

Las menarcas del arte. La menstruación como herramienta para hacer y deshacer el arte



María Olga Terán Cortés
teco.olga97@gmail.com

Benemérita Universidad Autónoma de Aguascalientes
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8496-8638>

ARTÍCULO

Resumen

Se analiza y reflexiona en torno a las principales obras de artistas visuales que han trabajado el tema de la menstruación a través de la historia para repensar sus cuerpos que ciclan y visibilizar la injusticia menstrual. Las propuestas artísticas aquí presentes se exploran desde una perspectiva menstruartivista, como herramienta de análisis, no porque las artistas se autodenominen como tal, sino porque integran en su proceso creativo la menstruación, el arte y el activismo. Asimismo, se contribuye a la propuesta de Eva Valadez Ángeles para nutrir el concepto de “menstruartivismo” publicado en 2019, con el objetivo de compartir con otras artistas y artesanas herramientas para sus creaciones. Este ejercicio por mapear y analizar artistas que trabajan el tema responde a la injusticia histórica de relegar a las mujeres de la historia del arte, particularmente aquellas que abordan uno de los tabúes más antiguos de la humanidad: la menstruación.

Palabras clave: menstruación, artes visuales, activismo, menstruartivismo, tabú

Abstract

This article analyzes and reflects on the main works of visual artists who have worked on the menstruation topic through history to rethink their cycling bodies and make menstrual injustice visible. The artistic proposals are explored from a menstruactivist perspective, as an analysis tool, not because the artists call themselves as such, but because they integrate menstruation, art and activism into their creative process. As well, it contributes to Eva Valadez Ángeles proposal of nourishing the concept of “menstruactivism” published in 2019, with the intention of sharing tools with other artists and craftswomen for their creations. This exercise of mapping and analyzing artists who work on the subject replies to the historical injustice of relegating women from art history, particularly those who address one of the oldest humanity’s taboos: menstruation.

Keywords: menstruation, visual arts, activism, menstruactivism, taboo

Introducción

La sangre menstrual caliente gotea poco a poco en nuestras vaginas, se desaborda por nuestras vulvas, entrepiernas, hasta volver a la tierra. Devela para algunas, miedo, alivio, agobio e incluso posibilidades de creación. La menstruación es tan antigua como la humanidad misma, por lo tanto, ha sido considerada en algunas sociedades como el tabú más antiguo de la historia. Por esa razón se ha relegado a lo privado, asociado con la suciedad, toxicidad, vida y muerte, causó terror en algún momento porque ¿cómo una mujer podía sangrar tanto tiempo sin morir?

Esta sangre no es como la que brota por un golpe o corte en la piel, nuestro flujo en realidad es:

Sangre suspendida en una mezcla de *mucus* cervical de secreciones vaginales, de agua y tejidos orgánicos surgidos del endometrio. Las mismas secreciones vaginales contienen electrolitos de sodio y potasio [...] También encontramos proteínas, colesterol y bilirrubina [...] posee un pH idéntico al de la sangre (7,5) y un número considerable de bacterias que permiten preservar el equilibrio de la flora vaginal, a los fines de proteger la vagina y el útero de las infecciones. Su única propiedad desacostumbrada es que no coagula [...] puede secarse, pero no coagular, es decir, formar una costra que luego se elimina por sí misma. (Thiébaut, 2018, pág. 21)

Sabiendo que su consistencia natural no daña, no es sucia o peligrosa para los seres humanos, podemos asumir que la discriminación menstrual no tiene razones biológicas, sino culturales para someter los cuerpos de las mujeres y personas menstruantes (personas no binarias y hombres transgénero). La discriminación por menstruar se encuentra en diferentes escenarios y acciones, “mediante prejuicios dañinos, estereotipos, discriminación sistemática arraigada en la organización social que no contempla la salud menstrual y discriminación en la esfera privada” (UNESCO, 2024 p. 23).

En 2022 trabajamos la encuesta “Menstruación Aguascalientes, México”[1], la que recabó experiencias de mujeres entre 10 a 85 años que ciclan o ciclaron en algún momento de su vida. Según los resultados, las mujeres han tenido prohibido en algún momento de su vida o habían escuchado que no se podía[2] entrar a templos, tepozanes, funerales, el mar y cuartos donde fermenta el pulque. Por otra parte, a las niñas se les niega el acceso al juego, aunque no están exentas las demás edades, pues tampoco se puede usar bicicleta, montar a caballo o correr.

También se ha identificado que la desigualdad de género incrementa al no tener un adecuado sistema de salud, infraestructura o espacios seguros y óptimos para menstruar, por lo que las niñas y mujeres terminan por no asistir a la escuela o trabajo durante su menstruación (Gutierrez, 2022). Estos ejemplos son un atisbo en la discriminación menstrual, la que ha permeado por años y que deriva del tabú menstrual.

