

La demonización del ciclo menstrual suena aparentemente a otro siglo, a otro milenio. Sin embargo, su terapia insiste en que el desconocimiento es amplio y que en muchas ocasiones deriva en enfermedades. ¿Tan insana en la relación de la sociedad y de las mujeres con la regla?

Existen muchos mitos y tabúes, la mayoría extremadamente perniciosos y relacionados con una concepción del periodo no como un proceso que tiene que ver con la salud y plenamente natural, sino como una alteración incómoda e intolerable. Es algo que se ve a diario en los centros de trabajo y en la publicidad: el ciclo menstrual tiende a ocultarse y a negarse. Lo que plantea el abordaje profesional es precisamente todo lo contrario; el autoconocimiento, el empoderamiento. Porque en la medida que una mujer desconoce su ciclo va a reprimir sus fases, a no aceptar que existen momentos que demandan otro tipo de exigencia. Y eso hace que el cuerpo reaccione negativamente.

¿A qué tipo de consecuencias se refiere?

Me refiero a problemas emocionales, psicológicos e, incluso, de orden orgánico. Le pongo un ejemplo: en los anuncios, y, en muchos casos, en la medicina, se ha extendido la visión de que la regla tiene obligatoriamente que doler. Y eso ha hecho que en muchas consultas se despachen con un Ibuprofeno o, incluso, con anticonceptivos, lo cual puede resultar muy peligroso. Fíjese si es importante: romper con ese tópico implicaría que los exámenes clínicos fueran más exhaustivos, que no se diera por sentado el origen del dolor. Algo fundamental para prevenir enfermedades en aumento como la endometriosis. De ahí la relevancia de la aceptación y el autoconocimiento, ayuda a distinguir las molestias y a saber qué tipo de ayuda y especialista reclama cada caso, si se trata, de problemas con causa orgánica o emocional.

¿De dónde procede esa creencia? ¿Seguimos bajo admoniciones terribles y aquello de «parirás con dolor»?

Evidentemente viene de muy atrás. Entronca, incluso, con los cimientos de las sociedades patriarcales. Hay autores que sostienen, incluso, que nada cambiará hasta que la consideración del ciclo menstrual no evolucione. Casilda Rodríguez va incluso más allá y da un aspecto que para mí es clave: el hecho de que la salud y la sexualidad femenina se haya masculinizado. Esto es, que el paradigma sea siempre el del hombre, que tiene una salud más lineal, y no el de la mujer, que se mueve por ciclos, con sus diferentes fases. La falta de respeto a esos ciclos ha hecho se los considere en muchos momentos improductivos y que se penalice su aparición, lo que ha llevado a muchas mujeres a inhibir la respuesta natural.

Algunas empresas, pocas, eso sí, están optando por adaptar el calendario para aprovechar los picos de máxima productividad de sus trabajadoras. ¿Es ése el camino hacia la sensatez y la igualdad?

Es cierto, al margen de las diferencias subjetivas, que durante el ciclo hay periodos en los que el cuerpo demanda un tipo diferente de intensidad y de exigencia. Pero el hecho de rentabilizar al máximo la parte de mayor actividad tiene que ser visto con cautela, porque, a la larga, puede convertirse en una nueva vía de injusticia y de explotación. Insisto: no es cuestión de victimizar a la mujer porque tenga el periodo, pero sí de respetarlo y comprenderlo. Porque lo contrario comporta sofocar las reacciones y es perjudicial para la salud. Al fin y al cabo estamos hablando de un proceso que nos debería alegrar, porque es un indicador de que la mujer está sana.

pero lo que aprenden lo hacen de una manera muy pobre, condicionada por una visión muy masculinizada, procedente a menudo de la pornografía. A la mujer, en cambio, se le recomienda cautela; falta una buena educación, sana, que explique lo que signifique la sexualidad en todas sus dimensiones. Y eso es clave para evitar agresiones como las violaciones que se dan dentro de la propia pareja.

► **¿La sexualidad femenina sigue siendo la gran desconocida?**

Sin duda. Y ahí se aprecia lo que la teoría define como masculinización de la sexualidad femenina. Empezando por el desconocimiento de órganos sexuales como el útero, que es quizá el más importante de los que intervienen en la vida sexual de la mujer. Y siguiendo con la imitación y adaptación al funcionamiento orgásmico del hombre, cuando la mujer también opera por ciclos y sus necesidades y maneras de acercarse al sexo son diferentes en cada momento del periodo. La sexualidad debe ser vista como una cooperación, con las dos personas activas. Y eso implica tener en cuenta los deseos del otro.

