



Review of / Reseña de: Guilló Arakistain, Miren. *Sangre y resistencia. Políticas y culturas alternativas de la menstruación*. Manresa: Bellaterra Edicions, 2023. 308 pp. ISBN: 978-84-19160-34-8

MARTA CONDE GARCÍA

Universidad de Santiago de Compostela, España

[marta.conde.garcia@sergas.es](mailto:marta.conde.garcia@sergas.es)

<https://orcid.org/0009-0002-7193-8437>

En el libro *Sangre y resistencia*, la antropóloga Miren Guilló Arakistain, profesora en el Dpto. de Filosofía de los Valores y Antropología Social de la Universidad del País Vasco UPV/EHU, hace un amplio análisis de la menstruación desde la autoetnografía como herramienta metodológica, perspectiva epistemológica y práctica feminista (Gregorio Gil, 2023). La doctora Guilló Arakistain, miembro del Grupo de Investigación en Antropología Feminista, realiza un seguimiento diacrónico de las experiencias y vivencias de nueve personas, incluida ella misma, a lo largo de varios años y su relación con el ciclo menstrual, cómo influye en sus vidas, emociones, posicionamientos políticos y, muy especialmente, su vivencia del feminismo, junto a su propia experiencia e introspección. A lo largo de los siete capítulos que componen el libro, Guilló profundiza en el significado de la menstruación, en su utilización en contra de las mujeres que sigue vigente por parte del patriarcado y de la biomedicina hegemónica. El eje central de su estudio es el de las políticas y culturas alternativas de la menstruación, un tema que crea polémica o rechazo, ya que todavía está muy extendida la visión de que es un proceso íntimo y que, el hecho de visibilizarlo y ponerlo sobre la mesa

para su debate, se debe única y exclusivamente al deseo de polemizar y crear distorsión. Elaborar una tesis sobre el tema, desde un enfoque antropológico y feminista, es una actitud valiente y enriquecedora para el discurso y el repositorio de lecturas, visiones y aproximaciones.

El libro, fruto de la tesis doctoral de la autora y con un prólogo de la antropóloga social Mari Luz Esteban, analiza aspectos como la equiparación mujer-menstruación, la íntima relación entre las personas que menstrúan y sus procesos, la necesidad de integrar la inmensa variabilidad de experiencias y los peligros, ya conocidos por el feminismo, de homogenizar vivencias. Dedicar también un capítulo al vínculo entre la sangre y placer y las producciones artístico-(contra)culturales en torno a ella.

Con su visión de antropóloga y doctora en estudios feministas, revisa los cambios llevados a cabo dentro de la antropología feminista para eliminar los sesgos universalistas y etnocentristas al no tener en cuenta el abordaje o visión del género de los grupos a estudio. Este es el tema que trata en los dos primeros capítulos del libro («Aproximaciones antropológicas y feministas de la menstruación» y «Anatomías del método. Un mapa epistemológico y reflexivo»), en los cuales analiza las distintas aproximaciones que se han realizado desde la antropología y la teoría feminista sobre la menstruación, desde las primeras investigaciones que se enfocaban exclusivamente en la sangre como elementos de estudio a la incorporación al debate de la salud, el cuerpo y la sexualidad en los años setenta y ochenta, cuando se abren espacios para el diálogo, el aprendizaje, el cuestionamiento y la autogestión. Durante esos años, la salud sexual y reproductiva se convierte en una de las reivindicaciones centrales en la lucha feminista. A partir de los noventa aparecen nuevas teorías y se incorpora la perspectiva de género, lo que lleva a formular, según diversos análisis, que las situaciones de desigualdad y su problemática aparecen en función del género y no de la biología. La retroalimentación entre activistas-profesionales sanitarias-académicas facilita profundizar en el debate de los procesos menstruales desde múltiples enfoques. Se amplían las disciplinas que participan: antropólogas, sociólogas, biólogas, profesionales sanitarias, filósofas... lo que permite asumir la diversidad y pluralidad cultural.

El activismo menstrual en España coge fuerza en los últimos años con diversas opciones críticas con las propuestas neoliberales que llegan a

entremezclarse con posiciones antihegemónicas, movimientos de contracultura muy activos desde principios de este siglo que buscan *sacar del armario* al ciclo y que nos muestran una visión crítica con la industria farmacéutica, promoviendo la autosuficiencia e intentando restar protagonismo y peso al sistema.

En el tercer capítulo, «Repensar el ciclo. Iniciativas y tecnologías feministas», la autora nos muestra cómo el proceso etnográfico y su metodología, que ha sido dinámico, va transformándose y evolucionando a lo largo de la investigación.

