuela”, se profundizó acerca del vínculo y el lugar que ocupan los varones (adultos y pares) en relación con la experiencia menstrual. Específicamente, se les pidió que contaran qué cosas imaginan ellas que los varones piensan, saben, creen, sienten en relación a la menstruación y qué estrategias de acción ponen en juego ellas frente a ellos. En un segundo momento, se ahondó acerca de cómo las chicas enfrentan la menstruación en la escuela, uno de sus lugares de socialización por excelencia.

El último bloque, titulado “Concepciones acerca de la menstruación”, puso de relieve la

mirada que tienen las entrevistadas sobre la menstruación: mitos, creencias, prejuicios que hacen propios o rechazan.

Finalmente, en la etapa de análisis se sistematizaron los relatos buscando semejanzas y diferencias entre lo que cada entrevistada había contado, para luego poner en relación conceptos teóricos que pudieran ayudar a explicar y entender tanto las prácticas como los discursos de las chicas.

1. Preparación, expectativas y primera experiencia

La fuente de la cual las chicas reciben información sobre la menstruación va a incidir fuertemente en la manera en que experimentarán el ciclo. El modo y la profundidad con que se les explica el tema pueden generar dudas y ansiedades o, por el contrario, colaborar para que desde el inicio se entienda la menstruación como un proceso fisiológico que experimentan las mujeres sanas.

De acuerdo con los datos recogidos en la indagación, una sola de las chicas entrevistadas se enteró qué era la menstruación por medio de un adulto cercano (su mamá). Como este hecho repercute de manera diferencial en la relación que esta entrevistada tiene con la menstruación, le pondremos el nombre ficticio de Carla para poder identificarla a lo largo de todo el trabajo.

Con respecto a las otras entrevistadas, algunas se enteraron por medio de sus compañeritas de la escuela primaria que ya menstruaban y las otras por las charlas que Johnson & Johnson da en algunas escuelas². De estas últimas, todas coinciden en que no entendieron de qué les estaban hablando y tampoco se animaron a preguntar a los adultos que desarrollaban la charla. En cambio, prefirieron aclarar sus dudas con otras compañeritas del salón:

“Yo me enteré lo que era por una charla que dieron en la escuela los de Johnson & Johnson. En quinto grado fueron. Me acuerdo que nos mostraron un video y que yo no entendí nada (...) Con mi mamá no lo hablé.”

“[Los de Johnson & Johnson] primero nos mostraron un video (...).Yo miraba y no entendía nada. Después una compañera me explicó qué era eso y ahí entendí un poco más.”

Dos de las chicas llegaron a la menarca sin saber de qué se trataba. Ambas habían participado de las charlas de Johnson & Johnson en sus respectivas escuelas pero, como no habían entendido, experimentaron con miedo la primera menstruación:

“(...) cuando me di cuenta pensé que me había lastimado con algo (...). Ahí le conté a mamá y me dijo que estaba todo bien pero al principio me asusté.”

“Yo me acuerdo que me asusté. Eran vacaciones, después de cumplir once. Fue horrible. Yo no sabía qué era eso. No entendía por qué me salía sangre de ahí. ¡Qué asco!”

Estos casos reflejan una de las peores consecuencias del mandato de silencio que envuelve a la menstruación. Para una niña, encontrar sorpresivamente sangre en su ropa interior es angustiante, la asusta y le resulta violento. Este impacto inicial, sumado a la estructura de silencio que rodea a la menstruación, puede afectar la relación de la niña con su propio ciclo menstrual –sobre todo durante los primeros sangrados–. Así, se acentúa la sensación de vergüenza y la concepción negativa de la menstruación:

Debido al modo en que aprendieron acerca de la menstruación, las niñas llegaron a la conclusión de que era algo vergonzoso y bochornoso. (...) Dado que no era un tema abierto a debate, se hablaba en rincones oscuros y en susurros secretos.³
(Freidenfelds, 2009: 16)

De las entrevistadas que en algún momento hablaron con sus madres acerca del tema, todas mencionan que las mujeres adultas relacionaron la menstruación con los cambios físicos y la reproducción (el inicio del ciclo de fertilidad):

“Mi mamá, cuando me habló de eso, me dijo que cuando me viniera iba a dejar de ser una nena y me iba a convertir en mujer. También me dijo que me iba a tener que empezar a cuidar más porque ya podía tener hijos.”