Thiébaut (2018) se basa en el antropólogo Daniel de Coppet para explicar que el tabú:

Fue tomado del vocabulario de las lenguas polinesias por el famoso navegante James Cook, durante su paso por las islas Hawái en 1778. Deriva de dos palabras diferentes: “ta”, que significa “marcar” y “pu”, que significa la intensidad. El sentido sería por lo tanto “fuertemente marcado”, es decir, portador de signo(s) distintivo(s), diferenciador(es), para alertar de un peligro e imponer el respeto o la elusión. [...] La palabra está marcada por la ambivalencia, y designa a la vez lo que está prohibido, es impuro, peligroso y lo que es sagrado, misterioso, investido de un poder divino. (Thiébaut, 2018, pág. 55 a 56)

[1] La encuesta “Menstruación en Aguascalientes, México” se desarrolló en el Estado de Aguascalientes en noviembre de 2022. Actualmente los resultados no se pueden consultar en alguna plataforma. Para más información pueden escribir al correo de la investigadora.

[2] Hasta el momento no se ha identificado una temporalidad específica en cuanto a la vigencia de las prohibiciones.

En los estudios socioculturales, antropológicos, y creación artística, podemos identificar que la menstruación es entendida como un evento ambivalente, dual, y como un estado de tránsito, pues se cicla en momentos y de maneras diferentes. Este movimiento corporal representa un peligro para el razonamiento eurocéntrico, acostumbrado a entender y ejercer poder sobre los cuerpos. Por ello ¿cómo no iban a tener miedo de los cuerpos menstruantes? Que no responden a sus mandatos y que, por ende, no tienen el control.

Es importante mencionar que en comunidades antiguas matriarcales la menstruación era considerada sagrada, consideraban que este vínculo unía a la humanidad con la naturaleza, reconociendo que el ciclo menstrual es similar al de la luna (Sala, 2020 y Cardozo, 2015). Sin embargo, parece que en la actualidad el tabú supo encarnarse en los cuerpos de las personas, menstrúen o no.

Entonces, ¿qué se ha hecho en una sociedad donde se ha instaurado una forma de opresión en los cuerpos de las mujeres y feminizados? Tras esta premisa, mujeres en todo el mundo han trabajado activamente para erradicar el tabú menstrual, mismo que ha dañado nuestras relaciones no sólo con nuestros propios cuerpos, sino con los de las otras. Algunas de las respuestas surgen desde la medicina natural, los estudios sociales y el arte.

La investigadora Eva Valadez Ángeles entiende el arte como “un recurso por medio del cual es posible abordar temas tabú” (Ángeles, 2019, pág. 39), ya que es un espacio con la libertad suficiente para explorar, compartir, dialogar y sentir todo aquello que la sociedad busca reprimir. Para esta investigación, Valadez es una de las máximas referentes, ya que es quien propone el término “menstruartivismo”, no como un concepto inamovible, sino como una hoja en blanco que podemos apropiarnos y construir colectivamente.

En su exploración por construir el término, observa que las artistas que han trabajado el tema de la menstruación corresponden a un tipo de creación artística:

Al arte no hegemónico, no precisamente armónico ni estético, es al que alude el arte menstrual. Por tanto, el arte menstrual es la posibilidad plástica de repensar paradigmas entre lo privado y lo público, entre lo personal y lo político. (Ángeles, 2019, pág. 15)

La apuesta por el arte menstrual implica reconocer el propio cuerpo como un territorio de experimentación, casi animal, intuitivo y procesual. Cada creadora se apropia de un proceso, lo moldea y lo camina diferente. A continuación, compartimos algunas reflexiones y sentipensares que puedan aportar a las otras artistas, artesanas, gestoras, investigadoras y creadoras para construir su camino, esperando aportar positivamente.

Para ello comenzaremos mapeando sólo algunas de las artistas que han abordado el tema desde las artes visuales bajo diversas técnicas, sitios, épocas y discursos. A la par se analiza y reflexionan sus obras desde una perspectiva menstruactivista, no porque su obra o ellas se sitúen desde ahí, sino por las cualidades principales de sus piezas: la menstruación, el arte y el activismo. Se busca contribuir brevemente al concepto de “menstruactivismo”, con la finalidad de aportar a los estudios de este, su creación y exposición.

En conclusión, con este trabajo se busca aportar a la historia del arte, particularmente de las mujeres que abordan el tema del ciclo menstrual y de la menstruación. Por medio de la visibilización de artistas, así como del concepto “menstruactivista”, entregando una propuesta para su futura exploración. Ya que, no bastando con ser mujer para no estar dentro de la historia, el hablar de un tema tabú relega aún más a las creadoras y pensadoras en torno al tema.

Las menarcas del arte

La menarquía es la primera menstruación en la vida de una mujer, cuando llega somos niñas, ya que usualmente se presenta entre los 11 y 12 años, pero puede variar entre los 8 y 15 (hay casos en que es más tarde), de acuerdo con el contexto cultural, alimentación y salud. Esta primera llegada de sangre nos toma por sorpresa en la mayoría de los casos, algunas habrán sido informadas por su madre, una abuela, profesora, cuidadora, pero habrá quienes sabrán de esta noticia hasta el día de su llegada.