► **¿Qué resta todavía para dejar atrás las diferencias y conseguir una sociedad plenamente madura e igualitaria?**

Falta muchísimo, pese a los importantes avances que se han dado en las últimas décadas. Los datos son inapelables y apuntan a un separación en cuanto a integración laboral y salarial todavía muy acusada. Hay, además, que poner la lupa en actitudes machistas cotidianas, que están muy normalizadas y continúan siendo peligrosas.

hecho del comercio exterior una estrategia...



Vecinos de El Ejido recogen firmas para una escalera mecánica

La reclaman en la calle Cuartel de Caballería, con una empinada escalinata que limita los...



"Nos están haciendo volver al modelo laboral del XIX; hoy trabajas tú y mañana

otro"

Antonio Herrera tiene una trayectoria como sindicalista de más de 40 años y desde 2004 dirige los...



La Junta ensalza la conexión con Málaga de la ley de Memoria Histórica

Ruiz Espejo recuerda que la norma, que incluye a García Caparrós entre las víctimas, llega en...



El programa electoral de Juanma Moreno

El presidente del PP-A promete, entre otras medidas, aliviar la carga fiscal al tejido

empresarial...



Urbanismo cumplirá la sentencia del TSJA sin mover la EBAR del Jaboneros

Propone en la Comisión de Urbanismo cambiar la calificación del suelo a zona verde

► **Todas las noticias de Edición Local**

Málaga

España es un país que no destaca precisamente por sus ayudas a la maternidad. ¿Ser madre sigue suponiendo una desventaja para la autonomía profesional de la mujer?

Es innegable que se da todavía esa tensión. Y eso tiene mucho que ver con la poca importancia que se le concede a las tareas relacionadas con los cuidados y con la reproducción. Las bajas maternales y paternales son a todas luces insuficientes, no se ajustan a las necesidades físicas de la madre ni a las del bebé. La conciliación es verdaderamente difícil. Y la prueba está en fenómenos sociológicos como el retraso en la edad media a la que se tienen hijos. Muchas mujeres aplazan la decisión para no perjudicar su carrera, pariendo más tarde y recurriendo en ocasiones a la reproducción asistida.

La violencia machista se agudiza. Muchas de las mujeres asesinadas este año ni siquiera habían denunciado previamente a sus agresores. ¿Qué mecanismos fallan? ¿Por qué hay tanta resistencia psicológica a dar el paso? ¿Miedo a no recibir la suficiente cobertura?

Es un tema muy complejo, en el que intervienen muchos factores. En el aspecto que menciona, influye normalmente el miedo al futuro inmediato, a las consecuencias que puede tener el hecho de tomar la decisión, que no sólo se da en los casos de control y dominación económica. Como es lógico, contar con autonomía financiera ayuda, pero eso no quita que la mujer se enfrente a un panorama desconocido que arranca con situaciones duras, enfrentamientos con la familia de origen y de la pareja. Un auténtico calvario que precisa de autoestima, de empoderamiento. Sin capacidad psicológica para construir algo nuevo es difícil que se de ese paso. De hecho, muchas veces las víctimas intentan salir y acaban en una relación similar a la que ya sufrían previamente.

Estaba España en la lucha contra los estereotipos cuando, de repente, las niñas tienen vulva y los niños tienen pene. ¿Cuál es el coste social de este tipo de mensajes? ¿La campaña deja víctimas?

La campaña podría ocasionar, y de hecho, lo está haciendo, grandes daños en la integridad de las personas, muchas de ellas menores. Estamos hablando de niños y adolescentes, de familias a las que le ha costado entender la situación, que se han sentido y visto diferentes y a los que, por su contundencia, estos mensajes les llegan. Es una pena que justamente ahora, en pleno avance cultural y social, surja una iniciativa con tan poco fundamento ético y científico. Supongo que no son conscientes del daño que está haciendo.

El presidente de HazteOir.org Ignacio Arsuaga, asegura que es una reacción al adoctrinamiento educativo.

No deja de ser curioso que se considere doctrina un planteamiento elemental y de sentido común, que no es otro que el respeto a la diversidad, a la diferencia. No existe adoctrinamiento alguno; es más el adoctrinamiento es cuando tratas de imponer una única realidad posible. Decir que algo es blanco o negro, que es justamente lo que hacen ellos con el famoso lema.

