



**CENTRO DE INVESTIGACIONES Y ESTUDIOS SUPERIORES
EN ANTROPOLOGÍA SOCIAL**

**MENSTRUACIÓN, MIGRACIÓN Y DERECHOS HUMANOS:
SALUD Y GESTIÓN MENSTRUAL DE MUJERES VENEZOLANAS EN
TRÁNSITO POR LA CIUDAD DE MÉXICO (2022-2023)**

T E S I S

**QUE PARA OPTAR POR AL GRADO DE
MAESTRA EN ANTROPOLOGÍA SOCIAL**

P R E S E N T A

IRIS DEL ROSARIO JIMÉNEZ SERRANO

D I R E C T O R A

**DRA. PATRÍCIA ZAMUDIO GRAVE
CIESAS – GOLFO**

XALAPA, VERACRUZ. MÉXICO. 17 DE JULIO DE 2024.

*A mis padres,
Por su cariño y apoyo incondicional.*

AGRADECIMIENTOS

Al concluir esta tesis, que me costó sangre –menstrual–, dolor y lágrimas, me siento muy contenta de poder expresar la enorme gratitud que tengo hacia todas las personas que me acompañaron e hicieron parte del proceso de creación y escritura de este trabajo. En primer lugar, quiero agradecer a la comunidad venezolana que me permitió escucharlas y compartir conmigo parte de sus vidas, reflexiones y sentipensares. En especial a Beatriz, Johana, Dayana, Francis, Karina, Cindy y María por prestarme su voz y escribir parte de sus experiencias menstruales y migratorias.

Gracias infinitas a Beatriz Fuentes y Gabriela Hernández, directoras de Casa Fuente y Casa Tochán, por abrirme las puertas de sus espacios de refugio y brindarme la confianza para poder desarrollar mi trabajo de campo y construir afectividades.

A Isabel y Anahí por ser partícipes en la ejecución de los talleres que llevamos a cabo en Sin Fronteras IAP, Casa Fuente y Casa Tochan.

Quiero agradecer también al equipo de Las Vanders, Laura, Cecilia, María Fernanda, Avelina y Pam por permitirme acompañarlas en su observatorio en Tijuana y por las charlas, reflexiones y colaboraciones que se vinieron después. Asimismo, agradecer a todas las personas que tuve el agrado de conocer por medio de Sin Fronteras IAP y la Clínica Condesa. Gracias por la confianza, el acompañamiento y el acogimiento cálido durante mi estancia en la Ciudad de México.

A mi directora de tesis, la Dra. Patricia Zamudio Grave, por acompañarme y motivarme desde la comprensión y la reflexión crítica para concluir con este trabajo de investigación. Agradezco su paciencia y escucha durante todo mi proceso del posgrado.

A mi comité de tesis, Adriana Pozos, Rosario Ramírez y Janett Vallejo, por su compromiso para leerme y compartir conmigo sus valiosas reflexiones. En especial a Adriana, quien me acompañó desde cerca durante mi trabajo de campo y mi proceso de escritura.

A mi querida red afectiva, quien me acompañó durante toda esta travesía. Gracias por su escucha, apapachos, cariño y ternura.

A mis compañeras de Hipérica, por ser parte de las reflexiones que me acompañaron en mi proceso creativo.

A Susana y Bárbara, por ser amigas, compañeras y cómplices en esta etapa de la vida.

A Toño, por escucharme, cuidarme y abrazarme en todos los momentos que fueron necesarios. Por el amor y el compañerismo de hoy.

A mi madre, mi padre y mi hermana, por su amor y apoyo infinito. Gracias por motivarme y estar siempre presentes en cada etapa de mi vida.

Y, finalmente, agradecer a CONACYHT por brindarme el apoyo económico que me permitió tener el privilegio de hacer investigación y activismo menstrual en el campo de la antropología social.

¡Menstruar es político!

INDICE DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1. Mapa de localización de albergues y servicios a personas en movilidad de la Ciudad de México	105
Ilustración 2. Representación digitalizada del ejercicio “Lluvia de ideas: ¿Qué piensan cuando escuchan la palabra menstruación?”	159
Ilustración 3. Representación digitalizada del ejercicio “Lluvia de ideas ¿Qué asocian con la menstruación sobre lo que aprendieron o reflexionaron en la charla?”	166
Ilustración 4. Representación digitalizada del ejercicio “Lluvia de ideas ¿Qué palabras usarían para describir la migración en México?”	192
Ilustración 5. Conversatorio y presentación del Fanzine “Menstruación digna en situaciones de movilidad” que se llevó a cabo de manera virtual el 1 de diciembre de 2022.	226
Ilustración 6. Fotografía tomada durante el Taller y círculo de escucha sobre salud y gestión menstrual en situaciones de movilidad que impartieron integrantes de Las Vanders en Border Line Crisis Center, Tijuana, diciembre de 2022.	227
Ilustración 7. Fotografía de Las Vanders entregando kits menstruales frente a las oficinas de la COMAR, diciembre de 2022.	232
Ilustración 8. Fotografía tomada durante el Taller “Menstruación consciente y autonomía corporal” que realizamos en colaboración con parteras de la Clínica Justicia en Salud y con el material que llevaron Las Vanders, en Tijuana, Baja California.	233
Ilustración 9. Campaña digital sobre las condiciones de gestión menstrual de personas detenidas en Estaciones Migratorias y Estancias Provisionales del Instituto Nacional de Migración (INM) como parte del proyecto de incidencia de MDEM	236

INDICE DE CONTENIDO

AGRADECIMIENTOS	4
INDICE DE ILUSTRACIONES	6
INTRODUCCIÓN	10
1. ¿Por qué y para qué hablar de menstruación y movilidad?	15
2. La menstruación desde la antropología	20
3. Perspectiva de derechos	23
4. Aproximaciones al campo: alcances y limitaciones de mi entrada al campo	25
5. Contenido de los capítulos	33
CAPÍTULO I. APUNTES METODOLÓGICOS DE UNA INVESTIGACIÓN ETNOGRÁFICA SOBRE MENSTRUACIÓN	36
1.1 Reflexiones de una etnografía afectiva en el estudio de la menstruación	36
1.2 Consideraciones éticas en el estudio de la menstruación en contextos de movilidad	44
1.3 El <i>Taller Menstruación consciente y autonomía corporal</i> y los itinerarios menstruales como estrategia para la reflexión colectiva y subjetiva desde las mujeres migrantes venezolanas	50
Recapitulación	56
CAPÍTULO II. MENSTRUACIÓN, DERECHOS HUMANOS Y EQUIDAD DE GÉNERO: UNA APROXIMACIÓN PARA ABORDAR LA DIGNIDAD MENSTRUAL EN CONTEXTOS MIGRATORIOS.	57
2.1 Articulaciones políticas de la menstruación	60
2.1.1 Menstruación y equidad de género	64
2.1.2 Dignidad menstrual y derechos humanos	70
2.1.3 Salud y gestión menstrual	78
2.2 Aproximaciones al abordaje de la menstruación en la migración	80
2.2.1 Menstruación y los estudios de sexualidad en la migración	84
2.2.2 Menstruación, migración y vulnerabilidad	88
2.2.3 Derechos humanos, salud menstrual y la política de protección a migrantes	93
Recapitulación	97
CAPÍTULO III. MIGRACIÓN EN TRÁNSITO POR LA CIUDAD DE MÉXICO. DEL CONTEXTO A SUS ACTORES	99
3.1 Los procesos de internacionalización y de ciudad hospitalaria en la Ciudad de México	100

3.2	Espacios de observación: Sin Fronteras, Casa Fuente y Casa Tochan	106
3.2.1	Casa Fuente.....	106
3.2.2	Casa Tochan.....	109
3.2.3	Sin Fronteras IAP.....	112
3.2.4	Clínica Condesa.....	114
3.3	Migración venezolana en la Ciudad de México: cambios y permanencias	116
3.3.1	Escenario etnográfico: una migración en crisis.....	124
	Recapitulación.....	132
CAPÍTULO IV. MENSTRUAR EN MOVIMIENTO: ITINERARIOS MENSTRUALES Y EXPERIENCIAS EN DIÁLOGO		134
4.1	El punto de partida: Percepciones, saberes y prácticas de gestión menstruales.....	135
4.1.1	“Ya me desarrollé y ahora qué hago” Percepciones, saberes y experiencias de la menarquia.....	139
4.1.2	“Antes las mujeres usaban trapitos” Saberes, cuidados y gestión menstrual.....	148
4.1.3	“¿Por qué? Si yo no menstrúo” Representaciones masculinas sobre la menstruación	155
4.1.4	A modo de cierre.....	167
4.2	Los escenarios de la migración son los escenarios de la menstruación.....	170
4.2.1	Sobreviviendo la selva del Darién	171
4.2.2	“Esperar por nada” El campamento provisional en San Pedro Tapanatepec, Oaxaca	183
4.2.3	“Aquí no sobrevives a la naturaleza, sobrevives a la migración”	190
4.2.4	“Mientras esté aquí” Experiencias menstruales en los albergues de la Ciudad de México	200
4.3	Los efectos de la migración en la salud menstrual.....	207
	Recapitulación.....	214
CAPITULO V. AFIRMAR LA DIGNIDAD: RETOS Y ESTRATEGIAS EN LA DEFENSA POR LOS DERECHOS MENSTRUALES DE LAS PERSONAS EN MOVILIDAD HUMANA		218
5.1	Lo privado se hace público: Una búsqueda por la dignidad menstrual en contextos migratorios.....	219
5.2	Abogacía menstrual en contextos de movilidad humana	224
5.3	Precariedad y ausencia en el ejercicio de derechos.....	237

5.3.1	Los retos de gestionar la menstruación en los albergues de la Ciudad de México	241
5.3.2	“No estamos hablando de un lujo, sino de un derecho” Salud sexual y reproductiva de las mujeres migrantes en Ciudad de México	249
	Recapitulación.....	261
	CONCLUSIONES.....	265
	BIBLIOGRAFÍA.....	283

INTRODUCCIÓN

Tardamos diez días en cruzar la selva [del Darién]. Tardamos tres días más que los hombres, porque además íbamos con niños. Uno no sabe los retos que uno pasa ahí dentro, mucha gente muere, caminas entre el fango y el lodo [...]te das cuenta de que no debes llevar muchas cosas porque son varios días caminando. En una parte ya todos van botando sus cosas en el camino. Yo tuve que botar mi ropa, ¡ah!, y mis toallitas también porque además no me sirvieron nunca, porque como en la selva llueve mucho, siempre te mojas y eso, se me mojaron. Yo llevaba puestas unas y las tuve que botar porque con la humedad me comenzó a dar una infección. Entonces así me fui y, pues como siempre estás con lodo no importa si te manchas [...] Yo me pude cambiar hasta que llegamos a un pueblo en Panamá, donde una señora me regaló unos pantalones. Fue un alivio porque ya me sentía muy sucia [...] (Johana, venezolana, Casa Fuente, noviembre de 2022).¹

El testimonio de Johana, además de señalar los peligros que una persona migrante enfrenta durante su tránsito por la selva del Darién,² también hace referencia a las dificultades que experimentó en relación con ser una mujer. Primero, el tiempo que tardó en salir de la selva debido a que viajó acompañada de niños, al compararlo con el tiempo que le tomaría a un hombre, nos habla de cómo las mujeres al migrar suelen viajar con grupos que buscan tener mayores precauciones.³ Por

¹ La experiencia de Johana fue parte de los testimonios compartidos dentro del taller *Menstruación consciente y autonomía corporal* que llevé a cabo en Casa Fuente, un albergue en la periferia poniente de la Ciudad de México. Durante los meses de octubre a diciembre de 2022.

² La selva del Darién o “el Tapón del Darién”, es una selva de 5000 km² de bosques tropicales, montañas escarpadas y ríos que sirve de frontera natural entre Colombia y Panamá, y que, según el Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados (ACNUR), es una de las rutas más transitadas por migrantes sudamericanos y del Caribe con destino a Estados Unidos.

³ La Organización Internacional para las Migración (OIM) declaró que, en 2022, alrededor de 250,000 personas ingresaron a Panamá de manera irregular desde la selva del Darién. Asimismo, señaló que, en 2022, el 28% de las personas que transitaron por esta región eran mujeres y el 16% eran niños, niñas y adolescentes. En:

ejemplo, caminar largas distancias para evitar rutas peligrosas, ir más despacio o tomar más descansos. En segundo lugar, las condiciones biorregionales de la selva y su difícil acceso, la obligaron a soltar sus pertenencias, incluyendo sus toallas desechables. Pues, además de haber sido una estrategia de supervivencia, el clima lluvioso y el constante contacto con el fango y el lodo, no solo estropearon las toallas sanitarias que Johana había llevado consigo, sino también que la concentración de humedad y probablemente la poca posibilidad para el aseo, generó en ella problemas en su salud vaginal, obligándola a renunciar al uso de estos productos.

En las dificultades relatadas por Johana, también hace referencia a ciertas preocupaciones y dificultades que sólo las personas menstruantes⁴ tienen cuando migran. Por ejemplo, las condiciones extremas de la región y la falta de acceso a elementos que le permitieran gestionar su menstruación implicaron para Johana la posibilidad de padecer una infección vaginal, afectando su salud, así como la preocupación de resolverlo una vez terminada esa parte del viaje. Esto nos habla de que existen ciertas complicaciones que solo una persona que menstrúa experimenta durante su tránsito y que generan en las personas sensaciones incómodas como la suciedad, vergüenza o estrés. Asimismo, vemos que, a pesar de las limitaciones que enfrentó con respecto al manejo de su menstruación, para Johana resultaron ser dificultades menores frente a otras preocupaciones. Un aspecto que fue común escuchar entre las participantes de esta investigación y que remiten al desarrollo de este trabajo: *¿Qué lugar ocupa la menstruación en las trayectorias*

<https://rosanjose.iom.int/es/news/2022-duplica-el-numero-de-migrantes-en-la-peligrosa-ruta-del-tapon-del-darien>
(Consultado el 17 de octubre de 2023).

⁴ Al hablar de personas menstruantes, me refiero a las personas que no se identifican con el género mujer como los hombres trans y las personas no binarias. Si bien, en este trabajo, las experiencias de las personas trans y no binarias no hicieron parte de los resultados de investigación, debido a la falta de testimonios encontrados durante el trabajo de campo, considero necesario nombrarlas y reconocer que las experiencias menstruales también son diversas. Si bien, en esta investigación predominará el uso del género mujer, aludiendo a las mujeres cis-género, ya que la mayoría de mis interlocutoras son mujeres cis-género, en ocasiones utilizaré el término de “personas menstruantes”, como un elemento que exprese la diversidad de realidades menstruales.

migratorias de las personas menstruantes?, ¿Cuáles son los desafíos a los que se enfrentan en materia de salud y gestión menstrual? Y ¿Cómo se negocian las percepciones, prácticas y saberes durante su movilidad?

A lo largo de mi estancia en la Ciudad de México y conforme tuve mayores acercamientos con mujeres migrantes, fui comprendiendo que las percepciones menstruales de las personas en movilidad muchas veces se suprimen frente a otras experiencias. En este sentido, para muchas mujeres, acercarme a ellas y preguntarles sobre su menstruación parecía algo extraño, pues no era objeto de su reflexión. Esto, además de hacer evidente la visión que se tiene de la menstruación como un aspecto aislado de otras dimensiones de la vida social, nos habla de cómo la falta de reconocimiento de las dificultades que una persona menstruante enfrenta con respecto a su salud y gestión menstrual invisibiliza la diversidad de factores que pueden o no multiplicar sus vulnerabilidades.⁵

Durante mi trabajo de campo, que duró de septiembre de 2022 a enero de 2023, realicé entrevistas, grupos focales y talleres sobre menstruación en distintos espacios de acogida de la Ciudad de México. De estos talleres, donde participaron alrededor de 14 mujeres venezolanas en tránsito por la ciudad, tuve la oportunidad de conocer sus experiencias, reflexiones y saberes en torno a la menstruación, lo que me permitió comprender que las limitaciones que experimentaron en el manejo de su menstruación se relacionaban con la precarización debido a su estatus migratorio. Las barreras legales y vacíos jurídicos para las personas en tránsito irregular constituyen una forma de vulnerabilidad social, que limita a las personas acceder a servicios,

⁵ En este caso, entiendo el concepto de vulnerabilidad como el resultado de la interacción de una estructura asimétrica de oportunidades que envuelve a las personas en un proceso de indefensión (Valenzuela, 2020; pág. 18).

condiciones laborales justas, así como el libre tránsito, lo que los lleva a vivir condiciones precarias y cercanas a la indefensión.

Para muchas personas, vivir su menstruación puede ser complicado ante la falta de condiciones adecuadas para su *gestión menstrual*. En este sentido, por gestión menstrual me refiero al conjunto de saberes, prácticas y elementos necesarios que una persona menstruante tiene para manejar todas las fases del ciclo menstrual, tales como contar con insumos de productos menstruales,⁶ tener acceso al agua y saneamiento para su aseo, información sobre el ciclo menstrual o una combinación de estos. Acceder o no a una adecuada gestión menstrual se relaciona estrechamente con las posibilidades sociales, económicas, políticas y culturales con las que una persona cuenta. La diversidad étnica, de clase, religiosa, de nacionalidad o de edad, son algunos de los factores que influyen en un mayor o menor acceso a estos elementos. Estas dificultades, como señala Felitti (2016), no suelen ser percibidas como expresión de inequidad social ni de género, principalmente porque la menstruación ha sido considerada algo que se oculta o “se viven en el territorio de lo íntimo” (Tarzibachi, 2017, pág. 25).

En el caso de las personas en situación de movilidad y en condiciones de irregularidad, sus experiencias menstruales se vuelven más complicadas debido a los desafíos que enfrentan a lo largo de su trayectoria migratoria. Por un lado, al ser personas extranjeras que transitan entre países, se enfrentan a condiciones precarias para acceder a elementos básicos como la vivienda; servicios de atención médica; expedición de documentos oficiales para su estatus legal; así como dificultades para incorporarse al mercado laboral y ambientes culturales hostiles debido a una larga construcción de narrativas antiinmigrantes (Torre, 2020; Rodríguez 2020; Canales y Rojas 2018).

⁶ Por productos menstruales me refiero a las tecnologías que se han diseñado para la recolección de la sangre menstrual, como las toallas sanitarias, tampones, copas menstruales, calzones menstruales, esponjas marinas o toallas de tela.

Por otro lado, estas dificultades generan, simultáneamente, una precarización en el acceso a condiciones adecuadas para su gestión menstrual, como insumos de productos menstruales, espacios de descanso y aseo o privacidad. A ello, se le suman los prejuicios y estigmas menstruales, lo que abona a que vivan situaciones de exclusión y vulnerabilidad, repercutiendo en la vida de las mujeres y personas menstruantes. Es en este contexto en donde las propuestas de los activismos menstruales y el trabajo de las organizaciones defensoras de personas en movilidad se vuelven necesarias para construir propuestas de políticas que integren estas realidades menstruales.

Todas estas ideas se desmenuzarán con detalle a lo largo de este trabajo. Para ello, las experiencias menstruales de las mujeres venezolanas que transitaron por la Ciudad de México, durante los meses de octubre a diciembre de 2022, serán el foco de esta investigación. Esto, con el objetivo de comprender qué factores de los procesos de la migración irregular tienen efectos en la salud y gestión menstrual. En este sentido, el análisis de sus experiencias está organizada en tres planos. Primero, en retrospectiva, a modo de exponer la propia reflexividad de las mujeres sobre la experiencia que rodeó su menarquia.⁷ De esta manera, se buscó reconocer los sentidos sociales, culturales e históricos en el modo de percibir su propia menstruación, así como sus prácticas de gestión menstrual. En segundo lugar, haciendo un recorrido de las trayectorias migratorias de las mujeres venezolanas, ubicaremos sus experiencias menstruales y los distintos desafíos que enfrentaron para gestionarla, en el lugar privilegiado del análisis de esta investigación. Con ello, observaremos cómo los distintos desafíos y limitaciones en el acceso a ciertos servicios o derechos durante su tránsito migratorio, principalmente por México, afectaron a las mujeres en la salud y gestión de su menstruación, resignificando de manera negativa sus experiencias. Y, como tercer

⁷ La menarquia es el primer sangrado del útero, se produce entre los 10 y 15 años de edad aproximadamente marcando el inicio del ciclo menstrual.

plano, estas mismas reflexiones nos llevarán a la discusión sobre el reconocimiento de la *dignidad menstrual*. A través de comprender los desafíos que enfrentan los albergues, organizaciones civiles, activistas feministas e instancias públicas para garantizar el acceso a una gestión menstrual digna de las personas en situación de movilidad, reconoceremos el alcance de los activismos menstruales en el escenario de la movilidad humana en México, en dos sentidos. Uno, para observar cuáles son las disputas que se generan en torno a la menstruación en relación con la protección de los derechos de las personas en tránsito. Y en el otro sentido, para reconocer que las acciones y estrategias que se están implementado para garantizar la salud y gestión menstrual, desde esta multiplicidad de actores, continúan siendo parte de la defensa de los derechos de las personas en movilidad.

Para finalizar con estas primeras ideas, es necesario señalar que este trabajo busca reconocer cómo la menstruación es un elemento vital de las personas menstruantes. Por lo tanto, no puede pensarse aisladamente de los procesos de opresión, así como del acceso y la garantía de derechos. Su poca discusión dentro de la academia, así como de las agendas políticas, hacen evidente la necesidad de seguir explorando los estigmas que se han construido históricamente en torno a la menstruación. En este sentido, debido a que son pocos los estudios que se han realizado sobre este tema en escenarios migratorios, considero que la presente investigación puede contribuir a esa exploración, aportando al conocimiento de las dificultades y resistencias de las personas menstruantes en nombrar sus experiencias y realidades. Recordando que la menstruación no se reduce a un proceso físico, sino que está presente en muchas interacciones sociales que se tejen entre las mismas mujeres que fueron sujetos de estudio.

1. ¿Por qué y para qué hablar de menstruación y movilidad?

El interés por investigar las experiencias menstruales en contextos de movilidad desde una perspectiva de derechos humanos, que priorice las experiencias y la dignidad de las personas, surge

a raíz de mis intereses por los activismos menstruales a partir de 2019 con el uso de la copa menstrual. A partir de entonces comprendí que existen formas más amorosas de vivir la menstruación, pues con el uso de la copa fui aprendiendo sobre la autoexploración corporal. Con estos primeros pasos, poco a poco vino el activismo y con ello el aprender a ser tallerista sobre menstruación consciente en Xalapa.

Durante ese tiempo, tuve la oportunidad de conocer espacios feministas donde compartir los mismos intereses y llevar a cabo actividades como charlas, círculos de lectura, actividades comunitarias y fanzines. Fue así como, junto con compañeras de Xalapa y Córdoba, iniciamos campañas de recaudación de toallas sanitarias, ropa y productos de higiene para llevar al comedor de Las Patronas, en Amatlán de los Reyes. Un comedor que nació en el seno de las colonias cercanas a las vías del tren, en donde Norma Romero junto con otras mujeres de la comunidad preparan diligentemente pequeñas bolsas con alimentos y agua para entregar a un tren en movimiento con personas migrantes viajando sobre los vagones.

Al haber crecido en Córdoba, observar a las personas sentadas sobre los vagones del tren en movimiento, era algo que constituía parte del paisaje cotidiano de mi infancia. Es por eso y porque mi familia también migró a Estados Unidos cuando era niña, que considero que crecí cercana a la realidad migrante y nunca me fue indiferente. Así, mis intereses me condujeron a continuar con mi búsqueda por temas que tenían que ver con la migración, la antropología, el feminismo y ahora, el activismo menstrual.

Mis intereses por el activismo menstrual y las realidades migrantes me llevaron a hurgar viejos memorandos de cuando me encontraba haciendo mi tesis de licenciatura, sobre la migración mexicana en Oxnard, California. Durante mi trabajo en campo, recuerdo que una mujer salvadoreña, que conocí en los campos de fresa en Ventura, me había compartido su experiencia

cruzando por México. Ella había viajado en tráileres que le llevaron de la frontera sur de México a la frontera con Estados Unidos. En uno de esos viajes, que a veces duraban más de ocho horas y en condiciones de hacinamiento, tuvo su menstruación. Ese evento lo recordó como una de las cosas más difíciles que tuvo que enfrentar, pues además de sufrir los estragos de viajar en un tráiler de forma clandestina, debía viajar sintiendo cólicos, con la incomodidad de no poder asearse, ir al baño y además preocuparse porque el resto de las personas no notaran que estaba menstruando.

Al recordar que había descartado esa escena en el contenido de mi tesis de licenciatura, me hizo reflexionar sobre un aspecto de la realidad migratoria que pocas veces se toma en cuenta: los escenarios de la migración también son los escenarios de la menstruación. Mujeres, niñas, hombres trans y personas menstruantes no binarias continúan viviendo su ciclo menstrual mientras atraviesan fronteras, se transportan en tráileres de carga, cuando cruzan ríos y caminan selvas. A la par, deben buscar gestionarla mientras experimentan esquemas de percepción y valoración específicas en relación con la sangre menstrual. En su experiencia de vida, encarnan prácticas materiales y simbólicas, concepciones, sentimientos y sensibilidades del proceso menstrual y su realidad inmediata (Winkler, 2020, pág. 469).

En cuanto al tema de estudio sobre las experiencias menstruales en situación de movilidad, parto pues, de conocer y visibilizar las maneras en que las mujeres en lo individual y colectivo están viviendo su menstruación durante sus procesos migratorios. Esto como parte de una búsqueda por el reconocimiento del cuerpo y sus procesos hormonales como elementos presentes en las trayectorias migratorias y en la dignidad de las personas. Como es evidente, tomo la menstruación como fuente de conocimientos y experiencia corporal de las prácticas culturales, sociales, económicas y políticas (Bobel, 2020). Asimismo, pienso en la menstruación digna, como el escenario en disputa de los discursos políticos que adquieren su anclaje a partir de la

consideración de las experiencias de las mujeres y otras personas menstruantes como centro y motor para la transformación social y como fuente moral en la búsqueda de derechos que garanticen la transformación de dichas realidades.

Así pues, trabajé con la idea de que la condición de irregularidad migratoria influye y se refleja de diversas formas, entre ellas la salud y gestión menstrual de las personas migrantes. Dentro del concepto de la irregularidad, las personas migrantes se encuentran en los márgenes sociales, culturales, económicos y políticos. Es decir, se encuentran en una red de desigualdades, cuyo reconocimiento dentro del marco de las sociedades receptoras se pone en juego entre la inclusión/exclusión social. Esta negatividad va unida a la pérdida de ciudadanía que por derecho tienen en su país de origen, limitándoles la posibilidad de legitimidad social y concesión de cualquier derecho social, político y jurídico (Vargas, 2011, pág. 54). Siguiendo a Hawkey, Ussher y Perz, 2020), la forma en que se experimenta la menstruación depende de los escenarios históricos y socioculturales en donde se enmarcan. En este sentido, las personas menstruantes que migran irregularmente se enfrentan a situaciones particulares de discriminación y falta de oportunidades específicas para la salud y gestión menstrual que son importantes de problematizar en su particularidad.

Asimismo, esta investigación que se sitúa en el contexto de la migración en México toma en cuenta cómo la menstruación es un tema poco tratado por la academia e invisibilizado desde las instituciones principales de gobierno. Por lo tanto, este trabajo también busca (de)enunciar los desafíos y las necesidades que enfrentan las personas migrantes en el manejo de su menstruación. En estos escenarios móviles y heterogéneos, busco reconocer las trayectorias de las mujeres que son parte de esta investigación, sus relatos de vida y la manera en la que llegan a ser representantes y participantes de una realidad específica. Así pues, me situé entonces, desde una investigación

activista, cuyos deseos en esta tesis es provocar la reflexión y abonar a las estrategias de incidencia política con respecto a la dignidad menstrual. Por lo tanto, este trabajo también reconoce que mi propia subjetividad está presente desde la elección del tema, el diseño metodológico hasta la construcción del cuerpo de este documento.

A su vez, sin dejar de ser consciente de las diferencias que separa mi situación personal y mis propias condiciones de vida de la situación de mis interlocutoras, esta investigación se plantea desde una base epistemológica afectiva (Bochner, 2019), que explicita la interconexión entre la experiencia propia y la investigación. Es decir, la posibilidad de acceder a la reflexividad a través del trastocamiento emocional, vivencial y corporal que me une como menstruante. Se trata de un ejercicio antropológico “encarnado” que, como señalan Felitti y Ramírez (2022, pág. 388), tiene en cuenta la dimensión de la auto observación y la pertinencia de partir de una misma para entender a los otros.

En este proceso de construcción de conocimiento, debo decir que entretener ambos intereses no ha sido un tema muy sencillo, por el contrario, ha sido un constante ir y venir de cuestionamientos y reflexiones para poder poner en una balanza mi propia mirada que sin duda influye en mi producción. Al respecto, esto también me ha llevado a reflexionar en los desafíos que esta investigación representa, puesto que poner en discusión el tema de la menstruación también es criticar las normas de género inscritas en el cuerpo y que damos por sentado. Por lo tanto, también me aproximo desde la epistemología feminista (Accerenzi, 2019),⁸ para comprender la diversidad de saberes, experiencias y sentipensares sobre la menstruación y los vínculos entre

⁸ Accerenzi (2019), destaca cómo las epistemologías feministas sostienen que el cuerpo es el lugar de la encarnación y la experiencia encarnada que fundamentan sus teorías, reconociendo la existencia del cuerpo-yo individual, el cuerpo social y el cuerpo político. De esta manera, es plausible comprender que existe una multiplicidad de saberes situados que están encarnados y que pueden ser complementados colectivamente (Accerenzi, 2019; en Fernández-Garrido y Alegre-Agís, 2019, pág. 156).

el mundo material, social y simbólico que en ella se encarnan. Desde esta mirada reconozco también la necesidad de reivindicar un asunto que pareciera íntimo y privado, pero que es preciso ubicar en los espacios académicos y en los espacios públicos que contemple también a las mujeres migrantes en la búsqueda por la dignidad menstrual.

En las siguientes páginas y, a lo largo de este documento, espero reflejar la importancia de tomar en cuenta que el estudio de las migraciones en México no solo implica un desafío tanto en la comprensión histórica de la configuración de los flujos migratorios al interior del país; sino además que están atravesadas por cuestiones raciales, socioeconómicas y de género que se encarnan en el cuerpo de las migrantes. Por lo tanto, esta tesis también busca denunciar que la migración y las políticas que gestionan los flujos migratorios, aunque con algunas salvedades que explicaré más adelante, afectan e influyen en las condiciones de las mujeres, niñas y personas menstruantes para vivir su menstruación de forma digna durante su movilidad.

2. La menstruación desde la antropología

Para poder responder a la problemática de esta investigación, me guío de algunas coordenadas teóricas. En este sentido, esta tesis es un estudio sobre las experiencias menstruales de mujeres migrantes en tránsito por la Ciudad de México. Esta delimitación, que se fue construyendo a lo largo de dos años, se ha vuelto un aspecto complejo pero enriquecedor, pues en estas páginas trataré de explicar cómo la experiencia de menstruar en contextos de movilidad se ve atravesada por distintos entramados sociales, políticos, económicos y simbólicos relacionados con la migración. Por esta razón, retomo algunos elementos críticos del estudio la menstruación para demostrar que la menstruación no constituye un fenómeno meramente biológico, sino también una vivencia social, en el que los significados y las prácticas que se le atribuyen influyen en lo que las mujeres y personas menstruantes experimentan.

Primero, me gustaría retomar la definición que propone Isis Tijaro (2021), antropóloga y activista menstrual colombiana sobre la menstruación:

[...] la menstruación es una experiencia vital, resultado de una realidad biológica. Su vivencia se construye y se consolida de la vida íntima, histórica, cultural, social y política de una persona dentro de una comunidad determinada. Se relaciona de manera directa con el desarrollo pleno de la salud física, emocional, mental y espiritual de las niñas, mujeres y personas menstruantes, y se convierte en un aspecto esencial para el desarrollo individual, sociocultural, económico y político de las mismas (Tijaro, 2021, pág. 200).

Para Isis Tijaro, pensar la menstruación desde una perspectiva antropológica, implica tomar en cuenta el análisis de aquellos aspectos simbólicos poco visibles que se construyen en torno a la menstruación y que son productos de un contexto histórico, cultural y político. Como en toda investigación, atender a las perspectivas que configuran discursos y explicaciones sobre las vivencias menstruales, me llevó a reflexionar aquellas que refieren a la menstruación como un fenómeno multidimensional.

Por ejemplo, Botello y Casado (2015), en un estudio sobre los miedos relacionados con la menstruación de un grupo de mujeres sevillanas, explican que la menstruación es un “fenómeno multidimensional en el que se da una serie de influencias recíprocas que no solo son biológicas, sino también sociales y culturales” (Botello y Casado, 2015, pág. 14). Es decir, que se vive a través de distintos esquemas socioculturales que producen significados, prácticas y conductas en torno a ella (Botello y Casado, 2015).

Dentro de esta misma salvedad, Laura Contreras, antropóloga y activista menstrual colombiana, señala que también es importante considerar en las definiciones sobre la menstruación la noción de la salud. Así, en la 9ª Conferencia Latinoamericana y Caribeña de Ciencias Sociales, propuso pensar que la menstruación como una variable de la salud, es un estado de bienestar que

no es solamente la ausencia de enfermedad, sino que incide en las dimensiones físicas, emocionales, mentales y espirituales. En este mismo sentido, afirmó que la menstruación “requiere de un estatus político, que permita nuevos debates en el que se reconozca su camino multifacético y experiencial que se enmarca en un contexto social, económico y cultural”.⁹

Estas propuestas que se basan en la construcción de nuevas narrativas y sentidos sobre la menstruación contribuyen a una perspectiva crítica de los estudios de menstruación, pues al ser entendida como una categoría simbólica y conceptual, permite revelar las desigualdades, incluida la de género, los procesos de racialización y mercantilización, y las tecnologías emergentes desde una dimensión biológica, social, cultural, religiosa, política e histórica (Bobel, 2020, pág. 50).

Como el propósito de este trabajo es comprender las experiencias menstruales de las personas en situación de movilidad y los efectos que produce la migración en ellas, comprender la menstruación desde una noción antropológica resulta pertinente, pues toma como prioridad los relatos y las experiencias subjetivas de las personas que se entretajan en distintos entramados culturales, históricos y políticos, lo que permite comprender cómo se van construyendo ciertas prácticas y conductas en torno a la menstruación. Sin embargo, para esta investigación, analizar las experiencias menstruales de personas en situación de movilidad, una perspectiva antropológica puede resultar insuficiente, pues es necesario también partir desde una perspectiva de derechos que ponga al centro el reconocimiento de la dignidad menstrual como un derecho de las mujeres y personas menstruantes.

⁹ Contreras, Laura. 2022. “Deconstruyendo la Salud Menstrual: Significados de la Salud Menstrual desde la perspectiva de quien menstrúa”, Ponencia en la 9ª. Conferencia Latinoamericana y Caribeña de Ciencias Sociales. CLACSO. Del 7 al 10 de junio de 2022, Ciudad de México. Véase el resumen en: https://conferenciadclacso.org/programa/resumen_ponencia.php?&ponencia=Conf-1-2209-87319&eje=9 (Consultado en enero de 2023).

3. Perspectiva de derechos

En este trabajo partimos desde una perspectiva de Derechos Humanos, reconociendo que epistemológicamente es la base para aproximarse al horizonte de la dignidad humana. Pero ¿qué implica pensar un estudio antropológico desde un enfoque de derechos humanos? Para la antropología, el análisis de los fenómenos sociales suele partir más de un trabajo inductivo que, en términos de Rita Segato (2009), suele dislocarse cuando se entra en discusión con los derechos humanos. La autora señala que la construcción de conocimiento antropológico, que suele llevar un proyecto de conciencia de la humanidad y la diversidad de perspectivas culturales a menudo se tensiona con la característica universalizante con que se mueve el proyecto de los Derechos Humanos. No obstante, eso no vuelve ni obsoleto el área de conocimiento que la antropología aporta, como tampoco vislumbrar como única solución la concepción de los Derechos Humanos frente a las problemáticas actuales.

Ahora bien, ella propone que la antropología debe situarse en la frontera donde dialogan la alteridad con la alteridad representada por los actores que controlan el Estado y, utilizar los Derechos Humanos como recurso que se coloca a disposición para entender la interconexión y la interacción de los procesos legales, los órdenes normativos locales con cómo los actores sociales desarrollan formas distintas de usar la ley y crean, producen, traducen o materializan estos discursos normativos (Segato, 2009, pág. 10).

Ahora bien, tomar en cuenta esta perspectiva hace necesario reflexionar y conceptualizar la noción de derechos humanos. Para ello, partiré de considerar lo que propone Jürgen Habermas (2010) sobre la relación entre la idea de dignidad como fuente moral en la construcción jurídica de los Derechos Humanos. Este autor, que se ve influenciado por los estudios críticos, propone pensar los derechos humanos como un camino objetivo, integral, universal y progresivo motivado

por un ideal de sociedades justas. Para Habermas, los Derechos Humanos forman una utopía realista pues cimentan el objetivo ideal de una sociedad justa en las instituciones mismas de los estados constitucionales (2010, pág. 118). El autor señala que es importante pensar que los derechos humanos delimitan partes de ideales de dignidad, que llevan al camino de una realidad política, es decir, de una fuente moral de la que se nutren todos los derechos fundamentales.