Así como este primer sangrado en el ciclo de una persona, existen artistas pioneras en el arte menstrual o artistas que toman como elemento la sangre o símbolos que la remitan, para nosotras, estas son las menarcas del arte. Más adelante identificaremos las diferencias entre menstruartivismo y el uso de sangre o símbolos, pues para esta investigación tienen fronteras, difusas pero presentes.

Entre las primeras artistas visuales que parten del tabú y emplean su cuerpo como soporte para explorar la sexualidad femenina, fluidos (que sugieren la sangre) y vaginas, la norteamericana Carolee Schneemann, quien trabajaba las técnicas de fotografía, pintura y performance. En el festival de cine de Colorado de 1975 presentó su performance “Inter scroll”, donde “se para desnuda en una mesa, pintada con lodo y extrayendo de su vagina un rollo de papel mientras recita el discurso escrito en él”. (Basurto, 2015)



Figura 1. Carolee Schneemann, *Inter Scroll*, registro fotográfico de performance, 1975. Fuente: Proyecto IDIS (Investigación en Diseño de Imagen y Sonido) de la Facultad de Arquitectura, Diseño y Urbanismo, Universidad de Buenos Aires.

Este antecedente nos puede ayudar para identificar que en los 70 se comenzaba a trabajar con los fluidos expulsados de la vagina, así como apropiarse de la vagina no como una parte del cuerpo pasiva, sino como un espacio de trabajo interno y externo para las artistas.

Sin embargo, la artista que trabaja con su sangre menstrual como materia prima es María Evelia Marmolejo, nace en 1958, originaria de Cali, Colombia. Ella y su obra es considerada como “una de las artistas más políticas y radicales de los años ochenta en América Latina. Principalmente activa durante la década de 1980, su obra permanece desconocida no sólo fuera de Colombia sino dentro de su mismo país de origen”. (Hill, 2012)

Sus reflexiones en torno a la opresión política de su país, los problemas con el medio ambiente y el rol de la mujer se ven reflejados en sus piezas de manera contestataria. Aunque el performance y las mujeres artistas no han sido lo suficientemente estudiadas y valoradas en el gremio, al menos en su periodo de proceso creativo (1981 a 1985), actualmente se considera a la artista como una de las más relevantes sobre performance en Colombia y desde nuestra postura, de toda Latinoamérica.

En 1979 presentó su primer performance relacionado con la menstruación, la pieza “Tendidos”:

Consistió en un tendedero de ropa hecho con toallas sanitarias –unas usadas y otras limpias– amarradas unas con otras. Al final del tendedero había un pañal de tela y todo colgaba de un gancho de carnicería. Marmolejo produjo esta obra en protesta por la brutal tortura y violación – a menudo con objetos de metal– de mujeres campesinas y universitarias (algunas embarazadas) por el ejército colombiano. A partir de esta instalación, la artista comenzó a utilizar la sangre como un fluido corporal normal y común –aunque rechazado–, como una reflexión sobre la violencia del país. La agresividad manifestada con el gancho de carnicería también hace referencia a su propio rechazo a las dificultades que ella padeció en su rol de mujer en una sociedad machista y en casa, donde tenía que ser servil con sus hermanos varones. (Hill, 2012)

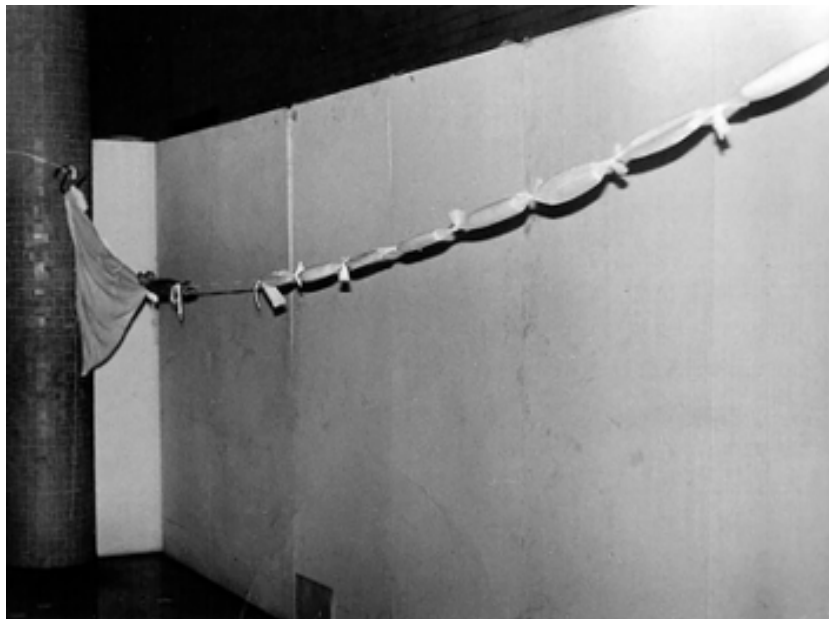


Figura 2. María Evelia Marmolejo, *Tendidos*, registro fotográfico de performance, 1979. Instalación en técnica mixta. Escuela de Bellas Artes, Cali, Colombia. Fuente: ArtNexus.