Donald Trump, Michel Temer, el eurodiputado Janusz Korwin-Mikke. Últimamente asistimos al resurgir mediático de actitudes jactanciosamente machistas. ¿Hay motivos para preocuparse?

Ciertamente se está produciendo, y en capas sociales con mucha visibilidad social, una suerte de reafirmación. Podría hablarse de neomachismo, pero en realidad no deja de ser un reflejo de que ciertas actitudes no han desaparecido del todo; se trata de hombres que no han reflexionado, que padecen, en muchos casos, un miedo irracional a perder privilegios, a ver alterado el papel que creen que les corresponde.

Da la sensación de que el discurso de la igualdad resulta tan políticamente correcto como controvertido en ocasiones. ¿Por qué ese rechazo visceral a todo lo que suene feminista?

En muchos sectores, y, sobre todo, en el ámbito profesional y académico, se ha avanzado y la etiqueta feminista no presume ninguna connotación negativa. Ciertamente se da esa contradicción, por un lado, se reivindica la igualdad, y eso está reconocido, y por otro, todo lo que suene a feminista es puesto automáticamente bajo sospecha, como si procediera de un grupo radical o eminentemente político. La actitud de algunos líderes de opinión no ayuda; más bien contribuye a extender la confusión al respecto. No es tanto que las mujeres ocupen puestos de poder como que las que lo hagan actúen con otra lógica, con un tipo de formación que debería ser transversal y formar parte del discurso de todos. Incluidos, por supuesto, los hombres.



La Opinión, en tu WhatsApp



¿Hasta cuándo debería tener vigencia la discriminación positiva?

Las políticas de fomento de la igualdad son todavía necesarias. Sobre todo, en muchos sectores en los que se sigue acusando un grado de diferencia alarmante en la estadística. Son medidas cuyo sentido y naturaleza radica precisamente en lo que intentan corregir, que es la desigualdad, la asimetría que hace que cualquier competencia esté descompensada de partida. Mientras se siga rechazando a la candidata a un puesto de trabajo por razones de potencial embarazo, mientras continúe la brecha salarial y la mujer no sea vista en el imaginario cultural colectivo como un sujeto activo y no simplemente anecdótico harán falta este tipo de incentivos.

Su trayectoria profesional también abarca muchas horas de trabajo con personas con conflictos relacionados con la obesidad o la anorexia. ¿Son los efectos de una sociedad obsesionada enfermizamente con la imagen?

Los trastornos de ese tipo tienen una casuística amplia. Son problemas complejos, que no admiten una relación determinista válida para todos los casos. Evidentemente esa obsesión es un elemento de riesgo. Y más porque está sembrada de evidentes contradicciones: se nos vende una imagen ideal que no es alcanzable ni coherente con la realidad y sobre la que gravita en muchas ocasiones el concepto de éxito, la autoestima. Y al mismo tiempo se nos indica que podemos consumir toda la basura que nos de la gana. Una auténtica paradoja.

 Compartir en Facebook

 Compartir en Twitter



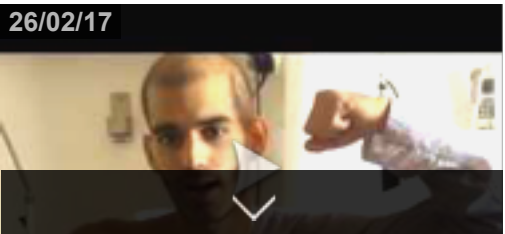
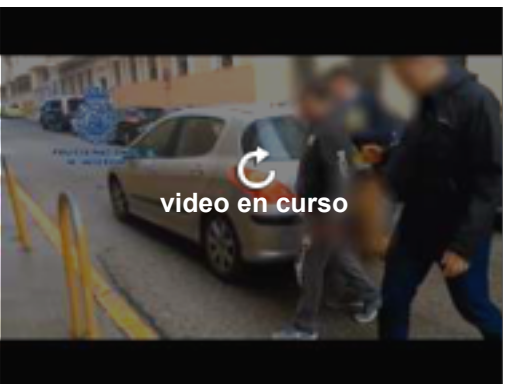


Temas relacionados: [Beatriz Cobo Blanco](#) [Universidad de Málaga](#)

Vídeos recomendados: [A prisión el ciberacosador reincidente detenido en Cádiz](#)



