

CONCEPTOS CLAVE A DESARROLLAR POR EL PROFESORADO

- Cambios corporales.
- Tabúes.
- Autoconocimiento.

ENFOQUE DE LOS CONTENIDOS DE DEBATE PARA PROFESORADO

El comienzo del ciclo menstrual en las chicas y las eyaculaciones nocturnas en los chicos suelen ser “la prueba” de que se están generando ciertos cambios en nuestros cuerpos y de que estamos entrando en una fase vital a la que llamamos la adolescencia.

El sistema de géneros crea unos discursos muy diferentes en torno a los cuerpos que culturalmente asociamos con unas y con otros. Mientras que los cambios corporales relacionados con los chicos son nombrados y transmitidos como positivos, los cambios relacionados con las chicas son transmitidos como negativos. La menstruación es un reflejo de ello. Culturalmente transmitimos tantos mensajes negativos que condicionamos una predisposición a la vivencia negativa de la menstruación: decimos que es algo sucio y que tenemos que tener un extra de higiene mientras la tenemos, que huele mal, que es dolorosa, que condiciona nuestro ocio, se inician los mensajes de miedo respecto a la vivencia sexual... En cambio, los cambios corporales que viven los chicos se transmiten de forma positiva: son muestra de su virilidad, de la sexualidad activa.

Estos mensajes diferenciados son muestra de nuestra **cultura androcéntrica y misógina**. La religión judeocristiana ha promovido una visión misógina

respecto al cuerpo y la sexualidad de las mujeres. La construcción del discurso científico heredó esta visión y, bajo una supuesta racionalidad universal, se generaron los saberes científicos en los que el hombre era centro y vara de medir de la realidad. La realidad de las mujeres quedó totalmente invisibilizada, no se iluminó con los principios racionales que la ilustración propugnaba y se escondió bajo la ignorancia, los tabúes y las supersticiones que la iglesia lanzó.

No existe una única forma de vivir la menstruación, como tampoco existe una única categoría de mujer, ni un único cuerpo estándar, ni vivencias generalizables. Hay menstruaciones con mucha sangre y las hay con poca. A algunas mujeres les duele mucho y se sienten muy débiles, pero hay otras que afirman que en este periodo se sienten muy fuertes y que tienen mucha creatividad... Todas esas generalizaciones y estereotipos tienen que ver con la categoría mujer que el sistema de géneros promueve; una visión esencialista, sesgada y ligada a la capacidad reproductiva.

Tenemos que tener en cuenta, de todas formas, que debido al sistema de géneros, hasta hace poco tan solo contemplábamos dos únicos cuerpos: mujer y hombre. Y que, por lo tanto, sólo reconocemos los cambios que se dan en estos dos tipos de cuerpos. Pero la realidad es que existen cuerpos que no entran en ninguna de estas categorías: es decir, que existe una diversidad corporal y genital muy compleja, y que los cambios corporales también son muy diversos.

MATERIALES DE LECTURA RELACIONADOS CON EL TEMA

- [CONFERENCIA DE ERIKA IRUSTA SOBRE CÓMO ACOMPAÑAR A LAS ADOLESCENTES EN SU PRIMERA REGLA](#)
- [ENTREVISTA A ERIKA IRUSTA BLOGERA DE “EL CAMINO RUBÍ”-PIKARA MAGAZINE](#)