Como se puede intuir, en 1979 no existía el concepto de “arte menstrual”, pero sí se tenía la materia prima y las herramientas que giraban en torno al tema, como los productos de gestión menstrual. Además de los símbolos que representaban el rol de las mujeres, como los tendederos para ropa, tarea asociada con los cuerpos femeninos.

Si en 2023 ver y oler una toalla usada o incluso limpia, puede generar un tipo de repulsión y vergüenza, en aquel tiempo posiblemente fue más allá de revolucionario, independientemente de si los espectadores lo percibían así. Una acción que implicó pensar en las cualidades de un cuerpo de mujer, identificar elementos externos y cómo generar un diálogo, no precisamente sobre menstruación, pero sí para denunciar la violencia.

Esta acción recuerda a la práctica de las nahuas de Xolota, quienes tienen un remedio similar contra la violencia. Ellas usan su sangre menstrual para teñir una prenda y la colocan en la cabecera de la cama, pues el olor (llamado *xoquia*) es útil para combatir a los esposos violentos (Hernández, 2011). Llama la atención que la sangre es considerada como un elemento no sólo para denunciar, sino para accionar y buscar soluciones, desde el arte o en la vida cotidiana.

Fue en 1981 que presenta “11 de marzo”, en la Galería San Diego de Bogotá, el primer performance realizado explícitamente sobre menstruación:

Marmolejo decidió la fecha de su *performance* después de su último período para poder determinar con exactitud la fecha del siguiente. Como preparación para el *performance*, tomó remedios herbolarios para ayudar a inducir su período y garantizar que comenzaría el 11 de marzo. La artista colocó papel sobre el piso en forma de L, iluminó el lugar con luz negra y en el fondo tocó una pista con el ruido de una cadena de baño. Se puso una gorra blanca, y secciones de su cuerpo estaban cubiertas con toallas sanitarias, a excepción de sus genitales, para que su sangre chorreara en el piso cuando ella caminara. Realizó una danza donde frotaba su pubis en la pared, dejando una mancha de su sangre, la cual chorreaba de la pared al piso.

Marmolejo había sufrido toda su vida de períodos muy abundantes y tenía el trauma de haber manchado su ropa constantemente de sangre y ser objeto de burla de la gente, especialmente cuando era una estudiante joven. Este *performance* fue, en parte, para reconciliarse con su propio cuerpo y sus funciones. Éste fue un ritual ofrecido a la menstruación; algo considerado vergonzoso y repugnante, y para celebrarla como algo natural. La artista había sido criada en el catolicismo y rechazaba la idea judeocristiana del Génesis, donde la mujer nació de la costilla de Adán, lo cual establece la superioridad y el poder del hombre sobre la mujer. Con este ritual Marmolejo quería celebrar la centralidad de la mujer en el origen de la vida. En contraste con la tradición cristiana, en este *performance* ella se refiere a un mito ancestral indígena que determina el origen de la vida en la mujer, la cual creó al hombre al mezclar sangre de su menstruación con lodo en forma de un falo y lo enterró. Fue entonces cuando el hombre nació y se convirtió en su compañero, y juntos comenzaron a crear nuevas vidas. (Hill, 2012)

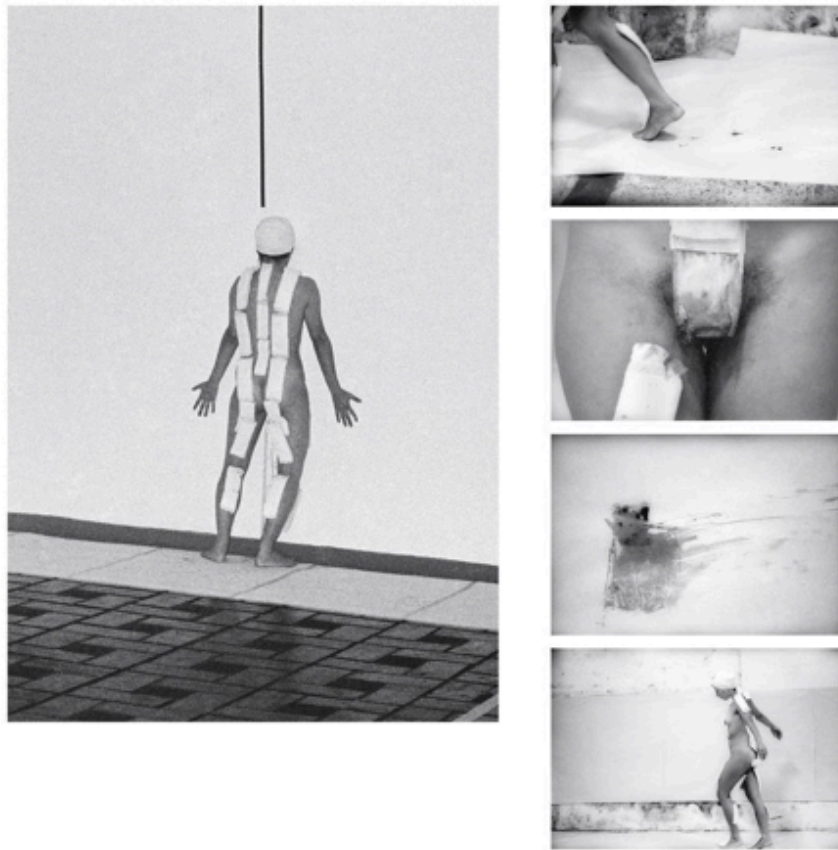


Figura 3. María Evelia Marmolejo, *11 de marzo*, registro fotográfico de performance, 1981. Fuente: HAMMER.