La Opinión de Málaga



Video Smart Player [invented by Digiteka](#)

Te recomendamos



Se desata la 'Unicajamanía'



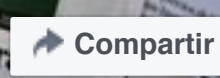
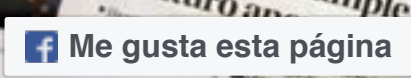
El derecho a hacerse oír

Herida grave una mujer apuñalada en Telde por su expareja

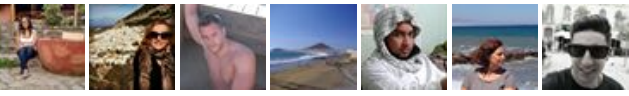
Contenido patrocinado



La Opinión de Málaga 
66 804 Me gusta



Sé el primero de tus amigos en indicar que le gusta esto.





Ocio en Málaga

Cartelera de Málaga

Consulta los estrenos de cine en las salas de la provincia.
Yelmo Cines Plaza Mayor, Vialia Málaga, CC Rosaleda, La Cañada Marbella, Cinesur Miramar Fuengirola... y más.

HASTA EL 25 DE MARZO

COLORTERAPIA

CITROËN



CITROËN C4 CACTUS DESDE **12.500€**

SOLICITA UNA OFERTA

Lo último	Lo más leído
1.	La demolición del Astoria y Victoria
2.	Nuevas ayudas al alquiler: ¿Quién se puede beneficiar?
3.	"La salud y la sexualidad de la mujer siguen aún masculinizadas, se ven con los ojos del hombre"
4.	Pildoritas festivaleras... (II)
5.	La conciencia poética
6.	Una habitación con vistas
7.	Varios jugadores del Unicaja visitan en el hospital a Ablaye Sow, otra vez lesionado
8.	La Fiscalía carga contravarios clubs de cannabisde la provincia
9.	Esta primavera será más virulenta para los alérgicos por la abundancia de lluvias
10.	Edwin Jackson ejecuta al Unicaja



Esto es lo último que comió el 'hombre de hielo'

El Tiempo



Cómo varía la fimosis dependiendo de la edad

Cuidateplus



La Linterna Táctica que los Españoles adoran

Lumify X9

recomendado por



Ads by



Ads by



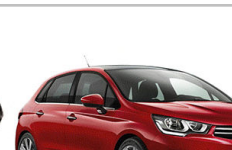
Pepephone

Pepephone, el operador de telecomunicaciones con principios



Te damos 100€

Haz trabajar tu dinero con la cuenta de Fondos de Self Bank Ahora!



Colorterapia en Citroën

C4 desde 12.700€ - REGISTRATE

Ads by



Pepephone

Pepephone, el operador de telecomunicaciones con principios



¿Buscas clientes nuevos?

Localizamos a tu target y le impactamos para ti en nuestras redes de sites premium.



Anúnciate en internet

Anúnciate en nuestras red de sites premium y encuentra nuevos clientes



Pepephone, el operador de telecomunicaciones con principios



Haz trabajar tu dinero con la cuenta de Fondos de Self Bank Ahora!

Ads by



Pepephone, el operador de telecomunicaciones con principios



Comprueba que Vanish Gold es 15 veces superior a la marca blanca.

Comentarios

Para comentar debes [iniciar sesión](#) o [registrarte](#) si aún no tienes una cuenta.

Los comentarios están sujetos a moderación previa y deben cumplir las [Normas de Participación](#)

Comentar



Enlaces recomendados: Premios Cine

LaOpiniónDE MÁLAGA

[Mapa web](#)

Málaga

- El tiempo
- Ocio en Málaga
- Tráfico en Málaga
- Cartelera de cine
- Málaga CF

Clasificados

- tucasa.com
- Iberpisos
- Iberanuncio
- Ibercoches
- Iberempleo
- Cambalache

Especiales

- Lotería Navidad
- Lotería el Niño
- Fórmula 1
- Premios Cine
- Semana Santa

[laopiniondemalaga.es](#) Publicidad

- Contacto
- Anúnciate
- Localización
- Aviso legal
- Política de cookies
- RSS
- Tarifas Papel
- Tarifas Internet
- Contratar

Otras webs del Grupo Editorial Prensa Ibérica

Otras webs del Grupo Editorial Prensa Ibérica

Diari de Girona | Diario de Ibiza | Diario de Mallorca | Empordà | Faro de Vigo | Información | La Opinión A Coruña | La Opinión de Málaga | La