“Me dijo que una vez que te pasa ya el cuerpo está preparado para poder tener hijos, que a partir de eso vas a empezar a cambiar [físicamente].”

Los relatos muestran que el primer mensaje que reciben las chicas acerca de la menstruación es que se trata de un proceso meramente biológico y muchas veces se utilizan términos que las chicas no logran entender. Esto implica, en primer lugar, que no se habla con ellas de la menstruación como experiencia psicosocial ni emocional y, en segundo lugar, al relacionar la menstruación con el inicio de la fertilidad y la posibilidad de quedar embarazadas, se suma un nuevo miedo / responsabilidad / ansiedad: evitar el embarazo no deseado.

Otro factor importante que entra en juego son los relatos que otras mujeres hacen de sus propias experiencias. Aquellas chicas que supieron acerca de la existencia del ciclo menstrual antes de la menarca, recuerdan haber escuchado a mujeres más grandes hablar sobre la menstruación de manera negativa. Específicamente, cinco de las chicas entrevistadas cuentan que, antes de la menarca, escucharon a otras mujeres decir que la menstruación era horrible y dolorosa. A partir de eso se generó en las niñas un doble sentimiento: querían empezar a menstruar “para saber qué se sentía” o porque “querían ser mujeres”, al mismo tiempo que temían que fuera dolorosa, incómoda o que debieran tomar medicamentos (analgésicos).

“Mi mamá me decía que era horrible pero yo le decía que quería que me viniera. Y mi mamá me decía ‘no digas eso, es horrible, es horrible’. Me vino y yo le decía ‘es horrible, es horrible’. Es como que pedía tanto que me venga que me vino. Y ahora no quiero.”

“Yo pensaba que iba a ser feo. Porque, por ejemplo, a mí mamá yo la escuchaba hablar con mi tía y [decían que] les dolía mucho, les dolía la cabeza (...) entonces por eso yo pensaba ‘qué feo, me va a doler mucho como a ella y voy a tener que tomar pastillas’.

Podría pensarse que cada una de estas mujeres funciona como “figura de referencia”⁴: una mujer más grande de quien las niñas adoptan costumbres y concepciones acerca de la menstruación. De esta manera, al oír a las mujeres menstruantes quejarse al respecto, las niñas que todavía no han alcanzado la menarca construyen un imaginario negativo, generalmente relacionado con la incomodidad y el dolor.

Respecto al propio día de la menarca, seis de ellas cuentan que sus madres se pusieron contentas con la noticia, las abrazaron y festejaron el momento. En general ellas también lo festejaron porque interpretaron el inicio de la menstruación como el ingreso a la adultez, como la prueba de que ya eran mujeres. Sin embargo, al poco tiempo esa alegría fue opacada por distintas situaciones: dolor de ovarios, preocupación por mancharse la ropa, estar atenta para cambiarse a tiempo la toallita o porque tuvieron que dejar de hacer cosas que les gustaban (por ejemplo, meterse al mar en vacaciones).

“(...) me puse contenta y le dije a mi mamá que era grande porque me había venido y mi mamá me festejó, me abrazó. Ese momento fue como re emocionante pero después se fue todo porque ya me empezaron a doler los ovarios y ya se pasó lo lindo.”

“(...) le dije [a mi mamá] ‘me vino la menstruación’. Y se puso feliz (...). Me abrazó. De eso me acuerdo, que me abrazó (...) En ese momento reaccioné bien. Dije ‘ay, mirá, soy señorita’ (...) Lo que sí, después me molestó lo que vino después: ‘uh, me vino, tengo que estar cambiándome, comprando cosas’.”

Los relatos de las chicas muestran cómo la menarca es festejada pero en secreto –el caso de Carla representa una excepción de la que se hablará en el próximo apartado–. Ellas lo comparten con las madres pero se lo ocultan al padre, por ejemplo. Al mismo tiempo, este primer momento de alegría entre madre e hija, de compartir una experiencia “como mujeres”, no vuelve a repetirse en las siguientes menstruaciones. Es decir, la primera menstruación se festeja, las siguientes se ocultan.