Es así como esta investigación toma como eje central el análisis de las condiciones reales para que las personas menstruantes en situación de movilidad puedan acceder a los derechos básicos, así como el papel que el Estado asume para garantizarlos. Pues es desde esta perspectiva que he optado por observar, describir y comprender cómo se construye un nuevo horizonte de sentido sobre la dignidad menstrual que proponen los activismos menstruales en México; el trabajo que las organizaciones multilaterales realizan para proteger los derechos de las personas migrantes y; las experiencias menstruales de las mujeres migrantes en la Ciudad de México.

Pensar la menstruación desde una perspectiva de derechos, significa reconocer que las personas pueden tener la garantía de vivir una salud y gestión menstrual bajo un marco jurídico que las proteja e identifique como derecho (Rodríguez, 2024). En este sentido, activistas menstruales, investigadoras, defensoras de derechos humanos, así como actores políticos, disputan que el Estado no solo reconozca la dignidad menstrual como un derecho, sino que además adopte medidas que la garanticen para todas las personas.

Bajo esta lógica, veremos que, dentro del contexto migratorio en México, las personas en situación de movilidad humana enfrentan limitaciones en el acceso a derechos, pues a pesar de que existan mecanismos de protección para dicha población, no logran traducirse en una práctica real, evidenciando ciertos vacíos y brechas que son necesario seguir enunciando. En este sentido, veremos que las organizaciones defensoras y activistas han comenzado a idear mecanismos y

protocolos para abordar la dignidad menstrual, de tal forma que se convierten en parteaguas dentro de los activismos menstruales en los escenarios de movilidad. Por ello, este trabajo consiste en darle seguimiento a la intervención e implementación de estrategias desde distintos actores políticos que buscan integrar la dignidad menstrual dentro de sus protocolos de acción.

4. Aproximaciones al campo: alcances y limitaciones de mi entrada al campo

La totalidad de mi experiencia de campo la realicé en la Ciudad de México, específicamente realizando entrevistas semiestructuradas, conversaciones informales, observaciones etnográficas en distintos espacios de acogida para personas migrantes y cuyo puente que unió todas las herramientas metodológicas fue la participación observante, que como señala Rosana Guber (2005), tiene la potencialidad de generar interacciones más profundas con las mujeres informantes y establecer un rol de involucramiento en la cotidianidad de las personas.

Dado que esta investigación es sobre las experiencias menstruales de personas migrantes en tránsito irregular, generar un ambiente de confianza e intimidad fue un aspecto importante. No solo por el tema que me convocaba, sino también como una postura ética afectiva que me permitiera involucrarme de manera profunda en la realidad de las personas con quienes trabajé. Para ello, parte de mi plan fue realizar actividades de voluntariado al interior de estos espacios que me permitieran esa participación, como acompañar a las personas en diversas actividades recreativas, apoyar en la organización de donaciones o tareas en la cocina. La idea era volverme cotidiana con las mujeres y colaboradores de los albergues para llevar a cabo dos actividades importantes: la realización del taller *Menstruación consciente y autonomía corporal* para la construcción de los itinerarios menstruales y entrevistas a profundidad con actores clave para seguir profundizando al respecto.

No obstante, el proceso de investigación no fluyó de esa manera, sino que a diferencia de lo que yo creía sobre la accesibilidad para ingresar a un espacio de acogida y el trabajo colaborativo, me enfrenté a un escenario sumamente complejo. Por un lado, ponerse en contacto con las coordinaciones de estos espacios e ingresar a ellos, implicó ser paciente con los ritmos de las mismas organizaciones y familiarizarme con la práctica minuciosa del cuidado hacia los detalles. Es decir, para las organizaciones y espacios de acogida es importante cuidar que los investigadores, al entrar a espacios diseñados para la asistencia humanitaria, tengan el cuidado de construir con sus usuarios, investigaciones éticas y que no revictimicen o vulneren a las personas.

Como indicaba en el programa del CIESAS, el trabajo de campo debía tener una duración de cuatro meses, de septiembre a diciembre de 2022, sin embargo, yo lo inicié a principios de octubre de 2022. Esto significó que, a pesar de la paciencia con la que debía esperar algún avance en mi entrada al campo, el tiempo se iba agotando y cada vez me parecía que realizar un voluntariado a la par de llevar mi propia investigación se volvía difícil de realizar, principalmente porque yo no contaba con ningún contacto o enlace que me permitiera la entrada a ningún albergue mediante el poder de pertenecer a una red de confianza. En mi caso, mi primera aproximación fue mediante correos electrónicos a los espacios donde me había interesado trabajar. Entre ellos se encontraba la Casa de Acogida, Formación y Empoderamiento para Mujeres y Familias Migrantes y Refugiadas (CAFEMIN), uno de los albergues más grandes de la ciudad y con una trayectoria de trabajo acompañando a las personas migrantes de más de diez años. Así que les envié varios correos, presentando mi proyecto de investigación con la intención de realizar un voluntariado a la par de realizar talleres sobre menstruación a la población, pero no obtuve respuesta.

Con el paso del tiempo y la preocupación de una residencia de investigación de cuatro meses, decidí “pasear por la zona” en búsqueda de una interacción más directa. Así fue como logré

visitar el albergue durante la celebración de su décimo aniversario. Un evento que organizó para el público en general. A través de esta visita pude iniciar un proceso de solicitud para ser voluntaria y realizar la investigación. Sin embargo, poco después de eso, el ritmo de seguimiento en dicho proceso se detuvo y la comunicación con CAFEMIN pasó de ser fluida al silencio. Esto ante la llegada masiva de personas venezolanas que venían de las fronteras norte y sur, lo que provocó que las organizaciones defensoras dieran prioridad a la atención de las necesidades de la población venezolana que llegaba a la ciudad, pausando los proyectos de investigación.

Ante este escenario y la dificultad para mantener comunicación con CAFEMIN me llevó a tomar la decisión de contactar y solicitar, simultáneamente, la entrada a otras instancias. Esto desencadenó una serie de inicios y aproximaciones a diversos albergues e instituciones como Casa Fuente, Casa Tochan, Sin Fronteras IAP y la Clínica Especializada Condesa. Todos ellos en diferentes momentos de mi estancia en la Ciudad de México y en distintos grados de intensidad. Si bien, mi intención era realizar mi investigación en un solo espacio de acogida, la llegada masiva de migrantes venezolanos durante ese periodo me obligó a transformar mi agenda de investigación. No obstante, también me dio la oportunidad de ampliar mi mirada y reconocer el trabajo de los albergues, centros de salud, instituciones y organizaciones migrantes en la asistencia humanitaria durante los momentos de emergencia. Este primer acercamiento al campo marcó las primeras dificultades que considero están atravesadas por circunstancias que responden al contexto. Pues no solo significó que mi inmersión al trabajo de investigación fuera lento y no lineal a diferencia de como suele pensarse en el trabajo etnográfico, sino que me llevó a diferentes momentos de investigación y relación con mis informantes. Asimismo, el trabajo de campo, que inició en octubre de 2022, se extendió hasta enero de 2023, permitiéndome participar y observar la coyuntura política y migratoria que estaba sucediendo con la llegada de migrantes venezolanos.

Uno de los primeros lugares en donde inicié mi trabajo de campo fue en Sin Fronteras IAP, una institución de asistencia privada que se dedica al acompañamiento jurídico y psicosocial a la población en situación de movilidad que vive o transita por la Ciudad de México. Ahí llevé a cabo un voluntariado en el centro cultural La Ceiba –gracias al apoyo de mi directora de tesis que me contactó con la coordinación del área de psicosocial y trabajo social de la organización. La Ceiba es un espacio con el que cuenta Sin Fronteras para dar acompañamiento integral y seguimiento a sus usuarios, así como proporcionarles información sobre sus derechos, clases de español o herramientas para la inserción social, económica y cultural en la ciudad. Así pues, parte de las actividades que realicé como voluntaria fue ser parte del staff que acompañaba a los usuarios de Sin Fronteras durante las actividades recreativas, organizar las áreas comunes dentro del espacio o ser parte de los enlaces de comunicación con Casa Tochan y Casa Fuente.

En ese mismo periodo, pude contactarme con Casa Tochan, un albergue para hombres migrantes y Casa Fuente, un albergue para mujeres e infancias migrantes, ambos localizados en la periferia poniente de la ciudad, cerca de la estación del metro Observatorio, en la Alcaldía de Álvaro Obregón. En estos espacios, si bien, no realicé un voluntariado formal, tuve la oportunidad de llevar una rutina de visitas continuas para poder colaborar en algunas tareas, como en la organización de las donaciones, apoyando en cocina o acompañando algunas actividades recreativas. En el caso de Casa Fuente, las visitas fueron aún más cotidianas principalmente porque me interesaba trabajar con mujeres y realizar los talleres que había planificado para la construcción de los *itinerarios menstruales*.¹⁰ Y, en Casa Tochan las visitas fueron de manera esporádica y concretas ya que Gabriela Hernández, coordinadora del albergue, me solicitó la oportunidad de

¹⁰ Los itinerarios menstruales son una herramienta metodológica inspirada en lo que propone Mari Luz Esteban (2008) para el estudio etnográfico del cuerpo. En el siguiente capítulo ahondaremos más en esta propuesta.

realizar una charla sobre menstruación con sus huéspedes. Un aspecto que me llevó a reflexionar sobre la construcción de herramientas metodológicas para abordar la menstruación con una población que no menstrúa. Finalmente, como último espacio que pude visitar fue la Clínica Especializada Condesa, una clínica de salud sexual y reproductiva, enfocada en la atención de personas con VIH, cuyo protocolo de atención cuenta con un programa específico para población en situación de movilidad, que incluye citas médicas ginecológicas. Ahí tuve la oportunidad de realizar entrevistas semiestructuradas con el personal de salud especializado y distintos servidores públicos.

La idea de concentrar el grueso de mi experiencia etnográfica en el contexto de Casa Fuente, Casa Tochan y Sin Fronteras IAP, nació a partir de identificar que en cada espacio tenía la posibilidad de observar y construir el análisis de las experiencias menstruales de las mujeres migrantes desde distintos ángulos y matices. Así inicié una serie de talleres que nombré *Menstruación consciente y autonomía corporal*, mismos que fueron base importante, pues a través de la escucha colectiva, la compartición de saberes y experiencias compartidas pudimos construir sus narrativas menstruales y parte de las historias de mis informantes. Simultáneamente a estas actividades, visitaba los albergues para poder tener conversaciones informales y realizar observaciones participantes, entre ellas participar de algunas reuniones con el equipo de Casa Fuente y Casa Tochan, ir a paseos con los usuarios o ayudar en las tareas cotidianas.

La convivencia cotidiana entre todas las mujeres que participaron en los talleres, las conversaciones informales, los momentos de desahogo ante la situación al interior del albergue, la incertidumbre, el desánimo o las interacciones de juego que de pronto surgían permitieron construir un ambiente familiar y poco a poco fuimos construyendo lazos de confianza entre nosotras. Sin embargo, esta confianza fue un proceso de construcción lento, por lo que las

entrevistas a profundidad con algunas de las informantes se lograron hasta el final de mi estancia en la Ciudad de México. Esta decisión estuvo asociada principalmente a varias razones. Una de ellas fue la dificultad para compatibilizar mis tiempos con los de mis informantes. Si bien, la mayoría de las mujeres que participaron en los talleres permanecían en el albergue, las tareas en el cuidado del espacio, los cuidados de sus hijos, la búsqueda de trabajo informal o las visitas a la Comisión Mexicana de Ayuda a Refugiados, hacían difícil coincidir en horarios distintos a los acordados durante los talleres que realizaba normalmente por las tardes, cuando todos volvían para la cena. Otra de las razones fue que, al ser migrantes irregulares con el objetivo específico de llegar a la frontera norte, muchas veces llegaba con la sorpresa de que alguna de ellas partía repentinamente de la ciudad al encontrar mejores condiciones para su tránsito. Por otra parte, los espacios comunes no eran los más idóneos para realizar una conversación profunda debido a que los albergues se encontraban en situación de sobrepoblación. Esto me llevó a tener especial atención a la situación al interior de los albergues y la variabilidad de sus estados de ánimo o la disponibilidad afectiva de quienes habitaban la casa, lo que muchas veces me llevó a acotar el guion de entrevista y entregarme a conversaciones más superficiales y con preguntas más delimitadas.

Transitando por estas dificultades y ante el resultado de todos estos procesos de inserción al escenario migratorio de la Ciudad de México me hizo reflexionar sobre la importancia de transitar mi rol como investigadora que observa para convertirme en una aliada. Esto significó, en muchas ocasiones, pausar mi agenda de investigación o tener la paciencia justa como para no imponerla y dejarme llevar por el propio proceso. Claro, sin dejar u olvidar los objetivos de mi investigación. Acercarme a estos espacios poco a poco me fueron llevando a toda una red de organizaciones y personas que me permitieron ampliar el panorama e incluso adquirir un mayor

nivel de confianza, pues ante las dificultades para entrar al campo y la propia incertidumbre del escenario, constantemente me sentía insegura y preocupada con el ritmo con el que fluía mi campo. Así pues, comprendí que el trabajo de obtener la confianza no necesariamente depende de estar en un determinado lugar, sino del compromiso con la comunidad, demostrando que esta investigación puede ser útil para sus objetivos.

Por otro lado, gracias a mi experiencia previa dentro de los activismos menstruales y las redes que fui construyendo con otras activistas menstruales, fui invitada a participar en la colectiva *Menstruación Digna México*¹¹, en un grupo de trabajo de investigación, esto con el objetivo de dar seguimiento a lo que se estaba llevando a cabo en la construcción de políticas públicas en torno a la menstruación. Asimismo, pude colaborar con Las Vanders, una colectiva feminista que se dedica a acompañar a mujeres, adolescentes y personas de la comunidad LGBTQ+ migrantes, para una visita de observación a Tijuana. Una oportunidad que podría nombrar la cereza del pastel pues pude observar de cerca su trabajo como defensoras de derechos, su compromiso ético con las comunidades migrantes, así como tejer una alianza y complicidad con ellas.

Dentro del trabajo que realizamos fue compartir el *Fanzine Menstruación digna en situación de movilidad*,¹² a distintos albergues LGBTQ+ como Casa de Luz, El Jardín de las Mariposas y Casa Arcoíris, así como la proyección de *Fruits of Labor*,¹³ un documental sobre el trabajo agrícola infantil en California y círculos de escucha. Asimismo, este viaje me permitió conocer otros actores clave como Shell Mariana Pérez, creadora del proyecto Menstruación Digna

¹¹ Menstruación Digna México surgió en 2019 a partir del Primer Parlamento de Mujeres en Ciudad de México, con el objetivo de trabajar las políticas públicas con perspectiva de género. A finales de ese año y principios de 2020, 28 organizaciones, instituciones públicas y colectivas de 11 entidades del país se unieron. Véase también en: https://www.instagram.com/digna_mx/?hl=es (Consultado el 05 de agosto de 2022)

¹² Las Vanders, 2022. Menstruación digna en situación de movilidad. Fanzine. Ver en: <https://lasvanders.org/wp-content/uploads/2022/12/Fanzine-Digital.pdf> (consultado, 01/12/22).

¹³ Cohen, Emily, 2021. Fruits of Labor [Pellicular Documental]. FILMAFFINITY

en Estaciones Migratorias (MDEM) y la Clínica Justicia en Salud, una organización de partería con quienes realicé algunas sesiones del taller *Menstruación consciente y autonomía corporal* en albergues para mujeres como Border Line Crisis Center A.C. y el Instituto de la Madre Assunta A.C.

Con esta experiencia trabajando en distintos espacios y conociendo a las organizaciones con las que colaboré, me llevaron a una serie de cuestionamientos éticos y afectivos, principalmente con mi rol de investigadora-activista. En primer lugar, la realidad migratoria en Ciudad de México me trastocó emocionalmente de diversas maneras. Incluso, en muchas ocasiones llegué a preguntarme si mi investigación tenía alguna utilidad, pues hablar sobre menstruación en contextos donde se percibe violencia, resulta sumamente complejo. En muchas ocasiones llegar a los albergues a platicar sobre el ciclo menstrual, se volvía una excusa para sentarnos y hablar sobre nuestros sentires en el presente. Las mujeres con las que pude trabajar en esta investigación, me permitieron conocerlas, escuchar sus historias de vida, sus temores y sus esperanzas. Lo que indudablemente me llevó a reflexionar sobre la importancia de la escucha y dar paso a la emocionalidad, no solo como herramienta metodológica, sino también como una expresión de que sus vidas me importan y lo que deseaban contarme, estaba dispuesta a escuchar. Asimismo, observar y participar de la cotidianeidad de los albergues, las necesidades que emergían diariamente y el trabajo que desempeñan las distintas organizaciones y activistas que pude conocer, se convirtieron en aspecto importante que dio sustento al trabajo de campo, pues su trabajo no solo me conmovió en muchos sentidos, sino también me permitió comprender y reconocer la importancia del rol que juegan estos actores en la defensa de las personas migrantes.

5. Contenido de los capítulos

Esta tesis se desarrolla en cinco capítulos que abordan las diferentes dimensiones del análisis: las coordenadas teórico-metodológicas que guiaron esta investigación; los efectos que produce los procesos migratorios en la gestión y salud menstrual de las mujeres migrantes en la Ciudad de México; el rol que cumplen las organizaciones defensoras en el acceso a las condiciones básicas para la dignidad menstrual y; la influencia de los activismos menstruales en la creación de estrategias para posicionar la problemática de la menstruación como un asunto de derechos.

El **primer capítulo** es acerca de las coordenadas metodológicas que fui planteando para la construcción de esta investigación, los retos y las posibilidades durante el trabajo de campo, así como las reflexiones obtenidas a partir de la experiencia etnográfica. En el **segundo capítulo** desarrollaré el esqueleto teórico que compone esta investigación. Por una parte, me enfocaré en plantear algunas categorías analíticas desde donde emergen las prácticas discursivas de los activismos menstruales, la problematización de la menstruación como un asunto de derechos humanos y sus dimensiones política, cultural y de género. Por otra parte, daré una aproximación sobre los estudios de la menstruación en contextos de migración que me permita abordar el problema de estudio.

El **tercer capítulo**, mostraré algunos elementos importantes que permitan contextualizar mi lugar de estudio. Asimismo, realizaré una pequeña descripción introductoria de los lugares en donde realicé mi trabajo etnográfico y daré algunos datos sobre la migración venezolana que llega a la ciudad, esto con la finalidad de construir una imagen etnográfica del escenario migratorio en la Ciudad de México que pude observar durante el periodo de octubre de 2022 a enero de 2023.

En el **cuarto capítulo** presento el análisis etnográfico y algunos fragmentos de los itinerarios menstruales que se construyeron a partir de la aplicación de la propuesta metodológica. De esta manera, abordaré las experiencias y prácticas de gestión menstrual de las mujeres que participaron en esta investigación, en relación con los obstáculos a los que se enfrentaron durante su trayectoria migratoria. Este capítulo se divide en tres apartados centrales. En el primero, abordaré las experiencias, percepciones y representaciones de la menstruación de las mujeres y hombres que participaron en los talleres *Menstruación consciente y autonomía corporal* y *Menstruar no es solo cosa de mujeres*. De esta manera, analizaré los tabús menstruales y las experiencias relacionadas a las condiciones previas a su migración; así como la discusión sobre la feminidad en la menarquia y el diálogo de saberes entre madres e hijas sobre los cuidados de la menstruación. En el segundo apartado, hablaré sobre las experiencias menstruales de las mujeres durante su tránsito migratorio hasta llegar a la Ciudad de México. Así, desde una perspectiva de acceso a derechos, analizo los desafíos que enfrentaron las mujeres en materia de gestión menstrual en relación con el contexto al que estuvieron inmersas. Y, en el último apartado de este capítulo, se abordará las experiencias menstruales en relación con la salud, haciendo énfasis en los efectos que produce la migración irregular en sus experiencias corporales.

El **quinto capítulo**, se articula en torno a la discusión sobre la dignidad menstrual. Para ello, daré cuenta de los vínculos que se establecen entre distintas organizaciones que dedican a la protección de personas migrantes en México y que actualmente, están en búsqueda de posicionar la problemática de la menstruación en estos contextos. De esta manera, analizaré cómo se construyen los procesos de incidencia directa/indirecta de los activismos menstruales en los contextos migratorios, sus alcances y retos en la búsqueda de dignidad menstrual. A su vez, dentro de este apartado, describo y analizo el trabajo que lleva a cabo las organizaciones defensoras y los

albergues en materia de salud y gestión menstrual; los desafíos a los que se enfrentan para garantizar el acceso a una gestión menstrual adecuada y los protocolos de acción de instancias de salud pública en torno a la salud menstrual.

Y, por último, en las **conclusiones generales** retomo algunas discusiones y preguntas que han ido quedando pendientes en los capítulos, profundizando en las reflexiones generales de la tesis. De igual manera, entretejeré algunos aspectos metodológicos que implementé para este trabajo, detallando parte de mi experiencia y reflexiones de trabajo de campo, las condiciones del desarrollo de este, las vicisitudes y las posibilidades que se fueron presentando para realizar una investigación menstruactivista en contextos de movilidad, desde un enfoque etnográfico y afectivo.

CAPÍTULO I. APUNTES METODOLÓGICOS DE UNA INVESTIGACIÓN ETNOGRÁFICA SOBRE MENSTRUACIÓN

En este capítulo pretendo reflexionar en torno a ciertas cuestiones éticas y metodológicas que surgen al colocar al afecto como eje central para el análisis etnográfico. Haber realizado una investigación sobre menstruación con mujeres venezolanas, me llevó a reflexionar sobre mi experiencia etnográfica y la forma en la que, desde mi posición como investigadora y activista menstrual, fui tomando algunas decisiones y rutas metodológicas, tanto en las posibilidades de acceso al campo como de las restricciones y los sesgos que impone una mirada situada desde los activismos menstruales en el análisis etnográfico. Por eso, a continuación, se presentan los recursos metodológicos que se emplearon para la investigación, así como algunas reflexiones que derivaron de ello.

En primer lugar, hablaré sobre las coordenadas epistemológicas y metodológicas elegidas para esta investigación, qué técnicas utilicé y cómo aporta una ética afectiva y del cuidado a la disciplina antropológica. En un segundo momento, hablaré sobre algunas consideraciones éticas que surgieron durante el trabajo de campo y expongo cómo interviene la afectividad y la escucha activa en la investigación etnográfica. Finalmente abordé de manera específica la importancia de los talleres *Menstruación consciente y autonomía corporal* como un laboratorio de experimentación y estrategia central para la construcción de los itinerarios menstruales en escenarios de movilidad humana y contextos migratorios.

1.1 Reflexiones de una etnografía afectiva en el estudio de la menstruación

Para comprender las experiencias menstruales de las mujeres desde su agencia, sus saberes y sus prácticas de gestión menstrual, la metodología se basa en un abordaje cualitativo, situada desde

una postura ética feminista, afectiva y comprometida con que este trabajo esté al servicio de las comunidades con las que colaboré. Dado que mi reflexión y análisis se inscribe en el campo de las investigaciones sobre sexualidad, vinculadas a la salud menstrual, las experiencias, sentimientos y significaciones asociadas al ciclo menstrual como a las características socioculturales de las personas migrantes, fue importante poner al centro el cuidado afectivo, empático y ético con el que se abordan dichas experiencias.

Bajo estas premisas, la etnografía como herramienta y material para la construcción de datos resultó pertinente, pues la investigación etnográfica apunta a comprensiones situadas y profundas de la vida social (Restrepo, 2022), a la vez que supone técnicas de investigación no invasivas –observación, entrevistas y charlas informales– que demandan paciencia y empatía (Guber, 2005). Así pues, el marco metodológico seguido en este estudio es el de una etnografía del y desde la experiencia corporal. Si bien, el cuerpo como categoría no se hará presente en el análisis de este trabajo, es importante señalar que, al hablar sobre la menstruación y las vivencias alrededor de ella, el cuerpo aparece como material de observación, pues es por y a través del cuerpo que menstruamos y que se construyen significados, prácticas y realidades menstruales. A su vez, una etnografía de las experiencias corporales resulta ser un proceso que invita a generar una mirada de (auto)reflexión y busca resaltar la multiplicidad de la vida social, a la vez que involucra los sentidos y la corporalidad tanto de las informantes como de la etnógrafa (Felitti y Ramírez, 2022).

Realizar una investigación sobre menstruación en espacios sociales diversos, heterogéneos y dinámicos, como lo son los albergues para migrantes, implicó hacer el ejercicio del reconocimiento corporal como una forma de unión entre mis informantes y yo. Por ejemplo, para poder establecer conversaciones informales, entrevistas semiestructuradas e incluso los talleres sobre menstruación, implicó compartirme también y hablar desde mi propia experiencia para

generar un espacio de confianza y conversar sobre un tema que normalmente se ha considerado estigmatizado. A este respecto, Mari Luz Esteban (2019), señala que la vida del/la investigador/a no solo cuenta, sino que además puede dar cuenta del fenómeno que se esté analizando, tanto como contexto histórico o cultural en el que investiga (Fernández-Garrido y Alegre-Agís, 2019, pág. 8). De esta manera, dar lugar a los afectos y emociones en nuestra comprensión sobre el “otro”, también permite hacer el ejercicio de reconocimiento de ciertas problemáticas que están íntimamente relacionadas e influyen mutuamente en lo propio. Se trata de un ejercicio antropológico “encarnado” que tiene en cuenta la pertinencia de partir de una misma para entender a las otras (Felitti y Ramírez, 2022).

Otro de los ámbitos fundamentales para la perspectiva de una etnografía sobre las experiencias corporales, es el proceso de afectividad que involucra un trabajo como este. Para Bochner (2019), la afectividad se produce desde que la investigación académica surge en un primer momento desde la experiencia propia, aunque esto no se asuma ni se nombre. En este sentido, construir una investigación desde la afectividad nos sirve como estrategia narrativa para reconstruir las experiencias durante el trabajo de campo mediante prácticas basadas en los encuentros afectivos, o sea, por la construcción de relaciones de afecto e intimidad. Desde ahí nos permite ir analizando la experiencia de las personas con las que trabajamos, la propia desde la cual vivimos el trabajo de campo, con el contexto social, político y cultural (Pons, 2016). Así, lo personal se pone en juego de manera específica y las emociones del investigador sirven como dispositivo técnico de investigación, al mismo tiempo de no caer en un conocimiento autorreferencial que transforme el objeto de estudio en una autobiografía.

Por ejemplo, hablar, preguntar y reflexionar sobre las experiencias menstruales, como había señalado en un principio, parte de mi propia experiencia cuestionando los estigmas y tabúes

menstruales. Mi historia de vida y mis experiencias me llevaron a desear y realizar una investigación sobre menstruación, de tal forma que es importante reconocer que desde ese lugar de enunciación parte mi mirada y el análisis de la información.

Asimismo, es importante señalar que una investigación que parte desde la afectividad implica atravesar ciertas tensiones producidas por las experiencias compartidas, pues estas regularmente rebasan las categorías que solemos utilizar para analizar estas cuestiones. Por lo tanto, debe existir cierto grado de apertura para crear nuevas formas de análisis y traducción política, partiendo de la inevitable parcialidad y que, como sugiere Alba Pons Rabasa (2016, pág. 28), no constituye un límite investigativo, sino un punto de partida que forma parte de un posicionamiento feminista desde el que entendemos la objetividad y la producción del conocimiento.

Utilizar la experiencia de la investigadora como herramienta de análisis no es una novedad en la antropología, sino que se trata de una constante propuesta desde la etnografía feminista. Martha Castañeda (2006) explica que, para poder llegar a una aproximación de las percepciones que tienen las mujeres como agentes activas de producción y reproducción de la cultura, es necesario establecer una relación intergenérica entre la investigadora y las sujetas de estudio. Esto permite activar el reconocimiento de las interacciones entre mujeres como un pilar para el campo de la investigación empírica sobre la experiencia de las mujeres a través de ellas mismas. Así pues, en la articulación entre la antropología y el feminismo, se debe destacar la reflexión en torno a la alteridad de la mujer como categoría y de las mujeres como sujetas activas de la producción cultural, cobrando fuerza el concepto de género en la investigación antropológica e introduciendo un compromiso reivindicador sobre los saberes de las mujeres, sus habilidades subjetivas y la autoridad de ellas mismas en su vida personal y colectiva.

En este sentido, la etnografía, como parte de una práctica antropológica y como un trabajo cualitativo, permite construir y reconstruir significados íntimos entre una “yo etnógrafa” y “las otras” que son parte de un “nosotras”, para comprender las capas de desigualdad y juegos de poder imbricados en las experiencias de las mujeres. Esto siempre sin perder de vista que como investigadora existe una posición de poder frente a nuestras sujetas de estudio que, además, se van a ver reflejados en distintos factores como la clase, etnia-raza, la sexualidad, la edad o la religión. Así pues, desde la propuesta de las epistemologías feministas se propone darle peso a la participación observante o como suele decirse desde los feminismos: “poner el cuerpo”, pues utilizar el cuerpo y los sentidos como lugar de lente y herramienta para el análisis de la realidad material y social implica percibir ciertos fenómenos difícilmente textualizables. Esto consiste, por ejemplo, “en compartir con ellas, hacer cosas juntas, mirar y mirarse, ser espejos y superficies que no reflejan, acompañarse y participar con las mujeres en sus quehaceres, en sus actividades específicas, en sus rituales, en situaciones de conflicto o de gozo” (Castañeda, 2006, pág. 42).

Situar esta investigación desde todas estas esferas implicó construir una caja de herramientas metodológicas que se basaron, principalmente, en la participación observante y poniendo el afecto como lente para el análisis de las experiencias menstruales de las mujeres migrantes. En este sentido, es posible mencionar algunos aspectos importantes que fui implementando a lo largo de mi trabajo de campo.

En primer lugar, realizar un voluntariado era lo más adecuado para poner en práctica aquello que acabo de mencionar con anterioridad. Es decir, no solo se trataba de permanecer constante en las visitas, sino también experimentar cómo es el trabajo al interior de los albergues e interactuar con las mujeres de maneras más profundas. Como ya he señalado, construir la totalidad de mi experiencia etnográfica en un solo albergue me fue complicado debido al contexto,

sin embargo, pude participar de las actividades cotidianas en los distintos espacios a los que fui accediendo, lo que me permitió también poder construir distintos niveles de confianza y afectividad con mis informantes. Así pues, por las mañanas realizaba un voluntariado en Sin Fronteras y por las tardes visitaba alguno de los albergues en donde había acordado participar con alguna actividad, ya sea en Casa Fuente o en Casa Tochan. Las actividades que realicé al interior de estos espacios fueron sencillas, como acomodar donaciones, apoyar en cocina o acompañar paseos recreativos con la población migrante. No obstante, con estas interacciones pude conocer las experiencias de alrededor de 16 mujeres, principalmente de Venezuela y otras latitudes de Sudamérica, Centroamérica y el Caribe.

En segundo lugar, una vez dentro del voluntariado, fue que realicé los talleres *Menstruación consciente y autonomía corporal* y *Menstruar no es solo cosa de mujeres*, que se dieron una vez por semana en los meses de noviembre de 2022 a enero de 2023. En Casa Fuente, asistieron a cada sesión un promedio de 7 a 12 mujeres, de entre 19 a 50 años. Todas ellas eran, en el momento en que las conocí, mujeres migrantes irregulares en tránsito por la Ciudad de México, que venían con familia y que estaban esperando llegar a la frontera norte de México. En Sin Fronteras, el grupo se conformó por tres mujeres, de entre 30 a 45 años de edad y que contaban con el reconocimiento como refugiadas y residencia temporal en México. Y, en Casa Tochan, a diferencia de Casa Fuente y Sin Fronteras, el taller se realizó con alrededor de 20 hombres migrantes en tránsito irregular, cuya edad radicaba desde los 16 años a los 60 años y cuatro participantes mujeres entre los 25 a 35 años.

Estos talleres, que fueron pensados para cumplir con una parte de la investigación, permitieron la construcción de narrativas autobiográficas en torno a la menstruación. Así pues, lo que fui integrando al inicio de las sesiones fue un taller basado en los grupos focales, con el

objetivo de poder observar un espacio de opinión para captar el sentir, pensar y vivir de mis informantes sobre sus ciclos menstruales. Los grupos focales, como señala Hamui y Varela (2012), son una técnica de la investigación cualitativa particularmente sensible con las actitudes de las personas, que se basa en la construcción de una entrevista grupal cuyo objetivo es explorar los conocimientos y experiencias de las personas en un ambiente de interacción.

Cada sesión iniciábamos con ciertas preguntas detonadoras y lluvia de ideas sobre papelógrafos de las que fuimos construyendo narrativas colectivas en torno a las percepciones, tabúes y valores asociados a la menstruación. Con este ejercicio pude escuchar la pluralidad y variedad de actitudes, experiencias y creencias en torno a su menstruación, lo que permitió también poder construir en las siguientes sesiones herramientas de autoconocimiento para poder compartir con ellas. Por ejemplo, en las últimas sesiones aprendimos a realizar un calendario menstrual, explicando las fases del ciclo, cómo registrarlo y cómo observar nuestro cuerpo en relación con el contexto. Esto también permitió poder seguir abriendo paso a las dudas que inevitablemente surgían entre las participantes, de esta manera se logró que en cada sesión continuara la reflexión en torno al cuerpo, la salud y la sexualidad.

El trabajo como voluntaria en Sin Fronteras y participante de las actividades cotidianas al interior de Casa Fuente y Casa Tochan, me permitió atestiguar parte importante del trabajo de solidaridad que se crea al interior de estos espacios, las tensiones que se generan debido a la sobrepoblación de los albergues, así como los roles de género en la repartición de las tareas cotidianas, el uso de los espacios comunes y la manera en cómo lo habitan las mujeres. Asimismo, fue en estos espacios de encuentro en donde pude ser escuchadera de múltiples historias y relatos de vida que las mujeres, a través de los talleres de menstruación, las conversaciones espontáneas y en las entrevistas a profundidad compartían conmigo.

En tercer lugar, como parte de las estrategias para profundizar más en las experiencias de mis informantes desde diversos ángulos, realicé entrevistas semiestructuradas a distintos actores clave. Así hice un total de trece entrevistas semiestructuradas. Primeramente, realicé algunas entrevistas a profundidad a las mujeres que participaron de los talleres como una manera de darle seguimiento a los ejes que fueron surgiendo durante el trabajo de campo. Las personas entrevistadas fueron Beatriz, Johana, Daynelis, Cindy, María, Valencia y una entrevista anónima. Después, realicé entrevistas a expertos que colaboran en refugios para migrantes y centros de salud de la Ciudad de México como Gabriela Hernández directora de Casa Tochan, Nathalie Gras Allain, Subdirectora de Atención a Poblaciones Clave y Programas Específicos de la Clínica Especializada Condesa, Sofía Esquivel Mendoza y Alejandra Espinoza, ginecólogas de la Clínica Condesa; activistas menstruales y defensores de migrantes como Fernanda, Coordinadora del área de trabajo social de Las Vanders y Karen de la Clínica Justicia en Salud en Tijuana. Esto con el objetivo de conocer las experiencias en torno al trabajo en la defensa de derechos de la población migrante, así como desde las instituciones de salud y defensores de derechos humanos en materia de salud. Y, por último, tuve conversaciones informales con las coordinadoras de los espacios en Sin Fronteras, Casa Fuente y Casa Tochan, así como participé de algunas reuniones desde el grupo de trabajo de migración y género en donde participan organizaciones como el Instituto para la Mujer en la Migración (Imumi), Programa Casa Refugiados (PCR), CAFEMIN, entre otras.

Además de todo lo mencionado, el trabajo de investigación llevado a cabo se complementó con el registro de un diario de campo enfocado en la observación etnográfica a otros espacios como la terminal de autobuses del norte de la Ciudad de México; la COMAR y algunos parques en donde se habían ubicado algunos campamentos. Así pues, el material obtenido del diario de campo, así como el de las otras herramientas metodológicas implementadas, inevitablemente tiene un registro

afectivo y corporal propio, que es situado en el marco de una investigación sobre el ciclo menstrual de las mujeres y otras personas menstruantes. En el transcurso de esta investigación atravesé momentos de incomodidad, incertidumbre y movilizaciones que solo el trabajo de visitar distintos albergues me permitió. Es desde todo esto, que sitúo este trabajo.

1.2 Consideraciones éticas en el estudio de la menstruación en contextos de movilidad

Mi reflexión se inscribe en el campo de las investigaciones sobre la menstruación, el cual se ha convertido en un tema de relevancia tanto para la academia como para las agendas políticas. Y, aunque en los últimos años ha cobrado intensidad, investigaciones sobre este mismo tema en contextos de movilidad continúan siendo escasas. En este sentido, mi intención es dar cuenta de cómo, parte importante de este trabajo, también se trató sobre la importancia de la afectividad como una herramienta ética para el avance y sostenimiento de este proyecto. Sobre este punto, es necesario plantear la importancia del componente ético cuando se estudian temas como la sexualidad. Como señala Laverde (2022), debe existir un respeto por la dignidad humana que se establezca desde la confidencialidad, tanto de las observaciones de los lugares como de las personas entrevistadas.