A pesar de su creatividad y propuestas, no le permitieron concluir sus estudios en la escuela de arte, ya que fue reprobada por presentar piezas poco convencionales en materias con rigor tradicionalista (Hill, 2012). Sin embargo, esto no impidió que siguiera explorando el arte, a partir de sus ideas “radicales” para aquel momento y que seguramente en esta época seguirían generando impacto.

Situándonos a principios del siglo XXI, encontramos a Zanele Muholi, artista sudafricana originaria de Burban en 1975, se considera una persona no binaria y activista que responde a las opresiones de género y raza en su país y la sociedad en general.

Trabaja con fotografía, vídeo e instalación, las cuales “documentan y celebran las vidas de las comunidades negras, lesbianas, gays, trans, queer e intersex en Sudáfrica” (artecontexto, 2022). Pero fue en 2006 que presenta la serie “Isilumo Siyaluma”:



Figura 4. Zanele Muholi, *Qiniso, The Sails*, fotografía, 2019. Fuente: La Vanguardia.

En zulú significa “dolor de los dolores menstruales”, la artista retrata con su propia sangre a aquellos cuerpos menstruantes que sobrevivieron a la misoginia, a la violencia física, psicológica, sexual y a crímenes de odio por ser negras y lesbianas. En declaraciones que recoge el medio M-Arte y Cultura visual, Muholi utiliza su periodo como “vehículo y medio para expresar y reducir la pena y pérdida” que siente cuando se entera que muchos hombres intentan someter a sus compañeras a violaciones por su orientación sexual. (República, 2021)

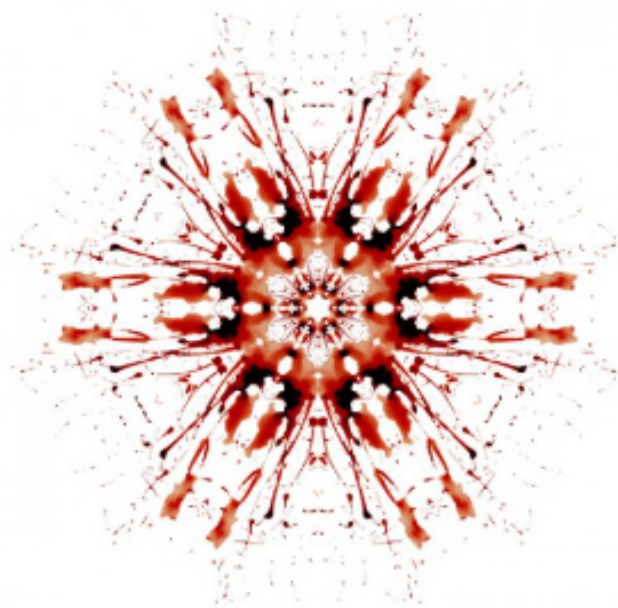


Figura 5. Zanele Muholi, *Isilumo Siyaluma*, 2006. Fuente: (Nel, 2011)

Las imágenes representan a personas menstruantes que han sobrevivido a una violación, con la intención de reflejar “la pena y la pérdida que siente cuando se entera de cada ‘violación curativa’ que muchas mujeres sufren en su comunidad, sangrando por su vagina, por todo su cuerpo, por su mente y su espíritu”. (Naturcup, 2017)

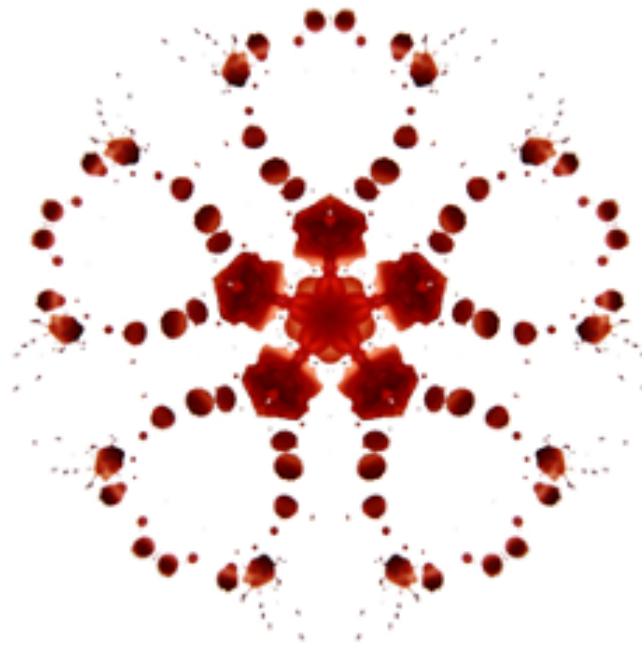


Figura 6. Zanele Muholi, *Isilumo Siyaluma*, 2006. Fuente: (Nel, 2011)

Como podemos observar la sangre menstrual en este caso, no cumple una relación directa con el fenómeno del ciclo menstrual, pero sí con lo que la rodea (pues no se puede separar), como lo es el cuerpo y la vagina, mismas que han sido violentadas por su orientación sexual. Es pertinente señalar que se tiene una deuda con la comunidad LGBTTT+ en el ámbito de la menstruación, ya que socialmente se ha construido a partir de estereotipos de género, encasillando a quien menstrúa únicamente como mujer.