En las sociedades contemporáneas occidentales, las niñas se enfrentan a la paradoja que rodea a la menstruación: a menudo son felicitadas por alcanzar la condición de mujer, y son instruidas para mantener [dicha] condición en secreto. Si bien puede ser cierto que hoy en día la menstruación se discute más abiertamente, las investigaciones muestran que el impacto de la menstruación –tanto en las sociedades occidentales como en las no occidentales– continúa siendo en gran parte negativa.⁵ (Bobel, 2010: 31).

El tipo de participación que tiene el padre en esta primera experiencia nos permite

reflexionar, en la siguiente sección, respecto al lugar que ocupan los varones en relación con la menstruación.

2. Experiencias, relación con los varones y la escuela

Seis de las chicas entrevistadas nunca hablaron del tema con sus padres. Fueron siempre las madres las que, haciendo de intermediarias, informaron a los padres sobre la primera menstruación de la hija y, una vez que lo supieron, ellos callaron.

Como resultado de este silencio y porque sienten que la menstruación es vergonzosa, las chicas desarrollan estrategias de ocultamiento en sus propios hogares. Evitan, de muchas maneras, que el secreto sea revelado:

“[En mi casa] me da vergüenza cambiarme. Voy al baño, hago todo muy lentito para que no haga ruido [el envoltorio de la toallita femenina], después lo que hago a veces es... o sea... envolver la toallita bien en papel higiénico para que no se note. Para que mi papá no se dé cuenta.”

“Yo vivo con mi padrastro y mi hermanito (...) ahora ya no tanto, pero antes era como ‘hay un hombre, ¿cómo hago con esas cosas?’ Me tenía que organizar. Era como tener todo planeado: ‘cuando se quede dormido voy al baño a cambiarme’. Me organizaba todo.”

En este punto resulta interesante mencionar especialmente el caso de Carla. Ella comenzó a menstruar a los diez años, pocos meses después de saber sobre la menstruación a través de su madre:

“El día que me vino por primera vez me puse a llorar porque fue horrible la situación. Para mí era muy chica, no tenía experiencia, no entendía bien... si ese mismo año me había enterado qué era. Era principiante en todo, entonces me puse re mal. Ese día me regalaron rosas. Estaban todos re felices (...) me acuerdo que vino toda mi familia a saludarme. Mi mamá les contó a todos. (...) Después yo se lo conté a mi mejor amiga que era más chica. También se lo conté a otras amigas. Cuando se cumplió un año de que me había venido por primera vez, mi mamá me regaló otro ramo de flores, todas violetas”.

En su relato podemos apreciar que, si bien la primera reacción frente a la menarca fue negativa, la actitud de festejo de la madre quien, además, habla abiertamente del hecho, le da confianza y seguridad a Carla. La menstruación en su casa no es un secreto. Ella reproduce esta actitud y cuenta su vivencia a las amigas. De todas las entrevistadas, Carla es la única que dice haber hablado del tema con sus amigas desde el mismo día de la menarca. Es, también, el único caso donde el festejo se repite (al cumplirse un año de su primera menstruación). Esta seguridad también se ve reflejada en la manera en que puede compartir su experiencia con el padre e incluso con otros varones de la familia:

“Mi papá también me felicitó. La primera vez me daba cosa [hablarlo con él] pero ahora ya no. Le digo si estoy indispueta o si necesito toallitas. A veces le pido que me las alcance, ponele. Con mi papá no tengo ningún problema. Con algunas personas todavía me da cosa... no sé, a veces puede ser mi tío que ve que me duele la panza y me pregunta si estoy indispueta. Yo le digo que sí, pero me da un poco de cosa”.

En esto también se diferencia de las otras entrevistadas que a sus padres incluso les ocultan los productos menstruales.

Las estrategias de ocultamiento que las chicas activan en sus hogares, se extienden también hacia el ámbito escolar. Las entrevistadas explican esta necesidad de ocultamiento, primero, como medida para evitar las burlas y, segundo, porque entienden que los varones sienten asco y son groseros cuando se trata de hablar de la menstruación:

“Los chicos en la escuela te re boludean con esto. Por ejemplo, estás de mal humor por alguna cosa y te dicen ‘¿qué?, ¿estás venida?’”

“(...) mis amigos hay veces que nos preguntan pero más como burla o como jodiendo. Nos preguntan qué se siente... es muy guarango... nos preguntan ‘¿qué se siente que te chorreé el churrasco?’. Algo así dicen. O si no te dicen ‘estás histérica, ¿te vino?’ y te empiezan a preguntar ‘¿cómo hacés?, ¿no te da impresión?’ y todo eso, pero en forma de burla. A mí no me molesta hablarlo, pero prefiero no hacerlo porque no es algo que me guste hablar con los varones.”