Las circunstancias por las cuales se desarrolló el trabajo de campo, la complejidad para hablar y hacer preguntas sobre las experiencias menstruales en un contexto particularmente vulnerable tiene consecuencias y efectos que implicaron una serie de cuidados que deseo plasmar en este apartado. A fin de cuentas, comprender que este trabajo deviene de un interés personal e íntimo, conocer el cómo hice lo que hice y desde donde me sitúo para producir el análisis etnográfico es parte importante del cuerpo de esta tesis.

En primer lugar, el proceso de investigación me llevó a generar un proceso reflexivo y de auto vigilancia sobre mi propia ideología; una reflexión sumamente difícil pero necesaria por las implicaciones éticas y los alcances mismos de la investigación. Separar mis intereses activistas de mi “yo antropóloga” era difícil de distinguir, porque no sentía que, al hacer preguntas, tomar notas o analizar el material que iba obteniendo de los testimonios de mis protagonistas me alejaba de mis intereses políticos, ni tampoco sentía que al realizar acciones de incidencia me impidieran continuar con mis intereses investigativos. Sin embargo, mi perspectiva se volvió compleja pues la dificultad radicó en mi capacidad de adaptación a las circunstancias que superaban toda expectativa de mi campo.

A diferencia de lo que uno esperara cuando visita una comunidad o espacios en donde la población reside permanentemente, las personas en tránsito tienen la característica de permanecer de forma fugaz en los espacios de acogida, no solo porque ellos mismos están a la espera de poder continuar su camino una vez hayan encontrado la mejor forma para hacerlo, sino que también en muchos espacios de acogida, la permanencia puede extenderse de algunas semanas a pocos meses. En algunos casos, las personas que logran permanecer por periodos prolongados en estos espacios son porque han comenzado algún proceso de regularización y son apoyadas por otras organizaciones que las acompañan y proporcionan herramientas o posibilidades para poder establecerse de manera prolongada en las ciudades receptoras.

Esta situación vuelve complicada la investigación, sobre todo a la hora de hablar sobre menstruación, pues al ser una experiencia del cuerpo que ha sido social y culturalmente estigmatizada, resulta ser un objeto de estudio que genera cierta extrañeza y confusiones para las informantes, pues no suele ser un tema que se hable con frecuencia dentro de estos contextos. Es

por eso también que establecer una relación de confianza con las entrevistadas era complejo pues no siempre resultaba cómodo para las personas hablar sobre estos temas en entornos públicos.

En el caso de los albergues o refugios, construir una confianza con las y los huéspedes implicaban ciertos límites y evidenciaba también las relaciones de poder que se imbricaban. Por ejemplo, en los espacios donde trabajé con mujeres migrantes, a pesar de que intentaba conectar con ellas compartiendo nuestra similitud sobre la experiencia de menstruar, las diferencias de clase se hacían muy marcadas. En muchas ocasiones me preguntaba, *¿qué puedo decir que sea inteligible?, ¿cómo puedo achicar la relación de poder que de alguna manera se me imponía el ser investigadora y que se volvía una limitante para poder hablar de temas tan íntimos con ellas?* Poco a poco me fui dando cuenta que, para poder establecer una relación de confianza con las mujeres, debía permanecer y ser un agente activo en las tareas que ellas desempeñaban al interior de los albergues como cocinar o lavar la ropa.

Casi todas las tardes, antes de la cena, iba a Casa Fuente para visitar a mis informantes y participar en la *cocinada*, desde ollas enormes de arroz con papas, algún guisado o arepas hasta café o atoles. También las acompañaba en sus tareas de lavar y tender la ropa en la azotea, en donde muchas mujeres, sobre todos las más jóvenes, permanecían platicando, mientras se pintaban las uñas o se peinaban sin que nadie las molestara. En este sentido, las conversaciones espontáneas se volvieron clave para establecer cierta confianza a la hora de realizar los grupos focales, los talleres o las entrevistas, asimismo se convirtieron en una fuente rica de información que nacía de la interacción cotidiana con ellas.

Por otro lado, ese mismo nivel de confianza no lo logré construir cuando visitaba espacios en donde predominaba la presencia de hombres migrantes. Ahí, la situación era otra. Por ejemplo, cuando llegué a Casa Tochan, lo primero que Gaby me advirtió fue que mantuviera una relación

profesional con los jóvenes, que no proporcionara mi contacto personal y que evitara las bromas con ellos, pues era común que tanto investigadoras o voluntarias captaran su atención pues Casa Tochan es un albergue para hombres. Y, que, de hecho, una de las reglas era que los usuarios no se involucraran ni con el equipo de Casa Tochan, ni con usuarias. En este caso, cuando Casa Tochan llegó a dar refugio a mujeres, tenían un cuarto separado de los dormitorios de varones, pues buscaban mantener la seguridad de las mujeres y evitar situaciones que las vulneraran. Las recomendaciones de Gaby fueron importantes, pues justamente como ella había previsto, mi presencia en el albergue no pasó desapercibida para algunos usuarios y no faltó quienes, en medio de las conversaciones o entrevistas, me pidieran mi número telefónico, pensando en que mis preguntas y mi insistencia por saber sobre sus vidas, era por intereses románticos y no por ser antropóloga.

En este caso, con los varones constantemente debía poner un límite y reafirmarme como investigadora, recalcando que mi trabajo era saber cómo ellos percibían o entendían el ciclo menstrual, lo que resultaba interesante, pues prácticamente la mayoría de ellos tendían a preguntarme el para qué o comentarme que ellos eran hombres y que no menstruaban. Así, el trabajo con los hombres se mantuvo en los márgenes de una antropología tradicional, en donde participaba de algunas actividades para conocer sus dinámicas, estar atenta a lo que decían o bromeaban, pero sobre todo a observar con detalle su comportamiento. Con ellos, tuve oportunidad de llevar a cabo un grupo focal en el que enfocamos las preguntas a conocer qué sabían sobre el ciclo menstrual, las representaciones que tenían sobre ella y, sobre todo, los estigmas que se revelaban en el debate.

Otro elemento que se presentó como una dificultad pero que me permitió seguir centralizando los afectos, fue la manera en cómo se distribuían los espacios al interior de los

albergues. Esto debido a que los albergues donde trabajé se encontraban al doble de su capacidad. Esto quiere decir que los dormitorios, áreas comunes e incluso lugares como pasillos, azoteas o patios, se convirtieron en espacios en donde las personas podían simplemente poner colchonetas y descansar. Como consecuencia del hacinamiento, las personas tenían poca o nula posibilidad de privacidad o espacios específicos para conversar desde la intimidad. Esta situación produjo que algunas mujeres se mostraran reacias a hablar con naturalidad sobre sus experiencias menstruales, ante la sensación de vergüenza de que los varones pudieran escuchar parte de lo que se consideraría su historia íntima. Incluso para mí, que la vergüenza es un sentimiento que he trabajado desde los activismos menstruales, pude llegar a sentirla y percibirla en mi propio cuerpo al hablar o hacer ciertas preguntas. Y es que, durante la realización de los talleres y las entrevistas, la sensación de sentirnos observadas por los demás era una constante. Es desde ahí que pude darme cuenta de que estaba enfrentándome a la par con mis informantes, una especie de incomodidad compartida para hablar sobre temas que normalmente no se dirían en un comedor frente a una multitud de varones que observaban curiosos a las conversaciones o preguntas que hacía.

En este sentido, las mujeres que participaron en esta investigación dejaron claro que para poder hablar a profundidad sobre sus experiencias era necesario sentir confianza. Algo que resultaba complejo porque muchas veces hablar sobre este tema podía llevar a que se abrieran recuerdos relacionados con abusos o violencias que habían vivido durante su movilidad, lo que podía revictimizarlas y vulnerarlas aún más.

Sobre este punto fue necesario poner en práctica algunos cuidados éticos para la realización de las actividades planificadas. Por ejemplo, un aspecto clave fue la confidencialidad y el anonimato durante la realización de los talleres y entrevistas semiestructuradas; así como la paciencia ante los silencios y la constante atención y escucha activa para observar las emociones

y el lenguaje corporal, ante situaciones que sintieran incómodas. Estar atenta a su lenguaje corporal y cómo narraban sus historias me llevó a reflexionar sobre la importancia de la intuición como una herramienta para la investigación antropológica. No solo como motor para resolver las complicaciones que se iban presentando, sino también como un sentido de observación en los ángulos que no había considerado en la construcción de esta investigación.

Esto significó que en muchas ocasiones las conversaciones o las preguntas dejaban de ser sobre menstruación, lo que me llevó a modificar los talleres incluyendo un espacio para que ellas compartieran otras preocupaciones. Disponerme a escuchar las experiencias que ellas mismas querían contar y que –aparentemente– no estaban relacionadas con la menstruación, como su sensación de inseguridad, la incertidumbre, el miedo o incluso el hartazgo, me llevó a comprender la complejidad de sus pensamientos y sentires. Así pues, la escucha activa se convirtió en una práctica central en cada encuentro para poder establecer una conexión con las protagonistas de esta investigación, así como una práctica comprometida con conocer sus realidades, sus historias de vida y sus experiencias menstruales.

Reflexionar acerca de lo que ocurrió en mi experiencia en campo me hizo pensar sobre lo que implica llevar a cabo una investigación activista. La dificultad que resulta establecer una relación de confianza, cuestionar lo que parece un sólido compromiso político y la relación que se construye entre quien investiga y las que son investigadas están cruzadas por relaciones de poder que son imborrables. Lo que también entiendo es que el contexto, los significados y saberes disponibles, me llevaron a tomar ciertas decisiones y adaptar mi agenda de investigación, así como aceptar que las herramientas metodológicas que había elegido para esta investigación sufrieran transformaciones y que muchas veces había que negociar frente a las situaciones que me enfrentaba. Dar cabida a una observación y auto observación desde los afectos y el cuidado

constante fue parte del aprendizaje y de mi experiencia trabajando con personas en situación de movilidad. Un aspecto que me recuerda a lo que Marta Lamas reflexiona sobre su experiencia trabajando con trabajadoras sexuales: “el proceso de reformulación de la propia identidad y la modificación acerca de la propia vida es el punto crítico que radica en la intersubjetividad y la interexperiencia cuando se es militante e investigadora, cuya capacidad es la de cruzar fronteras y tener una identidad dual” (Lamas, 2022, pág. 122-128).

1.3 El Taller *Menstruación consciente y autonomía corporal* y los itinerarios menstruales como estrategia para la reflexión colectiva y subjetiva desde las mujeres migrantes venezolanas

En el contexto de mi trabajo de campo, planteé la realización del taller *Menstruación consciente y autonomía corporal* y *Menstruar no es solo cosa de mujeres*, que diseñé y ejecuté con Isabel Gutiérrez y Anahí Rodríguez. Algo poco convencional dentro de la antropología, que suele decirte que no intervengas mucho en las prácticas y percepciones de la realidad, sino que seas dedicada a observar todos aquellos aspectos que componen sus saberes culturales. Sin embargo, darles centralidad a los talleres, no solo como una herramienta metodológica, sino también como una oportunidad para compartir narrativas que cuestionan los estigmas y tabúes menstruales, me permitió observar algunos aspectos basados en el comportamiento de las personas cuando hablábamos sobre menstruación y dar cabida a reflexiones más profundas.

Los talleres los llevé a cabo en Sin Fronteras, Casa Fuente y Casa Tochan y cuyos resultados fueron parte importante en la construcción de los itinerarios menstruales que presento en este trabajo. Esta serie de talleres estuvieron pensados y ejecutados como un espacio para compartir experiencias en común entre las participantes acerca de cómo perciben, gestionan y experimentan o han experimentado su menstruación antes, durante y posterior a su trayectoria

migratoria –hasta el momento en que las conocí– en su estancia en la Ciudad de México. A su vez, sirvieron como un espacio para construir y reconocer, junto con las participantes, sus experiencias menstruales y migratorias desde sus propias subjetividades.

En cuanto a las herramientas aplicadas, empleé la creación de los *itinerarios menstruales* como una estrategia para la construcción de las narrativas menstruales desde ellas mismas. Los itinerarios menstruales son una adaptación a la propuesta teórico-metodológica que propone Mari Luz Esteban (2004), sobre los *itinerarios corporales* que se basa en la descripción de los procesos vitales individuales y colectivos que ocurren en estructuras sociales concretas, centralizadas en las prácticas corporales de cada sujeto (Esteban, 2008). Así pues, la autora define como itinerario corporal a:

[...] los procesos vitales individuales, pero también colectivos, que ocurren dentro de las estructuras sociales concretas y en la que damos centralidad a las acciones sociales de los sujetos, entendidas como prácticas corporales. El cuerpo es entendido como el lugar de la vivencia en diferentes dimensiones (Esteban, 2004, pág. 58).

Tanto las percepciones como las vivencias que componen una experiencia corporal impregnan la narración y son el hilo para la explicación y la comprensión de múltiples aspectos y encrucijadas económicas, políticas, sociales y culturales. Asimismo, Esteban (2004) propone que la construcción de estos itinerarios corporales debe abarcar un periodo de tiempo amplio, para que pueda observarse la diversidad de vivencias y contextos, así como evidenciar los cambios.

Para este trabajo, los itinerarios menstruales hicieron posible comprender las vivencias, percepciones y prácticas de cuidado de la menstruación, sin dejar de lado las categorías sociales que enmarcan las desigualdades (Corvalán y Maestre, 2016). Con esta herramienta metodológica, el objetivo era reconocer en sus historias momentos significativos que se vieran atravesadas por

sus experiencias migratorias, de género y de su sexualidad, reconociendo las narraciones como parte de un diálogo desde las subjetividades y la diversidad de experiencias. Así pues, pude observar la relación que establecen las participantes con su cuerpo y su ciclo menstrual durante su trayectoria migratoria.

Para llevar a cabo los talleres y la construcción de estos itinerarios, previamente realizamos grupos focales, con el fin de detonar algunas preguntas generadoras que me permitieran abordar los talleres de manera situada y tantear el terreno. A través de estos grupos establecimos las primeras conexiones con nuestras participantes y fuimos introduciendo el tema. Posterior a ello, realizamos el taller en cuatro sesiones y en cada sesión íbamos construyendo sus narrativas sobre cómo perciben, significan y experimentan su menstruación, las prácticas de gestión menstrual que conocen, las dificultades que enfrentaron para gestionar sus ciclos menstruales y las acciones que llevaron a cabo para resolverlo. Abarcamos temas como los tabúes menstruales, la menarquia y los productos menstruales, principalmente a través de actividades como lluvias de ideas, dibujos, juegos y preguntas que detonaran la conversación y la compartición de experiencias, sentires y reflexiones en torno al ciclo menstrual.

Algunas de las preguntas que surgieron y guiaron los grupos focales y los talleres fueron: *¿Qué piensas o sientes cuando escuchas la palabra menstruación?, ¿Cómo fue tu primera menstruación?, ¿Hay algo que te incomode de tu menstruación y por qué?, ¿Hay algo que te guste cuando estás menstruando?, ¿Cómo y dónde aprendieron sobre menstruación?, ¿Qué tabúes conocen? ¿Qué hacen o qué no hacen cuando menstrúan?, ¿Han sentido algún cambio en su menstruación desde que comenzaron su movilidad migratoria?*

Ahora bien, estos talleres también sufrieron cambios y modificaciones de las actividades conforme lo aplicábamos. Esto debido al escenario migratorio cambiante al que me enfrenté

durante mi trabajo en campo. Por ejemplo, una de las actividades propuestas que había planteado en los talleres, era que las mismas interlocutoras escribieran sus experiencias menstruales a partir de preguntas generadoras. Sin embargo, cuando se propuso con los distintos grupos, la mayoría de las mujeres no querían escribir, pues preferían solo dialogarlo pues decían que “los sentimientos no los podían representar con palabras o no había palabras para decir lo que sentían”. Entonces, como estrategia, decidí registrar en audio las conversaciones surgidas a partir de las preguntas, haciendo mayor énfasis en los detalles que cada una compartía. Esto permitió que, en las transcripciones de los talleres, hubiera mayores detalles que enriqueciera el contenido del trabajo.

Otro de los retos importantes que implicó una autoevaluación metodológica y pequeñas modificaciones en los objetivos de los talleres, fue encontrar espacios que permitieran mayor privacidad, tanto para entrar en confianza con las participantes como para conversar sin ser interrumpidas. Principalmente porque en los albergues el ambiente era muy dinámico y no había espacios diseñados para realizar talleres. A menudo estos se realizaron en espacios de convivencia como la sala o el comedor, lo que dificultaba generar un espacio de confianza y concentración, por lo que no siempre resultó que, en los talleres, las participantes compartieran sus vivencias menstruales de forma detallada o que abarcaran todos los aspectos que me interesaban.

En este caso, ha sido importante remarcar que la construcción de los itinerarios corporales se logró a través de la diversidad de experiencias que se compartieron, obtenidas también de la aplicación de otras herramientas metodológicas importantes como las entrevistas semiestructuradas y la observación participante. Así, el análisis que mostraré en los próximos capítulos es el resultado de tejer distintos retazos de los materiales, conversaciones y reflexiones que obtuve de las actividades y herramientas empleados a lo largo del trabajo de campo.

Con todo el material recabado construimos una especie de collage narrativo de sus biografías menstruales, que mostraron la heterogeneidad, complejidad y singularidad de sus procesos vitales, pero que, además, detonaron reflexiones etnográficas sobre las estructuras de poder y los efectos que produce la migración en la subjetivación de las personas. Asimismo, pude reflexionar sobre los alcances y limitaciones que tienen la creación de talleres como parte de una metodología etnográfica y que poco se ha hablado de ello. Los grupos focales y los talleres que se llevaron a cabo eran un espacio abierto, en el que las participantes podían elegir estar de forma voluntaria. De hecho, había quienes solo se acercaban a escuchar, principalmente niñas y adolescentes, que se sentían intimidadas con la dinámica de apertura al diálogo, pero que conforme íbamos realizando las sesiones, se involucraban cada vez más. Esto lo provocaba uno de los objetivos del taller, que era proporcionar información sobre el ciclo menstrual. Por ejemplo, en una de las sesiones, repartimos hojas impresas con calendarios menstruales análogos, con la finalidad de conversar sobre las fases del ciclo menstrual. A través de este ejercicio, se posibilitó la apertura a compartir ciertas dudas sobre el ciclo menstrual, dudas que algunas señalaron que tenían desde niñas y que un ejercicio como este permitió que las expresaran colectivamente.

Alba Pons Rabasa (2016), señala que tanto los grupos de apoyo, círculos de escucha o en este caso, talleres, centrados en algún aspecto de la sexualidad –como en este caso sobre el ciclo menstrual– son espacios que permiten a las personas a “reconocerse y construir espacios propicios para la reflexión, así como discursos críticos con la normatividad sexo-genérica en general (Pons, 2016). Asimismo, la creación de estos espacios o grupos de escucha y compartición de saberes también estuvo plagado de tensiones y dificultades que me llevaron constantemente a modificar la planificación de los temarios y las dinámicas al interior de los talleres.

En mi experiencia, siempre fue importante que el tiempo dedicado a las sesiones se acordara dependiendo en las energías y los ánimos con los que llegaba el grupo. En muchas ocasiones, los talleres se acotaban y no todas las actividades que había planeado se lograron realizar. Por un lado, porque las mismas mujeres no querían o porque las instrucciones resultaban complejas, lo que tenía que modificar para que pudiera ser entendible. Por ejemplo, el ejercicio de la escritura era un elemento que había considerado para la construcción de los itinerarios, esto porque pensaba que la idea de que ellas plasmaran sus reflexiones e historias desde ellas mismas podía facilitar la reconstrucción de sus biografías y relatos menstruales. Sin embargo, ninguna de ellas parecía entusiasmarle la idea de escribir en una hoja sobre su primera menstruación, en todo caso preferían compartirlo verbalmente. Si bien eso limitó mi interés por leer y tener de forma tangible sus reflexiones, la centralidad en el diálogo y en el debate también enriqueció el trabajo. Así, como parte de la modificación de los talleres, me planteé la posibilidad de proponer actividades pasadas en preguntas y lluvia de ideas, dibujar o realizar los calendarios menstruales, jugar juegos de mesa sobre el ciclo menstrual o simplemente darle vuelo a las conversaciones que surgían en el momento.

Improvisar como acto de reflexión y autocrítica fue importante en el seguimiento de los talleres. En este sentido, en cada sesión se abría la posibilidad de modificar algunas actividades, ya sea en el sentido de omitirlas o incentivarlas. Pero siempre con el cuidado de que cada invitación a compartir fuera desde el deseo de hacerlo. Eso me llevó constantemente redirigir conversaciones, plantear de diversas formas las preguntas que realizaba o volver a conversar algunos puntos que fueran necesario hacerlos y de los cuales observaba que había cierta necesidad en conversar, como sus experiencias en la selva del Darién, sus incertidumbres o sus deseos al llegar a los lugares de destino. En este sentido, siempre era importante volver a retomar los temas que nos convocaban

en cada reunión, de esta manera ellas mismas indagaban en sus memorias, como si escarbaran entre los detalles, para ver si acaso había algo dentro de su experiencia que conectara con el reflexionar sobre los ciclos menstruales.

Recapitulación

A modo de recapitulación debo decir que el enfoque y las estrategias elegidas mediante las cuales realicé este trabajo de investigación me llevaron a una serie de reflexiones éticas y epistemológicas. Para mí, traer al centro la importancia de la afectividad en el estudio de las experiencias menstruales tuvo un lugar protagónico, no solo a nivel metodológico, al obtener un material etnográfico profundo, sino que también tuve la oportunidad de experimentar aquello que dentro de la antropología llamamos reflexividad, pues este trabajo implicó retos importantes a los que tuve que permitirme abrirme a la creatividad, improvisación y flexibilidad como parte del proceso de investigación. Aspectos que, además, me permitieron ser autocrítica con las decisiones que fui tomando.

Construir una caja de herramientas metodológicas que abordaran las experiencias menstruales fue un reto que me llevó a comprender sobre la importancia de la escucha, de los silencios, de las pausas y la paciencia. En este sentido, considero que los grupos focales y la construcción de talleres que ahondaran en sus biografías fueron elementos importantes en la construcción de los itinerarios menstruales. Estos itinerarios no se construyeron de manera lineal, sino que se fueron completando con cada sesión, en cada ir y venir sobre los ejes temáticos que queríamos ahondar, siempre considerando sus energías, tiempos y posibilidades. Así pues, la reconstrucción y análisis se tejieron a través de retazos de experiencias compartidas entre frases, comentarios, conversaciones casuales o las reflexiones compartidas en los grupos focales, talleres y entrevistas.

CAPÍTULO II. MENSTRUACIÓN, DERECHOS HUMANOS Y EQUIDAD DE GÉNERO: UNA APROXIMACIÓN PARA ABORDAR LA DIGNIDAD MENSTRUAL EN CONTEXTOS MIGRATORIOS.

[...] las sociedades “posmodernas” se muestran más abiertas a luchar por el poder simbólico en torno de la menstruación y la construcción social sobre “ser mujer” y, también para confrontar diferentes discursos y los órdenes prácticos-simbólicos subyacentes en ellos. Esa confrontación no ocurre únicamente a nivel de las sociedades, sino también en lo íntimo de las mujeres [...] asistimos y vivenciamos un momento profundo de desmapeamiento en relación con la menstruación y, por extensión, en la definición de nuestras identidades y subjetividades femeninas (Sardenberg, 1994; en Tarzibachi, 2017, pág. 197).

Este trabajo es sobre la experiencia menstrual de mujeres en tránsito por México. Esto implica conocer cómo las mujeres y personas menstruantes perciben, sienten y gestionan su ciclo menstrual cuando se encuentran en situaciones de movilidad. Por esta razón, el análisis que utilizo para aproximarme a este fenómeno es desde una perspectiva de derechos humanos. Esto significa que, para poder comprender las experiencias menstruales de las personas que migran, es importante el reconocimiento de la dignidad humana y la necesidad de construir marcos jurídicos que la garanticen.

Para poder comprender desde qué relato es que entiendo la menstruación y su relación con los derechos humanos, es necesario hacer un recorrido por algunos puntos importantes sobre

algunos discursos, propuestas y narrativas políticas en torno a la dignidad menstrual y cómo este proceso biológico se entrecruza con otros aspectos de la vida social, política y económica de las personas. Esto nos permitirá aproximarnos a las distintas perspectivas que han abordado la menstruación en los contextos migratorios, sus alcances y limitaciones.

Cuando me encontraba en el proceso de construcción de esta investigación, llevaba poco tiempo reflexionando sobre el uso de las alternativas menstruales como la copa menstrual, las toallas de tela o el sangrado libre.¹⁴ Como a muchas mujeres que iniciamos utilizando otros productos además de las toallas sanitarias, las reflexiones que emergen se asocian principalmente al autoconocimiento y el empoderamiento de nuestros cuerpos. Recuerdo que, durante la pandemia, cuando comenzaba a practicar el sangrado libre, pensaba que estaba siendo transgresora al no utilizar ningún producto de recolección del sangrado pues comenzaba a despreocuparme con la idea de mancharme. Con el tiempo, ensayar el sangrado libre no solo me hizo más aguda para escuchar o sentir las señales que mi cuerpo me daba para evacuar mi sangre en el baño. Sino también a dejar de percibir mi ciclo menstrual de manera negativa y comenzar a sentirme cómoda con ella e incluso disfrutar de esos días, sabiendo que podía cuidar mi cuerpo de una manera amorosa. No fue una tarea fácil, pero claramente podía hacerlo bajo la comodidad de mi casa.

Tener la experiencia de transformar mi percepción sobre la menstruación fue posible debido al acceso a una información más detallada sobre el ciclo menstrual y tener la posibilidad de comprar y probar distintos productos menstruales. Esto me llevó, paradójicamente, a tomar la decisión de no usar ningún producto menstrual y con el tiempo, a darme cuenta de que para poder elegir cómo quería vivir mi menstruación, era necesario contar con los recursos con los que contaba

¹⁴ El sangrado libre es una práctica que se basa en menstruar sin ningún tipo de productos de recolección del sangrado, reconociendo las señales que el cuerpo emite para evacuar la sangre menstrual.

para poder acercarme a estas otras alternativas. Esto ha implicado ser consciente que las posibilidades que yo tuve han dependido, en su gran mayoría, del nivel socioeconómico y el acceso a una educación que me permitió conocer todas estas alternativas. Así fue como estas reflexiones me motivaron a buscar maneras de compartir y socializar esta información a la que yo tenía acceso. Posiblemente, para la mayoría de las personas que iniciamos en los activismos menstruales, partimos de una experiencia personal de transformación de nuestra percepción menstrual, en la que vamos entendiendo su relación con las diferentes formas de opresión. En este sentido, la relación que existe entre la clase social, la identidad sexo-genérica, la nacionalidad, la edad o la religión son algunos de los factores que influyen en cómo vamos a poder acceder a nueva información y a la diversidad de productos menstruales que nos permitan percibir nuestro ciclo menstrual de manera positiva (Felitti, 2016, pág. 186).

Como mencionaba en la introducción, la menstruación no es solo un proceso fisiológico, es también una vivencia social que se ve afectada por los contextos culturales, históricos y políticos. Por lo tanto, es importante considerar una variedad de factores en el que se desarrollan las personas para poder comprender cómo sus percepciones y prácticas de gestión menstrual se construyen. Desde esta perspectiva, mis intenciones al escribir una tesis sobre un tema tan particular, parte principalmente de la necesidad de incidir sobre cómo miramos, percibimos y, sobre todo, vivimos nuestra menstruación. Esto significa comprender que, para muchas mujeres, menstruar puede resultar un aspecto negativo de su vida, no solo por el significado que suele asociarse a ella como la vergüenza o el asco. Sino también a la falta de acceso a condiciones adecuadas para su *gestión menstrual* como insumos de productos menstruales, educación, espacios de aseo o una combinación de estos.

Este capítulo es una aproximación a las distintas perspectivas sobre la menstruación y su relación con los derechos humanos. La primera parte de este capítulo es sobre los aportes que el feminismo y los activismos menstruales han hecho para la construcción de un pensamiento crítico sobre la menstruación. Asimismo, haremos una revisión crítica sobre la menstruación como una construcción social basada en el género que va más allá de las connotaciones biológicas, demostrando que tiene una dimensión social, cultural, económica y política. Posteriormente, abordaremos la menstruación desde un enfoque de derechos; explicando cuáles son las estructuras que colocan a las personas menstruantes en posiciones vulnerables. A esta propuesta se suman los aportes de investigaciones sobre la dignidad menstrual y el avance de los activismos menstruales para posicionar el tema en las agendas públicas. Por último, retomaremos algunos estudios que se han hecho sobre la menstruación en contextos de movilidad, esto con la finalidad de aproximarnos al análisis los procesos migratorios y las experiencias menstruales, los alcances teóricos, así como los discursos y prácticas políticas que cobran un sentido más profundo.

2.1 Articulaciones políticas de la menstruación

En la tarea de situar este trabajo, ha sido importante recordar que la reivindicación de la sangre como un asunto político, tiene una carga histórica feminista que se remonta desde los años setenta. Hasta hace no mucho, el término menstruación era utilizado desde una jerga biomédica para describirla como un proceso fisiológico pero rara vez se oía por fuera de este ámbito. Hoy en día, la menstruación es un tema ampliamente debatido por distintos grupos feministas, académicas y otros actores políticos. Sus discusiones ahondan desde cuestionar los tabúes menstruales, hasta la responsabilidad y las obligaciones de los gobiernos en mejorar las condiciones para que las mujeres y personas menstruantes puedan vivir su menstruación dignamente. En este sentido, los debates en torno a la menstruación han ido adquiriendo tintes políticos que han sido encabezados

por diversas corrientes del pensamiento feminista y los estudios críticos de la menstruación. Este último como respuesta a todo un pensamiento político que surgió en el seno del movimiento feminista de la segunda ola en Estados Unidos.

A principios de la década de 1970, Estados Unidos vivió una serie de protestas sociales y movimientos por los derechos civiles. Dentro de estas demandas, distintos grupos feministas denunciaron el lugar de opresión en el que se encontraban las mujeres en el patriarcado, encabezando múltiples manifestaciones por la liberación sexual, la igualdad política, social y cultural de las mujeres. El feminismo radical norteamericano de 1965 y 1975 contribuyó enormemente denunciando las distintas formas de control social sobre el cuerpo de las mujeres. Estas se acompañaron de una serie de textos feministas publicados durante ese mismo periodo. Entre ellos, se encuentran *Sexual Politics* de Kate Millet, *The Dialectic of Sex: The case of Feminist Revolution* de Sulamith Firestone en 1970 y *The subjection of Women* de Juliet Mitchell en 1970 (Miguel, 2000, Pág. 19).

Una de las aportaciones más significativas durante esa época en relación con un pensamiento crítico de la menstruación, fue la creación de grupos de autoconciencia como el *New York Radical Women*, la creación de centros alternativos de salud y ginecología no patriarcales. A través de ellos, animaron a las mujeres a conocer su propio cuerpo, el cuestionamiento de los métodos de fabricación de los tampones ante la evidencia de casos de síndromes de shock tóxicos y, más tarde desde el ethos punk, la oposición al esencialismo que aparejaba la menstruación con la feminidad, señalando que no siempre las mujeres menstruaban y no todas las personas que menstrúan son mujeres, dando señales de su vinculación a la teoría queer (Felitti, 2016, pág. 186). Estas acciones y apuestas se convirtieron en la fuente de un movimiento que se centró en

transformar las narrativas menstruales al que hoy en día se conoce como la *ola roja*, haciendo alusión justamente al movimiento feminista por la liberación sexual de las mujeres.

Desde el comienzo, *la ola roja* o activismos menstruales –como también suelen llamarse– han hecho combinar aspectos como la sexualidad, la maternidad y la industria del cuidado femenino o *Femcare* durante el siglo XX (Tarzibachi, 2017), en el cuestionamiento de los tabúes menstruales. Según Chris Bobel (2020, pág. 1003), pionera en el estudio crítico de la menstruación, señala que el movimiento de la *ola roja* ha tenido tres momentos importantes. El primero, durante los años setenta, tiene que ver con los activismos sobre los productos menstruales, cuestionando la seguridad de los productos como las toallas sanitarias y los tampones, así como la construcción social de la menstruación como un proceso vergonzoso. Un segundo momento fue a través del activismo espiritual feminista de los años ochenta con la recuperación de saberes y nuevas narrativas de la menstruación como un momento de empoderamiento femenino. Y, finalmente, las políticas menstruales radicales de los años noventa, que entrecruzaron las prácticas y experiencias menstruales con espacios de resistencia política y cultural, en la que se centraron en construir un movimiento más inclusivo, reconociendo la importancia de las experiencias corporales. Asimismo, dentro de estas mismas luchas, el ecofeminismo aportó a los activismos menstruales otros cuestionamientos como la crítica del uso de productos desechables que ocasionan efectos nocivos a la salud y al medio ambiente, promoviendo alternativas más ecológicas como las toallas de tela, la copa menstrual, entre otras tecnologías reusables (Gómez y Marco, 2020). Estas últimas aportaciones implicaron discusiones como los derechos ambientales y la búsqueda por recuperar las prácticas de cuidado basados en el respeto a la naturaleza.

Si bien, la ubicación del activismo menstrual como corriente interna de los feminismos continúa ocurriendo, existen algunos cambios en los objetivos y denuncias que buscan los

activismos menstruales hoy en día y que han llevado a transformaciones sociales de manera significativa. En primera instancia, los activismos menstruales no solo se limitan al cuestionamiento del tabú menstrual o denunciar la opresión patriarcal en el cuerpo de las mujeres a través de la sangre menstrual. Sino también a la construcción de una corriente de pensamiento crítico en torno a la menstruación. Chris Bobel, señala que los activismos menstruales recuperan categorías concretas que el debate feminista ha propiciado y proponen que el *cuerpo menstrual*¹⁵ es un campo en disputa de diversos discursos y formas de control social, así como también un campo de resistencia:

[...] es necesario ver el *cuerpo menstrual* no solo como algo trivial o sin importancia, sino como algo fundacional, urgente y políticamente relevante. Cuando tomamos en serio el cuerpo (menstruante), nos vinculamos con otros temas que participan en el trabajo crítico de la encarnación, que van desde la trata de personas a los desórdenes alimenticios hasta la agresión sexual [...] La menstruación une lo personal y lo político, lo íntimo y lo público, las minucias y las grandes historias sobre el cuerpo. Se trata de mucho más que sangre (Bobel y Fahs, 2021, pág. 1001, traducción propia).

En términos muy generales, gracias al impulso de las teorías feministas, los sentidos de la menstruación en tanto tabú se han ido revirtiendo. Esto ha permitido que se encuentren en un

¹⁵ Los activismos menstruales han recuperado categorías analíticas como la del *cuerpo sexuado* de Judith Butler (1993) y la categoría de *embodiment* o experiencia encarnada que surge de Thomas Csordas (1994), pero que después es retomado por la teoría feminista con el libro *Writing on the body. Female embodiment and feminist theory* por Katie Conboy, Nadia Medina y Sarah Stanbury en 1997, para desengarzar a la menstruación como una experiencia únicamente de mujeres, apelando a la idea de los géneros plurales, que rompe con el binarismo femenino-masculino. Es por esta razón que dentro de su análisis retoman la categoría de cuerpo y lo trasladan al de cuerpos menstruantes o cuerpos que menstrúan. Sin embargo, para este trabajo, la categoría de cuerpo no representará una categoría de análisis, sino más bien como una enunciación del pensamiento de los estudios críticos de la menstruación. En cambio, utilizaremos el concepto de personas menstruantes para hacer noción a todas estas pluralidades. Esto con la finalidad de situar la experiencia de las personas como un elemento central del análisis de este trabajo y no propiamente el cuerpo. Así, usar personas menstruantes en vez de mujeres o cuerpos que menstrúan, ayuda a poner a disposición información vital referida a la salud y los derechos humanos.

momento de transformación, trasladándose a sentidos más políticos que van, en apariencia, de lo privado a la discusión pública. Desde las prácticas de círculos de mujeres, la ginecología natural, la recuperación de saberes populares y contrahegemónicos sobre el cuerpo –como la relación del ciclo menstrual con las fases lunares–, la incorporación del uso de alternativas menstruales como copas y toallas de tela (2018, pág. 3), hasta procesos de incidencia con la creación de agendas y políticas públicas en miras a la construcción de derechos que involucren a la menstruación.

Por otro lado, la incorporación de estos referentes ha propiciado que la percepción en torno a la menstruación comience a tener relevancia desde una perspectiva de derechos. Tanto en América Latina como en otras partes del mundo, los activismos menstruales han centrado sus esfuerzos en señalar que la falta de medios para gestionar la menstruación de manera adecuada, así como las normas culturales discriminatorias en torno a la menstruación “obstaculizan la realización de los derechos humanos y tornan un proceso fisiológico en una barrera para el logro de la equidad de género” (Neumeyer, Klasing, 2016; en Tarzibachi, 2017, pág. 288). En este sentido, algunos de los derechos que se relacionan con la menstruación son la salud sexual y reproductiva, la educación, el trabajo, la equidad de género y la vida digna. Este último aspecto, se ha convertido en la fuente primordial de la que se nutren actualmente los activismos menstruales.