Por otra parte, la relación entre la sangre y violencia se repite con Marmolejo, las nahuas de Xolotla y Zanele, como una herramienta de defensa y respuesta ante la violencia y juicios sociales. Más adelante exploraremos si este patrón se encuentra en más artistas. Para ello nos situamos en Chile, con la artista Carina Úbeda Chacana.

Úbeda nació en Valparaíso, Chile en 1978, actualmente es profesora de artes visuales en su país, tiene una especialidad en fotografía y como nuestras otras artistas también explora la instalación, el performance y el vídeo. Entre sus obras, la que traemos a la mesa es “Paños” (2013), una instalación suspendida en una habitación.

Durante meses, la artista recogió su menstruación en paños, motivada por la alergia que le provocan las toallas higiénicas. Los flujos, de color café-rojizo, crearon figuras aleatorias, distintas unas de otras. Los paños los tensó en bastidores circulares de madera, y los colgó del cielo de la sala, intercalados con mitades de frutos deshidratados, cuya forma se asemeja al sexo femenino. (Jiménez, 2015)



Figura 7. Carina Úbeda, Paños, 2013. Fuente: Captura de pantalla de YouTube de Sebastián Úbeda.

La propuesta de Úbeda nos puede hacer reflexionar en los productos de gestión menstrual, particularmente en las toallas desechables, pues como menciona es alérgica y no hay alternativas asequibles para estos casos. La industria de las toallas y tampones tiene un precedente de poco interés por la salud de las mujeres, un ejemplo es el síndrome de shock tóxico de 1979 a 1985 al que fueron expuestas miles de mujeres en Estados Unidos de América. Esta enfermedad fue causada por los materiales con los que estaban hechas las toallas, se registraron 2,814 casos con 122 mortales. (Tarzibachi, 2017)

El trabajo de Evelia, Zanele y Úbeda responde a tantos años de discriminación menstrual y opresión sobre los cuerpos que ciclan. Sentimos que las palabras no bastan para exponer la importancia de su papel en el arte, así como el de muchas otras mujeres. Pero esperamos que su trabajo les brinde otro panorama del arte hecho por mujeres, así como de la importancia de nombrar y responder con fuerza a cada tabú que pueda limitar nuestra vida.

Estas son sólo algunas de las artistas que han abordado la menstruación en su obra, cabe señalar que seguramente se escapa de la investigación alguna otra artista precursora, debido a la falta de difusión y probablemente registro. Sin embargo, antes de terminar con esta sección, es importante compartir que al realizar este mapeo encontramos a:

- Wendy López, originaria de Xalapa, México. En los 90 comienza a utilizar su sangre^[3] y pintura para hablar de los roles de género, el matrimonio y la violencia. (Sánchez, 2023)
- Camila Montalvo, colombiana, con su performance “Una mujer de rojo”, en 2012 se encierra en una vitrina y menstrúa públicamente, dejando correr su sangre entre sus piernas. (Silva, 2012)
- Casey Jenkins, artista australiana, tejió una bufanda durante 28 días en 2013, estambre que salía de su vagina. (Basurto, Hysteria, 2015)
- Carmen Vicente, ecuatoriana, que además de artista es curandera y líder espiritual de comunidades indígenas de Abya Yala. Dirigió la exposición “El destino de la sangre. Un secreto abierto”, en 2017, una serie de bordados realizados por 17 artistas. (Apablaza, 2018)
- Emma Arvida Bystrom, fotógrafa sueca, quien en 2018 realizó la serie *There Will Be Blood* (Correrá sangre). En la serie se presentan mujeres en la vida cotidiana, pero con una notoria mancha de sangre menstrual en su ropa. (Carrillo, 2013)

[3] Aunque Wendy López es una referente de 1990 y la consideramos menarca, para esta investigación es importante retomar a Zelene, artista actual, quien es de las pioneras en trabajar con menstruación sobre el tema de violaciones correctivas a mujeres lesbianas.

Deseamos en investigaciones posteriores, analizar la vida y obra de las artistas que no pudimos desarrollar esta ocasión. Por el momento, les recomendamos conocer su trabajo, el cual no sólo se centra en menstruación, pero parten desde un quehacer político en diferentes esferas.

Derramar posibilidades

Como hemos observado, la menstruación en el arte ha sido empleada como herramienta para denunciar violencia, dolor, vergüenza, y, por otra parte, para reivindicar, normalizar y reconciliarse con el propio ciclo. Estas propuestas vienen de una diversidad de cuerpos territorios, morenos, negros, jóvenes, adultos, con orientaciones sexuales y demás aspectos que posiblemente escapan a nuestro acercamiento.