Las preguntas que los varones les hacen a las chicas y el lenguaje que utilizan indicarían la falta de conocimiento que tienen los varones al respecto. Las madres no acostumbran hablar del tema con sus hijos varones⁶ (García Yañes, 2004) y las empresas que dan las charlas en las escuelas, según relatan las entrevistas, excluyen a los varones.

Resulta llamativo cómo, a pesar del desconocimiento que tienen los varones sobre la menstruación, usan una terminología negativa al hablar del tema. Tal vez por este tipo de comentarios que hacen los varones, las chicas imaginan que a ellos la menstruación les da asco. Como consecuencia, refuerzan el secreto para no sentirse agredidas o rechazadas por sus pares masculinos:

“Supongo que a los chicos les debe dar asco [la menstruación]. Siempre dicen ‘¿te vino?, estás histérica’. No sé muy bien... es como si pensarán que es una enfermedad o algo así. Algunos no entienden que es algo natural. Para ellos debe ser raro, ‘te sangra ahí, ¡qué horrible! Te debe doler, doler y doler’”

“(...) les da asco y no lo quieren ver. Rechazo le tienen. Igual, los varones te tratan distinto... No sé cómo explicarte... cuando saben que estás venida te miran diferente. O se alejan (...) Capaz que en todo el día no te hablan y sólo porque se enteraron eso. Y no es nada raro [menstruar], es algo común. También podrían haber estado hablando con alguien que también estaba [menstruando] y no haberse dado cuenta.”

Así, nos encontramos con que tanto los varones como las niñas tienen una actitud negativa en relación con la menstruación. Sobre esto, Fingerson afirma que “en la superficie, las niñas y los niños toman ciertos aspectos de los puntos de vistas culturales sobre la menstruación, y los integran a su propia cultura y sus propias experiencias sociales”⁷ (2006: 18).

Para las chicas, los compañeros de escuela aparecen como figuras negativas a quienes hay que ocultar todo lo relacionado a la menstruación. En cambio, ellas encuentran aliadas que las ayudan a “mantener el secreto”: otras chicas que colaboran para que los varones no se enteren de que ellas están menstruando. El máximo nivel de solidaridad se

da cuando alguna de ellas “sufre un accidente” y mancha la ropa. Este “accidente” es la principal preocupación de las entrevistadas. El código de complicidad entre las chicas también se evidencia en el lenguaje: usan términos como “protegerse” o “ayudarse”

“(…) en el colegio no me cambio. Me acomodo bien en casa y listo, en el colegio no me cambio. O me quedo sentada o parada, pero no llevo nada. No llevo eso porque me da miedo que alguien alguna vez haga una joda, revise la mochila y encuentre eso. Si pasa, te agarra una vergüenza.”⁸

“La mayoría de tus amigas te protegen, te ayudan con algunas necesidades. Por ejemplo, si a alguna de las chicas le viene en el colegio y no tiene toallitas, le pregunta a las chicas.”

“Una vez a una amiga le pasó que se manchó en la escuela y se tuvo que poner el buzo en la cintura y llamó a la mamá para que la venga a buscar. Después se fue pero la re sufrió, pobre. Es feo. Todas fuimos en grupo a ayudarla. Porque encima estás un poco de mal humor y que te pase esto es lo peor. Te querés matar.”

Estos relatos muestran también las malas condiciones que ofrecen las escuelas para las chicas que menstrúan.

Mancharse en la escuela no sólo pone en evidencia el ‘secreto’, sino que además provoca un lío que es difícil de limpiar en la escuela, donde las chicas no tienen acceso a las instalaciones adecuadas o a una muda de ropa limpia (...) las escuelas en particular fallan en proveer a las niñas las condiciones para que la menstruación pueda ser manejada adecuadamente, mucho menos positivamente.⁹ (Fingerson, 2006: 18).