2.1.1 Menstruación y equidad de género

Menstruar, además de ser una realidad biológica, es también un hecho cultural, en el que se moviliza un conjunto de normas culturales, expectativas y creencias hacia cómo debe sentirse, cómo debiera actuar y comportarse las personas cuando menstrúan (Botello y Casado, 2015, pág. 14). Estas normas culturales, a menudo expresadas a través de mitos y actitudes colectivas hacia el ciclo menstrual, se emplean como explicaciones para la conducta femenina, influyendo en cómo

las personas experimentan y califican sus propias experiencias. María B. Vázquez señala que la menstruación ha sido entendida como un tabú que, a través de una multiplicidad de prácticas y significados, genera la apropiación simbólico-cultural de ésta, por lo que también está fuertemente vinculada con las subjetividades de las sociedades (2013, pág. 103). Los mitos y tabúes relacionados al ciclo menstrual, además de jugar un papel importante en la construcción social del género, también generan formas de desigualdad. Muchas de las actitudes en torno a la menstruación suelen ser negativas como el asco y la vergüenza, asociados a la idea de que la sangre es sucia o impura. Esto no solo genera representaciones y estereotipos sobre el ciclo menstrual, sino también la estigmatiza, lo que dificulta que las mujeres y las personas menstruantes experimenten su ciclo menstrual de manera segura.

En 1978, Gloria Steinem publicó un ensayo titulado *If men could menstruate* (Si los hombres menstruaran), en la revista *Ms. Magazine*. En su ensayo, Steinem plantea una situación ficcional sobre la importancia que tendría el ciclo menstrual si los hombres menstruaran:

¿Qué pasaría, por ejemplo, si de repente, por arte de magia, los hombres pudieran menstruar y las mujeres no pudieran? La respuesta es clara: La menstruación se convertiría en un acontecimiento masculino, envidiable, digno de alarde [...] Los niños marcarían el inicio de la menstruación, esa ansiada prueba de virilidad, con rituales religiosos y despedidas de soltero. El Congreso financiaría un Instituto Nacional de Dismenorrea para ayudar a eliminar las molestias de la menstruación. Los productos sanitarios serían financiados con fondos federales y serían gratuitos [...] (Gloria Steinem, 1978, *If men could menstruate*).¹⁶

¹⁶ Steinem. 1978. *If men could menstruate*. *Ms. Magazine*. En: <http://www.mum.org/ifmencou.htm> (Consultado el 20 de mayo de 2024)

Si bien, su texto puede llegar a ser muy esencialista, en el sentido de que parte de una corriente de pensamiento dualista del hombre-mujer, propio también de los años setenta, lo que Steinem señala es cómo la menstruación se ha construido socialmente como una demarcación de la identidad de género. La autora denuncia que la falta de espacios públicos para hablar sobre menstruación, así como la accesibilidad de elementos que permitan a las personas menstruantes gestionar sus ciclos menstruales, se debe en gran medida a la asimilación del ciclo menstrual como un aspecto relacionado al cuerpo de mujer “sano” pero, fundamentalmente “fértil”, que requiere ser vigilado y disimulado, perpetuando una imagen del cuerpo menstrual íntimo y al mismo tiempo impuro, sucio o símbolo de vergüenza (Tarzibachi, 2017, pág. 83). Esta diferenciación de género se ve reflejada en muchos aspectos, tanto sociales y culturales como económicos y políticos. Por ejemplo, los productos dirigidos para el cuidado “femenino”, es decir del aseo personal dirigido a mujeres y niñas, tienen un impuesto añadido más alto que los productos que se dirigen al cuidado de hombres. Este impuesto, que se conoce como *Pink Tax o Impuesto Rosa*, es un claro ejemplo de lo que enunció Steinem en los años setenta respecto a cómo la opresión basada en el género se expresa dentro del mercado, las políticas públicas y también en las experiencias menstruales de las personas.

La cultura moderna occidental se ha encargado de construir a la menstruación como algo que se oculta y se incorpora en el territorio de lo íntimo, tanto que su exposición pública puede provocar pudor (Tarzibachi, 2017, pág. 25). Esta construcción simbólica resulta ser una forma de inequidad de género, pues la ausencia de políticas públicas en torno a la accesibilidad de elementos para la gestión menstrual es un reflejo de la falta de análisis de la menstruación y su relación con la desigualdad social, la pobreza o las prácticas tradicionales que asimilan tipos de violencia y discriminación que vulneran a las mujeres y personas que menstrúan. En este sentido, la gestión

menstrual, entendida como los elementos necesarios para que las mujeres y personas menstruantes puedan vivir su menstruación de manera plena, se relaciona estrechamente con el acceso a derechos.

Si bien, la mitad de la población en el mundo menstrúa, las condiciones para gestionarla resultan ser diferenciadas, principalmente cuando se trata de situaciones de desigualdad y vulnerabilidad. En este sentido, es importante señalar que tanto el contexto social, como las condiciones subjetivas en la historia de vida de las personas, puede influir en la capacidad de *gestionar su menstruación* y en la calidad de experimentarla de forma segura, es decir, libre de estigmas y tabús que discriminen, limiten o restrinjan a las mujeres y personas menstruantes de su desarrollo social. En este caso Felitti (2016), señala que la diversidad étnica, de clase, religiosa, de nacionalidad y de edad, juegan un papel importante en el acceso a la información y los productos menstruales. Por lo tanto, la menstruación como indicador social, puede revelar relaciones de poder, situaciones de desigualdad, violencia, segregación o discriminación que se traducen en factores de vulnerabilidad que atraviesan a las personas y que se inscriben en sus cuerpos.

La expresión del fenómeno, a partir de la noción de vulnerabilidad, da cuenta de las condiciones de pobreza y exclusión, que resultan en la precarización del poder adquisitivo de las personas, lo que impacta en su calidad de vida. Fátima Flores (2014, pág. 44), señala que las estructuras desiguales de oportunidades, así como la historia de vida y cualidades subjetivas, influyen en el proceso de vulnerabilidad y produce componentes importantes de inseguridad e indefensión en las condiciones de vida de las personas, como consecuencia del impacto provocado por un evento externo. En este sentido, tomar en cuenta las condiciones de vulnerabilidad en que están situada la población que menstrua, permite observar, la relación entre las experiencias de vida y la gestión menstrual con los escenarios sociales y de salud.

En años más recientes, la reestructuración de los sentidos de la menstruación como un asunto político se ha sumado a los reclamos de equidad de género hacia los Estados. En México existen algunos informes y diagnósticos realizados desde distintas organizaciones civiles que han podido señalar los efectos que tiene la falta de acceso a servicios de sanidad y productos de gestión menstrual en la salud y desarrollo de las mujeres. Por ejemplo, la asociación civil “El Caracol”¹⁷, por medio de un contrato de consultoría con el Consejo para Prevenir y Eliminar la Discriminación (COPRED) en la Ciudad de México, realizó una investigación diagnóstica sobre la gestión menstrual de mujeres que integran las poblaciones callejeras en 2021. En ella señalan, que un 45% de las mujeres entrevistadas iniciaron su vida en la calle entre los 0 y los 12 años, así como que muchas de ellas encuentran en la calle el espacio en el que desarrollan sus actividades de socialización y supervivencia. Asociado específicamente a la salud menstrual, el embarazo, el consumo de drogas y la higiene son los principales problemas que se han identificado.

En este sentido, la falta de reconocimiento de la menstruación como un asunto de salud y el desconocimiento sobre su proceso cíclico hormonal dificulta que las mujeres puedan identificar si existe o no algún desorden o enfermedades relacionadas con su menstruación, por lo que en muchos de los casos pasa desapercibido. Por ejemplo, un 17.5% de las encuestadas manifestó padecer alteraciones en su menstruación como amenorrea, dismenorrea¹⁸ o problemas como miomas u ovario poliquístico pero que no lo refirieron como un problema de salud. Sin embargo,

¹⁷ El Caracol A.C. es una asociación civil que contribuye a la visibilidad e inclusión social de las poblaciones callejeras en la Ciudad de México a través del acompañamiento educativo, atención psicológica y de salud.

¹⁸ La amenorrea y dismenorrea son alteraciones en el ciclo menstrual más comunes. La amenorrea se define como la ausencia de menstruación cuyas causas están asociadas a la pérdida de peso, desnutrición, estrés, vigorexia (exceso de ejercicio), síndrome de ovarios poliquísticos o el fallo ovárico prematuro. En el caso de la dismenorrea o malestar excesivo durante la menstruación y es causada frecuentemente por endometriosis. Véase también en: <https://www.unidaddelamujer.es/menstruacion-alteraciones-amenorrea-hipermenorrea-y-dismenorrea/#:~:text=La%20Dismenorrea%20se%20define%20como,afecci%C3%B3n%20benigna%20del%20aparato%20genital.> (Consultado el 01 de agosto de 2022).

el tema de la higiene fue recurrente en relación con cómo percibían una buena gestión menstrual, por lo que la falta de acceso a toallas sanitarias para hacer algún cambio durante el día, la falta de aseo, uso del agua y baños les ha producido infecciones vaginales (Salazar, Álvarez y Loeza, 2021, pág. 17). Concisamente, la gestión de la menstruación en mujeres callejeras es vista como un elemento que se asume como parte de las cosas que ellas mismas deben resolver, como buscar comida, ropa o refugio, lo que también limita su desarrollo, en tanto tienen que destinar mayor cantidad de recursos para atender su salud.

Por otro lado, desde el proyecto “Periodo tras las rejas”, por el colectivo Mujeres Unidas x la libertad¹⁹ y con el apoyo también de la COPRED, realizaron una investigación para identificar los mecanismos y estrategias aplicadas para gestionar la menstruación de las mujeres confinadas en los centros de reclusión femenil Santa Martha y Tepepan, en la Ciudad de México. Una de las fundadoras de la colectiva, Beatriz Maldonado, expresó que las condiciones reales sobre la situación de la gestión menstrual dentro de los centros penitenciarios no son atendidas adecuadamente ni desde una perspectiva de género, por lo que propicia la discriminación (Leyva Alanis y Maldonado Cruz, 2021, pág. 16).

De acuerdo con la asociación civil “Documenta”, las mujeres privadas de la libertad se enfrentan a un alto nivel de abandono en comparación con los hombres, por lo que afecta directamente con sus posibilidades para acceder a productos menstruales. Las visitas y familiares según esta asociación, son los principales actores que proveen los suministros básicos para cubrir ciertas necesidades dentro de los centros penitenciarios, sin embargo, al ser éstas abandonadas por ellos, deben encontrar los medios para solventar los gastos, por lo que terminan incurriendo en el

¹⁹ Mujeres Unidas x la libertad es una organización sin fines de lucro que se dedica a la reinserción social de mujeres que estuvieron en centros de reclusión.

uso de papel higiénico o trozos de tela pues comprar toallas sanitarias dentro de prisión tienen un costo de entre 5 a 10 pesos, un índice más alto en comparación con el del mercado que va de 1.50 a 3 pesos (Leyva Alanis y Maldonado Cruz, 2021, pág. 17-18).

En otros contextos, como en los espacios educativos, las evidencias en torno a la menstruación como un elemento que abona al ausentismo escolar²⁰ ha dado como resultado modificaciones en el marco legislativo, como es el caso de la reforma a la Ley de Educación del Estado de Michoacán de Ocampo²¹ que, en noviembre de 2020, modificó las fracciones XIV, XV y adicionó la fracción XVI del artículo 29. En ella se establece que las autoridades educativas deben proporcionar condiciones que permitan “el ejercicio pleno del derecho a la educación, con equidad y excelencia desde una perspectiva de género” y que facilite “de forma gradual y progresiva de acuerdo con la suficiencia presupuestal, el acceso gratuito a los productos de gestión menstrual para niñas, mujeres y personas” (Congreso del Estado de Michoacán de Ocampo, 2020, pág. 6).

2.1.2 Dignidad menstrual y derechos humanos

En primer lugar, partiré diciendo que la dignidad humana, como concepto en sí mismo, es un valor moral en la que se hace referencia al trato o respeto que alguien tiene, individual y socialmente, por el hecho de ser una persona. Lo contrario a la dignidad, sería la “la indignación de los

²⁰ Desde Menstruación Digna, una organización sin fines de lucro, conformada por más de 30 asociaciones, a través de encuestas señalaron que el 42% de las adolescentes y niñas reportan haber faltado a la escuela durante su menstruación; mientras las mujeres pobres gastan 2.5 veces más en los productos de higiene que el resto. Véase en: <https://news.un.org/es/story/2022/01/1502512> (Consultado el 05 de agosto de 2022).

²¹ La iniciativa de reforma forma parte los esfuerzos impulsados por #MenstruaciónDignaMéxico, cuyo propósito es posicionar la gestión menstrual como un tema público que debe ser incorporado a las políticas públicas para crear condiciones estructurales que permitan a todas las mujeres, niñas, adolescentes y otras personas menstruantes en México, vivirla con dignidad. Para el logro de su objetivo #MenstruaciónDignaMéxico ha emprendido una estrategia que se divide en tres ejes de acción: 1) la gratuidad de los productos de gestión menstrual, 2) la eliminación del IVA a dichos productos, y 3) generar investigación y datos sobre la gestión menstrual en México. Véase también en: https://www.instagram.com/digna_mx/?hl=es (Última consulta: 05 de agosto de 2022).

ultrajados” (Habermas, 2012), los tratos desiguales, la discriminación, la violencia y la humillación. Para Habermas (2012, pág. 108), la dignidad humana es una expresión moral llena de contenido normativo, es decir, “la fuente moral de la que se nutren los derechos humanos” y también los proyectos políticos. En este trabajo, entendemos un proyecto político como la afirmación de la política²²; es decir, como un terreno que está estructurado por las acciones que manifiestan dichos sujetos –los ultrajados– y que, a su vez, se orientan por un conjunto de representaciones, valores, creencias, intereses y disputas como formas de relación entre el Estado y la sociedad civil (Olvera y Panfichi, 2010). Estos proyectos, además de situarse para la acción y transformación de sentidos, buscan ser expansivos de su propia utopía.

Cuando hablamos de la dignidad menstrual como fuente moral, nos referimos a un horizonte de sentido del que se alimentan los activismos menstruales, con la intención de reivindicar la menstruación como un asunto público y de derechos humanos. Ahora bien, ¿cómo es definida una menstruación digna? Para los activismos menstruales, vivir una menstruación digna es cuando existe la posibilidad de vivir y gestionar el ciclo menstrual de forma autónoma, informada, libre de estigmas y tabús que limiten o generen desigualdad y violencia en las experiencias de las personas menstruantes. Por lo tanto, la dignidad menstrual puede pensarse como dos dimensiones. La primera como un horizonte de sentido que busca materializar y garantizar los derechos que permitan una menstruación digna. Esto implica denunciar los problemas a los que se enfrentan las mujeres, niñas y personas menstruantes en materia de salud y

²² Para Mouffe, existe una diferencia ente lo político y la política. En el caso de la política, es entendida como el conjunto de prácticas e instituciones a través de las cuales se crea un determinado orden, organizando la coexistencia humana en el contexto de la conflictividad derivada de lo político. Y lo político, como el modo mismo en que se instituye la sociedad, es decir, un espacio de poder, conflicto e incluso, antagonismo constitutivo de las sociedades humanas (2011, pág. 16). En este sentido, para los propósitos de este trabajo, enmarcar la diferencia entre la política y lo político sirvió para el proceso de reflexión sobre el concepto de dignidad dentro de los activismos menstruales.

gestión menstrual y exigir a los Estados una respuesta adecuada. Y la segunda, como un derecho dentro del sistema jurídico, lo que implica garantizar que las personas vivan una menstruación digna. En este sentido, el concepto de dignidad tiene como objetivo reconocer que pueden existir mejores condiciones para vivir la menstruación y se puede alcanzar de manera práctica.

La menstruación digna, no solo relacionada con los derechos humanos, sino reconocida como uno, implica que los Estados deben asumir obligaciones y deberes para respetar, proteger y realizar este derecho. Eso implica que su aplicación se rige bajo los principios de universalidad, interdependencia, indivisibilidad y progresividad. Según la Comisión Nacional de Derechos Humanos (CNDH), el principio de universalidad significa que todas las personas son titulares de todos los derechos. Estos derechos, a su vez, son interdependientes, lo que hace que uno suponga necesariamente a otros; por lo tanto, también deben reconocerse, protegerse y garantizarse de manera integral e indivisiblemente. Es decir, “el avance de uno facilita el avance de otro o la privación de un derecho afecta negativamente a todos los demás” (CNDH, 2023). Asimismo, el principio de progresividad significa que los derechos humanos se encuentran en constante desarrollo y construcción. Por lo tanto, el Estado debe proveer las condiciones más óptimas de disfrute de los derechos y no disminuir su nivel logrado (CNDH, 2023).²³

Bajo este marco, tanto en México como en la esfera internacional, los activismos menstruales están construyendo categorías jurídicas que hablen de derechos menstruales. Esto ha llevado a que la dignidad menstrual sea un tema en disputa por distintos sujetos políticos que van desde las feministas, educadoras menstruales, investigadoras/científicas o empresas dedicadas a la industria de cuidado femenino o *Femcare*, entre otros actores. Lo que permite observar que los

CNDH, ¿Qué son los Derechos Humanos? En: <https://www.cndh.org.mx/derechos-humanos/que-son-los-derechos-humanos> (Consultado el 20 de mayo de 2024).

activismos menstruales tienen un carácter heterogéneo. Esto ha permitido que el movimiento por los derechos menstruales abarque diferentes aspectos de las realidades sociales. Tan solo en países como Escocia, Nueva Zelanda o Francia, han establecido que acceder a los productos de gestión menstrual como las toallas sanitarias, los tampones o las copas menstruales de manera gratuita es un derecho de las mujeres, niñas y personas menstruantes.

En el caso de América Latina, las demandas en torno a este tema han ido tomando mucha fuerza, llevando la discusión a las agendas públicas, la construcción de marcos jurídicos y políticas públicas que garanticen el derecho a una gestión menstrual digna. Algunas autoras, como Eugenia Tarzibachi (2017) e Isis Tijaro (2021), han llamado a este giro “una revolución por los derechos menstruales”, ahondado en la necesidad reconocer a la menstruación como un elemento que influye en la participación política de las mujeres. En este sentido en muchos países latinoamericanos como Argentina, Colombia, Brasil, México; países de Centroamérica como Guatemala, Costa Rica, Panamá y el Caribe, como Puerto Rico y Cuba, han comenzado a construir sus propias acciones y reivindicaciones en torno a la menstruación, bajo la consigna “menstruar es político”. Al mismo tiempo, algunos gobiernos y empresas de productos menstruales han encontrado formas de asociarse con los activismos menstruales, acelerando las discusiones y transformaciones en torno a la menstruación como un asunto de derechos. Dando como fruto la construcción de nuevos conceptos asociados a los derechos humanos, como el de “*pobreza menstrual*”²⁴, “*higiene menstrual*”²⁵, “*gestión menstrual*” y “*salud menstrual*”.

²⁴ Este tipo de pobreza se asocia con la pobreza económica, cuya falta de acceso a productos menstruales, acceso a información e infraestructura adecuada detona situaciones de discriminación y estigma social. (Domínguez, 2022)

²⁵ El concepto de higiene menstrual se construyó como una propuesta para promover el manejo del aseo y cuidado de las personas durante su menstruación. Es parte del programa de agua, saneamiento e higiene en las escuelas, que desarrolla el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). Véase también en: <https://www.unicef.org/mexico/informes/manuales-sobre-salud-e-higiene-menstrual> (Última consulta: 05 de agosto de 2022).

Si bien la innovación de categorías ha sido de ayuda para construir nuevos enfoques de estudio, pautas y recomendaciones sobre las formas en que debería atenderse la menstruación para garantizar los derechos humanos, es importante también poder cuestionar desde dónde surgen y con qué motivo, quiénes son los actores que inciden en la creación de estas agendas, cuáles son las soluciones que plantean y cómo se expresa en los contextos donde se quiere actuar.

Dentro de esta discusión, encuentro que el argumento más fuerte está siendo el de buscar gratuidad y acceso a los productos menstruales. Que si bien, es importante y central para que existan procesos de equidad ante la diversidad de contextos y mundos sociales, enfocar la dignidad menstrual solo en el acceso a insumos menstruales puede resultar limitante para comprender de forma adecuada la diversidad de realidades y escenarios. De la forma en como yo lo veo, la dignidad menstrual no sólo se trata del acceso a estos productos, sino también a una multiplicidad de necesidades relacionadas con la cultura, la clase social, etnia, género, medio ambiente y el acceso a derechos. Estas observaciones, me hacen reflexionar también sobre cómo se van instituyendo las políticas menstruales, centralizándose en la problemática de lo higiénico, reduciendo la dignidad menstrual solo al acceso de una gestión menstrual. Lo que resulta problemático pues desdibuja la dimensión social y cultural que la estigmatiza (Gómez y Marco, 2019 pág. 158).

En el caso de México, la entrada de los activismos menstruales en el escenario político ha tenido un éxito rotundo. Pues su trabajo está llevando a la agenda pública transformaciones importantes, como la eliminación del 16% del IVA en los productos de gestión menstrual; políticas y reformas educativas que incluyan temas de educación del ciclo menstrual en las escuelas públicas del país, la gratuidad de insumos menstruales en espacios públicos o promover la integración de la dignidad menstrual como un derecho humano. Como sucedió en la Ciudad de México, con la

aprobación de dos iniciativas que buscan reformar la Ley Federal del Trabajo y la Ley Federal de los Trabajadores al Servicio del Estado, para que se otorguen dos días al mes con goce de sueldo, a las mujeres trabajadoras y personas menstruantes que presentan dismenorrea en grado incapacitante.²⁶ Dentro de mi propia investigación documental para este trabajo, encontré que la información que se ha construido sobre la menstruación desde una perspectiva de derechos, ha sido promovida principalmente por organizaciones civiles, autónomas y privadas, normalmente fuera del ámbito académico, como los informes publicados por el Consejo para prevenir y eliminar la discriminación en la Ciudad de México (COPRED), que en su página oficial, tiene un apartado específico sobre las investigaciones que se han realizado sobre salud y gestión menstrual en situaciones de vulnerabilidad como lo son mujeres en condiciones de calle (2021), mujeres privadas de la libertad (2021), en adolescentes y jóvenes en entornos escolares (2022) y, recientemente, la encuesta nacional de gestión menstrual que realizaron junto con Menstruación Digna México²⁷ y Unicef, en octubre de 2022.

Ahora bien, lo anterior me permite reflexionar sobre el trabajo que se está realizando en materia de derechos menstruales en México. Y, es que, a diferencia de otros países, los colectivos y organizaciones inscritas en el movimiento de la *ola roja*, están construyendo una agenda pública a nivel nacional que está transformando las narrativas sobre la menstruación, creando demandas políticas y condiciones de reconocimiento de la dignidad menstrual como un asunto de derechos. Esta coyuntura, que representa el inicio de un nuevo diálogo y horizontes de oportunidades sobre la problemática de la menstruación, ha derivado en la conformación de organizaciones como

²⁶ CONAPO, 2023. Licencia Menstrual. Artículos. En: <https://www.gob.mx/conapo/articulos/licencia-menstrual> (Consultado el 02 de diciembre de 2023).

²⁷ Menstruación Digna México surgió en 2019 a partir del Primer Parlamento de Mujeres en Ciudad de México, con el objetivo de trabajar las políticas públicas con perspectiva de género. A finales de ese año y principios de 2020, 28 organizaciones, instituciones públicas y colectivas de 11 entidades del país se unieron. Véase también en: https://www.instagram.com/digna_mx/?hl=es (Consultado el 05 de agosto de 2022).

Menstruación Digna México, con el objetivo de trabajar políticas públicas con perspectiva de género. Esta organización, que hasta el momento se ha posicionado como una organización nacional y que tiene presencia en todo el país, señala que vivir una *menstruación digna*, debe estar vinculada al acceso a derechos, pues los mitos y tabús en torno a la menstruación, la falta de información sobre ella; así como la falta de acceso a productos de gestión menstrual, el acceso a servicios sanitarios públicos limpios y seguros, el acceso a una educación menstrual y la correcta gestión de los residuos, por mencionar algunas variables; limitan las capacidades de las mujeres, niñas y *personas menstruantes* en participar activamente de las actividades públicas. Como resultado de esto, podemos considerar que, dependiendo de la forma en que se concibe y se gestiona la menstruación, puede tener impactos en la salud, la educación o el empleo, lo que abona a las brechas de desigualdad de género.

Estas demandas y señalamientos, en los últimos años, se han visto reflejados en el reconocimiento de esta problemática por parte de instancias gubernamentales y organismos autónomos por la defensa de derechos humanos. Un ejemplo de ello, son las recomendaciones que realizó el Consejo Nacional de Derechos Humanos (CNDH), en el marco del Día Internacional de la Higiene Menstrual en mayo de 2022, para exhortar al Estado mexicano la salud menstrual como un elemento indispensable para el ejercicio pleno de los derechos. En su comunicado, la CNDH expresa que es fundamental reconocer la salud menstrual como un derecho transversal que garantiza, el derecho a la salud, en su vertiente de gozar bienestar físico y mental, a la salud sexual y reproductiva, al derecho de las mujeres a una vida libre de violencia y a la no discriminación, al derecho a un medio ambiente sano, al derecho al agua y saneamiento y a la dignidad humana²⁸.

²⁸ Comisión Nacional de Derechos Humanos, 28 de mayo de 2022, “Pronunciamiento de la CDNH para respetar, proteger y garantizar el derecho a las mujeres a una gestión menstrual digna”. Véase también en: <https://www.cndh.org.mx/documento/la-cndh-llama-las-autoridades-e-instituciones-del-estado-mexicano-respetar-proteger-y> (Consultado el 24 de febrero de 2023).

Asimismo, se produjo una serie de transformaciones en las políticas como la eliminación del 16% del IVA a los productos menstruales que entró en vigor en enero de 2022; las reformas a la Ley de Educación en Michoacán, que contemplan ahora el acceso a productos menstruales gratuitos dentro de las escuelas e infraestructura adecuada para que las niñas y adolescentes puedan vivir su menstruación de forma segura durante su horario escolar. Y, recientemente, la aprobación del Congreso de la Ciudad de México ante el congreso de la Unión para modificar la Ley Federal de los Trabajadores al servicio del Estado que incluya licencias menstruales con goce de sueldo, para aquellas mujeres y personas menstruantes diagnosticadas con dismenorrea incapacitante.²⁹

Si bien, esto puede traducirse en un avance de inclusión en la agenda pública nacional, la demanda principal del reconocimiento de la menstruación como parte fundamental de los derechos humanos son un trabajo incipiente, por lo que los resultados aún son imperceptibles. A esto se le añade que la falta de investigaciones sobre la menstruación en situaciones de vulnerabilidad, en contraste con el avance de las demandas de colectivas en torno a la menstruación ha generado tensiones, confluencias y cuestionamientos de cómo construir políticas públicas eficaces. Por ejemplo, en 2019, la diputada Alessandra Rojo de la Vega impulsó una la reforma a la Ley de Residuos Sólidos de la Ciudad de México³⁰, para la restricción de los tampones con aplicador de plástico en el mercado. Esto produjo fuertes críticas desde las activistas menstruales y ciudadanas al nombrar esta propuesta como un acto discriminatorio, evidenciando la falta de una perspectiva de género y clase frente a una demanda ambientalista. Asimismo, tal disputa no solo hizo relevante

²⁹ Congreso de la Ciudad de México, 2023. Véase en <https://www.congresocdmx.gob.mx/media/documentos/1053449eacee89eb39cda6de321e7ba808e522b4.pdf> o https://twitter.com/Congreso_CdMex/status/1656344911384281129/photo/1 (Consultado: 11 de mayo de 2023)

³⁰ La noticia se puede consultar en la página de Derecho en Acción, “La menstruación en México es una realidad ignorada: sobre la necesidad de información estadística para avanzar en la justicia menstrual”: <https://derechoenaccion.cide.edu/la-menstruacion-en-mexico-es-una-realidad-ignorada-sobre-la-necesidad-de-informacion-estadistica-para-avanzar-la-justicia-menstrual/> (Consultado: 05 de agosto de 2022)

la necesidad de realizar investigaciones críticas sobre la menstruación, sino, además, reflexionar cómo las demandas sociales se encarnan en contextos específicos, donde los cuerpos también se vuelven arena de disputa en los procesos de políticos.

2.1.3 Salud y gestión menstrual

El concepto de salud menstrual abarca tanto los aspectos del manejo de higiene menstrual como otros factores que vinculan la menstruación con la salud, el bienestar, la igualdad de género, la educación, así como el empoderamiento de niñas, mujeres y sus derechos (UNICEF, 2020, pág. 9). Es parte integral de los derechos a la salud sexual y reproductiva y un factor decisivo para el ejercicio de los derechos humanos de las mujeres, niñas y personas menstruantes, así como el logro de la igualdad de género. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), la menstruación se ha declarado un tema de salud pública y derechos humanos. En este sentido, ya no puede ser vista meramente como un proceso biológico, sino también como una condición inherente de la dignidad humana. Es así como lo afirmaron en una declaración pública, el 21 de junio de 2022, durante el 50º periodo de sesiones del Consejo de Derechos Humanos, en la Mesa redonda de debates sobre la gestión de la higiene menstrual, los derechos humanos y la igualdad de género:

La salud menstrual es parte integral de los derechos a la salud sexual y reproductiva. Es un factor decisivo para la realización de todos los derechos humanos de las niñas y las mujeres, en toda su diversidad, el logro de la igualdad de género y la consecución de los Objetivos de Desarrollo Sostenible. Para alcanzar estos objetivos, es fundamental que los responsables de la formulación de políticas, los expertos y otros agentes pertinentes adopten, en lo tocante al ciclo menstrual, una estrategia amplia, multisectorial, capaz de abarcar todo el ciclo vital y basada en los derechos humanos. Esa estrategia exige el cumplimiento, por parte de los Estados, de una amplia gama de obligaciones relativas a los derechos humanos, en particular, las que conciernen a:

- Abordar la estigmatización, los estereotipos nocivos y las normas sociales discriminatorias basadas en el género, así como las prácticas negativas que condicionan la experiencia menstrual de las niñas y las mujeres, comprendidas aquellas que están sometidas a modalidades de discriminación múltiples e interconexas.
- Fomentar un contexto propicio en el que las niñas y las mujeres, en toda su diversidad, puedan empoderarse y ejercer su autonomía para tomar decisiones fundamentadas acerca de sus vidas y sus cuerpos, incluida su salud menstrual, libres de estigmatización, violencia y discriminación.
- Velar por que las niñas y las mujeres tengan acceso a la justicia y los remedios en casos de vulneración de sus derechos y su salud sexual y reproductiva, comprendidos los derechos relativos a la salud menstrual.³¹

A pesar de que la salud menstrual es un concepto incipiente, para este trabajo también optaré por la definición que se construyó desde el segundo Encuentro Latinoamericano de Educación, Salud y Activismos Menstruales, como un estado de bienestar que no es solamente la ausencia de enfermedad, sino que incide en las dimensiones físicas, emocionales, mentales y espirituales. Eso implica reconocer que la menstruación es una experiencia que se vive contextual, socioeconómica, cultural y políticamente (Laura Conteras, 2022, ponencia).

Ahora bien, para poder tener una salud menstrual es importante contar con todos los elementos necesarios para gestionarla. Eso implica tener acceso a productos de gestión menstrual y condiciones para la higiene, como acceso al agua, saneamiento, productos de cuidado personal. Al respecto, es importante comprender que a pesar de la importancia que tiene el concepto de higiene dentro de los aspectos que involucran la salud menstrual, mi intención en esta tesis es

³¹Mesa redonda sobre la gestión de la higiene menstrual, los derechos humanos y la igualdad de género. Informe de la Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas. En: <https://www.ohchr.org/es/documents/thematic-reports/ahrc5340-panel-discussion-menstrual-hygiene-management-human-rights-and> (Consultado el 20 de mayo de 2024)

apenas señalarla y no centralizarla, pues el uso de este concepto podría encasillar a la menstruación nuevamente en relatos de higiene, promoviendo la idea de que menstruar es sucio. Así pues, es que en este trabajo se optará por hablar de cuidados y de gestión menstrual, entendidos como el conjunto de oportunidades, saberes y prácticas que incluyen el acceso a productos como toallas sanitarias, tampones, copas menstruales, calzones menstruales, etc.; disponibilidad de entornos seguros y privados para asearse que incluyan el acceso al agua y servicios de saneamiento; así como el acceso a una educación que incluya el conocimiento del ciclo menstrual, los malestares relacionados con la menstruación y acceso a información y atención adecuada por trastornos relacionados con la menstruación (Salazar, Álvarez y Loeza, 2021, pág. 6).

2.2 Aproximaciones al abordaje de la menstruación en la migración

Una de las experiencias previas que me han permitido reflexionar y vincular el quehacer antropológico con los activismos menstruales, fue cuando estaba en Oxnard, California, realizando mi trabajo de campo sobre estrategias de resistencia de migrantes mexicanos en Estados Unidos. Durante mi estancia, tuve la oportunidad de conocer a una joven salvadoreña que me había contado que, tratando de cruzar el territorio mexicano para llegar a la frontera norte, tuvo que aguantar estar en un tráiler por 8 horas, con otras treinta personas dentro y sentirse incomoda por estar menstruando en condiciones de hacinamiento. Durante todo su viaje ella experimentó cólicos y malestares por no poder cambiarse de toallas sanitarias ni ir al baño, lo que causó que se manchara y se rozara la entrepierna por usar una toalla sanitaria por más de un día. En ese momento, debo reconocer que no produjo en mí una situación de extrañamiento, debido a que, en mi experiencia, el uso limitado de toallas sanitarias también constituyó algo cotidiano.

Más adelante, cuando me encontraba iniciando en los activismos menstruales, esa anécdota cobró mayor sentido, sobre todo durante mis últimos años de universidad cuando me organicé con

otras compañeras para llevar donaciones de ropa para mujeres, incluyendo ropa interior y toallas sanitarias, al comedor “La Esperanza del Migrante” dirigido por Las Patronas³², en Amatlán de los Reyes, Veracruz. Mis acercamientos al comedor, que se extendieron tiempo después con visitas más frecuentes, acompañamientos a marchas, encuentros con organizaciones de familiares de desaparecidos migrantes y, sobre todo, en la organización de donaciones que incluyeran kits menstruales, me llevaron a cuestionarme sobre el lugar que ocupa la menstruación en los procesos migratorios y si migrar tiene algún efecto en las experiencias menstruales.

En este sentido, recuerdo que, en una de las visitas al comedor, cuando ya me encontraba eligiendo mi lugar de estudio para esta investigación, tuve la oportunidad de conocer a una chica guatemalteca que llevaba alrededor de tres meses hospedada ahí. El comedor, a pesar de no ser un albergue, cuenta con un área de dormitorios para alojar migrantes en situaciones adversas. Como es el caso de María, que había sufrido un accidente al interior de un tráiler cerca de Tierra Blanca, cuando éste se volcó porque el conductor se había quedado dormido. En el accidente, María se quebró la pierna en tres partes, lo que hizo que pausara su viaje inmediatamente pues necesitaba reposo, asistencia médica y apoyo económico. Sus familiares, al dificultarse la situación, decidieron dejarla con Las Patronas, para que pudiese recuperarse mientras ellos continuaban su camino y lograran llegar a su destino.

Durante nuestra conversación, hablamos sobre cómo había planeado su viaje a Estados Unidos y sus deseos de retornar a Guatemala pues el accidente había representado un trauma importante. María me había comentado que, como parte de la planificación de su viaje, el pollero que iba a llevarla hasta la frontera con Estados Unidos, le sugirió llevar toallas sanitarias y pastillas

³² El comedor La esperanza del migrante es un espacio de apoyo a migrantes en tránsito por Veracruz, dirigido por Norma Romero que surgió en 1955. Actualmente cuenta con un albergue con cupo para 25 personas.

anticonceptivas. Esto debido a que el viaje duraría aproximadamente de 15 a 20 días, en tráileres que la transportarían a casas de seguridad en donde iba a ser difícil que se le permitiera salir a la calle, por lo que debía estar preparada en caso de que menstruara y, debía llevar las pastillas anticonceptivas para que tomara en cuenta el alto riesgo de ser violada durante su viaje. Si bien, ella no llevaba anticonceptivos porque sugirió que, al ir acompañada de su tío y su primo, no correría ese riesgo, sí llevó toallas sanitarias.

Sin embargo, María no menstruó como lo esperaba regularmente y, por el contrario, tuvo una ausencia de su periodo desde que había iniciado su viaje hasta el momento en el que la conocí. Si bien, durante nuestra conversación no profundizamos más en la conversación, mi interacción con ella me permitió tener una perspectiva previa al trabajo de campo que realicé en Ciudad de México con migrantes venezolanas, y que me permitió también, reflexionar sobre las necesidades en materia de salud sexual y reproductiva que las mujeres migrantes enfrentan a lo largo de su proceso de movilidad, principalmente con respecto a la salud y gestión menstruales, preguntándome ¿cuáles retos son los que las mujeres enfrentan para gestionar su menstruación durante su movilidad y cómo negocian esas necesidades?

A lo largo de mi trabajo de investigación documental, me he dado cuenta de que son pocos los trabajos que se han dedicado en analizar la relación entre las condiciones migratorias y las experiencias menstruales como una realidad intersecada. Asimismo, a lo largo de mi experiencia en los activismos menstruales, también he podido observar que los esfuerzos por demostrar que la menstruación tiene una dimensión política difícilmente toman en cuenta los contextos de vulnerabilidad de las personas migrantes, aun cuando los debates en torno a los derechos y dignidad menstrual están encaminados en garantizar una vivencia menstrual informada, saludable, libre de violencia y discriminación.