Las artistas que encontramos nos brindan la posibilidad de reflexionar el desarrollo del arte menstrual o del menstruartivismo. Es importante mencionar que no porque estos conceptos estén sobre la mesa, las artistas se hayan considerado como tal, pero nos sirve su trabajo para pensar el concepto y animarnos a experimentarlo como espectadoras o como creadoras, seamos artesanas o artistas (artes visuales, literatura, teatro, música, cine, danza, etc.).

Para abordar el tema era necesario rastrear el concepto, lo que no fue tan sencillo, ya que los estudios sociales, antropológicos y artísticos sobre menstruación comenzaron en 1970. Son recientes, así que se tienen mucho que explorar y aportar desde diferentes áreas, miradas, posturas, sentires. El concepto de menstruartivismo es propuesto en 2019 por la investigadora mexicana Eva Valadez Ángeles, en su tesis de maestría “Menstruartivismo: una herramienta para la agencia de las mujeres menstruantes”.

Para construir este concepto la autora retoma el arte feminista (distinto al arte hecho por mujeres), por lo que uno de sus referentes es la artista Mónica Mayer, de quien nos recuerda que el “arte feminista es aquel en el que las artistas se asumen como tales y así lo defienden ideológicamente, pero también en términos artísticos plantean otras formas no hegemónicas de entender el arte”. (Ángeles, 2019, pág. 39)

Estas formas no hegemónicas se han gestado en el útero de diversas artistas y así como podemos abortar ideas, también las podemos parir. Es así como para Valadez, del arte feminista nace el arte menstrual, que “abarca otras modalidades artísticas que retoman de manera simbólica el proceso de menstruación, el cuerpo de las mujeres menstruantes y la sangre menstrual” (Ángeles, 2019, pág. 41).

Al no encontrar antecedentes del arte menstrual, Valadez se da la tarea de poner en la mesa la construcción del mismo en el Primer Encuentro de Cultura y Arte Menstrual, realizado en San Cristóbal de las Casas, Chiapas, en 2016, donde las asistentes llegan a las siguientes conclusiones:

Consideramos que en el arte menstrual se puede, o no, utilizar como materia prima la sangre menstrual. Sin embargo, para algunas activistas como las participantes en la colectiva Ixchel es imprescindible la sangre menstrual (Nadia, entrevista, 2016); otras, como Karla Helena Guzmán de la Ecored Feminista La Lechuza Buza, incluyen en sus talleres de arte menstrual diversos materiales. [...] El arte menstrual no sólo alude a las representaciones y simbolismos de la sangre menstrual, sino que también son de interés otros temas como: los procesos internos que experimenta la mujer en cada uno de sus ciclos —preovulatorio, ovulatorio, premenstrual y menstrual— o fases, que van desde la menarquía hasta la menopausia. [...] Parte de un proceso interno de reflexión sobre el sentido subjetivo de ser mujer de acuerdo con el momento en que se encuentre cada una, con las experiencias de vida que hayan acumulado durante su propia historia y con las necesidades de expresión hacia el entorno. (Ángeles, 2019, pág. 75 y 76)

Desde esta investigación queremos aportar que el arte menstrual no necesariamente hablará de menstruación o del ciclo (eventos ligados pero diferentes, usualmente confundidos por la falta de educación menstrual). También puede dialogar con otros temas (como la violencia), tal es el caso de Zanele, que usa la menstruación como herramienta para denunciar las violaciones correctivas. Este tipo de arte puede usar símbolos, una diversidad de recursos que no necesariamente sean lo inmediato.

Además, sostenemos que no todo arte menstrual es feminista, puede emplear recursos, procesos e incluso exploraciones, pero no buscamos encasillar este tipo de arte en un movimiento político o pensamiento, pero sí tenemos claro de dónde viene y cómo se ha construido. Aunque el feminismo tiene vertientes, como las decoloniales, antirracistas, así como abordajes antigordofóbicos, de diversidad de género, etc., sugerimos que el arte menstrual tome las herramientas que más ayuden al proceso creativo, gozando de la mayor interseccionalidad posible, pues enriquecerá nuestras reflexiones.

Aunado a ello, dejamos en la mesa la pregunta ¿el arte menstrual necesariamente es político?, la respuesta pareciera ser inmediata: claro que sí. Sin embargo, deseamos dejar la pregunta en el aire, como los Paños de Úbeda y bordarlos poco a poco en nuestras realidades. Lo que nos lleva al concepto de menstruartivismo, Valadez menciona que:

Es una herramienta que permite producir conocimiento y ponerlo a prueba, además de que se basa en una experiencia específica que puede promover la resignificación de la menstruación. [...] como una herramienta para la agencia de las mujeres menstruantes, conjuga los preceptos de la agencia cultural y la agencia feminista, siendo el carácter político y el artístico los

Como se puede identificar, este concepto se compone de la menstruación, el arte y el activismo, por lo que reconocemos la carga política al situarnos desde este quehacer. No sólo es un “producir”, sino que parte desde una postura política y se propone hacer cultura, una nueva libre de tabúes menstruales. Partiendo desde tres aspectos: la introspección en la intimidad, el proceso creativo al sacar del cuerpo y finalmente exponer, a una misma, a las amigas, familia, alumnas o a la sociedad, Valadez nos recordará que no siempre es necesario exponer, es cuestión de cada creadora.