Ellas preferirían no ir al colegio durante los días de sangrado porque menstruar en la escuela les resulta incómodo por dos motivos: la institución no está preparada para brindarles comodidad a la hora de cambiarse (baños cerrados con llave durante las horas de clase, baños sin tachos de basura, difícil acceso a las toallitas femeninas, imposibilidad de la institución de darles analgésicos sin previa autorización de los padres/madres, etc.) y, por otro lado, la necesidad de ocultar a los varones que están menstruando las obliga a

poner en juego estrategias que, si bien pueden resultar divertidas, también se tornan agotadoras (aprovechar los últimos minutos del recreo para cambiarse rápido o esperar el receso del mediodía, esperar a que todos salgan de aula para poder sacar la toallita de la mochila, tener que esconder siempre los productos menstruales, etc.):

“A mí no me gusta ir al colegio cuando estoy así pero tengo que ir igual. Falto muy poco por eso porque a mi mamá no le gusta que falte. Yo en el colegio me siento más insegura. Estoy más segura en mi casa, por si me mancho y esas cosas. Si te pasa en el colegio no sabés qué hacer.”

“No me gusta ir a la escuela. Ahora estoy indispuesta y el fin de semana fui a una fiesta, por ejemplo. Pero en el colegio (...) tengo que esperar a que se vayan todos [del aula], pedirles a mis amigas que se queden y la agarro y me la meto en la calza. Ahí recién voy al baño.”

“Hay cinco baños y sólo dos tienen tacho. Entonces tengo que esperar que esos se desocupen para ir a esos porque no la voy a tirar en el inodoro o en el piso.”

Finalmente, es importante destacar que esta solidaridad entre chicas se limita a mantener el secreto. Los testimonios recogidos muestran que las chicas hablan entre ellas sobre la menstruación pero sólo en lo referido a las estrategias de ocultamiento. Nunca comparten opiniones personales, ni experiencias, ni dudas que puedan tener sobre la menstruación.

En la siguiente sección veremos cómo estas conversaciones sobre la menstruación aparecen también reforzando los mitos que la envuelven.

3. Concepciones acerca de la menstruación

Analizar qué cosas creen las chicas sobre la menstruación nos permitirá vislumbrar qué actitud tienen hacia esta y, por ende, cómo la experimentan.

En las entrevistas aparecen tres creencias que se repiten en todos los casos. La primera es que el agua fría de la pileta o del mar (no así la ducha, por ejemplo) puede interrumpir el sangrado menstrual, al menos mientras dure el baño:

“(...) también pasa que te metés a la pileta estando totalmente indispueta y se te corta.”

“Si te metés al agua se te corta. Yo lo probé. Me cambié antes de meterme, me metí y cuando salí no me había bajado nada. Por eso lo creo.”

Otra creencia está relacionada con los cambios de humor que, por otra parte, son siempre negativos. Los dos estados de ánimo que más aparecen son el malhumor y los nervios (histeria). Las entrevistadas hacen propio el mito de la histeria como resultado de la menstruación. Las chicas y sus amigas aceptan ser acusadas de estar histéricas si son sus pares mujeres quienes las acusan de estarlo, pero lo sienten como un insulto cuando es una acusación que hacen los varones. Esto podría deberse a que, entre amigas, sólo se acusan / auto-acusan de estar malhumoradas o histéricas cuando alguna de ellas de hecho está menstruando, mientras que los varones pueden hacerlo en cualquier momento del mes:

“Tengo amigas que le avisan al grupo de amigas que están indispuetas (...) Dicen ‘chicas, si hoy estoy muy histérica perdonen pero es porque me vino’. A veces empieza el día y avisan eso como para que ya sepamos que no es que está enojada por algo.”

“Me revienta cuando estás de malhumor y [los chicos] te dicen ‘¿qué, te vino?’. ‘No, idiota’.”

En algunos casos sucede que dicen sufrir cambios de humor aun cuando ellas mismas no lo noten. Lo creen porque se lo dicen las amigas:

“Por ahí yo no me doy cuenta pero tengo cambios de humor porque otras personas me dicen (...) no me doy cuenta pero me entero por los demás que me lo dicen. Qué se yo, puede ser verdad que me cambia el humor. (...) De algunas amigas sí me doy cuenta. Te das cuenta. Te tiran algún palo y te das cuenta.”

Una vez más, el caso de Carla es distinto. Ella no está de acuerdo con la relación causa-consecuencia que se crea entre la menstruación y la histeria. No lo acepta como una explicación (tal como lo hacen las otras chicas):

“Eso del malhumor es mentira. Eso depende de la personalidad de cada una. Lo de la histérica es mentira. (...) me jode que me digan que estoy histérica por eso. Como a mí me joden que me lo digan yo tampoco se los digo a mis amigas”.