La falta de investigaciones sobre la menstruación y su conexión con los procesos migratorios es debido a distintas limitantes epistémicas y culturales que continúan enmarcadas; por un lado, la falta de conexión entre la menstruación con aspectos económicos y políticos, fomenta que en las investigaciones en torno a la salud de la población migrante, omitan esta categoría de análisis; y por el otro lado, al ser un tema tabú, hace también difícil abordarlo con la población, pues no suele hablarse comúnmente en espacios públicos.

En consecuencia, la posibilidad de conocer los efectos o las implicancias que tiene el migrar en las experiencias menstruales son pocas y el esfuerzo por establecer un diálogo entre los diferentes hallazgos o abordajes es prácticamente nulo. Por tal motivo, esta investigación se ubica en la necesidad de encontrar un espacio de reconocimiento por las condiciones en materia de salud y gestión menstrual de las mujeres y personas menstruantes que se encuentran en contextos migratorios.

En este sentido, visibilizar las conexiones que tiene el valor cultural de la menstruación, las prácticas de cuidado y gestión menstrual con las estructuras de opresión dentro de las migraciones; permite observar nuevos ángulos sobre la sexualidad y el género, que producen vulnerabilidades, tanto en la noción de salud/enfermedad, como las posibilidades de desenvolverse en los espacios geográficos-políticos que limitan o posibilitan el desarrollo de la población. Como señala Martha Cecilia Ruiz (2018, pág. 46), tomar en cuenta todos los aspectos de la sexualidad -incluyendo la menstruación-, revela las conexiones entre el cuerpo y la sociedad y, que no solo se expresa metafóricamente, sino incluso de formas físicas y visibles.

Con el fin de sostener este argumento, en este apartado de la tesis se rastrean los principales estudios sobre la menstruación en contextos migratorios. En este sentido, existen algunos estudios recientes que vinculan las experiencias de la menstruación durante la migración con respecto a la

idea de derechos humanos y los procesos de vulnerabilidad. Asimismo, como parte del recuento del estado del arte sobre estudios de migración y menstruación, presento información obtenida desde distintas fuentes con el que pretendo tejer algunos puntos de reflexión en torno a las experiencias menstruales de migrantes y que se pretenden retomar para este trabajo.

2.2.1 Menstruación y los estudios de sexualidad en la migración

El estudio de la menstruación en contextos migratorios es un tema que aún lucha por demostrar relevancia. En los estudios de migración, la menstruación queda a veces como una variable a considerar, pero que sea un eje central de análisis, inmediatamente despierta la pregunta de. ¿para qué? Conocer el estado de salud sexual de las mujeres migrantes ha sido un objetivo fundamental a nivel global, consecuencia del incremento de la migración internacional y las necesidades de atención médica de la población durante sus procesos de movilidad. Sin embargo, encontrar información pertinente y puntual que describa la situación de las personas migrantes en materia de salud y gestión menstrual ha sido parte de los desafíos que ha tenido este proyecto de investigación, pues son escasos, incluso partiendo desde los estudios de la sexualidad.

Entre los distintos procesos macroestructurales como lo son la economía y la política que afectan la migración y los procesos de movilidad a nivel global, existen dinámicas como la sexualidad y el género que, si bien han sido abordadas de manera general en muchas investigaciones sobre migración, son pocos los estudios que las han referido como procesos que afectan las experiencias migratorias.³³ En este sentido, los estudios de la sexualidad en la migración, desde una perspectiva de género, han sido relevantes para entender las diferentes

³³ Los principales estudios que transversalizan la sexualidad como un aspecto central en la migración está siendo enfocada sobre conceptos como el *sexilio* y las migraciones por violencia trans/homo/lesbofóbica.

formas de violencia, estigmatización sexual, así como las divisiones sociales y de poder en las trayectorias migratorias.

En el caso de la migración femenina cis-género, la sexualidad suele ser analizada como un aspecto ligado a la vida familiar heterosexual, a la reproducción y la maternidad transnacional o se asocia a diferentes formas de violencia. Pero ¿qué sucede con otros aspectos de la sexualidad? La menstruación, al ser un aspecto integrado a ella, es también un elemento importante en la construcción del género, sin embargo, cuando se estudia su relación con las trayectorias migratorias, el análisis se ve limitado a una variable de encuestas, muchas veces cuantificada, pero sin mayor reflexión sobre su relación con las relaciones de poder, los procesos de vulnerabilidad o la violencia.

De este modo, considero que integrar la menstruación como una categoría analítica en los estudios de las migraciones puede resultar interesante, justamente, para entender cómo influye en varios aspectos del proceso migratorio y de las subjetividades de las mujeres. En este sentido, Martha Cecilia Ruiz (2018, pág. 43), señala que tomar en cuenta categorías como la sexualidad y el género para estudiar los procesos migratorios permite observar las diferencias e inequidades y al mismo tiempo cómo se negocian con oportunidades y espacios de inclusión.

Otro aspecto central en los estudios de la menstruación en contextos migratorios ha sido desde la noción de la salud. Durante los procesos migratorios, las personas enfrentan necesidades de salud sexual y reproductiva que muchas veces, por las condiciones de irregularidad en las que se encuentran inmersos, las posibilidades de acceder a servicios de salud se ven limitada. En América Latina, algunos estudios han podido identificar que las diferentes barreras que enfrentan la población migrante para acceder a los servicios que requieren y las vulnerabilidades que se producen durante su tránsito, tienen efectos negativos en la salud sexual y reproductiva.

Así, uno de los principales argumentos es que la población migrante, durante su movilidad, expresa necesidades en materia de salud sexual y reproductiva que se ve obstaculizada por las barreras de acceso a los servicios de salud pública. Esto resulta particularmente importante, pues incluso desde estos análisis, la menstruación continúa siendo una variable omitida para dar cuenta de las necesidades de la población con respecto a su salud sexual y, por ende, su salud menstrual. Estas investigaciones, que surgen principalmente de organizaciones internacionales de asistencia privada como lo son la Organización Internacional de las Migraciones (OIM), la Cruz Roja o la Agencia de la ONU para los Refugiados (ACNUR) a su vez, toman en cuenta aspectos como la anticoncepción, el acceso al aborto seguro y prevención de infecciones de transmisión sexual, pero no han hablado aún de lo que sucede con la salud y gestión menstruales, a pesar de que en muchos de sus informes hay información que revela la situación de la salud sexual y reproductiva de las mujeres y niñas, con perspectiva de género.

Investigaciones como las de Patricia Cortés (2005, pág. 54), sobre la migración de mujeres en América Latina, explica que, en relación con los no ciudadanos, la mayoría de los países receptores han definido sus obligaciones con respecto a las condiciones sanitarias básicas y asistencia en situaciones de emergencia, aunque este concepto es interpretado de diferentes maneras. En este sentido, las normativas que garanticen la igualdad real en el acceso a la salud en comparación con los nativos suelen ser ambiguas o no existen. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), señala que las mujeres migrantes, experimentan mayores procesos de vulnerabilidad, pues la condición migratoria y de género se intersecan con otras variables como la pobreza, el bajo nivel educativo, la pertenencia étnica, condiciones de desnutrición, la falta de oportunidades en su lugar de origen y el desconocimiento de sus derechos (Cortés, 2005, pág. 54). Aunado a ello, la falta de una claridad jurídica que defina el establecimiento de los derechos

sexuales y reproductivos de los migrantes y los tabúes culturales que emergen sobre la sexualidad y reproducción, dificulta concebir en el imaginario social, la salud sexual como un derecho, lo que produce mayor vulnerabilidad de padecer violencia sexual u otras formas de violencia física y moral.

En un estudio sobre los derechos sexuales y reproductivos en mujeres migrantes venezolanas que se publicó en 2021, por el Observatorio venezolano de migración y el Observatorio de Investigaciones sociales en Frontera por la Universidad de Simón Bolívar, en Colombia; señalaron que, dentro del establecimiento jurídico de derechos, una salud sexual y reproductiva no se limita solamente en la ausencia de enfermedades, sino que implica un bienestar físico, mental y social. En este sentido, esta investigación encontró que acercarse al abordaje de las violencias ejercidas hacia las mujeres migrantes en torno a los derechos sexuales y reproductivos, llevó directamente a la comprensión de particularidades de la migración femenina que hacen visibles las necesidades emergentes en los distintos escenarios migratorios con respecto a la salud y gestión menstrual:

Las particularidades de la migración femenina que se encuentran enmarcadas en contextos de pobreza y privaciones económicas, hacen visibles las necesidades emergentes en las largas caminatas que asumen para transitar entre regiones y países en busca de oportunidades laborales, enfrentando situaciones de calle, paradas en albergues, estadías intermitentes en inquilinatos [...], largas trayectorias en buses y cambios de clima, les impide el acceso a toallas higiénicas y agua para el cuidado de su menstruación, medicamentos y descansos por cólicos menstruales, así como mayores infecciones urinarias por carencia de baños y acceso a duchas [...] (Albornoz, Mazuera, Ramírez, Carreño y Morffe, 2021, pág. 9).

A esta situación, se le suma que la población migrante tiene mayor propensión a exponerse a diferentes enfermedades durante sus procesos de tránsito y estancia en los países, jornadas largas de trabajo y sueldos precarizados, además de que, muchas de ellas se ven obligadas a vivir en condiciones de hacinamiento o en zonas habitacionales precarias. Esto demuestra, como lo señalan las autoras, que a pesar de que existan esfuerzos por reducir las vulnerabilidades a las cuales están expuestas las mujeres migrantes, las realidades que exhiben las migraciones, demuestran las fisuras de los países en desarrollo y las brechas de desigualdad que ponen en desventaja a las mujeres migrantes debido al rechazo social, a las discrepancias en el cumplimiento de los principios jurídicos y la realidad que experimentan (Albornoz, Mazuera, Ramírez, Carreño y Morffe, 2021, pág. 29).

Esto va a ser un elemento importante a lo largo de esta tesis y del análisis de los resultados de los hallazgos encontrados a lo largo de la investigación, para entender cómo la categoría de ser migrante regular/irregular va a influir en las posibilidades de la población en acceder a información, atención y servicios con respecto a su salud sexual y reproductiva, lo cual está intrínsecamente relacionado con sus experiencias menstruales.

2.2.2 Menstruación, migración y vulnerabilidad

La importancia de ver el contexto migratorio como constitutiva de las *experiencias corporales* de las mujeres migrantes que afecta su menstruación, puede ser un aporte interesante para entender cómo los fenómenos estructurales también se encarnan. En este sentido, para sostener este argumento partí de dos preguntas, la primera ¿cómo se negocian las percepciones, prácticas y valores culturales sobre la menstruación durante sus trayectorias migratorias? Y la segunda, ¿cómo esto se vincula con la vulnerabilidad y resiliencia que viven las mujeres migrantes desde un enfoque de derechos?

Para ello, es importante retomar el rol que juega el imaginario social de la menstruación en relación con la construcción del género. Tanto las percepciones y el significado que culturalmente se le añade a la menstruación, como las prácticas de cuidado y gestión de la sangre, están estrechamente relacionadas con la identidad de las mujeres y personas menstruantes. Estas nociones, que han sido estudiadas por la antropología, recalcan que la menstruación en algunas situaciones habilita la construcción de un performance de feminidad ideal, que además de ser un hecho privado, tiene un papel fundamental en la participación de las mujeres y su rol en los hechos sociales y políticos (Tarzibachi, 2017, pág. 86). En este sentido, cuando hablamos de la menstruación, en su dimensión biológica, social, políticas y cultural, en relación con la migración, es importante analizar cómo se negocia con los eventos externos que enfrentan las mujeres durante sus trayectorias migratorias.

Trabajos como el de Harghita Horvat (2018), sobre las experiencias menstruales de mujeres sirias y somalíes refugiadas en Suecia, y el de Alexandra Hawkey, Jane U. Usher y Jeanette Perz (2017) sobre las construcción y experiencias de la menarquia y la menstruación de madres e hijas migrantes y refugiadas que migran a Australia o Canadá; hacen eco en cómo se experimenta, se negocia y chocan las prácticas culturales relacionadas con la menstruación frente a dinámicas de inserción social en los países de destino. En el caso de las mujeres sirias y somalíes, Horvat (2018), advierte que hablar sobre menstruación en relación con la migración, la llevó inevitablemente a hablar sobre otros aspectos de la feminidad y la sexualidad como la mutilación genital, el miedo a la violación y el miedo a perder la “modestia”.³⁴

³⁴ De acuerdo con Horvat (2018, pág. 57), la modestia se entiende como un término general para los comportamientos normativos de género, relacionados principalmente con mantener el silencio menstrual y, por lo tanto, salvaguardar la modestia corporal.

La autora señala que, dentro de las experiencias que las mujeres migrantes relataban, se hacía evidente la sensación de sentirse atrapadas debido al estrecho alcance de su agencia permitida dentro de los marcos de la feminidad, así como la constante sensación de que sus cuerpos eran una fuente de dolor y miedo. En el caso de las mujeres que sufrían las secuelas de la mutilación genital, este aspecto era predominante y, aunado a ello, la menstruación actuó como un miedo encarnado que amenazaba su modestia. Esto en parte debido a que las mujeres, al iniciar su proceso migratorio, comenzaron a experimentar irregularidad en sus menstruaciones, lo que las llevaba a que constantemente se encontraran en situaciones de hipervigilancia, para que sus cuerpos no fueran exhibidos de acuerdo con las normas de género prescritas en sus propios países (Horvat, 2018, pág. 53-55).

Esta discusión tiene importancia para entender cómo la vigilancia de sus cuerpos para menstruar y que no pusiera en riesgo su modestia, continúa sosteniéndose en escenarios de precariedad y falta de privacidad en los refugios. A pesar de que esta situación puede ser interpretada como estrategias para proteger su cuerpo de varios tipos de daño o castigos morales como la vergüenza y la devaluación de su feminidad, lo cierto es que, la falta de instalaciones y oportunidades adecuadas para cambiar sus toallas sanitarias y condiciones para asearse produjo en las mujeres niveles altos de tensión mental, estrés, ansiedad y preocupación (Horvat, 2018, pág. 59).

Por otro lado, Alexandra Hawkey, Jane Ussher y Janett Perz (2017), exploraron cómo mujeres migrantes y refugiadas negocian sus construcciones sociales y simbólicas en torno a la menarquia y la menstruación, al enfrentarse a nuevas realidades con valores culturales que entraban en conflicto con los suyos. En su investigación, las autoras realizaron grupos focales y entrevistas con mujeres de Afganistán, Iraq, Somalia, Sudán del Sur, Sri Lanka, India y algunas

mujeres de América Latina, al llegar a Canadá o Australia, quienes relataron las experiencias de su menarquia como un elemento que marcó el inicio de su sexualidad. En su artículo, Hawkey et. Al. (2017), las mujeres relataron cómo fueron casadas después de haber experimentado su primer sangrado y sufrieron los costos de tener hijos en su adolescencia. A su vez, señalaron que después de migrar, el discurso de la menarquia se posicionó discursivamente como una problemática, rechazando la idea del matrimonio de sus hijas a temprana edad, apoyado además por las restricciones legales a la edad de consentimiento en Australia y Canadá (Hawkey et. Al., 2017, pág. 102).

Para las autoras, comprender las experiencias de las mujeres migrantes y refugiadas, así como las construcciones simbólicas de la menarquia y la menstruación son importantes, dado que pueden negociar los valores culturales de su lugar de origen y hacer la transición de ideales culturales que entran en conflicto con la salud reproductiva, como es el caso de las prácticas religiosas asociadas a la menarquia como la mutilación de clítoris, aislamientos sociales o la restricción de actividades cotidianas como cocinar, cuidar a los hijos varones y tocar las plantas (Hawkey et. Al., 2017).

Otro estudio que se realizó en España, sobre el impacto sociosanitario de la migración en mujeres magrebíes³⁵ y latinoamericanas señala que la migración tiene un doble efecto en la salud reproductiva. Por un lado, el estrés que conlleva el hecho de migrar, como la situación legal, las condiciones laborales precarizadas y otras circunstancias socioeconómicas son los factores fundamentales para que los patrones de fertilidad tradicional de los países de origen se discontinúen, en el sentido de que al iniciar la migración y posterior a ella, las mujeres comenzaron

³⁵ Magreb, región del norte de África que se extiende por Argelia, Marruecos y Túnez.

a utilizar con mayor frecuencia anticonceptivos. Y, por otra parte, los desórdenes hormonales y la prevalencia de enfermedades ginecológicas tras la migración, reflejo de problemas psicológicos asociados a condiciones desfavorables, produjeron mayores desórdenes menstruales como dismenorrea y amenorrea (Acevedo, 2005, pág. 193-194).

Aun así, a pesar de que esta investigación tomó como variable la menstruación, no hubo mayor profundidad con respecto a la relación entre las condiciones socioeconómicas, laborales y el tiempo de asentamiento como parte causal de las repercusiones sobre la salud menstrual. Por el contrario, parte de las evidencias sobre las irregularidades de los periodos menstruales, destacaba que no necesariamente eran relacionados con la migración o señalaba que si bien, podía existir una influencia psicológica o asociaciones con aspectos como el status legal o el acceso al trabajo, fueron variables que no se recogieron o tomaron en cuenta para la investigación.

Ahora bien, la importancia de los factores considerados en estas discusiones es innegable, ya que incide en de manera fundamental en el conocimiento de las experiencias menstruales de las mujeres migrantes y en sus posibilidades de desenvolverse durante sus trayectorias migratorias.

Otro trabajo de igual importancia es el de Valeria Gómez y Marcy L. Karin (2021) discute ampliamente sobre *la injusticia menstrual* en las detenciones migratorias en Estados Unidos. Ambas autoras analizan cómo las mujeres detenidas en centros migratorios y bajo su condición de no ciudadanas, resultan ser un grupo particularmente vulnerable como *menstruadoras* en espacios carcelarios. Las detenidas que menstrúan se ven obligadas a depender del sistema de inmigración para acceder a productos menstruales, los factores de aislamiento social y geográfico, así como la falta de acompañamiento legal o incluso acceder a intérpretes para conocer su realidad legal, exacerbaban el problema de tener la posibilidad de manejar su menstruación de forma digna:

[...] las normas que rigen las salas de detención y los centros de detención a largo plazo no toman en cuenta suficientemente las necesidades relacionadas con la menstruación. Específicamente, no proporcionan un acceso adecuado a productos e instalaciones amigables con la menstruación; dignidad, privacidad o justicia reproductiva; y la aplicación de las limitadas normas existentes (Gómez y Karin, 2021, pág. 126, traducción propia).

En este sentido, es posible darnos cuenta de que las políticas migratorias construyen realidades vulnerantes para la población migrante. Y, en este caso, para la salud y dignidad menstrual de las personas que se encuentran privadas de su libertad, no solo por las condiciones carcelarias en las que se encuentra la población, sino además por aspectos culturales que se ven atravesados, como el estigma y los tabús menstruales, la falta de privacidad y espacios dignos al interior de los centros de detención migratoria.

2.2.3 Derechos humanos, salud menstrual y la política de protección a migrantes

Desde un enfoque de accesos a derechos, tomar en cuenta la creación de políticas públicas e informes y diagnósticos sobre la menstruación en contextos carcelarios, en condición de calle o vinculados a la educación, y que en su mayoría se han realizado desde los activismos menstruales, han sido referencias útiles para entender cómo la menstruación se transversaliza con aspectos de la vida cotidiana y el ejercicio pleno de los derechos humanos. Ahora bien, a pesar de que ha sido importante para situar la problemática de la menstruación en contextos de vulnerabilidad y que indudablemente la población migrante comparte con otros grupos en condiciones de pobreza, marginalización y violencia, existen otros aspectos específicos de la migración que son relevantes y necesarios señalar.

La particularidad con el que debe ser analizada las experiencias menstruales de las personas en situaciones de movilidad, es su condición de extranjería y las experiencias de irregularidad

migratoria que se suman a los procesos de marginalización, discriminación y estigmatización a los que suelen enfrentarse esta población. En la migración, los distintos escenarios que una persona pueda vivir durante su tránsito irregular hacen visible la necesidad de crear mecanismos que protejan y garanticen los derechos de las personas migrantes, para que puedan desarrollarse de la mejor manera. Esto implica, sin lugar a duda, crear nuevas reglas del juego que incluyan a las experiencias menstruales como un aspecto relevante en los escenarios migratorios.

Actualmente, los activismos menstruales en México y América Latina han trabajado arduamente para poner en las agendas públicas la importancia de la menstruación en el mantenimiento de la vida digna. En el caso de la migración en México, diversas organizaciones que se han dedicado a la defensa de los derechos de los migrantes han comenzado a discutir cómo implementar estrategias para abordar la salud y gestión menstruales de la población migrante. Así, un ejemplo de ello es lo que publicó la gaceta oficial del Alto Comisionado de la Naciones Unidas para los Refugiados (ACNUR), el 28 de mayo de 2022, en el marco de la celebración del *Día de la Higiene Menstrual*, reafirmando su compromiso con mujeres, niñas y personas menstruantes en la atención a la menstruación dentro de los protocolos de refugio en México:

[...] La higiene menstrual inadecuada es un problema de acceso a derechos, especialmente el derecho a la salud y el saneamiento. La falta de higiene menstrual genera riesgos graves a la salud, atenta contra la dignidad de mujeres, niñas y personas menstruantes, y representa un vector de riesgo para la violencia de género. En un contexto de desplazamiento forzado, estos problemas y riesgos aumentan: las mujeres, niñas y personas que tienen que huir de sus hogares normalmente no pueden llevarse demasiadas pertenencias, y en el tránsito, pueden enfrentarse a espacios de alojamiento con baños insuficientes o en condiciones inadecuadas, además de que los insumos de higiene menstrual pueden tener precios elevados, haciéndolos inaccesibles. Todo esto contribuye a potenciar problemas de salud, así como a generar estigma, discriminación, rechazo e inclusive a

actos de violencia. Considerando lo anterior, ACNUR México ha buscado llevar a cabo intervenciones a través de diferentes socios en el país, como HIAS y Médicos del Mundo, para brindar acceso a insumos de higiene menstrual a personas solicitantes de asilo, refugiadas y migrantes que los necesitan, y estamos comprometidos para trabajar por espacios en donde todas las personas con las que trabajamos tengan acceso a insumos de higiene menstrual con dignidad y en seguridad.³⁶

Este pronunciamiento me ha llevado a reflexionar sobre cómo las demandas de derechos a la salud y gestión menstruales se traducen a la práctica. Quiénes están interesados en la creación de mecanismos de atención y cómo se efectúa en la realidad, constantemente se enfrentan a las deficiencias que las políticas migratorias tienen para proteger los derechos humanos de la población. Esto resulta problemático debido a que la salud menstrual implica otra serie de derechos que, desde los gobiernos, no han sido capaces de proveer o alcanzar en sus planes de desarrollo. Aunado a ello, la falta de información y datos duros que incluyan a la menstruación como una variable, se traduce en sesgos que dificultan crear un puente de conexión entre las demandas de una mejora en la calidad de vida de las mujeres y su salud menstrual con políticas públicas eficaces.

Sobre este punto, el 14 de marzo de 2023, la diputada Julieta Kristal Vences Valencia, del grupo parlamentario de Morena, presentó ante el Congreso de la Unión una iniciativa que adicione una fracción XIV al artículo 109 de la Ley de Migración, que establezca como derecho que las mujeres y adolescentes alojadas en Estaciones Migratorias “reciban de manera gratuita y suficiente productos de gestión menstrual durante su periodo menstrual, pues permitirá garantizar el derecho

³⁶ “ACNUR México conmemora el Día de Higiene Menstrual”, 28 de mayo de 2022. Para leer la nota completa, véase en: <https://www.acnur.org/es-mx/noticias/press/2022/5/6292591c4/acnur-mexico-conmemora-el-dia-de-higiene-menstrual.html#:~:text=%2D%20En%20el%20marco%20del%20D%C3%ADa,en%20contextos%20de%20desplazamiento%20forzado>. (Consultado el 09 de julio de 2022).

de las mujeres migrantes privadas de su libertad a una menstruación digna”.³⁷ En la iniciativa presentada, parte del argumento establecido en el documento señala que, al interior de las Estaciones de Detención Migratoria (EDM), el marco normativo de la Ley de Migración contrasta con la realidad que viven las personas migrantes, pues se ha evidenciado que al interior se viven problemas como sobrepoblación, falta de servicios y violaciones a derechos humanos. Frente a esta situación, la diputada Kristel Vences señaló que La Comisión Interamericana de Derechos Humanos había denunciado en 2003, que en las estaciones migratorias los servicios sanitarios eran insuficientes y las mujeres recibían únicamente una toalla sanitaria a lo largo de su estancia y en caso de requerir más, ellas debían comprarlas.³⁸

Aunado a ello, en ninguna de las disposiciones jurídicas de las Estaciones Migratorias ha establecido que parte de los derechos de las personas migrantes sea contar con productos de gestión menstrual de manera gratuita, a pesar de que en las normativas para el funcionamiento de las Estaciones Migratorias y Estancias provisionales del Instituto Nacional de Migración (INM), señala que es obligación de las autoridades brindar atención especializada a ciertos grupos vulnerables en las que se incluyen las mujeres y adolescentes.

Si bien, esta es una iniciativa que se presentó en marzo de 2023, aún se encuentra en proceso de ser evaluada y la información para dar continuidad al proceso es escasa.³⁹ Lo cierto es que las políticas en torno a la salud y gestión menstrual están llegando a debatirse en contextos migratorios, lo cual evidencia la importancia que tiene para el goce de los derechos de la población

³⁷ Iniciativa que adiciona el artículo 109 de la ley de migración, a cargo de la diputada Julieta Kristal Vences Valencia, del grupo parlamentario de Morena. 14 de marzo de 2023. Véase en: http://sil.gobernacion.gob.mx/Archivos/Documentos/2023/03/asun_4512510_20230314_1675873312.pdf (consultado el 23 de marzo de 2023).

³⁸ Comisión Interamericana de Derechos Humanos. 2003. *Relatoría Especial sobre Trabajadores Migratorios y miembros de sus familias*. Véase en: https://www.cidh.oas.org/migrantes/2003.sp.cap.5f.htm#_ftn191 (consultado el 05 de mayo de 2023).

³⁹ Al 20 de mayo de 2024, esta iniciativa de Ley sigue en estatus de iniciativa.

y que poco a poco va llegando a las instancias públicas. Es importante denotar, que a pesar de que existan algunos intentos por debatir en la arena política esta problemática, las instituciones migratorias como el Instituto Nacional de Migración (INM) y la Comisión Mexicana de Ayuda a Refugiados (COMAR) no han hecho (aún) alguna referencia sobre la inclusión de la salud y gestión menstruales en los mecanismos de protección a migrantes y refugiados. En ese marco, las implicaciones del Estado y las políticas migratorias son relevantes no solo para dar cuenta de las condiciones de la población migrante en relación con su salud y gestión menstrual, sino también para establecer cambios y transformaciones para proteger y garantizar los derechos humanos de las personas migrantes.

Recapitulación

Estudiar las experiencias menstruales de personas migrantes desde los estudios antropológicos resulta ser una tarea compleja. Debido, principalmente, a la poca información que existe sobre este fenómeno en particular. Como vimos en la segunda parte del capítulo, los estudios de migración no han tomado en cuenta a la menstruación como un elemento que puede influir en las experiencias de las mujeres durante y después de su movilidad. Esto se debe, en gran parte, a que la menstruación se considera un asunto aislado de los procesos sociales, económicos y políticos, por lo que ha sido un tema poco relevante o que toma protagonismo en otras disciplinas.

Existen algunas investigaciones dentro de los estudios de la sexualidad y los estudios de la menstruación en contextos migratorios que señalan que las experiencias menstruales, al ser un aspecto de la sexualidad, tiene implicancias en la construcción del género y, por tanto, en los procesos migratorios y en las condiciones de vulnerabilidad y desigualdad que mujeres, niñas y personas menstruantes experimentan de forma desigual por su condición de extranjería. En este sentido, el recorrido de las propuestas teóricas y de análisis de la menstruación como sujeto de

estudio, permite para esta tesis poder sentar las bases analíticas desde donde se miran las experiencias menstruales de las mujeres migrantes en México. Para este trabajo, lo que importa es poder analizar cómo los elementos opresivos de la migración afectan a la salud menstrual de las mujeres y a su vez, la construcción simbólica y material de la menstruación afecta en las experiencias migratorias. Como vimos en algunos de los ejemplos de las investigaciones que se han realizado sobre menstruación en contextos migratorios; poner al centro aspectos de la sexualidad que suelen ser considerados inconexos a los sistemas de opresión de la migración, permite dar cuenta de cómo las mujeres y personas menstruantes viven momentos de vulnerabilidad que se complejiza debido a la falta de condiciones para gestionar su menstruación.

CAPÍTULO III. MIGRACIÓN EN TRÁNSITO POR LA CIUDAD DE MÉXICO. DEL CONTEXTO A SUS ACTORES

Como vimos en el capítulo anterior, los estudios críticos sobre la menstruación son recientes debido a los estigmas que hay alrededor de ella. A pesar de ello, existen algunas investigaciones y propuestas teórico-metodológicas que ayudan a comprender la menstruación como un factor multidimensional en la vida de las personas. Sin embargo, cuando se trata de investigaciones menstruales en contextos como la movilidad humana, estas nuevamente aparecen como un campo poco explorado por las ciencias sociales y sobre todo por la antropología. Dentro de las dificultades que encuentro que limitan esa exploración se encuentra el enfoque al que le han dado a la menstruación en el campo de los estudios sobre sexualidad y migración, que suele ser vista meramente como una variable de salud y no tanto como un elemento vital que influye en las experiencias migratorias, como es que busco indagar en esta tesis. Asimismo, otro aspecto importante en la dificultad para investigar sobre la menstruación dentro de los estudios migratorios y de sexualidad, tienen que ver con que los contextos migratorios suelen ser complejos en distintos niveles. Por un lado, la dificultad para acceder a espacios en donde trabajar con personas menstruantes en situaciones de movilidad y por el otro, los retos éticos y metodológicos que implican una investigación de este corte, como lo vimos en el primer capítulo. A pesar de todas estas limitaciones, considero importante seguir abriendo brecha a la exploración de las experiencias menstruales desde la antropología, lo que implica también poder comprender que los diversos contextos se vuelven escenarios interesantes para el quehacer investigativo.

En este caso, la Ciudad de México fue el escenario etnográfico en donde llevé a cabo mi investigación y que a continuación presentaré desde una perspectiva más amplia. El objetivo de este capítulo es esbozar algunos elementos que permitan contextualizar e introducir a mis

interlocutores, así como las trayectorias migratorias de venezolanos que llegan a la Ciudad de México. Con esto busco reflexionar sobre los aspectos de la migración que influyen de manera subjetiva en las experiencias menstruales de las personas en situación de movilidad. A partir de diferentes fuentes de información y haciendo uso de algunas descripciones etnográficas sobre los lugares y situaciones que pude observar, daré un repaso de algunos antecedentes políticos, el contexto de violencia, las redes de apoyo y las características de la coyuntura que abarca el periodo de referencia de este trabajo (2021-2023).

3.1 Los procesos de internacionalización y de ciudad hospitalaria en la Ciudad de México

La Ciudad de México, al ser la ciudad capital del país, es también una ciudad global donde interactúan diversos agentes y suceden procesos múltiples (Alejo, 2019, pág. 165). La internacionalización de la ciudad no es una novedad, pues la migración que ha llegado ha ido de la mano con el desarrollo urbano-industrial a partir de los años treinta (Salas, 1990). Por un lado, la migración interna que se dirige hacia la capital del país ha representado la porción más importante, a pesar de que existen otros puntos de destino que están cobrando mayor importancia. Y, por otro lado, la migración internacional que llega a la Ciudad de México ha hecho que se le considere como un lugar receptor de migrantes que enfrentan situaciones de crisis o represión política en sus países de origen. En este caso, a diferencia de otras ciudades que son parte de corredores migratorios de tradición histórica como en las fronteras, la Ciudad de México ve llegar distintas poblaciones que buscan el reconocimiento como refugiadas y un lugar de destino.⁴⁰

Antonio Alejo (2019), señala que la política exterior del gobierno de la Ciudad de México, que tiene alrededor de veinticinco años, muestra un proceso creciente en su institucionalización, a

⁴⁰ Según la COMAR, las de la ciudad con un mayor porcentaje de solicitudes para la condición de refugiados son Tapachula, Chiapas, con el 54.73%; seguida por la Ciudad de México, con 22.06%, y Palenque, Chiapas, con 6.79%.

través de la creación de mecanismos de protección, marcos legales, institucionales, programas y actividades específicas para la población migrante. La Ley de Interculturalidad, Atención a Migrantes y Movilidad Humana, es un ejemplo de mecanismo de protección que buscan garantizar el goce de derechos de las personas en situación de movilidad.

En el caso de la Ley de Interculturalidad, que se creó en 2011, constituyó un elemento importante pues fue un parteaguas para incluir a la CDMX en la red de ciudades interculturales. Esto implicó que el gobierno de la ciudad adquiriera nuevos compromisos para la atención, protección e integración de personas migrantes y refugiadas que garantice el respeto de sus derechos humanos. Esta ley, que se dio en el marco del aumento de población deportada, migrante y refugiada, dio origen al Programa Ciudad Hospitalaria, Intercultural y Atención a Migrantes (Beltrán, 2021, pág. 68). Este programa buscaba crear un padrón de huéspedes y la entrega de tarjetas que permitiese a las personas migrantes acceder a servicios. Sin embargo, la falta de recursos en los organismos encargados, así como la falta de reconocimiento y validez de esos documentos por parte de distintas instancias, no dio los frutos esperados (Beltrán, 2021, pág. 64).

Posteriormente, en 2017, “la Ciudad de México se dotó de su primera Constitución, la cual estableció la figura de ciudad global en su artículo 20” (Alejo, 2019, pág. 173). De ella se desprendió la figura como *Ciudad santuario y hospitalaria para personas refugiadas*,⁴¹ cuando el exmandatario Miguel Ángel Mancera, presentaba a la capital como una ciudad que protege, a través de leyes y programas sociales, a la población migrante. Asimismo, en el artículo 11 de esa misma Constitución, establece que la Ciudad de México garantizará la atención prioritaria de las

⁴¹ El 20 de junio de 2017, el gobierno de la Ciudad de México realizó un pronunciamiento en el Día Mundial de las y los Refugiados reafirmando su compromiso como ciudad santuario, solidaria y hospitalaria, que enriquece el diálogo intercultural. Véase el pronunciamiento en: <https://copred.cdmx.gob.mx/comunicacion/nota/cdmx-ciudad-santuario-para-personas-refugiados> (consultado el 05 de agosto de 2022).

personas vulnerables a través de la adopción de medidas legislativas, administrativas, presupuestales y judiciales para hacer efectivo sus derechos, incluyendo las personas migrantes y sujetas a protección internacional u otro contexto de movilidad, independientemente de su situación jurídica (Constitución de la Ciudad de México, 2017; pág. 42).

Posteriormente, en 2018, tras el cambio de administración, el Programa Ciudad Hospitalaria, Intercultural y Atención a Migrantes se transformó en el Programa de Ciudad Hospitalaria y Movilidad Humana, a cargo de la Secretaría de Inclusión y Bienestar Social (SIBISO). Independientemente de Ley de Interculturalidad, Atención a Migrantes y Movilidad Humana, existen otros mecanismos de protección para las personas que se encuentran en procesos de movilidad humana por amenazas a su seguridad personal, como las instancias que reconocen la condición de refugiado, entre ellas la Comisión Mexicana de Ayuda a Refugiados (COMAR), un número diverso de agrupaciones, organizaciones multilaterales e instituciones que se dedican a la atención de personas migrantes en la ciudad, como el Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados (ACNUR), organizaciones de asistencia privada como Sin Fronteras y asociaciones civiles como el Instituto para las Mujeres en la Migración (IMUMI), Casa Refugiados y la Clínica Condesa.

En el caso de la Clínica Especializada Condesa, en 2017 crearon el Programa Santuario, un programa de atención integral a personas migrantes con VIH. Dentro de las características del programa Nathalie Gras Allain, subdirectora de Atención a Poblaciones Clave y Programas Específicos, señaló que parte de las atenciones para migrantes es contar con un equipo que preste servicios de atención a la salud, incluyendo servicio de ginecología y servicio psicológico. En este sentido ella refiere que, en la atención en primera fila con mujeres migrantes, se dieron cuenta que

la población llegaba con necesidades de atención a la salud sexual y reproductiva, por el alto grado de mujeres embarazadas y mujeres víctimas de abuso sexual. A esto ella señala:

[...] tenemos a un número importante de personas en movilidad con diagnóstico de VIH, muchas ya llegaron con el diagnóstico y vinieron a continuar con su atención. Otras fueron diagnosticadas aquí. Especialmente la población centroamericana, no siempre llegan con diagnóstico. Pero nos dimos cuenta de que había una necesidad de salud sexual y reproductiva muy grande. (Nathalie, Clínica Condesa, entrevista grabada, enero de 2023).

Otros de los servicios con los que cuenta el Programa Santuario, es asesorar a sus usuarios en la gestión de documentos personales o de otra naturaleza para su registro en el sistema de salud en México, la incorporación a los programas de salud y atención integral de VIH, apertura de expediente, carnet de citas y atención personalizada a migrantes en tránsito o en condiciones de vulnerabilidad social, así como la vinculación a programas de apoyo social, gubernamentales o privados.