El libro avanza en «Epistemologías y prácticas feministas de la salud. Resistencias y desafíos», basándose en la metodología propuesta por Esteban (2004), compartiendo extractos de los relatos que componen los itinerarios corporales de las personas entrevistadas: cómo se relacionan con sus cuerpos, cómo van afrontando la incomodidad y posible vulnerabilidad de los cambios durante sus ciclos, cómo gestionan el dolor y el uso de dispositivos menstruales. Cómo todos estos procesos, al ser compartidos, crean una comunidad que apoya, debate, profundiza en la desigualdad que todavía impera en nuestras sociedades y busca y ofrece alternativas para la autogestión.

Un capítulo clave, «Menstruación, identidad de género y paradigma del dimorfismo sexual», es el que más se ha ido transformando a lo largo de la investigación, según indica la autora. Nos muestra personas que se reconocen como mujeres y no menstrúan, personas que se reconocen como hombres y menstrúan y sus vivencias y relación íntima (y social) con sus ciclos. Guilló nos conmina a ampliar la perspectiva y los imaginarios, a incluir real y fácticamente a la gran variedad de personas y sus vivencias que transitan por este tema.

Otro de los temas que estas páginas nos muestran es cómo la sangre ha sido utilizada como elemento subversivo feminista (capítulo seis, «La subversión de la sangre. La performatividad del asco como estrategia feminista»). Diferentes instalaciones, acciones y protestas, sacan a la menstruación de lo privado e íntimo, y se convierte en un elemento transgresor que remueve creencias obsoletas y arcaicas.

El último capítulo, «Placer y conocimientos colectivos para la transformación social», plantea utilizar la gestión del placer, el autoempoderamiento

corporal y de sus cambios y de sus ciclos como elemento disruptivo de dinámicas aposentadas en siglos de patriarcado y biomedicina.

A modo de epílogo, Guilló resume sus hipótesis, que efectivamente ha ido demostrando a lo largo del libro: el aumento de propuestas alternativas sobre la gestión de la menstruación, el cambio en las relaciones de género, la necesidad vital de políticas menstruales y su estudio en profundidad, la generación de ideologías feministas diversas alrededor de las vivencias de este proceso.

La autora pone el foco crítico en los siguientes aspectos: lecturas normalizadoras, biologicistas y etnográficas exclusivamente reproductivas del ciclo; la crítica a que propuestas alternativas de los dispositivos menstruales sean fagocitadas por la sociedad de consumo y pierdan su carga como munición contra el capitalismo hegemónico y patriarcal; el peligro de la pérdida de matices y de profundidad del debate al polarizarse en tendencias casi opuestas: menstruantes espirituales y menstruantes radicales. Termina con estas reflexiones y el amplio marco de investigaciones que sobre este tema deberían llevarse a cabo, fomentando el debate entre la antropología feminista y de la salud.

El ciclo y la menstruación son un hecho palpable y objetivable en millones de mujeres y personas que menstrúan. El género cambia, en distintos países y distintas épocas históricas; es un corsé, una limitación creada por la sociedad. La biología se permea y se nutre de la visión del género, desarrollando vivencias y disonancias en los diversos procesos. Por todo ello, según mi punto de vista, deberíamos estar atentas a no minusvalorar o empobrecer la visión de los procesos fisiológicos de nuestros cuerpos que nos aportan una valiosa información sobre nuestro estado de salud físico, mental y emocional. Somos múltiples y diversas, hay mujeres que no menstrúan y es el enfoque de la sociedad-patriarcado con el género lo que convierte esa situación en carga o dolor, no los millones de mujeres que menstrúan cada mes. Hay hombres que menstrúan, y es la visión infravaloradora de la feminidad lo que pone un peso extra en la vivencia de un cuerpo menstruante.

Este libro enriquece el debate sobre la menstruación al profundizar en las vivencias de las personas entrevistadas y nos muestra una parte del amplio espectro de diversidad que habita nuestra sociedad. Desde un punto de vista metodológico, se trata de una investigación en la que, si bien las personas

entrevistadas son diferentes, puede percibirse una cierta homogeneidad en sus posicionamientos políticos, procedencia, clase social, etnia o diversidad funcional. El trabajo podría verse enriquecido incorporando los relatos corporales en torno a la menstruación de personas que, con cierta frecuencia, también se han visto excluidas del feminismo hegemónico como son las mujeres racializadas, mujeres en situación de vulnerabilidad, afectadas por la pobreza menstrual o sin acceso a una atención sanitaria de calidad o con perspectiva de género. Ésta puede ser una propuesta para futuras investigaciones.

En suma, se trata de un libro para repensar el ciclo y la sociedad y que apunta a la necesidad de profundizar e investigar en este tema desde enfoques diversos y multidisciplinares.