Excepto en este caso particular, vemos cómo las otras chicas dicen tener cambios de humor que siempre describen como negativos. Esta creencia es reforzada desde el discurso médico con conceptos como el Síndrome Premenstrual, que sólo registra síntomas negativos y relaciona los cambios de ánimo con la histeria y la depresión.

De esta manera, las chicas incorporan determinadas creencias que dan por ciertas y que pasan a formar parte del repertorio de explicaciones sobre la menstruación. Muchas veces, este tipo de explicaciones refuerzan los prejuicios.

Conclusiones generales

Como vimos a lo largo de este trabajo, la menstruación implica factores psicosociales valorados como positivos (convertirse en mujer) y negativos (mandato cultural de mantener el secreto). Los mensajes que las chicas reciben de la institución escolar, de las mujeres de su entorno y, principalmente, de sus figuras de referencia, influyen significativamente en sus concepciones y actitudes. El modo en que las niñas entienden la menstruación influye, sin duda, en la manera en que le harán frente. Tendríamos que preguntarnos hasta qué punto esa manera de enfrentarse y manejar el ciclo menstrual modifica la concepción que tienen sobre sus cuerpos y sobre lo que significa ser mujer.

En este sentido, es importante remarcar las diferencias que separan a Carla del resto de las entrevistadas. Ella tiene una trayectoria particular que da como resultado una relación más directa y menos vergonzante con su cuerpo menstruante. Su madre le transmitió un mensaje positivo y tuvo una actitud de no ocultamiento, lo que colaboró para que Carla se sintiera cómoda: lo habla con sus amigas, con su padre y con otros varones. Algunas situaciones le siguen dando pudor pero puede manejarlas porque no vive la menstruación con culpa. Ella entiende que la menstruación es un proceso natural. Por otro lado, el modo en que los varones (adultos y pares) reaccionen frente a la menstruación es también un factor de peso. Si el mensaje que reciben ellos es que este proceso fisiológico es doloroso,oloroso e implica modificaciones en el estado de ánimo

(mal humor, nerviosismo, agresividad), la menstruación se convierte en un tema de burla y en una desventaja. Así, las chicas se ven obligadas a mantenerla en secreto para evitar burlas y humillaciones.

Es un hecho grave que –al día de hoy– algunas chicas alcancen la menarca en total ignorancia del fenómeno. El miedo y el desconcierto que produce el primer sangrado, cuando se ignoran sus causas, predispone negativamente a la niña frente a un cuerpo que ya no puede controlar. La menarca (y las menstruaciones posteriores) es algo que la niña no puede evitar: simplemente sucede, es algo que el cuerpo “hace” aunque ellas no quieran.

La llegada de la menstruación genera, en principio, una conciencia del cuerpo propio, a partir de que se aprenden a leer los signos que indican la llegada del próximo período. Este conocimiento del cuerpo podría significar un empoderamiento y una ventaja respecto a las experiencias masculinas y, sin embargo, las chicas no lo viven de esa manera. Por el contrario, el cuerpo molesta y traiciona porque es impredecible.

Esta relación con el cuerpo y con la menstruación se torna aún más distante cuando las niñas no cuentan con el lenguaje adecuado para mencionarlos. Los genitales femeninos, por ejemplo, no se nombran sino que se mencionan con expresiones como “ahí abajo” o “ahí”. Lo mismo sucede con la menstruación: cada generación de niñas y niños inventa una serie de términos para no llamar a la menstruación por su nombre. Durante las entrevistas las chicas utilizaron expresiones como: “estar venida”, “me baja”, “me agarra” o “estar así” para referirse a la menstruación y “eso”, “el cosito”, “la cosa” para referirse a los productos menstruales.

El lenguaje mismo ha sido purgado de la menstruación, como si hubiera una especie de campaña espeluznante que nos fuerza a discutir sobre la menstruación (si es que siquiera lo hacemos) en un código misterioso sólo conocido por agentes de la CIA¹⁰ (Stein; Kim, 2009: 4).

Aquello que no se nombra es difícil de aprehender. Lo que no se nombra, no existe. Entonces, ¿cómo podrían las chicas empezar a sentirse más cómodas con sus ciclos menstruales cuando ni siquiera se atreven a mencionar la palabra “menstruación”?