Todas estas organizaciones interactúan de forma polifacética para la atención, defensa y protección de los derechos de las personas en situación de movilidad. Es interesante destacar que, al haber un incremento de los flujos migratorios, éstas empiezan a desempeñar un papel importante en la gestión de la migración que llega a la Ciudad de México. Si bien, ninguna se ha posicionado públicamente sobre la importancia de asegurar las condiciones necesarias para que la población migrante pueda gestionar su menstruación y tener una salud menstrual digna; lo cierto es que su trabajo, en conjunto con los albergues u otros espacios de acogida, logran posibilitar el acceso a productos de gestión menstrual.

Los albergues, casas de refugio y organizaciones defensoras de migrantes son el esfuerzo de la sociedad en acompañar y atender a los migrantes que viven o transitan por México. La labor

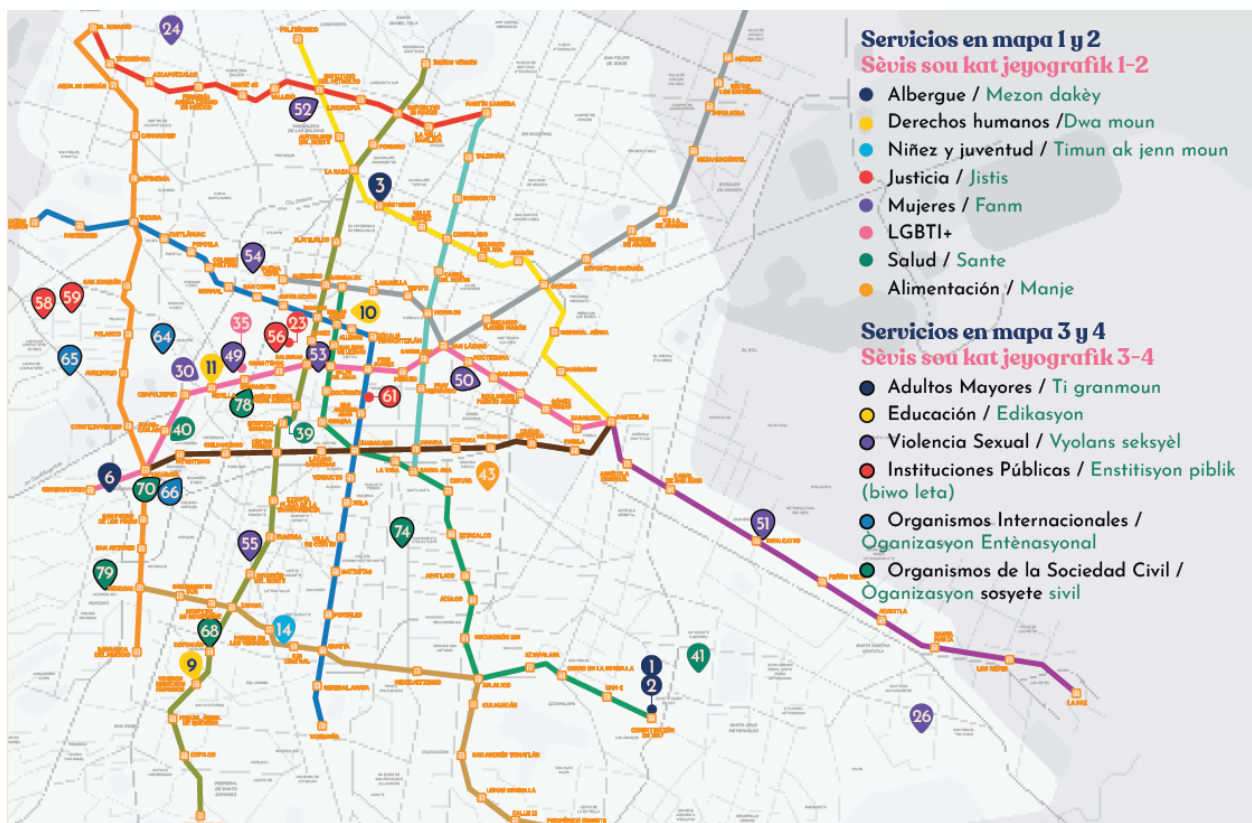
humanitaria que brindan estos organismos, como señala Rodolfo Casillas (2021), es vital para los migrantes, para la convivencia social en los lugares de tránsito migratorio y para la gobernabilidad. Se convierten en instancias sociales necesarias para la protección de los derechos de los migrantes frente a las políticas migratorias restrictivas que criminalizan a la población. Su labor humanitaria actúa en distintas dimensiones. Entre ellas se encuentra: 1) brindar atención directa; 2) realizar gestiones ante instancias públicas; 3) procurar recursos; 4) cuidar a los migrantes, personal humanitario y las instalaciones, de los abusos y delitos; 5) posibilitar la creación de redes en los contextos regional, nacional e internacional (Casillas, 2020, pág. 67).

Hasta el momento, me he referido a la gestión de los flujos migratorios como estas características que ayudan a proteger los derechos de los migrantes a nivel local, nacional e internacional. En este sentido, la aplicación del enfoque integral para hacer frente a la migración en todas sus formas (OIM, 2015, pág. 153), posibilita los consensos en torno a la forma en que deben ser gestionada la movilidad internacional, desde una perspectiva alejada de un esquema de control restrictivo; sino desde estrategias que permitan conducir, canalizar y direccionar los flujos migratorios (Domenech, 2013; en Beltrán, pág. 62). Este concepto vuelto discurso, que además ha sido adquirido por los Estados y los organismos multilaterales, ha sido asumido para argumentar la búsqueda de derechos; sin embargo y como señala Beltrán (2021), es necesario mostrar que estos discursos en ocasiones se encuentran alejados de los intereses de las personas migrantes y refugiadas. Por ello es importante entender cómo las organizaciones conciben la idea de gestión, desde una noción de derechos, en su labor y en relación con el Estado.

En la mayoría de las regiones donde existe un marcado flujo migratorio, la solidaridad organizada con los migrantes, tiene una identidad mayoritariamente católica; sin embargo, en la Ciudad de México esto difiere, principalmente debido a las políticas de externalización con que

cuenta la ciudad. Según datos de la Red de Documentación de las Organizaciones Defensoras de Migrantes (REDODEM) y la Agencia de la ONU para los Refugiados (ACNUR), la Ciudad de México cuenta con seis albergues: 1) Casa de Acogida, Formación y Empoderamiento para Mujeres y Familias Migrantes y Refugiadas (CAFEMIN); 2) Casa Tochán; 3) Programa Casa Refugiados (PCR); 4) Hermanos del camino, 5) Casa Fuente y, 6) Casa Mambré (ver Ilustración 1).

Ilustración 1. Mapa de localización de albergues y servicios a personas en movilidad de la Ciudad de México



Fuente: ACNUR

Tan solo en los directorios sobre organizaciones dirigidas a la atención a población migrante como el de la Organización Internacional para las Migraciones (OIM), la Ciudad de México es la que mayor cuenta con las dependencias físicas de agencias del Sistema de la Organización de Naciones Unidas (ONU), centros de asistencia social, organismos públicos

autónomos de derechos humanos, representaciones diplomáticas y consulares, etc. La multiplicidad de figuras jurídicas que existen como las instituciones de asistencia privada (IAP), las organizaciones de la sociedad civil (OSC), organismos internacionales autónomos, colectivas, albergues eclesiásticos, casas para refugiados, y una larga lista sin nombrar, ha dado lugar a la participación de espacios laicos, con diferentes bagajes socioculturales en los frentes y actividades sociales, con sus propios mecanismos y formas de organización.

Dentro de estos márgenes de atención, yo tuve la oportunidad de interactuar e involucrarme con algunas organizaciones de asistencia privada, albergues y dependencias del gobierno de la Ciudad de México. A continuación, presentaré las principales características de las organizaciones quienes fueron el punto de partida de esta investigación y las razones por las cuales las consideré como parte de mi trabajo.

3.2 Espacios de observación: Sin Fronteras, Casa Fuente y Casa Tochan

3.2.1 Casa Fuente

Casa Fuente A.C, es una asociación civil y albergue para mujeres y niños víctimas de violencia que se encuentra en una colonia popular, en la alcaldía Álvaro Obregón, a quince minutos del metro Observatorio. Para llegar, es necesario salir de la estación del metro y tomar una camioneta colectiva con dirección a “Cuernitos”. Es una casa de tres pisos, cuya entrada parece una bodega que hace difícil creer que ahí dentro es un albergue para migrantes. En la entrada, se encuentra una pequeña oficina que sirve de recibidor, una sala con juegos y más al fondo se encuentra el área de ropería y el almacén en donde se guardan las donaciones de despensa. La oficina de Beatriz Fuentes, coordinadora del albergue, se encuentra en una pequeña habitación que conecta con el comedor, en la segunda planta del edificio. Ahí mismo, se encuentra una pequeña enfermería. Subiendo las escaleras, en la segunda planta, inicia el área en donde viven los huéspedes, la cocina

y comedor y una pequeña sala con colchonetas, un baño y dos dormitorios. En la parte posterior, en un último piso, están otros dormitorios, un patio techado donde está el área de lavado y otro baño.

En Casa Fuente, tuve la oportunidad de realizar una parte importante de mi investigación, realizando talleres sobre menstruación con distintos grupos de mujeres y niñas venezolanas, grupos focales y entrevistas. El trabajo en el albergue me permitió tener ventanas de observación sobre cómo se vive al interior de la casa, la convivencia entre las y los migrantes, el uso de los espacios, así como el trabajo arduo de Beatriz y los voluntarios que diariamente asistían. Debido al contexto de emergencia, Beatriz no tuvo tiempo para una entrevista a profundidad porque siempre estuvo de un lado a otro, resolviendo cómo obtener recursos.

Durante los momentos de contingencia, el flujo de personas acrecentó y el ritmo al interior del albergue se aceleró. Esto es algo que pasó anteriormente con las caravanas centroamericanas en 2018 y la ola de migrantes haitianos en 2021. Con la llegada de la población venezolana pude darme cuenta de algunas de las dinámicas para hacer uso de los espacios y la transformación de ellos. Por ejemplo, en el recibidor y el pequeño espacio donde antes había mesas con folletos y algunos juguetes, habían sido desplazados hacia el fondo para colocar unas colchonetas. Recuerdo que, en las primeras visitas a mediados de octubre, Beatriz me contaba que eran alrededor de veinte mujeres y siete niñas que estaban siendo acogidas en la casa. Pero, para noviembre, el número se había triplicado y ahora recibían familias completas debido a que en CAFEMIN, ya no estaban siendo aceptados. El albergue, en términos de infraestructura, tiene una capacidad para albergar alrededor de 25 a 30 personas. Sin embargo, durante el periodo de octubre a diciembre de 2022, la casa llegó a albergar hasta 120 personas, todas en condiciones de hacinamiento. Tanto Beatriz

como una de las chicas voluntarias, permanecían en Casa Fuente por las noches para vigilar y cuidar que nada sucediera.

Casa Fuente nació en 2004 por Beatriz Fuentes, socióloga y trabajadora social, que en ese entonces realizaba campañas de promoción a la salud. Ella, junto con otras personas, decidieron abrir un espacio exclusivamente para mujeres y niños víctimas de violencia. En una conversación, ella me contó que el albergue nació a partir de campañas de promoción a la salud comunitaria para la detección oportuna de cáncer cervicouterino y cáncer de mama. A partir de ahí, se dio cuenta del contexto de violencia de género que envolvía la salud sexual y reproductiva de las mujeres de las colonias populares de Álvaro Obregón, lo que la impulsó a crear Casa Fuente: “salió la idea de nosotros de trabajar para empezar a apoyar a las mujeres y así fueron llegando, hasta que tuvimos la oportunidad de crear una casita para atender a mujeres, niños y niñas, que llegaban a los centros de salud víctimas de violencia”. Posteriormente, decidieron a darle formalidad, al crear Casa Fuente como asociación civil. En sus primeros años y hasta la fecha, Casa Fuente recibe mujeres y niñas de violencia provenientes de Ciudad de México, del Estado de México y de otras regiones del país como Guerrero y Oaxaca. Así, el albergue se fue constituyendo como un espacio seguro para las mujeres víctimas de violencia. Tras la llegada de las caravanas centroamericanas en 2018 y haitianas en 2021, Beatriz comenzó a recibir familias completas y personas de la comunidad LGBT+. Ella recordó que cuando comenzó a recibir población migrante, pudo observar la escala de vulnerabilidad de los grupos en situaciones de movilidad como personas de la comunidad LGBT+, adolescentes no acompañados y mujeres:

En 2018, la llegada de las caravanas desbordó la ciudad. Y bueno, hasta la fecha, siguen llegando muchas personas, muchas mujeres. A partir de la pandemia se incrementa la entrada de mujeres migrantes que vienen con niñas y niños. Y luego, en 2021, comenzaron a llegar niños no

acompañados. Ha sido impresionante ver que lleguen niños, adolescentes, solos. (Beatriz, registro de diario de campo, 21 de noviembre de 2022).

Es así, como actualmente además de recibir mujeres connacionales, por causas de violencia de género, también recibe población migrante con prioridad a grupos vulnerables como mujeres, niños y de la comunidad LGBT. A pesar de que la asociación se constituya como un espacio exclusivo para mujeres.

Para continuar con el trabajo de acompañamiento y protección a migrantes, Casa Fuente se sostiene de donaciones de la sociedad civil, apoyos económicos de organismos internacionales y programas de fortalecimiento del gobierno de la Ciudad de México. La financiación y donación continua le ha permitido sostener principalmente un equipo relativamente estable, los insumos como alimentos y productos de higiene, medicamentos, ropa, zapatos, etc. Por último, el trabajo de Casa Fuente se caracteriza por atender, acompañar o sostener a la población migrante y solicitantes de refugio que se encuentran en la ciudad, desde una perspectiva de derechos humanos.

3.2.2 Casa Tochan

Cuando comencé a delinear mi problema de investigación, trabajar con hombres migrantes fue un aspecto que no había considerado. Si bien, en muchas ocasiones se resaltaba la idea de complementar la perspectiva masculina sobre la menstruación, permanecía renuente a la posibilidad, pues mi prioridad fue convivir con mujeres y personas menstruantes, aunque no me cerraba completamente a la idea. Durante mi trabajo de campo, cuando la situación se puso compleja, me acerqué a Casa Tochan pues me habían comentado que, en ocasiones de contingencia migratoria, el albergue aceptaba a mujeres a pesar de que es un espacio para hombres. Así que decidí enviar un correo al cual Gabriela Hernández, directora de Casa Tochan me escribió muy animada:

Que interesante se oye tú investigación, algo de lo que pocos se ocupan, lo malo para nosotros es que nuestra población a atender es varonil, tenemos hoy a una huésped mujer, pero esto siempre es en casos de emergencia, cuando no encontramos otro albergue. Por ello no creo que el mejor lugar para tu investigación sea aquí y mira que sí lo lamento. Y de todas formas quedas invitada a conocer Tochan y a que nos platiques si se puede sobre esa investigación, tal vez puedas compartir algo porque suena interesante y aquí de una u otra manera tratamos a mujeres migrantes. (Gaby, Casa Tochan, en entrevista, noviembre 2022).

Gaby, como después me insistió en que la llamara, fue un actor clave, pues me proporcionó el contacto de Beatriz Fuentes, directora de Casa Fuente, en donde pude realizar también parte de mi investigación. Con ella, la conexión fue muy importante, pues su dinamismo y energía me conmovió, haciendo que, a pesar de que no hubiera alguna oportunidad de que trabajara con mujeres, continuara visitándola para colaborar con el espacio. Mi interacción continua en Casa Tochan, las visitas por las tardes y el acompañamiento de actividades con los huéspedes fuera del albergue, me permitió reflexionar sobre la percepción de la menstruación que debía considerar. Por ejemplo, “la menstruación no es solo cosa de mujeres”, como me repetía Anahí Rodríguez, activista menstrual y cofundadora de la colectiva Menstruación Digna México, quien me apoyó en la realización de una charla-taller con los huéspedes de Casa Tochan. Esta oportunidad fue una experiencia muy enriquecedora, pues me permitió conocer la perspectiva de la población que no menstrúa, pero que se relaciona cotidiana, afectiva y eróticamente con personas que sí. Asimismo, haber realizado una charla con ellos hizo posible conocer la percepción masculina de migrar, sus experiencias, dificultades y facilidades, que fueron además un contraste en comparación con las experiencias de las mujeres.

El espacio de Tochan se encuentra a unos minutos de la estación del metro Observatorio, al poniente de la ciudad, en la delegación Gustavo A. Madero. Es una casa angosta pero larga, con espacios pequeños e improvisados y coloridos. Su longitud se extiende a lo largo de la manzana a través de pequeños edificios en escalonada, cuyas dos entradas conectan a dos calles paralelas. Por fuera, la primera impresión que da es de ser una casa con hechura similar al resto de la colonia, pero si no fuera por el mural y el pequeño cartel que tiene con el anuncio del horario del comedor y de no tener espacio para más huéspedes, sería difícil pensar que al interior yace un edificio lleno de energía, ruido y aromas. Jóvenes sentados en la sala, lavando ropa, haciendo ejercicio en el pequeño espacio que tienen con algunas mancuernas y pesas.

Tochan, que en náhuatl significa “Nuestra Casa”, es un albergue que actualmente recibe a hombres. Sus inicios, describe Alonso Urrutia en un reportaje de La Jornada, se remontan en 1980 cuando, siendo el centro cultural “Monseñor óscar Arnulfo Romero”, se transformó en albergue tras la visita de Rigoberta Menchú y otros activistas que venían huyendo de la violencia, represión y conflictos armados de Centroamérica (Urrutia, 2021). Y fue hasta 2011, que Casa Tochan se constituyó como una asociación civil, poco después de la masacre de San Fernando y el incremento de migrantes centroamericanos que llegaron a Ciudad de México en busca de refugio. Al respecto Gaby me contó que

Según Gabriela Hernández, el refugio –cuya capacidad es para 40 personas– durante los meses de octubre a diciembre, llegó a albergar alrededor de 80 a 90 migrantes entre familias con niños, hombres, adolescentes no acompañados y pocas mujeres no acompañadas. La mayoría provenía de Venezuela, pero también había un buen número de jóvenes de Honduras, el Salvador y Guatemala. Dentro de esta población, la mayoría de ellos estaban en un rango de edad entre 17

a los 37 años de edad, que viajaban solos o entre amigos. Incluso algunos de ellos se conocieron en el camino y formaron grupos para viajar más seguros.

Al interior del albergue, generé una dinámica de trabajo intermitente, en el cual las visitas consistían en apoyar con actividades de limpieza, organizar donaciones y ropería, y hacer algunas excursiones fuera del albergue. Con frecuencia visitaba el albergue por las tardes, al salir del voluntariado en Sin Fronteras y los sábados asistía para acompañar algunas actividades o realizar alguna entrevista a mujeres que llegaban a quedarse en el espacio. Si bien, Casa Tochan es un albergue para hombres, también aceptaban familias y mujeres no acompañadas que no tuvieran más opciones para albergarse en espacios adecuados para ellos. Esto fue particularmente interesante, pues en la realización del taller, tuve la oportunidad de observar y ser parte del debate que se generó acerca de la percepción masculina sobre la menstruación en contraste con la percepción y experiencia de las pocas mujeres que habitaron ahí.

3.2.3 Sin Fronteras IAP

Sin Fronteras es una institución de asistencia privada (IAP), fundada en 1995, que se dedica a acompañar, desde una perspectiva de derechos humanos, a población migrante. El objetivo principal de su trabajo consiste en dar acompañamiento legal o asesoramiento jurídico, atención psicológica e integración de las personas en situación de movilidad en la Ciudad de México. Asimismo, parte de su trabajo es impulsar una cultura inclusiva, generar información con un enfoque de inclusión e integración y acceso a la justicia. Es una organización con una trayectoria larga de trabajo con población migrante y que, cuenta con un modelo de intervención integral que promueve la autonomía y articula actores para la incidencia.

En Sin Fronteras, realicé un voluntariado a finales de octubre, en su centro de día “La Ceiba”, un espacio físico en donde llevan a cabo actividades recreativas y culturales enfocados en

el desarrollo personal y comunitario de personas migrantes. Ahí estuve hasta finales de enero de 2023, bajo la coordinación de Morayma Pacheco Ponce, socióloga y encargada del centro. “La Ceiba”, es un espacio de encuentro y orientación al acceso de derechos humanos, no es un albergue. El trabajo de atención consiste en dar acompañamiento en los temas de empleo, educación y servicios de orientación en el proceso de regularización de la población migrante, principalmente a personas prioritarias para atención inmediata, realizar actividades recreativas y de desarrollo comunitario.

Las oficinas se encuentran en la alcaldía Álvaro Obregón, cerca de la estación del metro Mixcoac, por fuera parece una casa color verde, con una pequeña placa con el logo. Al interior, se encuentran organizadas por áreas de trabajo, dividida en dos pisos. En el piso de arriba se encuentran las oficinas administrativas, el área psicosocial, la clínica jurídica y dirección. Y la parte de abajo es el centro de día “La Ceiba”, que se organiza por un recibidor, una sala amplia donde se realizan los talleres, un almacén donde se guardan despensas, el área de ropería, unas oficinas pequeñas que, antes de la pandemia, las utilizaban para atender a los usuarios, una biblioteca intercultural, una ludoteca y al fondo, las oficinas administrativas de trabajo social y un salón donde se dan clases de español.

Sin Fronteras, al tener una característica de atención especializada en temas limitados al acceso a derechos y que, durante la pandemia, parte del trabajo se realizó vía remota, las instalaciones no suelen tener visitas recurrentes de la población migrante como sucede en los albergues. Sin embargo, el trabajo que realicé en el centro de día me permitió interactuar con el equipo que trabaja en primera línea, como el área de acompañamiento psicosocial y trabajo social. Asimismo, durante mi trabajo como voluntaria tuve la oportunidad de realizar talleres sobre menstruación con algunas usuarias de Sin Fronteras. En este sentido, las mujeres con las que

trabajé en los talleres eran venezolanas reconocidas como refugiadas en México. Esto me permitió conocer distintas realidades menstruales en relación con las condiciones migratorias y acceso a derechos.

3.2.4 Clínica Condesa

La Clínica Condesa, es una institución de salud del gobierno de la Ciudad de México que ofrece tratamiento integral a personas con diagnóstico VIH. En ella se encuentra el “Programa Santuario”, un programa de atención a población migrante. En este sentido, la Clínica Condesa trabaja desde un enfoque integral y con una perspectiva de derechos humanos que posee un área de Atención de a Poblaciones Clave y Programas Especializados. Como señala, Nathalie Gras Allain, subdirectora del área de Atención de a Poblaciones Clave y Programas Especializados:

La administración de la Clínica que está actualmente empezó en 2008 y yo entré en 2009. Pero digamos que es una nueva administración que cumplió 14 años. Pero justo, es importante notar que con esa administración hubo un cambio en el enfoque para controlar la epidemia de VIH en Ciudad de México. Y ese enfoque tiene que ver con el alcance a las poblaciones. Dejó de ser una clínica que solo atiende personas y aparte un crecimiento importante en el diagnóstico, por ejemplo, en el servicio de consejería y diagnóstico, tenemos los datos si te interesa. Pero justo el enfoque tiene que ver con salir a hacer trabajo de campo, y ahí es donde aparezco yo en 2009, justo porque buscaban a una persona en específico para el primer proyecto que se hizo para hacer un programa para población privada de la libertad. Se hizo un programa de atención y un tamizaje, ósea una detección muy grande en muchos centros de la ciudad. Inicialmente como proyecto de investigación que después se quedó como programa con el Instituto Nacional de Salud Pública. (Nathalie, Clínica Condesa, en entrevista, enero 2023).

El Programa Santuario, fue parte de una serie de propuestas políticas que se añadieron a los programas de atención a poblaciones vulnerables, tras el nombramiento de la Ciudad de México

como ciudad santuario y una ciudad hospitalaria para la población migrante por el exgobernador Miguel Ángel Mancera (2012-2018). El Programa, que se publicó en 2017, señala que los migrantes que llegan a la Ciudad de México, ya sean migrantes irregulares, en tránsito, solicitantes de refugio, repatriados, tienen derecho a acceder a servicios de atención médica especializada para la prevención y atención del VIH, en la ciudad. Al respecto, el Programa también reconoce que la población migrante constituye “el eslabón más frágil” que, dadas las circunstancias contextuales, familiares e individuales, se ven especialmente vulnerados en su salud sexual y reproductiva. Por tanto, la Clínica Condesa y la Clínica Condesa Iztapalapa, crearon el Programa Santuario, con la finalidad de agilizar el acceso al diagnóstico y tratamiento de los migrantes con VIH, sin importar su situación migratoria.

El Programa señala que se dará prioridad a la población procedente de Centroamérica, sin embargo, Nathalie Gras Allain, subdirectora de Atención a Poblaciones Clave y Programas Especializados, aclaró que está dirigido a la población migrante, sin distinción en la nacionalidad o en el estatus migratorio. Para ello, hacen uso del principio de equivalencia, una recomendación internacional sobre el derecho a la salud, que fue utilizada para crear el programa de atención a población privada de su libertad y que, para las personas en situación de movilidad adquiere también relevancia, sobre todo por los procesos de vulnerabilidad a las que están expuestas debido a su condición de extranjería:

Esa lógica es la que utilizamos para migrantes y personas movilidad humana, no importa los estatus migratorios, no importa si tengas o no documentos, si estás regular o irregular, si estás de paso, si naciste en África o en Centroamérica, tienes derechos a los mismos servicios de las clínicas que cualquier persona mexicana. (Nathalie, Clínica Condesa, en entrevista, enero 2023).

Ahora bien, la Clínica Condesa tomó un lugar importante en esta investigación debido a que, también cuenta con atención ginecológica, como parte del programa para mujeres embarazadas con VIH. En este sentido, acercarme a la clínica fue relevante para conocer de primera mano, la experiencia del sector salud para atender a población migrante en su salud sexual y reproductiva, lo que implica también, conocer la salud menstrual de las mujeres migrantes.

3.3 Migración venezolana en la Ciudad de México: cambios y permanencias

Durante mi trabajo de campo tuve la experiencia de conocer las realidades migrantes y menstruantes de distintas mujeres que provenían principalmente de Sudamérica, Centroamérica y el Caribe. Dentro de esta diversidad, tuve mayor interacción con mujeres venezolanas, pues en los meses de octubre de 2022 a enero de 2023, la Ciudad de México recibió un flujo considerable de migrantes venezolanos que venían desde la frontera sur o la frontera norte, con la posibilidad de encontrar refugio y esperar a que se definiera el rumbo del Programa Parole⁴² y el fin del Título 42.⁴³

La presencia de venezolanos al interior de los albergues u otros espacios como centrales de autobuses o parques me llevaron a tomar la decisión de hacer un breve recorrido sobre la historicidad de este flujo migratorio en la Ciudad de México. En este sentido, conocer a mis informantes me permitió reflexionar sobre cómo los flujos migratorios y las condiciones de

⁴² El Programa Parole o Beneficio Público Significativo Para Personas que Están Fuera de Estados Unidos, es un permiso humanitario para una permanencia temporal en Estados Unidos por razones humanitarias urgentes o de beneficio público significativo a cargo del Servicio de Ciudadanía. En: <https://www.uscis.gov/es/humanitarios/HumanitarioBeneficioPublico> (consultado el 20 de junio de 2023).

⁴³ El Título 42, fue una restricción fronteriza entre México y Estados Unidos para evitar la propagación del COVID-19, implementada desde el mes de marzo del 2020 hasta el 11 de mayo del 2023. Para más información sobre el Título 42, revisar pie de página número 50, en la página 117.

movilidad se van transformando con el tiempo y en estrecha relación con las políticas migratorias que se establecen entre países. A su vez, estas políticas de inclusión/exclusión tienen un impacto directo al interior de las regiones que son de tránsito y recepción de migrantes.

En el caso particular de las personas venezolanas que se encontraban en los albergues o refugios, habían llegado a la Ciudad de México de forma irregular. La mayoría había salido de su país junto con sus familias entre 2021 y ese mismo año, debido a la situación política y económica que está atravesando Venezuela. Asimismo, dentro de sus experiencias migratorias hubo quienes habían intentado establecerse en Perú, Colombia o Chile, como comerciantes o trabajadores informales y en el caso particular de las mujeres, como empleadas domésticas. Un gran número de ellos, sino es que la totalidad de las personas que entrevisté, tanto hombres como mujeres, caminaron por la selva del Darién, entre Colombia y Panamá y después cruzado Centroamérica en transporte terrestre y de forma clandestina hasta entrar al país por Tapachula, Chiapas.

En general, las experiencias de movilidad, intereses y recursos con los que contaban mis informantes, eran muy distintos a lo que se conocía sobre la migración venezolana. Si nos remitimos a una perspectiva histórica, la migración venezolana en México ha sido muy bien aceptada, esto debido a que se le ha considerado como una migración moderada, con poca tradición migratoria y de clase media-alta, es decir, una migración calificada que busca residir en el país como profesionista. Esto se expresa, por ejemplo, en el reconocimiento de la condición de refugiado a prácticamente todos los solicitantes de ese país (Lozano, 2019, pág. 311). No obstante, autores como Luciana Gandini, Fernando Lozano y Yolanda Alfaro (2019) refieren que no a todos los venezolanos que llegan a México tienen la misma facilidad para ingresar, lo que refleja como la aplicación de las políticas de apoyo hacia las personas extranjeras suele ser desigual. Con esto los autores resaltan cómo a la par de que el país recibe y reconoce un gran número de solicitantes de

refugio, también les rechaza, siendo la población venezolana el colectivo con la tasa más alta de devolución por vía aérea. Así pues, los autores señalan:

[...] Pese a que México cuenta con una política de apoyo hacia las personas extranjeras, la aplicación de esa normatividad no ha sido igualitaria, sino más bien discrecional, reactiva y en ocasiones discriminatoria. Es benevolente para algunos y discriminatoria para otros. Es selectiva para ciertos grupos nacionales y discrecional en su aplicación según el estrato o clase social de la persona migrante. Esto sugiere que residir en México no es igual para cualquier extranjero. (Gandini, Lozano y Alfaro, 2019, pág. 311).

Durante mi experiencia en campo, pude percatarme que las políticas de apoyo a migrantes se vieron limitadas frente un alto número de venezolanos que buscaban transitar por el país con destino hacia Estados Unidos. Esto me llevó a pensar sobre los cambios y permanencias que evidenciaba esta población, pues muy pocas estaban interesadas en solicitar el reconocimiento como refugiadas, incluso la mayoría prefería no iniciarlo o al menos lo tomaban en cuenta como segunda opción. Esto debido a que no querían perder la oportunidad de solicitar asilo en Estados Unidos, pues al iniciar este proceso en México, pedir una visa por razones humanitarias en otro país se volvía mucho más complicado. Este tema fue recurrente a lo largo de mis visitas a Casa Fuente, en ambos casos, la situación de la espera en los albergues fue un tema que conversábamos constantemente, así como el miedo a no poder encontrar opciones para entrar a Estados Unidos de forma regular.

Actualmente la migración venezolana se encuentra en una fase de transformación, aspecto que sigue analizándose en investigaciones recientes. Como aseguran Gandini, Lozano y Alfaro (2019), la población migrante venezolana en México tiene una historia reciente, rastreada desde la década de los 90, de la cual es posible establecer tres etapas. Una primera que va desde 1990 a

los 2000 que podría considerarse tradicional. Una segunda de aspecto acelerado que comprende el periodo después de los 2000 a 2015. Y una tercera etapa de 2015 a la fecha basada en una migración en contexto de crisis (Gandini et al., 2019).

La primera, que va de 1990 a 2000, se caracteriza por ser una migración tradicional y modesta, donde la población llegaba con altos niveles de escolaridad y con una economía activa. Es decir, una población con un perfil deseado. Posteriormente, el periodo comprendido entre 2000 y 2015, hubo un incremento de la población, “representando el 1.6% de la población de extranjeros en México, colocándose en quinto lugar, después de Estados Unidos, Guatemala, España y Colombia” (Gandini et al., 2019, pág. 314).

La tercera etapa, que es de 2015 a la fecha, se considera como una *migración en contexto de crisis*, que se caracteriza por un aceleramiento de los flujos migratorios. Entre 2017 y comienzos del 2018, Venezuela comenzó a sufrir un incremento de emigración hacia otros países, resultado del deterioro de las condiciones de vida y la velocidad con que se ha procesado la recesión y endeudamiento externo que sufre el país actualmente (Gandini, et al., 2019, pág. 10). Al respecto, diversos trabajos sobre la migración de personas venezolanas han demostrado que lo que se vive actualmente es un éxodo sin precedentes, cuyo carácter es esencialmente forzado. Estos procesos, cuyo antecedente proviene desde 2015, con la escasez de alimentos, medicinas y el suministro de servicios básicos, como electricidad, agua y gas, revelan las condiciones de pobreza y crisis que ha ido transformando la dinámica migratoria de la población venezolana.

En consecuencia, la migración venezolana ha adquirido una característica masiva, cuyo perfil pasó de ser de un alto grado de escolaridad, recursos financieros y tiempo de planificación para su emigración a uno con escasos o nulos recursos para emprender el viaje (Gandini et al., 2019, pág. 11). En dichos casos, cuando la migración integra a quienes se encuentran en peores

condiciones para emprenderla como personas que se movilizan sin documentos o sin recursos financieros, se aprecia “un cambio en la composición del flujo migratorio en cuanto a grado de (in)voluntariedad con que sus protagonistas emprenden el movimiento, esas transformaciones vienen acompañadas de un incremento sustantivo de vulnerabilidad” (Gandini et al., 2019, pág. 13).

El recrudecimiento de la crisis económica, política y social de Venezuela ha diversificado los destinos migratorios y añadiendo nuevas rutas migratorias cada vez más riesgosas. Según Gandini, Lozano y Alfaro, en 2019 la población venezolana migrante, refugiada y solicitante de asilo alcanzó la cifra de 3.7 millones, de los cuáles el 90% residían en Latinoamérica y el Caribe, siendo Colombia, Brasil, Perú, Chile y Ecuador, los países con mayor recepción de migrantes (2019, pág. 10). No obstante, en los últimos años, México ha visto un aumento de migrantes venezolanos, siendo la segunda nacionalidad solicitante del reconocimiento de la condición de refugiado en 2017 (OIM, 2018, pág. 9). Es así como, según datos de la Organización Internacional para las Migraciones, entre 2015 y 2017, la población que llegó a México se duplicó, al pasar de 15.6 mil habitantes a 32.6 mil personas (OIM, 2018; en Gandini et al. 2019, pág. 314). Así como el número de solicitudes de condición de refugiado se incrementó significativamente, pues para 2017 y 2018, los venezolanos se colocaron en segundo lugar, concentrando el 28 y 25 por ciento de las solicitudes (Gandini et al. 2019, pág. 315).

A pesar de observarse un incremento generalizado de la población venezolana en México, la que encontré durante mi trabajo en campo también se ha diferenciado de estas características. Por ejemplo, en un informe de la Organización Internacional de las Migraciones (OIM), en 2017, se registró que el 68% la población venezolana que llegaba a México contaba con un nivel educativo por encima de la media superior, es decir, obtuvieron grados académicos universitarios.

Otros aspectos relevantes fueron que el 95% de esa población había viajado de Venezuela a México en avión y el 90% de ella había elegido a México como país de destino final, encontrando que existía un interés en regularizarse (OIM, 2018).

En cambio, las mujeres y hombres con los que trabajé en los albergues de la Ciudad de México habían entrado a México de forma irregular. Asimismo, la mayoría contaba con estudios básicos⁴⁴ y medios superiores o ejercían algún oficio. Esto no solo hace visible el cambio de perfil de la población, sino que llama la atención la diferencia en las formas de movilidad. Al respecto dichos autores destacan que en los últimos años ha habido una caída de eventos de entrada vía aérea, esto debido a que, a partir del 2017, el número de rechazo de venezolanos ascendió a 2,734, lo que impacta simultáneamente a la baja total de solicitudes de residencia y asilo en México. En este caso, la estrategia que se ha ido adoptando por este grupo ha sido el de entrar a países como turistas; para luego modificar su calidad migratoria. Otros emigran con la idea de solicitar la condición de refugiado o asilo político, pero con miras a desplazarse hacia otro país y otros van conociendo las opciones documentales que tienen a medida que transitan fronteras (Gandini, et al., pág. 10).

A pesar de que las características de los grupos que llegan actualmente suelen ser diversos en tanto edad, sexo, escolaridad, situación laboral, nivel de ingresos, entre otros. Las mujeres venezolanas que entrevisté en Ciudad de México durante el 2022 preferían solicitar asilo a Estados Unidos, es decir, no querían quedarse en México, pues aseguraban que la situación aquí era

⁴⁴ Esta parte fue muy importante, sobre todo a la hora de realizar los talleres sobre menstruación, pues hubo mayor recibimiento para charlar sobre menstruación con las mujeres que contaban con algún estudio superior, en comparación con quienes no lo tenían.

peligrosa para ser mujeres migrantes. Muchas de ellas, habían llegado a México con el temor de ser deportadas o extorsionadas y constantemente señalaban el miedo a ser desaparecidas. Por ejemplo, en uno de los grupos focales que realicé como parte de la metodología para esta investigación, se habló sobre las percepciones que ellas tenían sobre los agentes del Instituto Nacional de Migración. Las palabras clave que surgieron de la primera ronda de preguntas, fueron “miedo”, “inseguridad”, “enojo” y “extorsión”. En la conversación, se habló sobre la dificultad de llegar a un país y sentirse perseguidas por las autoridades, como lo señala Daynelis: “México ha sido fuerte, porque llegar hasta aquí, hasta Ciudad de México, los de migración no te la ponen fácil, hay que estar huyendo a la migra” (En entrevista, Casa Fuente, noviembre 2022).