Hace falta mencionar que encontrar el trabajo de Valadez y las artistas fue emocionante, significó una guía, un camino rojo que tiende para todas nosotras, con la finalidad de organizar nuestras ideas, unir reflexiones y explorar el menstruartivismo, con la total confianza de aportar, deshacer y hacer el arte.

Conclusiones

Resignificar la menstruación es vital, pues interpela a nuestros cuerpos, su autonomía y dignidad, por ello insistimos que una de las grandes vías es el arte. Desmontar el tabú menstrual no es tarea fácil, pues implica ir contra un sistema milenario, encargado de relegar a las mujeres a lo privado, logrando así despojarlas de todo poder, principalmente de sus cuerpos.

Al ser un tema complejo, el arte es un enorme campo de exploración, puesto como un laboratorio para hablar desde cualquier territorio y época. En éste podemos acercarnos a las personas que quizá nunca se habían cuestionado la injusticia menstrual, quienes nunca les hablaron de su sangrado, o aquellas que viven con un dolor incrustado en su cuerpo y sobre todo acercarnos a nosotras.

El arte nos puede ayudar a desencajarlo, desmenuzarlo, hablarlo y configurar nuevos mundos menos violentos para quienes ciclamos y que quienes conviven con nosotras comprendan que la vida diaria no es lineal, sino cíclica.

Invitar a crear desde el menstruartivismo es una apuesta emocionante, pues está ahí para apropiárnosla, poner el cuerpo a reflexionarse, hacer cultura que permita conectar con otros cuerpos y así, no sólo ser individuo, sino buscar la colectividad. En tanto, nuestra propuesta es dejar de ver la menstruación como un evento privado y comenzar a sentipensarla desde la colectividad. Creemos que menstruar es político, es colectivo y es revolucionario.

Bibliografía y otras fuentes de consulta

Ángeles, E. V. (2019). *Menstruativismo: una herramienta para la agencia de las mujeres menstruantes*. Tuxtla Gutiérrez, Chiapas: Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas.

Apablaza, A. (12 de Noviembre de 2018). *Centro Cultural La Moneda*. Obtenido de Franca: <https://francamagazine.com/carmen-vicente-los-bordados-de-la-sangre/>

Artecontexto. (2022). *artecontexto*. Obtenido de <https://artecontexto.com/ivam-zanele-muholi/>

Basurto, D. (26 de mayo de 2015). *Hysteria*. Obtenido de <https://hysteria.mx/arte-y-menstruacion/>

Carrillo, J. P. (3 de Marzo de 2013). *Pijamasurf*. Obtenido de <https://pijamasurf.com/2013/03/aqui-va-a-correr-sangre-fotografia-cuestiona-la-verguenza-publica-asociada-a-la-menstruacion/>

Hernández, J. E. (2011). *El cuerpo femenino en estado liminar: connotaciones entre los nahuas prehispánicos* (Vol. 18). México: Universidad Nacional Autónoma de México.

Hill, C. F. (Junio de 2012). *ArtNexus*. Obtenido de <https://www.artnexus.com/es/magazines/article-magazine-artnexus/5d64034190cc21cf7c0a342e/85/el-cuerpo-politico-de-maria-evelia-marmolejo>

Jiménez, Y. (25 de enero de 2015). *Femimagazine*. Obtenido de <http://www.lrmcidii.org/exposicion-de-artes-visualespanos-de-carina-ubeda/>

Naturcup. (7 de abril de 2017). *Naturcup colombia*. Obtenido de <https://www.naturcupcolombia.com.co/arte-menstrual/>

Nel, F. W. (1 de noviembre de 2011). *ORMS Connect*. Obtenido de <https://blog.ormsdirect.co.za/exhibition-isilumo-siyaluma-by-zanele-muholi/>

República, L. (6 de diciembre de 2021). *La República*. Obtenido de <https://larepublica.pe/sexualidad/2021/12/05/arte-menstrual-conoce-a-las-artistas-que-utilizan-su-sangre-para-luchar-contr-el-machismo-desde-sus-obras-atmp>

Sánchez, M. (8 de Marzo de 2023). *Diario de Xalapa*. Obtenido de <https://www.diariodexalapa.com.mx/cultura/te-escandaliza-la-menstruacion-con-arte-derriban-tabues-de-lo-natural-9730167.html>

Silva, L. A. (24 de Agosto de 2012). *Youtube*. Obtenido de <https://www.youtube.com/watch?v=5moXbgs0K7g>

Tarziabachi, E. (2017). *Cosa de mujeres. Menstruación, género y poder*. Autónoma de Buenos Aires, Argentina : Sudamereicana

Thiébaud, É. (2018). *Mi sangre. Pequeña historia de las reglas, de aquellas que las tienen y de aquellos que las hacen*. Autónoma de Buenos Aires: Hekht Libros.