Notas:

1. Texto original: "The experience of menstruation, far from being private and secretive, is embedded in social relations." Todas las traducciones son mías.
2. Al momento de ser publicado este artículo la investigación todavía se encontraba en curso, por lo que toda la información que se brinda sobre las charlas de Johnson & Johnson en las escuelas es tomada de los testimonios de las chicas entrevistadas y de la información que la propia empresa brinda en su sitio web. En una próxima etapa de investigación se proyecta participar de estas intervenciones con el objetivo de recolectar información tanto de la dinámica de las charlas como de la instancia de recepción por parte de las niñas.
Según lo que la empresa informa en su página web, las "campañas educativas" comenzaron a realizarse en 1960 y continúan hasta hoy en las escuelas que solicitan el servicio. Existen dos tipos de campañas: una para primaria y otra para secundaria. A los chicos más grandes se les habla de los métodos anticonceptivos, embarazo adolescente, enfermedades de transmisión sexual y adicciones. A los alumnos de primaria se les muestra un video para varones y otro para chicas, donde se explica el funcionamiento del aparato reproductor, la menstruación y las poluciones nocturnas. Luego, y específicamente para las niñas de primaria, la empresa ofrece una charla donde se habla de la primera menstruación y sobre el funcionamiento del aparato reproductor femenino.
3. Texto original: "Because of how they learned about menstruation, girls concluded that it was shameful and embarrassing. (...) Since it was not a topic for open discussion, it was talked about in dark corners in secretive whispers instead".
4. Whitehead, Busch, Heller, Costa (1986) sostienen que las experiencias y actitudes que las madres tienen respecto a la menstruación se transmiten por modelaje. De esta manera, aquellas madres que reporten creencias y comportamientos negativos favorecen en las hijas una actitud similar (García Yañes, 2004).
5. Texto original: "In contemporary Western societies, girls face paradox surrounding menstruation: They are often congratulated for entering womanhood, and they are instructed to keep their new status a secret. While it may be true that menstruation is discussed more openly today, research shows that the impact of menstruation –in both Western and non-Western societies– remains largely negative."
6. En su tesis de Licenciatura, la psicóloga García Yañes estudia las actitudes hacia la menarca y la menstruación en 50 niños y 50 niñas de entre 9 y 12 años, residentes en la ciudad de Cholula (México). Una de las preguntas que formaba parte de su herramienta de análisis indagaba acerca de cómo se enteraron acerca de la menstruación. Los resultados a los que arriba, para el caso de los varones, es que la principal fuente de información es la maestra (31.9%) y la segunda los libros escolares (21.3%). Recién en tercer lugar, con un 19.1% aparece la mamá como fuente de información. (García Yañes, 2004).
7. Texto original: "On the surface, girls and boys take certain aspects of large cultural views on menstruation and integrate them into their own culture and their own social experiences."
8. Cuando la entrevistada dice "eso" se refiere a los productos menstruales. En su caso particular, refiere específicamente a toallitas femeninas. Es importante remarcar cómo la entrevistada evita incluso mencionar a estos productos por su nombre.

9. Texto original: "Leaking not only gives evidence of the "secret", but also makes a mess that is difficult to clean up at school where girls do not have access to bathing facilities or a clean change of clothes (...) schools in particular fail to provide conditions for girls where menstruation can be managed adequately, much less positively."
10. Texto original: Our language itself has essentially been purged of menstruation, like there's been some kind of creepy propaganda campaign forcing us to discuss it (if we do at all) in a mysterious code known only to CIA operative.

Bibliografía

Bobel, C. (2010): *Third-Wave Feminism and the Politics of Menstruation*. EE.UU: Rutgers University Press.

Fingerson, L. (2006): *Girls in Power: Gender, Body and Menstruation in Adolescence*. Albany: State University of New York.

Freidenfelds, L. (2009): *Menstruation in Twentieth Century America*. EE.UU: The Johns Hopkins University.

García Yañes, A. G. (2004): *Actitudes ante la menarca y la menstruación en niñas premenarcas y niños de la misma edad*. Puebla. Universidad de las Américas. Departamento de Psicología. Tesis de grado.

Stein, E., Kim, S. (2009): *Flow: The Cultural Story of Menstruation*, EE.UU, Martin's Griffin.