Ahora bien, con respecto a su condición migratoria, el 2022 ha sido un año decisivo para la población venezolana en cuanto a sus procesos de regularización en el país. Anteriormente, los requisitos que pedía México para los visitantes venezolanos era que contaran con su pasaporte. No obstante, a partir de enero del 2022, México comenzó a solicitar visas a la población venezolana que deseaba ingresar al país en calidad de visitantes, sin permiso para realizar actividades remuneradas⁴⁵ y con una temporalidad de hasta seis meses. Esta situación transforma la visión acerca de la población venezolana como inmigrante en México. Algo que fue señalado constantemente por los migrantes, pues la mayoría de la población albergada tenía una o más experiencias relacionadas con detenciones migratorias, extorsiones o persecuciones por parte de agentes migratorios en las fronteras, debido a su condición de irregularidad.

⁴⁵ Relaciones Exteriores, 2022. “Comunicado de visas para visitantes venezolanos”, en: <https://embamex.sre.gob.mx/venezuela/index.php/servicios-consulares/18-documentacion-consular/para-extranjeros/20-visas-para-extranjeros#:~:text=A%20partir%20del%2021%20de.%2C%20competencias%20deportivas%2C%20entre%20otras> (consultado el 23 de noviembre de 2022).

Hasta aquí hemos visto que el perfil de las personas venezolanas halladas en el trabajo de campo se compone por una población predominantemente joven (entre los 18 a los 43 años de edad). En tal sentido, este perfil muestra las características de un contexto en crisis, tanto del lugar de origen como el de recepción y que, en términos de clase se podría hablar de un contingente formado por capas medias y bajas. Personas que además son racializadas y con un alto grado de vulnerabilidad. En cuanto a la dinámica migratoria, se destaca un aumento de la población en condiciones de irregularidad, con un mayor porcentaje de detenciones por parte del INM. A su vez, continúa siendo la nacionalidad con los índices más altos de solicitudes de la condición de refugiado. Lo que exhibe un panorama particular en las políticas migratorias del Estado mexicano hacia esta población, lo que me propongo caracterizar en el siguiente apartado.

Marina Beltrán (2021), señala que el papel de las organizaciones defensoras cumple un papel importante en el reconocimiento de los derechos de las personas migrantes y solicitantes de asilo en la Ciudad de México. En este sentido, la visión de las organizaciones que ha generalizado un discurso de derechos tiende a entrar en tensión con las políticas migratorias. Esto principalmente por las contradicciones que a menudo se ejercen en el proceso de su implementación, haciendo evidente las brechas entre el reconocimiento de la normativa y aquello que ocurre en la práctica (Beltrán, 2021, pág. 53).

Desde una perspectiva histórica, México ha sido un país que ha tenido buenas prácticas frente a la comunidad venezolana. Sin embargo, en el último tiempo, esta situación ha ido cambiando. La población venezolana se ha enfrentado a distintas versiones de las políticas migratorias. Es decir, a formas administrativas que el Estado implementa para “ordenar” y “regular” los flujos migratorios. En este sentido, la importancia de la labor de las organizaciones no radica solamente en la ayuda y asistencia brindada a los migrantes, sino el peso que han tenido

para monitorear, denunciar y luchar contra las violaciones de derechos humanos (Paris-Pombo, 2017; en Valenzuela, 2020, pág. 66).

Las alianzas y redes organizacionales que trabajan internamente en la Ciudad de México y que se expanden hacia otros espacios de la república, resultan importantes y únicas en su tipo, por el nivel de apoyo y la importancia en su rol en el escenario migratorio del país. El trabajo que los albergues y las organizaciones defensoras realizan, para garantizar los derechos de personas migrantes y refugiadas en México, está interrelacionado con las posibilidades de tener una buena salud y gestión menstrual. Al mismo tiempo, tener una buena salud (no solo menstrual), permite que las personas puedan gozar de otros derechos. Por ejemplo, tener cubiertas ciertas necesidades básicas como espacios sanitarios con acceso a agua potable y productos de gestión menstrual, permite que las personas menstruantes gocen de mayor libertad de movilidad.

3.3.1 Escenario etnográfico: una migración en crisis

“Necesitaremos hacer más espacio”, decía Gabriela Hernández a Janett, la psicóloga que se encontraban haciendo su servicio social en Casa Tochan. Gabriela, coordinadora del albergue, me había llamado para que nos reuniéramos y organizáramos una charla sobre menstruación con los jóvenes huéspedes. El albergue, a pesar de que era un espacio exclusivo para hombres migrantes, en ocasiones excepcionales recibían a mujeres e infancias. Por eso ella estaba interesada en la información que podía dar a los chicos. En eso, una llamada nos interrumpió y Gaby prontamente encendió el computador disculpándose conmigo por la repentina reunión que ella iba atender y que me daba permiso, a su vez, de presenciar. “Están llegando a la central de autobuses del norte y algunos vienen enfermos” se escuchaba decir en la videollamada, ante la alarmante noticia de que grupos grandes de migrantes venezolanos estaban llegando a la ciudad.

Gaby, que tenía el micrófono de su computador apagado, exclamó para los que nos encontrábamos en su oficina: “En una semana esto estará a tope”. Después dio algunas instrucciones sobre la limpieza del comedor a los jóvenes que se encontraban esperando en la entrada. Uno de ellos, Luis, un joven hondureño que estaba doblando unas playeras serigrafiadas, le respondió a Gaby la pregunta sobre cuántas personas se encontraban actualmente en el albergue: “en total somos veinte” y ella enseguida abrió el micrófono diciendo que tenían espacio para unas quince personas más. Luego de la noticia, Gaby quedó completamente desencajada, pero el tiempo apremiaba. Así que le dio algunas instrucciones a una de las chicas que colaboran en el albergue para que contabilizara los cobertores y colchonetas que se encontraban en la bodega. Mientras tanto, yo esperaba sentada, frente a su escritorio, perpleja de observar la agilidad con que todos afrontaban la noticia y la rapidez con que los albergues y otras organizaciones se coordinaban para recibir a un número alto de migrantes debido a las modificaciones normativas del programa “Parole”,⁴⁶ un permiso de ingreso por razones humanitarias que otorga el gobierno de Estados Unidos para personas cubanas, nicaragüenses, haitianas y venezolanas (Diario de campo, octubre 2022, Casa Tochan).

El 12 de octubre de 2022, el gobierno de Estados Unidos anunció que habría cambios en los requisitos de solicitud de refugio para la entrada de migrantes venezolanos.⁴⁷ En el documento que publicó el Departamento de Seguridad Nacional (DHS), el gobierno estadounidense destacó que abriría 24 mil permisos para los venezolanos que cumplieran con los siguientes requisitos: 1) debían contar con un patrocinador que financiara los vuelos, pasajes y estancia; 2) pasar los

⁴⁶ El Parole o Beneficio Público Significativo Para Personas que Están Fuera de Estados Unidos, es un permiso humanitario para una permanencia temporal en Estados Unidos por razones humanitarias urgentes o de beneficio público significativo a cargo del Servicio de Ciudadanía. En: <https://www.uscis.gov/es/humanitarios/HumanitarioBeneficioPublico> (consultado el 20 de junio de 2023).

⁴⁷ Posteriormente añadieron que estos requisitos también aplican para los países de Haití, Nicaragua y Cuba

controles biométricos y biográficos de seguridad nacional; 3) cumplir los requisitos de vacunas y salud. Asimismo, consideraron como inelegibles a quienes hayan entrado a México o Panamá irregularmente o cruzaran la frontera entre México y Estados Unidos después de entrar en vigor las modificaciones, el 17 de octubre.⁴⁸ Y, para aquellos que ingresaran de forma irregular, estarían en disposición de ser deportados bajo el Título 42,⁴⁹ una política que se instauró en 2020 para impedir el paso de los migrantes por motivos sanitarios y que actualmente ya se derogó.⁵⁰

Las modificaciones a estas políticas migratorias limitaron la entrada de migrantes venezolanos que venían desde el sur de Colombia a los Estados Unidos, provocando que México tuviera un alza en la recepción de esta población. Según datos del boletín anual de la Organización Internacional de las Migraciones (OIM), en 2022, México registró un incremento de personas en situación irregular por las autoridades migratorias, destacando los meses de octubre a diciembre, con una cifra que ascendía a las 50 mil personas por mes. Durante ese año, el total de registros de población migrante en situación irregular ascendió a los 444, 439, esto considerando que las cifras

⁴⁸ U.S. Department of State, Programas humanitarios: Procesos para cubanos, haitianos, Nicaragüenses y Venezolanos, citado el 16 de octubre de 2022 y “El DHS continúa con los preparativos para el fin del Título 42 y anuncia nuevas medidas de control en la frontera y más procesos seguros y ordenados”, citado el 13 de enero de 2023, en: <https://www.state.gov/translations/spanish/el-dhs-continua-los-preparativos-para-el-fin-del-titulo-42-y-anuncia-nuevas-medidas-de-control-en-la-frontera-y-mas-procesos-seguros-y-ordenados/> y <https://www.uscis.gov/es/programas-humanitarios>; <https://www.uscis.gov/CHNV> y <https://mx.usembassy.gov/dhs-announces-new-migration-enforcement-process-for-venezuelans/>

⁴⁹ Esta normativa ha permitido alrededor de 2.4 millones de devoluciones a México. Ver en: <https://cnnespanol.cnn.com/2022/12/27/que-es-titulo-42-politica-fronteriza-permite-deportacion-rapida-orix/> (citado el 02/01/23)

⁵⁰ Durante la temporalidad de escritura de esta tesis, el Título 42 estuvo fuertemente debatido debido al aumento de deportaciones de forma inmediata y sin darles la oportunidad a los migrantes de presentar un caso. Parte de la demanda social que surgió durante el 2022, fue la eliminación del Título 42 bajo el argumento de que no tiene ningún beneficio para la salud pública, señalando su carácter racista. Por lo tanto, esta normativa pasó a un proceso de derogación y su eliminación en mayo de 2023, tras un anuncio del actual presidente Joe Biden, señalando que con el fin del Título 42, volverá a aplicarse el Título 8, que es un apartado legal que regula las políticas y procedimientos para la entrada, permanencia y naturalización de la población migrante, con requisitos y obstáculos adicionales. Para más información visitar la hoja informativa sobre la transición del Título 42 al Título 8 de Alianza Américas, en: <https://www.alianzaamericas.org/asilo-y-refugio/hoja-informativa-medidas-de-control-de-la-inmigracion-en-la-transicion-del-titulo-42-al-titulo-8/?fbclid=IwAR34q-MwUgAhl0I9z6cq72dGm3BLmRdiL7e1DvlykzHXrFGkDSt5iuX2Eik> (consultado el 12 de junio de 2023).

oficiales son apenas una aproximación, justamente por la condición de irregularidad (OIM, 2022, pág. 3).

En la Ciudad de México, esta situación llevó a que los albergues, instituciones y espacios con políticas de protección a migrantes se encontraran al borde de sus capacidades y entraran en estados de emergencia por crisis humanitaria. Mas adelante explicaré cómo esta situación y las condiciones de hacinamiento, la falta de espacios para albergar a la población, así como la falta de información clara con respecto a sus derechos, impactaron en la salud menstrual de las mujeres venezolanas, principalmente en la garantía y acceso a ciertos derechos que involucran la posibilidad de gestionar de forma digna su menstruación. En las calles, las estaciones de metro y las centrales camioneras, grupos grandes de personas con mochilas y carriolas se desplazaban tratando de ir al ritmo de los demás. Algunas familias se colocaban en las entradas de las estaciones del metro a pedir limosna y otras permanecían esperando afuera de los albergues para poder solicitar alimento y alojamiento, por decir lo menos. Distintas organizaciones como Casa Refugiados⁵¹ junto con ACNUR y el Instituto para las Mujeres en la Migración (IMUMI), se desplegaban a todos estos sitios para acompañar a la población con información legal sobre cómo solicitar asilo en México. Esto debido a que se rumoraba que la Embajada de Venezuela y el Instituto Nacional de Migración (INM), incentivaban la opción del “retorno asistido” a Venezuela, sin ofrecer las opciones de regularización temporal o procesos de solicitud de refugio que México brinda. Lorena Cano, coordinadora de la Clínica Jurídica de IMUMI, señaló que ese tipo de acciones coloca a las personas en una situación de vulnerabilidad, pues devolverlos sin considerar

⁵¹ Casa Refugiados es una organización de la sociedad civil, sin fines de lucro, apartidista y laica, que colabora con la Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados (ACNUR). Trabaja en redes para promover los derechos de personas en situación de movilidad con énfasis en el apoyo a su integración, asistencia y protección. Si bien, Casa Refugiados no hace parte del listado de organizaciones con las que trabajé, es parte de las redes de organizaciones que conforman el entramado social y político de la migración en Ciudad de México.

las razones por las cuáles habían salido de su país y no darles otras opciones a los migrantes para esperar en la Ciudad de México, pone en peligro su integridad o la posibilidad de sufrir represión política por parte de Venezuela, al ser retornados.

En los últimos años, el flujo migratorio que llega a México se ha diversificado, consecuencia también de las estrategias migratorias que se han implementado en el país. Estas políticas, que no pueden separarse del proyecto de control migratorio de Estados Unidos, han tenido implicancias en el papel que juega México, no solo como un país expulsor y de tránsito de migrantes, sino además como un país de destino. Roxana Rodríguez, señala que, si bien México se ha constituido como un país de frontera vertical⁵² y políticas de externalización, en los últimos años ha apostado por políticas migratorias que reterritorializan las fronteras,⁵³ brindando la opción de “quedarse en México” bajo el registro ordenado de los migrantes que ingresan al territorio y el desarrollo de políticas de protección de sus derechos humanos (2020, pág. 57-62).

En este sentido, los países del triángulo norte de Centroamérica (Honduras, Guatemala y El Salvador) ya no son los únicos en expulsar a su población. Países como Cuba, Ecuador, Nicaragua, Haití y recientemente Venezuela, han comenzado a tener presencia dentro de las cifras de detención migratoria y de solicitud de refugio en el país. En el caso específico de la población venezolana y la contingencia que vivió la Ciudad de México durante el 2022, ha sido el resultado de un proceso de cambios en las políticas migratorias integrado no solo por Estados Unidos, sino todo el corredor migratorio que compone México y Centroamérica. Tanto la visa para ingresar a

⁵² Diversos autores han denominado “frontera vertical” a las políticas migratorias que buscan controlar la migración en tránsito. En este sentido, se piensa a México como una extensa frontera, en donde los migrantes que cruzan el país están continuamente expuestos a ser detenidos y expulsados de distintas formas (Torre-Cantalapiedra y Yee-Quintero, 2017)

⁵³ Asimismo, bajo este panorama, México como escenario de flujos migratorios, transitó de ser una frontera vertical a un confin migratorio al que Amárela Varela también denomina como “país tapón”, en donde las políticas de inserción y control migratorio se convierten en una barrera de contención para llegar a la frontera con Estados Unidos (Varela, 2019, pág. 54).

México, que impuso el gobierno mexicano a los venezolanos en enero de 2022; el cierre del Programa de Protocolos de Protección a Migrantes (MPP) por Estados Unidos, en agosto de 2022 (OIM, 2022) y el cierre de frontera entre Panamá y Costa Rica, han producido nuevos procesos de vulnerabilidad de los migrantes. Un ejemplo de ello fue el aumento de cifras de detención y privaciones de la libertad en las estaciones migratorias, debido a la situación de irregularidad con la que llegó la población.

Por otra parte, la Ciudad de México tiene la característica de ser una ciudad receptora de extranjeros. Muchos migrantes llegan a la ciudad para refugiarse, retornar o transitar, pues las posibilidades que organizaciones de la sociedad civil, organizaciones internacionales y el gobierno otorgan para la población son amplias. Con la llegada de caravanas migrantes centroamericanas en 2018 y haitianas en 2021, la Ciudad de México ha sufrido transformaciones a nivel jurídico para responder a las necesidades de los migrantes. En este sentido, la ciudad ha realizado modificaciones en las administraciones locales y la sociedad civil para hacer frente a la diversidad cultural, lingüística y religiosa; así como responder a las necesidades de grupos vulnerables como personas en situación irregular, migrantes en tránsito, solicitantes de asilo y refugiados (Marzorati y Marconi, 2018).

La situación que se suscitó en Ciudad de México (como a nivel nacional e internacional) con respecto a la población venezolana y las políticas migratorias, tuvo implicancias significativas tanto en aspectos metodológicos como en el análisis. Si bien, es verdad que la migración internacional posee una característica heterogénea que en sí misma se vuelve muy convocante para discutirla, para esta investigación, me centraré principalmente en conocer las experiencias menstruales de la población y no tanto en las discusiones categóricas de los estatus migratorios.

No obstante, la vastedad y amplitud de este campo desde una perspectiva de derechos, me permitió hacer inteligibles las conexiones entre las políticas de externalización de la Ciudad de México y las manifestaciones desiguales que producen. Por ejemplo, las distintas categorías o estatus migratorios que existen son criterios políticos de gobernabilidad de las migraciones, por lo tanto, implica que la población migrante experimente situaciones de exclusión/inclusión por su condición de extranjería (Castro, 2020). Esto quiere decir que las personas en situación de movilidad, por ser extranjeras, se encuentran en una situación jurídica compleja pues el reconocimiento de estas personas como ciudadanas se pone en juego. Lo que implica que el acceso a los derechos humanos se determine según sea su condición o estatus migratorio (Vargas, 2011).

Tomar en cuenta el amplio espectro político de categorías de ciudadanía para las personas en situación de movilidad, revela un elemento importante sobre el fenómeno de la migración en México y el ejercicio de derechos. Patricia Zamudio (2007, pág. 448), señala que la migración internacional crea tensiones y, en el caso de México, en el ejercicio de la ciudadanía, ya sea entendida como un estatus que otorga el Estado o como el ejercicio actual de derechos. Durante los procesos de movilidad migratoria, las personas se van encontrando y van haciendo uso de distintos estatus migratorios que existen entre en los límites del reconocimiento y la irregularidad, los cuales modifican sus prácticas de ejercicio de derechos y generan otras formas de desplazamiento y sobrevivencia durante su tránsito.⁵⁴

Así pues, ante este escenario, la población con la que tuve mayor acercamiento fue con mujeres venezolanas en tránsito irregular. Esto no significa que no haya encontrado población refugiada o población originaria de otros países como haitiana, centroamericana u otros países de

⁵⁴ En términos generales, Zamudio (2007, pág. 447), propone que el concepto de ciudadanía se piense desde una dimensión sustantiva, de goce de derechos y de pertenencia a una comunidad política. En este sentido, las y los ciudadanos, serán todas aquellas personas que ejerzan dichos derechos y participen de la comunidad de referencia.

África y Medio Oriente. Sin embargo, los aspectos más relevantes de mi investigación fueron trabajada con mujeres venezolanas, por eso esta tesis se refiere a este grupo en particular, pero sin descartar la información obtenida de otros perfiles con los que también tuve la oportunidad de trabajar como niñas, adolescentes, mujeres refugiadas, hombres y activistas defensoras de derechos humanos.

En este sentido, fue recurrente escuchar a la población venezolana compartir su experiencia solicitando trámites de regularización provisional en el módulo migratorio que el Instituto Nacional de Migración instaló en San Pedro Tapanatepec, Oaxaca durante agosto a diciembre de 2022. En la mayoría de las anécdotas, la población relató que estos trámites se limitaban a espacios geográficos concretos como estrategia de la COMAR para evitar que siguieran su ruta al norte del país, por lo que cruzando esos límites volvían a una situación de irregularidad, vulnerando sus capacidades movilidad y de acceso a derechos.

Es por ello por lo que resulta importante tomar en cuenta que otorgar y reconocer el estatus o categorías de ciudadanía, permite a la población migrante acceder a ciertas condiciones sociales, económicas y políticas para un desarrollo social óptimo y, por ende, para el manejo de su menstruación. Por ejemplo, en el caso de las mujeres venezolanas, la falta de condiciones económicas y de tránsito seguro, debido a su situación de irregularidad, dificultaba el manejo de su menstruación. En este caso, las posibilidades de gestionar su menstruación de forma segura se relacionaban también con cómo vivían su experiencia migratoria y en qué condiciones de vulnerabilidad se encontraban. Pero este aspecto se analizará en el siguiente capítulo. Lo que queda claro aquí, es la importancia de la condición de extranjería en relación con el ejercicio de derechos. Esta conexión juega un papel importante en las posibilidades de acceder a servicios y atención que

posibilite una estancia y tránsito digno para la población que se mueve al interior del territorio y que está estrechamente relacionado con cómo van a gestionar su menstruación.

Recapitulación

Actualmente el flujo de migrantes que llega a México es variado. Ya no solo se considera a la población centroamericana como la que constituye mayor representatividad en los flujos migratorios. La nueva coyuntura se trata de un sistema de movilidad que proviene además del Caribe y Latinoamérica u otras partes del mundo como África y Asia. Asimismo, México ya no solo es considerado una ruta de paso para la población migrante, sino además un lugar de destino, muchas veces forzado por las políticas migratorias. La heterogeneidad de los flujos migratorios actuales exige repensar constantemente las categorías, conceptos y metodologías para acercarse a las experiencias migratorias y sus trayectos. Aunque la mayoría de las migraciones responden a condiciones estructurales, es difícil generalizar las razones y las condiciones en las que se gesta la movilidad, aunque existe un grado alto de darse de forma violenta y precaria.

En este sentido, en el escenario actual de la migración en México, la población venezolana se ha convertido en un flujo abordado no solo por los medios de comunicación, sino por las políticas migratorias, lo que la ha vuelto un flujo importante. En la Ciudad de México, durante el tiempo en que realicé esta investigación, la población venezolana fue un predominante en los albergues. Si bien, hoy en día la categoría de migrante en tránsito e irregular, resulta ser limitado, frente a la hiper categorización que las políticas migratorias han dado paso, es importante denotar que la población venezolana con la que tuve un acercamiento más profundo se encontraba en condiciones de irregularidad y en movilidad precaria. Muchos de los migrantes salieron de su país esperando llegar a Estados Unidos, pero que en el camino las intenciones se fueron transformado, principalmente por los obstáculos a los que se enfrentaban.

Esta población se caracterizó por ser un perfil que había llegado con ciertos procesos de vulnerabilidad que habían comenzado desde antes de iniciar sus trayectorias migratorias. Distinto a lo que comúnmente se conocía de sus perfiles, la población venezolana que había llegado a Ciudad de México tenía una historia similar respecto a la salida de Venezuela y su llegada a México en condiciones de irregularidad, aspectos socioeconómicos como condiciones económicas precarizadas, experiencias migratorias previas en otros países de América Latina y experiencias discriminatorias por su lugar de origen. Pero de esto hablaremos más adelante y de cómo las condiciones de vulnerabilidad de la población, fue un elemento interesante para entender las experiencias menstruales de las mujeres venezolanas.

En este sentido, trabajar en contextos migratorios tiene, metodológicamente, una marca de dinamismo que, en mi experiencia, volvió impredecible algunas acciones cotidianas. A fin de situar el contexto al que llegué, fue necesario dar cuenta de la situación actual de la migración que llega a la Ciudad de México. En este sentido, conocer la situación emergente de la migración venezolana fue importante para conocer las razones por las cuales esta población comenzó a migrar de forma irregular y con condiciones sociales, económicas y políticas en desventaja a otros grupos migratorios con mayor conocimiento migratorio y mayor alcance como la población centroamericana.

CAPÍTULO IV. MENSTRUAR EN MOVIMIENTO: ITINERARIOS MENSTRUALES Y EXPERIENCIAS EN DIÁLOGO

En el capítulo anterior abordamos parte del contexto migratorio en la Ciudad de México, los distintos escenarios en donde se llevó a cabo el trabajo de investigación, así como elementos importantes en la caracterización de la migración venezolana que transita al interior de la Ciudad. Poder retratar etnográficamente el lugar de estudios, así como los actores que protagonizan esta tesis nos sirve para establecer un puente de conexión con el contexto y el cómo fuimos construyendo el análisis etnográfico que presento a continuación.

El objetivo de este capítulo es presentar los itinerarios menstruales que se construyeron a partir de los relatos individuales y colectivos obtenidos de los talleres *Menstruación consciente y autonomía corporal*; las entrevistas semiestructuradas y los grupos focales. A partir de la construcción de estos itinerarios, fue posible responder la pregunta que guió este trabajo: *¿cómo experimentan las mujeres migrantes su menstruación y qué factores de los procesos de migración irregular tienen efectos en su salud, formas de cuidado y gestión menstrual?*

Estos itinerarios, que surgen como una experimentación, estuvieron centrados en describir cómo viven, perciben y gestionan su menstruación en tres momentos específicos. En primer lugar, las percepciones y prácticas de gestión menstrual previas a su movilidad; en segundo, las formas de cuidado y gestión menstrual durante su movilidad y; por último, el cuidado y gestión menstrual mientras esperaban su siguiente movimiento, en la Ciudad de México. Por ello fue importante realizar una investigación centrada en sus experiencias menstruales. Estos relatos me permitieron comprender, desde las voces de las interlocutoras, las vivencias en torno a su menstruación; situar los procesos de vulneración que atravesaron, en los distintos entornos sociales a los que se

enfrentaron en su trayectoria migratoria; y dar cuenta de las acciones que realizaron en respuestas a ello; así como la importancia del significado que tiene esto para sus vidas.

Asimismo, considero necesario retomar algunos puntos clave que he explicado en los dos capítulos previos, para el análisis de este, tales como: 1) la construcción social de la menstruación como un demarcador de género y diferencia sexual; 2) la dificultad del reconocimiento de la población en movilidad como personas migrantes en tránsito, así como la constante disputa con los discursos y las prácticas de abuso y estigmatización por parte de las autoridades migratorias y; 3) el escenario político de la Ciudad de México en torno a la recepción migratoria. Todos ellos sirven como ejes de referencia para comprender las experiencias menstruales de las mujeres con las que interactué durante el periodo de trabajo de campo en 2022. Además, a lo largo de este capítulo incluiré parte del proceso creativo y metodológico que utilicé para la construcción de estos itinerarios, los retos y las observaciones que surgieron durante su aplicación.

En el primer apartado me remito a las percepciones, valores y saberes sobre la menstruación con las que crecieron las interlocutoras, como base para comprender cómo fueron percibiendo sus experiencias menstruales previamente. En la segunda parte describiré las experiencias menstruales durante su movilidad, los desafíos a los que se enfrentaron y cómo lo resolvieron. Y, por último, mostraré todo lo referente a la espera en la Ciudad de México, las dinámicas de convivencia en los albergues y las condiciones en las que gestionan su menstruación con el fin de realizar una breve reflexión en torno al escenario actual en el que se encuentran las mujeres migrantes y los efectos que produjo en su salud menstrual.

4.1 El punto de partida: Percepciones, saberes y prácticas de gestión menstruales

[...] En un papel bond anotamos las palabras que se les venía a la mente cuando escucharon decir “menstruación”. El grupo que se había conformado en Casa Fuente estaba constituido

por seis mujeres. Casi todas venían de Venezuela, salvo dos chicas, una que había llegado de Argentina y otra de Nicaragua. En el espacio pequeño de la sala, las risas y el cotilleo estaban a la orden del día. Era difícil poder captar completamente la atención de las participantes, debido al constante movimiento de personas que entraban y salían de la sala a la cocina. Algunas chicas se sentaban en la mesa solo para escuchar y después de un rato se levantaban y se iban: “yo simplemente no quiero decir nada”. Otros jóvenes, principalmente chicos que se asumían como personas de la comunidad LGBTQ+ que se encontraban en Casa Fuente, también se acercaban e interrumpían la charla diciendo: “yo tampoco me soporto cuando me viene la regla” haciendo reír a las participantes. Mientras tanto, Isabel y yo, que estábamos sentadas a un costado de la barra de la cocina, escribíamos con plumón rojo las palabras que iban enunciando: “asco”, “sangre”, “dolor”, “tortura”, “cambios de humor”, “sufrimiento”, “hormonas”, “cólicos”, etc. Cuando terminamos de escribir en el papel bond, todas las palabras que se habían mencionado, nos dimos cuenta de que la mayoría había descrito aspectos negativos del ciclo menstrual. Esto me permitió ver, de alguna manera, que existía una percepción general sobre la menstruación y en este caso, la mayoría coincidía con que era una experiencia negativa o “algo no deseado”, como alcancé a escuchar de una de las participantes. Otras participantes, por ejemplo, además de referir que la menstruación era algo doloroso, mencionaron explícitamente que era un evento ligado al “ser mujer” y a la reproducción, un evento, además, significativo en sus infancias pues marcaba el inicio de su “viaje al ser mujeres” [...] (Fragmento del diario de campo, 14 de noviembre de 2022).

Isabel y yo llevábamos a cabo una de las actividades propuestas para el taller *Menstruación consciente y autonomía corporal* en Casa Fuente. La actividad consistía en escribir en un papelógrafo una lluvia de ideas con las palabras, pensamientos o sentimientos que les venían a la mente cuando oían la palabra menstruación. Como se observa en este fragmento de mi diario de campo, parte del resultado de este ejercicio me permitió entender cuál era la percepción general

de la menstruación que se tenía en el grupo. Esta actividad, que además de haber sido una herramienta para tantear el terreno de manera general y entrar en confianza con los grupos conformados, fue la introducción de un trabajo más profundo, pues entiendo que, en las palabras elegidas, se guardan una serie de sentidos no solo autobiográficos, sino también sociales, históricos, económicos y culturales.

De allí la importancia de preguntarme a lo largo de este trabajo cómo se relaciona el contexto de la migración y la manera en que las mujeres hablan y perciben sus experiencias menstruales. Esta pregunta, que me acompañó a lo largo de mi trabajo, me permitió hacer una conexión importante entre las percepciones que se tienen sobre la menstruación y cómo se traduce en sus experiencias durante su proceso de movilidad.

Cuando se trata de estudiar los procesos de movilidad humana, como punto de partida, muchas veces se busca comprender las causas y las condiciones en que las personas inician su trayectoria, pues constituye la base para entender a qué situaciones son más propensos o expuestos a padecer en el camino. Es decir que existe, de alguna manera, una relación entre las condiciones iniciales de su viaje con la posibilidad de experimentar situaciones de vulnerabilidad a lo largo de su experiencia migratoria.

En el caso de las experiencias menstruales de las migrantes venezolanas, fue importante situar desde qué lugar se ubican sus experiencias una vez iniciando su viaje. Así, parte de los objetivos de esta investigación fue indagar sobre cómo perciben y gestionan su menstruación antes de su proceso migratorio. En este sentido, el primer apartado de este capítulo consistirá en narrar las experiencias, saberes y percepciones de la menstruación de mujeres y hombres que participaron de los talleres *Menstruación consciente y autonomía corporal* y *Menstruar no es solo cosa de mujeres*, en tres espacios distintos: Casa Fuente, Casa Tochan y Sin Fronteras IAP. El primer taller,

que consistió en un trabajo de cuatro sesiones junto con Isabel Gutiérrez, se llevó en Casa Fuente, con alrededor de 6 a 12 mujeres migrantes venezolanas. El segundo taller, compuesto por dos sesiones, Isabel y yo lo realizamos en Sin Fronteras, con dos mujeres venezolanas residentes en México y Sandra, una voluntaria del equipo de La Ceiba, el centro de día de Sin Fronteras. Y el tercer taller, de una sesión, lo realicé con Anahí Rodríguez en Casa Tochan, con 25 huéspedes varones y cuatro mujeres, todos oriundos de Venezuela.

El análisis de las experiencias menstruales previas a su trayectoria migratoria que aquí propongo requiere de poner al centro de la mirada, que las percepciones y prácticas de gestión menstrual que mis informantes compartieron se construyen material y simbólicamente desde la infancia hasta el momento actual en el que las conocí y cada una lo ha construido de una forma particular. En este sentido, teniendo en cuenta toda esta diversidad experiencial, lo que intento hacer en esta sección es encontrar aspectos comunes a sus vivencias que permitan dar un contexto de entendimiento más amplio desde donde se cimentan los valores, actitudes y comportamientos que se le atribuyen a la experiencia menstrual, su relación con los roles de género, las prácticas de cuidado y salud, así como el acceso a derechos, todo ello sin perder de vista ciertas especificidades de cada relato de las mujeres que participaron en esta investigación.

Así, el análisis de esta sección será la base desde donde comprenderemos las experiencias de las mujeres durante su tránsito migratorio y situación de espera en la Ciudad de México. A través de las percepciones, saberes y prácticas menstruales observaremos como las creencias y actitudes colectivas hacia el ciclo menstrual parecen intervenir en las experiencias de las mujeres y en la manera en cómo se define la conducta femenina (Bravo y Meza, 2017). En este sentido, como ya he mencionado antes, el ciclo menstrual, es un fenómeno multidimensional, en el cual se dan una serie de influencias sociales y culturales, atribuidos mayoritariamente a ideas como la

maternidad, la feminidad y la debilidad (Botello y Casado, 2015). Con esto en mente me pregunto *¿Qué significados va tomando el cuerpo menstrual desde la propia mirada de quienes lo son?, ¿Cómo y desde dónde se va construyendo esa mirada en torno al ciclo menstrual?*

4.1.1 “Ya me desarrollé y ahora qué hago” Percepciones, saberes y experiencias de la menarquia

La menarquia o primera menstruación, fue uno de los temas que se reflexionó con los grupos formados durante los talleres *Menstruación consciente y autonomía corporal*, tanto en Casa Fuente como en Sin Fronteras. En ambos casos, los grupos fueron conformados mayoritariamente por mujeres venezolanas, en edad reproductiva y provenientes de sectores populares. Las experiencias compartidas en torno a su primera menstruación, las llevaron a narrar cómo y qué aprendieron sobre el ciclo menstrual, las personas que les transmitieron esos saberes y qué cosas experimentaron y fueron observando en su cuerpo.

Los relatos sobre su menarquia tuvieron un lugar relevante en su experiencia menstrual, pues marcó la entrada a la feminidad y su capacidad reproductiva. Si bien, las experiencias en torno a la menarquia fueron diversas y cada mujer la experimentó de manera particular. Lo que intentaré hacer a continuación es analizar algunos puntos de conexión y ejes en común que cada una de las interlocutoras comparten en sus experiencias. De esta forma, dimensionar la importancia que tiene el modo en que se transmite y se percibe la menstruación. Este apartado estará dedicado a analizar las experiencias de las mujeres que participaron en los talleres en Casa Fuente y en Sin Fronteras, con el objetivo de comprender sus percepciones alrededor de la menstruación. A través de estos dos grupos, veremos las similitudes y las particularidades de cada experiencia, lo que nos ayudará a comprender, por un lado, el lenguaje hablado entre madres e hijas, en la transmisión de saberes y prácticas de gestión menstrual. Y, por el otro, cómo estas primeras experiencias también

generan una especie de marca de iniciación hacia la feminidad y los cuidados relacionados con este aspecto. Con este análisis pretendemos observar cómo estas percepciones, saberes, cuidados y los retos que ello implica, son también la fuente simbólica, de la que se van a nutrir sus experiencias a lo largo de su vida.

En Casa Fuente participaron alrededor de seis a doce mujeres, de las cuales solo la mitad decidieron dar sus nombres: Roxana, Francis, Johana, Beatriz, Dayana y Cindy. Sin embargo, no todas participaron en todas las sesiones y algunas otras se sumaron posteriormente como Karina y Deyanira. La mayoría de las mujeres eran venezolanas, salvo por Roxana y Cindy que venían de Argentina y Nicaragua. Si bien, no todas participaron de forma continua en todas las sesiones, como grupo, lograron compartir a detalle cómo experimentaron su primera menstruación.

Uno de los aspectos que abordamos fue saber cómo experimentaron su primera menstruación; qué sabían sobre el ciclo menstrual antes de su menarquia y quién les compartió esos conocimientos. La mayoría de ellas escucharon sobre la menstruación cuando ellas mismas comenzaron a percibir cambios en sus cuerpos. En este sentido, el crecimiento de los pechos y el dolor de vientre fueron elementos que constituyeron representaciones normalizadas en el desarrollo de la pubertad y que, en este caso, las madres y las hermanas mayores cumplieron un rol crucial en la transmisión de saberes sobre la menstruación:

Roxana: [...] Recuerdo que sentí dolorcito de vientre y le comenté a mi mamá y me dijo “ya te vas a desarrollar”. Yo me acuerdo de que todavía tenía mentalidad de niña y eso que me vino a los 14 también.

Francis: [...] Si, lo que a uno le dicen las madres es “te enseño a ponerte la toalla, ¿te duelen las tetitas? Eso es normal y si te duele mucho es porque vas a tener mucho” o eso es lo que me decía mi abuelita [...]

Dayana: Yo recuerdo que tenía 11 u 12 años, pero como mi mamá ya me había hablado de eso, yo ya sabía [...] No recuerdo mucho pero mi mamá nos contó cuando a mi hermana se desarrolló. Y hasta eso, recuerdo que yo la que le dije a mi mamá porque yo la vi bañarse y vi sangre y le dije “perate le digo a mi mamá”. Y ya mi mamá nos habló de eso. Ya cuando a mí me llegó, fue montada en la bicicleta, porque a mí me gustaba mucho montar la bicicleta, hasta que un día así me sentí mojadita y fui al baño y me miré y dije “ay ya me desarrollé y ahora ¿qué hago?” Y miré pa’ todos lados, fui corriendo a la cajita de mi mamá, agarré una toalla por ahí escondida. Un misterio esa toalla... [risas] Y la escondí y como pude me la puse y no dije nada. Recuerdo que me duró dos días y ya.

Mas allá de la edad y la diversidad de procedencia o nacionalidades, para la mayoría de las interlocutoras, la menarquia fue un evento sorpresivo, del que tuvieron conocimiento hasta el momento en que comenzaron a experimentar cambios en sus cuerpos. Si bien, Roxana, Francis y Dayana no detallaron qué fue lo que conversaron con sus madres sobre el ciclo menstrual, vemos como en los tres relatos anteriores, las madres jugaron un rol importante en la transmisión de esos saberes. Principalmente en el reconocimiento de los cambios en sus cuerpos y quizás en el uso de productos de gestión menstrual. Como es el caso de Francis, que su madre y su abuela cumplieron con el rol de enseñarle a utilizar toallas sanitarias y normalizar los cambios que experimentaría en su cuerpo como el crecimiento de sus pechos.

Otro ejemplo fue el que Dayana compartió. En su relato, ella nos cuenta que su madre fue quien le explicó sobre el ciclo menstrual antes de que ella viviera su primera menstruación. Si bien, Dayana no detalló qué fue lo que aprendió sobre el ciclo menstrual. Si remarcó que la charla sucedió en el momento en que su hermana estaba experimentando su primera menstruación, lo que permite observar, que el rol de las hermanas mayores tiene una implicancia significativa importante, pues hace posible que las niñas puedan tener acceso a cierta información sobre la

menstruación a más temprana edad. En este sentido, la información que recibió permitió que experimentara su menarquia con cierta normalidad, pues ya sabía de qué se trataba y, además, tenía conocimiento sobre cómo resolverlo, al saber en dónde conseguir toallas sanitarias cuando las necesitara, aunque no precisamente supiera cómo utilizarlas.

Si bien, para la mayoría de las mujeres, sus madres fueron cruciales en los conocimientos que tenían sobre el ciclo menstrual. No en todas las experiencias que se compartieron, las madres de las interlocutoras cumplieron ese rol. En el caso de Johana, el conocimiento que recibió sobre el ciclo menstrual fue en el colegio y a través de su hermana mayor:

A mí me pasa que mi mamá no me explicó, pero si en el colegio el profesor nos explicó acerca del periodo. Y cuando mi hermana se desarrolló —yo tuve una hermana mayor—, y cuando ya ella se desarrolló, ella me dijo que ya se había desarrollado y las dos dijimos “ay que miedo, yo no le voy a decir a mi mamá” y nos quedamos calladas entre las dos (Johana, venezolana, 29 años, Casa Fuente, noviembre de 2022).

Nuevamente vemos que Johana no explica precisamente qué sabía sobre el ciclo menstrual o que le habían explicado sobre ella. Además, vemos que en su relato se vuelve a repetir el papel importante que tienen las hermanas mayores, en la construcción de saberes y percepciones sobre la menstruación. En estos casos, la transmisión de estos saberes tiene una relación directa no solo con aprender a gestionar su menstruación y los cambios en el cuerpo, sino además producir percepciones como la vergüenza, el miedo o la normalización del dolor —este aspecto lo retomaré con mayor profundidad en el siguiente apartado.

Asimismo, fue posible observar dentro de las experiencias que las mujeres compartieron sobre su menarquia, es que cumple un rol importante en la construcción del género. Por ejemplo, el contenido en las frases que expresaron como: “ya te desarrollaste” o “te estás convirtiendo en

señorita” o “todavía tenía mentalidad de niña” tiene una carga simbólica relacionada a la idea de que la menarquia es ese momento en el que las niñas comienzan a ser mujeres. En el caso de Beatriz, podemos observar con mayor detalle la importancia de la menstruación en su propio desarrollo y como el no tener el periodo implicaba una serie de preocupaciones relacionadas con su subjetividad:

Yo siempre estuve como con esa cosa de que ya todas se desarrollaban y yo no y ya estaba grande y no me desarrollaba y a mí me daba pena porque es un tema que de pronto también era como un misterio y es un tema que hasta cierto punto da pena porque los padres no les aclaran a uno. Yo tenía 14 años y no me llegaba y no me llegaba y ya todos me decían que ya yo me había desarrollado porque tenía las téticas y no, yo no sentía eso. Y en vez de ser una crítica constructiva es una crítica destructiva porque hacen que una se sienta atacada, me entienden. Y sentí tanta pena que cuando me desarrollé ni siquiera a mi hermana le dije [...] (Beatriz, Casa Fuente, 36 años, noviembre 2023).

Para Beatriz, experimentar su primera menstruación supuso un momento de su vida lleno de preocupaciones y sensaciones negativas, pues nadie le explicó que tener 14 años de edad sin haber experimentado la menarquia era algo normal. Beatriz relacionaba la idea de crecer y “desarrollarse” con el sangrado menstrual, así que, al no tenerlo, generaba en ella ciertas inseguridades que, reflexionándolo, estaba más asociadas a la falta de información con respecto a las transformaciones que iba a experimentar en su cuerpo. Esto, además de que le produjo una sensación de pena, las opiniones externas sobre su cuerpo también influyeron negativamente en su propia percepción sobre sí misma. Pues dentro de su pensamiento, sentía que no estaba completamente desarrollada o “todavía no se convertía en mujer”, porque aún no experimentaba su primera menstruación.

Otra referencia en las experiencias de las mujeres fue la capacidad reproductiva y el dejar de ser niñas. Por ejemplo, el uso de los anticonceptivos en la adolescencia también fue señalado en una de las interlocutoras:

[...] Yo recuerdo que le decía que me dolían muchos los senos y mi mamá me decía que eso era normal. “Te estás haciendo señorita”, me decía [...] ya luego empecé a utilizar anticonceptivos como a los 16 o 17 años. Porque en mi país las niñas empezaban a embarazarse de muy chiquitas y no... mi mamá me empezó a dar. Y pues sí, mejor así. Aunque dicen que eso también trae problemas [...] (Cindy, mujer nicaragüense, 26 años, Casa Fuente, noviembre de 2022).

Si bien, la referencia al potencial reproductivo no estuvo presente fuertemente en las experiencias de las mujeres sobre sus menarquias, si se mantuvo presente dentro de las preocupaciones con sus propias hijas. Como fue en el caso de Sol, una de las mujeres que participaron en el taller que realizamos en Sin Fronteras. Por ejemplo, ella decidió asistir al taller porque deseaba obtener información sobre el ciclo menstrual para compartirla a su hija. Pero, sobre todo, para poder hablar con ella sobre la función reproductiva del ciclo menstrual:

Mi hija se desarrolló hace año y cacho. Desde pequeña yo me metía con ella en el baño y le decía: “mami ven, esto te va a suceder cuando estés más grande”, pero desde muy pequeña, como de 7 u 8 años. Ya cuando le vino me dice, pero tengo que pasar a una siguiente fase que me ha costado un poquito, le he dicho así por partes “mami, cuando viene la menstruación uno puede quedar embarazado”, pero me está costando decirle cómo se sale embarazada y tiene 13 años y cumple 14 en julio (Sol, venezolana, Sin Fronteras, 52 años, enero 2023).

En Sin Fronteras, a pesar de que el grupo que se conformó en “La Ceiba” —el centro de día de Sin Fronteras— era de tres asistentes, Sol, Artemisa y Sandra, las participaciones vinieron

con reflexiones más detalladas acerca de su menarquia y con mayor claridad sobre lo que querían aprender o compartir. Esto se debe, en gran medida, a que Sin Fronteras no es un albergue, sino una institución que acompaña a las personas en sus procesos de reconocimiento como refugiadas y da servicios de atención psicosocial. En este sentido, la convocatoria fue diferente a cómo convocamos en Casa Fuente, pues las mujeres que se acercaron al taller deseaban, con mayor conciencia, compartir sus experiencias menstruales, expresar ciertas dudas y aprender sobre el ciclo menstrual. A diferencia de lo que sucedió con las participantes en Casa Fuente, que a pesar de que participaron de forma voluntaria, a menudo era para distraerse o entretenerse mientras se encontraban en el albergue.

En el caso de Sin Fronteras, las participantes eran usuarias de la institución. Tanto Sol como Artemisa, eran venezolanas que se encontraban viviendo desde hace un par de años en México, ambas contaban con visa de residencia. En el caso de Sandra, ella era una voluntaria del centro de día “La Ceiba”, por lo que su rol en el taller fue más bien el de monitorear que los temas que se trataran no revictimizaran a las participantes, así como mediar las tensiones que pudiesen surgir. No obstante, a pesar de que su rol era el de observar, en algunas ocasiones participó en las actividades y compartió sus experiencias y sus reflexiones. Esto abonó a que las reflexiones de Sol y Artemisa fueran más detalladas:

[...] Siento que alrededor no hay mucha información sobre sexualidad. No hay muchos lugares en donde ir a preguntar, incluso en esos espacios en donde si se prestaba, aun así, no trascendía de compartir las experiencias. Recuerdo que ver mi propia sangre era un trauma y tenía la idea de que era mucha. Cuando comencé a usar la copa comencé a conocer más mi cuerpo, qué días son más, que días son menos, cuanto realmente está durando mi ciclo, que tan regular estoy

siendo en los meses, no solo el ciclo menstrual, sino el ciclo anímico, mi estado emocional.

(Sandra, voluntaria de Sin Fronteras, 30 años, enero de 2023).

En este sentido, su anécdota se enfocó en cómo aprendió a gestionar su menstruación y todas las dudas que eso generaba y que nadie, hasta ese momento de su vida, podía explicarle. Algo similar compartieron Artemisa y Sol, sobre su menarquia:

Artemisa: Aunque mi mamá, entre comillas era la más abierta, ella nos explicaba, pero lo básico “te vendrá la menstruación en algún momento, te vas a desarrollar, pasarás de niña a señorita. Y recuerdo que también fue a los 12 años, yo no sabía qué me iba a pasar y cuando comencé a sangrar y le dije a mi mamá, ella hizo casi que fiesta y lo habló con todas las tías y me dieron cosas de chicas como rasuradora y el kit para ser mujer. [...] Y todo eso fue mi proceso, realmente hubo mucho tabú en mi familia con la menstruación. Lo típico que nos han dicho todas de que “nadie se dé cuenta”, de que “nadie se dé cuenta en la escuela, ni que muestres siquiera tu dolor hasta que estamos en la vida adulta” [...]

Sol: Mi anécdota, no sabía que eso me iba a pasar. Estaba en casa de mi tía y comenzaba a manchar, pero muy oscuro y le digo a mi prima. Y ella me dijo “te desarrollaste”, tenía 12 años, justo en las fechas de mi cumpleaños, muy exacta.

Para Artemisa, haber experimentado su primera menstruación implicó poner en práctica una serie de cuidados que implicaban relacionados con la feminidad. En el caso de Sol, su experiencia era más similar a las anécdotas que compartieron las mujeres en Casa Fuente. En este sentido, me parece que en las reflexiones que compartieron tanto Artemisa como Sol, influyó la diferencia de edad.

Tanto en las experiencias compartidas por el grupo en Casa Fuente, como con las participantes en Sin Fronteras, podemos dar cuenta que el uso del lenguaje para nombrar, explicar

e incluso recordar la menarquia, fue muy importante dar cuenta de la construcción de las percepciones que esta población tiene acerca de la menstruación. En ese sentido, Tarzibachi (2017) explica que el juego del lenguaje produce subjetividades, por lo que entender cómo nombran, explican y sienten la menstruación resulta ser de importancia. Pues es a través del lenguaje que se establece entre las menarcas y las mujeres, la forma en cómo se transmiten los saberes, significados y percepciones sobre la menstruación. A través de ese lenguaje, las personas menstruantes encuentran una forma particular para referirse, explicar y nombrar la existencia de la menstruación en su cotidianidad. Hay que mencionar que, para este análisis fue importante enfocar el análisis en las emociones que transmitieron las mujeres en relación con su menstruación, pues como explica Tarzibachi, “las emociones, o los afectos son una vía privilegiada para entender la subjetivación. En este caso relacionados con las formas de sujeción y autoevaluación relacionadas con el género” (2017, pág. 73).

A través de todas estas observaciones, podemos concluir en este apartado, que entre las mujeres existe una similitud al vivir su primera menarquia. Esto, de alguna manera, permite dar cuenta que las percepciones construidas por ambos grupos, acerca de la menstruación, son principalmente negativas. Por un lado, las sensaciones corporales como el dolor o el sufrimiento producido por los cólicos y las emociones relacionadas al asco y la vergüenza; son elementos que quedan impregnados en el recordar de sus experiencias. Asimismo, vemos que vivir la menarquia fue un momento crucial para ellas, pues marcó el inicio de un proceso de transmisión de significados relacionados con la feminidad o el ser mujer; por ejemplo, a través de comentarios que contenían frases como “me desarrollé”, “ser señorita”, “dar vida”, “algo que como mujer vivimos”, entre otras formas de referirse a la menarquia. En este sentido, el lenguaje utilizado por

las madres hacia sus hijas cumplió un rol en la construcción de representaciones sobre la menstruación que están relacionadas al ámbito reproductivo.

4.1.2 “Antes las mujeres usaban trapitos” Saberes, cuidados y gestión menstrual

Luego de contextualizar cómo fue su primera menarquia, había llegado el momento de saber qué tipo de productos de gestión menstrual conocían, cuál usaban regularmente y qué significó para ellas el acceso a estos productos. Aquella ocasión, Isabel y yo habíamos llevado algunas copias con la imagen de un calendario lunar. Con este calendario lunar, no sólo esperábamos explicar el ciclo menstrual y como registrar los cambios en el cuerpo, sino también que fuera una invitación para que las mujeres hicieran preguntas. Si bien, algunas mujeres ya conocían el calendario lunar a través de las aplicaciones del celular, fue una actividad que permitió resaltar algunas preguntas relacionadas a la gestión menstrual, tales como: *¿Qué les gusta usar cuando están menstruando?*, *¿Qué otras opciones conocen? o, ¿Cuáles han probado?*

Antes de continuar con el análisis de este apartado, es necesario recordar qué significa el concepto de gestión menstrual y la importancia de su definición para este trabajo. Recordemos entonces que, en el primer capítulo de esta tesis, definíamos a la gestión menstrual como “el conjunto de saberes, prácticas y elementos necesarios que una persona menstruante tiene para manejar todas las fases del ciclo menstrual”. Estos elementos, que permiten gestionar la menstruación, están estrechamente relacionados con factores socioeconómicos, políticos y culturales. Dicho de otro modo: tener una gestión menstrual implica tener acceso a ciertos servicios públicos y hacer uso pleno de nuestros derechos humanos. Así, por ejemplo, para poder gestionar la menstruación hace falta tener acceso al agua, información adecuada sobre el ciclo menstrual, espacios privados para el aseo y acceso a los productos de gestión menstrual.

A continuación, veremos como haber contextualizado puntualmente los pasajes de la menarquia hicieron posible el análisis sobre lo que significó tener acceso a los productos de gestión menstrual. Así, este apartado servirá para seguir indagando y dimensionando el alcance que tiene, para los dos grupos que se conformaron en Casa Fuente y en Sin Fronteras, las condiciones sociales y, de alguna forma, económicas, con la gestión menstrual.

En ese sentido, la diversidad de experiencias que se hallaron sobre su menarquia, la información sobre los productos de gestión menstrual y los cuidados que aprendieron cuando fueron niñas y la manera en cómo gestionaban su menstruación en el momento en que participaron en los talleres tienen una conexión estrecha con cómo perciben sus experiencias menstruales, en el momento actual, su menstruación. Así, veremos que, en el caso de Artemisa, su itinerario menstrual representa un ejemplo claro de los matices que existen entre una experiencia menstrual empoderada, en comparación con una visión tradicional de la menstruación como una experiencia cargada de sufrimiento, como lo compartieron las mujeres que participaron en los talleres de Casa Fuente.

Por ejemplo, en Casa Fuente, una de las respuestas más repetidas ante la pregunta *¿Qué productos para la menstruación utilizaban en Venezuela cuando comenzaron a menstruar?* fueron el uso de los “pañitos”, las toallas sanitarias y los Támpax (no solo como producto menstrual al referirse a los tampones, sino también como uso específico de la marca de ese producto de gestión menstrual). En el caso del uso de los “pañitos”, algunas de las mujeres, sobre todo las mujeres de mayor edad mencionaron que en sus primeras experiencias gestionando su menstruación, vivieron algún tiempo la transición del uso de los “pañitos” con las toallas desechables, como fue el caso de Dayana:

Antes las mujeres usaban pañitos. Yo recuerdo que, en mi casa de mi mamá, nosotros vivíamos en la finca, y cuando pegaba la menstruación y no teníamos la toalla, ella sacaba su colección de pañitos, porque ella tenía para eso. Y entonces cuando me daba las toallas higiénicas yo le decía que a mí no me gusta eso, porque eran muy grandes, muy *bultosas* [Roxana añadió al comentario “parecían panales”]. Y pienso, cuánta plata no te ahorras con los pañitos, pero una se acostumbra a las higiénicas [...] (Dayana, mujer venezolana, 42 años, Casa Fuente, noviembre 2022).

Los pañitos o trapitos, como suelen llamarlos, son diferentes a lo que hoy se conocen como toallas de tela. Estos pañitos, eran retazos de tela que las mujeres armaban y reusaban en cada menstruación. En el caso de Dayana, ella compartió la que pensó cuando transicionó de los pañitos a las toallas desechables. En este aspecto, me pareció interesante observar que Roxana, a pesar de que no compartió su experiencia, hiciera esa alusión de las toallas sanitarias como pañales para mujeres. Por otro lado, en el caso de Cindy, los pañitos no eran una opción para ella, pues su madre prefería que utilizaran toallas sanitarias, a pesar de que no siempre tuvo acceso a ellas. Esto implicó un evento significativo en la percepción de su propia sangre y, sobre todo, en cómo percibe su menstruación:

[...] Las toallas no es que me duraran mucho, pero si tenía que hacer que me duraran por la cuestión económica y no había otra forma porque mi mamá decía que lo pañitos no. Entonces, el día que me vino no fui a la escuela esos tres días. Y así, a veces no iba cuando me venía el periodo, porque me agarraban unos dolores que tumbaba o que no tenía para las toallitas. Entonces mi papá le decía a mi mamá: “no vaya a la escuela, que se quede aquí, la niña está enferma”, entonces uno lo relaciona con la enfermedad. Hasta que mi mamá le dijo a mi papá: “la niña no puede estar faltando mes con mes”. En ese entonces era un dolor inexplicable hasta que tuve a mis hijos y se regula. Pero era una cosa que me tumbaba y que a la fecha el hecho

de mancharme me da vergüenza. (Cindy, mujer nicaragüense, 26 años, Casa Fuente, noviembre de 2022).

Una narrativa semejante continuó reproduciéndose respecto la dificultad de acceder a los productos de gestión menstrual. Pues luego de que Cindy, Dayana y Johana compartieran los productos a los que tenían acceso y la experiencia, por ejemplo, de utilizar pañitos, Francis expresó que ella había inventado una nueva forma de hacer rendir las toallas sanitaria, todo esto, después de que descubriera las Támpax, es decir, los tampones y no haya querido volver a utilizar las toallas sanitarias.

[...] Yo no uso toallas, yo uso támpax. [Cindy también expresó que usaba tampones] Y de aquí los hago [señalando la toalla] yo de aquí lo corto y lo enrolló y me lo introduzco. Y claro, cada dos o tres horas lo cambio [...] lo enrolló al revés, lo del pegamento queda de lado de adentro. Y la parte de arriba se queda de lado de afuera [...] Pero claro, esas cosas ya fueron cosa mía. Pero cuando yo empecé con la támpax fue mejor. Porque con la toalla, me pasa que sudo, me irrita y hace calor y es incómodo. En cambio, con la támpax estoy como si nada y me lo cambio cada dos o tres horas y cuando no tengo támpax recorro a eso de cortar las toallas. Y además es más barato porque de una toalla saco tres támpax. Y yo de chica sufría mucho porque sudaba mucho y de ahí de donde soy hace mucho calor y pues me las ingeníé. Y hay personas que me dicen que estoy loca, pero pues, pues si es un ingenio mío. Y pues no, también he escuchado de mujeres que también lo han hecho. [...] Pero si no tengo tampoco de eso, ya de emergencia he usado papel de baño, pero es horrible. (Francis, mujer venezolana, 28 años, Casa Fuente).

Otra de las experiencias relacionadas a la introducción de nuevas tecnologías de recolección de sangrado, fue el de Johana, que contó cómo se había sentido cuando intentó utilizar por primera vez los tapones:

La cosa mía fue cuando me puse por primera vez una tãmpax. Y la cosa fue horrible, caminaba con todas las patas abiertas en el metro de caracas y cuando yo me sentaba pensaba que esa cosa se me iba a meter hasta adentro y no, en la primera oportunidad me lo quite y dije que jamás lo volvería a usar [...] (Johana, mujer venezolana, 29 años, Casa Fuente, noviembre 2022).

Al respecto, Johana fue una de las participantes en la primera sesión del taller de Casa Fuente, que relató que en su menarquia no hubo alguien que le explicara de qué se trataba el ciclo menstrual. Para ella, la única información que había obtenido sobre el ciclo menstrual había sido en el colegio, pero de forma breve. Así que, para el momento en el que nos encontrãbamos hablando sobre los productos de gestión menstrual, Johana se acercó a nosotras diciendo:

Yo todavía no he aprendido a ponerme la toalla. No sé cuál es la que va pa'delante ni cual va por detrás. Y me la pongo así y me la vuelvo a poner y me la quito y me la vuelvo a poner y la pongo al revés y así estoy. Yo no lo hable con mi mamá. Por lo menos donde yo me críe todo era muy tabú y mi mamá fue una persona que creció en el campo y toda su vida la vivió en el campo y después salió a la ciudad, pero todavía pensaba como alguien del campo. Y ella en sí, nunca nos explicó nada de eso (Johana, 29 años, Casa Fuente, noviembre de 2022).

En ese momento, Johana había sacado del bolsillo de su pantalón una toalla sanitaria y pidió ayuda para que alguien le explicara cómo se acomodaban en el calzón. Recuerdo que todas estãbamos en círculo, sentadas en unas sillitas de plástico para niños, que habíamos logrado subir al área del lavado, en el tercer piso, para realizar el taller. Esto, debido a que en el comedor se encontraban algunos jóvenes jugando cartas y no querían desocupar el espacio. A pesar del ruido avasallador que se escuchaba en el patiecito central del segundo piso, el espacio en donde nos encontrãbamos se sentía más ameno. Estãbamos nosotras solas y al grupo parecía agradecerle que hablãramos del ciclo menstrual en un rincón que parecía más privado.

De manera general, el grupo de mujeres en Casa Fuente, expresaron la gran incomodidad que sentían al utilizar esos productos menstruales y la similitud en la falta de conocimientos sobre la diversidad de productos de gestión menstrual que existían. Además, las mujeres más jóvenes tenían mayor preferencia con el uso de las tãmpax, como fue el caso de Cindy y Francis. Pues para ambas, la percepción que tenían acerca de los tampones era el gran alivio que implicaba utilizar un producto en el que no corrieran riesgos de mancharse. Por otra parte, como grupo, también compartieron la experiencia de tener un acceso limitado a los productos de gestión, sobre todo en su infancia. Esto, en el caso de Cindy, implicó que faltara a la escuela, pues además de sentir y percibir la menstruación como una enfermedad, la limitación en el uso de las toallas sanitarias aumentaba la sensación de sentirse avergonzada por manchar su ropa con sangre.

Relacionado con lo anterior, la mayoría refirió el dolor como una experiencia normalizada en sus cuerpos, pues es un síntoma asociado a la menstruación y que es un recordatorio de lo que experimentan exclusivamente como mujeres:

Beatriz: Pasa que uno ve el dolor como algo normal. Me da dolor y me tomo una pastilla y se me quita, y me tomo una pastilla y se me quita. Otro mes y una pastilla y así van pasando los meses. Lo digo porque una amiga se automedicó por mucho tiempo y cuando se dio cuenta ella tenía un fibroma y la tuvieron que operar. Tardó en operarse, no quedó bien, porque se demoró en detectarse, pero bueno, se quitó el calvario de estar desangrándose.

Johana: A mí me pasa que me dura una semana antes con mucho dolor. Y no sé por qué.

Dayana: [...] Yo del vientre siempre he sufrido de dolor, pero después de que tuve a ella [señalando a su hija] el dolor disminuyó, pero antes de que yo la tuviera a ella yo sufrí mucho de los cólicos. Por eso mejor cuando me empieza el dolorcito me tomo una pastilla. Y ya cuando termina el efecto a los 6 u 8 horas me vuelvo a tomar otra.

Aquí vemos también, que el uso de pastillas para el dolor es muy recurrente dentro de los elementos que utilizan para gestionar su menstruación. En este sentido, observamos que el dolor, se asoció fuertemente en la percepción generalizada de las mujeres sobre la menstruación. Recordemos, por ejemplo, que cuando realizamos la actividad de la lluvia de ideas, al inicio de los talleres, las palabras que eligieron con mayor frecuencia fueron “dolor”, “sufrimiento” o “vergüenza”. Ahora entendemos que, la razón por la cual esas palabras fueron elegidas, es debido a cómo, dentro de sus propias experiencias, se fue construyendo una percepción negativa sobre sus vivencias menstruales. En este sentido, las toallas y los tampones operaron parte importante en la construcción de sus experiencias, añadiendo a la percepción de la menarquia, el carácter incomodo, vergonzante y estigmatizante.

En Sin Fronteras, las experiencias que compartieron Sol y Artemisa fueron diferentes. Para Sol, la experiencia de gestionar su menstruación parecía lejana, pues llevaba más de cinco años sin menstruar. Sin embargo, ella recordaba que su experiencia era dolorosa, incluso después de haber tenido a su hija y que, después de haber tenido la cesárea, ella decidiera ligarse las trompas uterinas. No obstante, la experiencia de Artemisa fue mucho más detallada, aventurándose a exponer reflexiones sobre su proceso de transición de las toallas sanitarias a la copa menstrual:

[...] Antes le tenía un asco a la sangre menstrual y un repudio. Odiaba ser mujer y no quería repetir la historia de las mujeres de mi familia [...] Cada que venía mi periodo era lo peor que me pasaba en la vida y estaba de mal humor. Aun todavía no sé cómo ponerme una toalla menstrual. Hoy en día después de ser mamá y creo que también tuvo que ver la migración ya que, para mí la migración fue un antes y un después. No solo de cambiar el espacio físico, no solo cambiar quién era o qué hacía sino también como comenzar a cuestionarme ya alejada de mi entorno, ese que iba machacando quien era. Yo comencé a reencontrarme [...] Cuando yo llevo a vivir aquí [a México] y hago todos estos cambios que primero nace Artemisa [...] y

después iniciar en estos rituales femeninos ancestrales [se refiere a su vida en Venezuela], de que nos íbamos a las montañas y hacíamos rituales indígenas y todas esas cosas, ya venía trabajando todo eso. Pero cuando llegué aquí como que lo reafirmé más. Y me acerqué a esta chamana y le dije que yo sentía este odio a lo que era ser mujer y comenzamos este proceso por la aceptación del periodo [...]. Aquí comienzo a sembrarla, porque después de dar a luz comenzaron los dolores que ya no había tenido por largo tiempo. Entonces comencé a sembrar mi menstruación de forma consciente. Y comencé a usar la copa [...] Y cuando comienzo ese proceso comencé a ver mi periodo distinto, desde la aceptación, ver mi sangre significa que puedo dar vida, que ya di una vida y que me encanta. Yo sentía que era “*recho*” que el cuerpo de una mujer pueda dar vida [...] Con estas terapias aprendí también a cuidar mi cuerpo en esos momentos. He tenido la buena fortuna de hacer *freelance* y entonces cuando tengo el periodo aprendí a apapacharme, a quedarme acostada, a hacerme mis tecitos, a preparar mi cuerpo. Algo que me dijo la chamana fue que debía mantener mi cuerpo caliente, arropadita, si se te antoja algo date el gusto. Y eso ha hecho amigable mi menstruación. Y después de eso ya no he sentido que la odio, al contrario, me siento feliz, ya se cómo funciona mi cuerpo, cómo funcionan mis emociones. (Artemisa, venezolana, 36 años, Sin Fronteras, enero 2023).

En el caso de Artemisa resultó interesante observar cómo, a lo largo del taller, ella tenía mayor participación y disposición para dialogar sus conocimientos, experiencias y cuestionamientos, no solo entorno a la menstruación, sino también en temas de empoderamiento femenino, la dualidad femenina/masculina y las violencias atravesadas por el patriarcado. Aunque claramente no explicó cuáles, tampoco era el momento indicado para explorar en ellas. Dentro de algunas que sí mencionó, fue acerca de su color de piel, su físico y con el ser o no delgada.

4.1.3 “¿Por qué? Si yo no menstrúo” Representaciones masculinas sobre la menstruación

De pronto comenzó la trifulca, todos querían participar con gritos y manotazos. Recuerdo que me sentía como en un salón de clases, en el que todos quieren dar su punto de vista y no se entiende nada. En el ambiente reinaba una energía dinámica, las risas inundaban toda la casa y todos reflejaban en sus rostros una especie de abochornamiento adolescente. Era un grupo grande el que se había conformado en Casa Tochan –quizás el más grande al que dirigí un taller. Alrededor de veinte hombres y cuatro mujeres permanecían sentados en banquitas y colchonetas que habíamos acomodado en forma circular alrededor del pizarrón. El espacio en donde estábamos llevando a cabo la charla era una especie de terraza techada que estaba organizada en distintos niveles: el comedor; un patiecito de usos múltiples que por las noches se utilizaba como dormitorio improvisado; y en el nivel más alto, un taller de linograbado textil con el que hacían camisetas y bolsas que después vendían para adquirir fondos; un huerto urbano y el área del tendedero.

Gaby nos ayudó a convocar a los que estuvieran desocupados en ese rato para que se llevara a cabo el taller. En eso Gaby dijo: “Quiero que se porten bien, ellas vienen a darles información importante, como parte de las actividades que vamos a realizar con perspectiva de género. Iris, vino a darles una charla sobre menstruación” En eso, uno de los jóvenes recostados en una colchoneta respondió:

– Pero para qué, si yo no menstrúo

–Pues porque es importante generar empatía– respondí

Las risas y las bromas no pararon durante toda la charla. Todos querían participar con euforia. Y en eso, Anahí aventó la primera pregunta “¿Qué piensan cuando escuchan la palabra menstruación?”:

– Tortura– se escuchó decir.

– Dolor.

– Fastidio, porque siete días no aguanto una mujer en la casa, se molesta por todo, hasta cuando uno habla y si no habla, se molesta.

– Saben, la menstruación es como los borrachos, cuando no llega preocupa y cuando llega, estorba– comentó otro de los chicos y el resto se echó a reír.

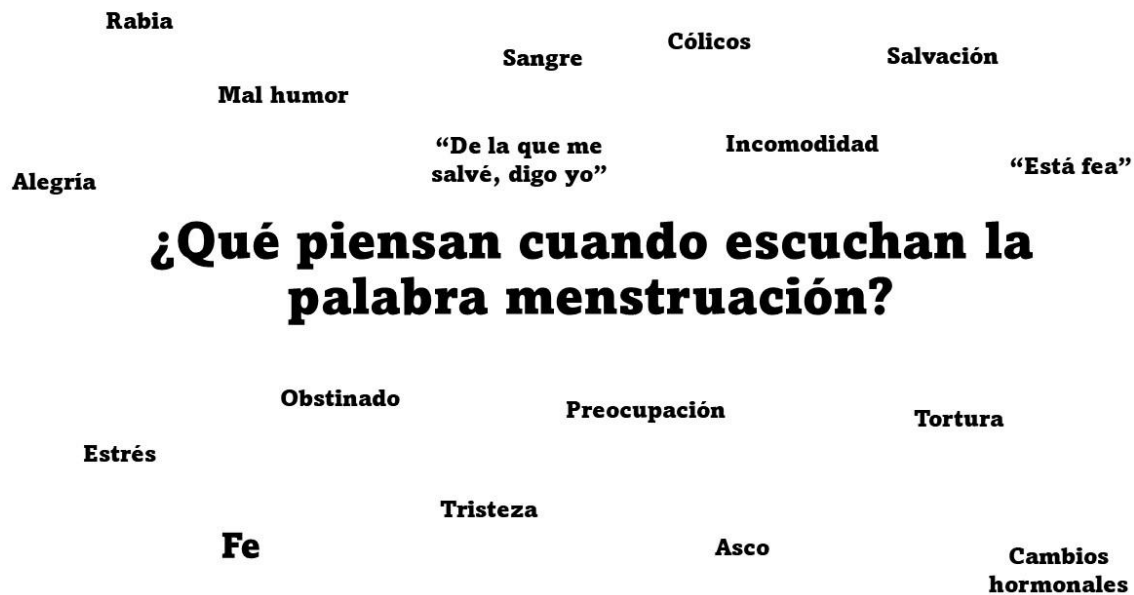
(Charla-Taller Menstruar no es solo cosa de mujeres en Casa Tochan, Fragmento de diario de campo, noviembre 2022)

Debo reconocer que llevar a cabo un taller sobre menstruación con hombres fue un reto y una experiencia que no imaginaba tener. En primer lugar, por mi falta de experiencia realizando grupos focales con hombres. Y, en segundo lugar, porque parte de ese no imaginar la posibilidad tenía que ver con la idea de que sería complicado realizarlo con un grupo que no experimentara de primera mano el ciclo menstrual. Sin embargo, para mi sorpresa, durante el periodo de exploración de los espacios de acogida de la Ciudad de México, Gabriela Hernández, directora del albergue, fue de las primeras personas en responder a mis correos y decirme que quería que los huéspedes de Tochan recibieran una charla sobre estos temas. Esta propuesta implicó el diseño de una nueva metodología dirigida a hombres. Así fue como conocí a Anahí Rodríguez, activista menstrual y cofundadora de la colectiva Menstruación Digna México, una organización que hasta el día de hoy lidera la agenda política y de derechos menstruales en el país. En la búsqueda de recomendaciones para poder construir un grupo focal con hombres, tuve la oportunidad de asistir a un círculo de escucha que llevó a cabo en un espacio feminista de la Ciudad de México, en el que tuvimos tiempo de platicar y pedirle consejos. Esto resultó en una colaboración, pues Anahí tenía interés en llevar a cabo un taller piloto desde una perspectiva de nuevas masculinidades y yo, poder acompañarme también de una mano experta. De esta manera fue que el taller lo diseñamos entre las dos, tomando como eje central, comprender cómo se construyen las percepciones menstruales desde las masculinidades.

El grupo estuvo conformado por alrededor de 20 hombres y cuatro mujeres. La mayoría era de nacionalidad venezolana, excepto por algunos chicos que eran originarios de Honduras, Guatemala y El Salvador. Cabe señalar que, a pesar de que la charla llevada a cabo en Casa Tochan, participaron algunas mujeres, este apartado se dedicará al análisis de las opiniones que dieron los varones. No obstante, se hará referencia a las reacciones que las participantes tuvieron ante dichas respuestas. Las participaciones de los varones se centraron en dar respuesta a lo que ellos entendían de la menstruación. A través de este ejercicio, comprendimos las representaciones que se tienen sobre la menstruación desde la experiencia de las personas no menstruantes. En este sentido, pudimos constatar que las representaciones masculinas –del grupo– en torno a la menstruación, se construyen desde una visión patriarcal, heteronormada y fuertemente marcada por un discurso de existencia sexo-genérico (Sterling, 2000; en Tarzibachi, 2017, pág. 25).

Estas representaciones se presentan bajo un marco de referencia simbólico, a través de los mitos y creencias que expresan sobre la menstruación. Para ilustrar mejor, mostraré en la siguiente imagen, algunas de las palabras que se dijeron a partir de una actividad que llevamos a cabo en la charla. En la primera parte del taller, Anahí pidió que se presentaran y respondieran la pregunta “¿Qué piensan cuando escuchan la palabra menstruación?”, mientras ellos respondían, yo iba anotando las palabras en un papelógrafo al centro del círculo. Estas palabras son las que se muestran a continuación:

Ilustración 2. Representación digitalizada del ejercicio “Lluvia de ideas: ¿Qué piensan cuando escuchan la palabra menstruación?”



Fuente: Taller Menstruación consciente y autonomía corporal en Casa Tochán, noviembre 2022.

Como vemos en la imagen, estas fueron las palabras que más se repitieron entre las participaciones de los varones. Como podemos observar, estas palabras estaban relacionadas con emociones incómodas, cambios hormonales relacionados al ciclo menstrual, connotaciones negativas y relacionadas, también, con un aspecto reproductivo. Al respecto, recuerdo que algunas de las opiniones referentes a la menstruación estaban asociadas a la inestabilidad emocional, por ejemplo:

- Yo tenía empatía con una mujer que tenía. Yo le decía “cuando te venga el periodo yo vengo en siete días” [...]
- Sí, pues que las manden a un psicólogo cuando tengan la menopausia
- Pues porque todo les fastidia [...]

– Algunas se vuelven locas, se enferman, otras les dan por depresión

(Hombres venezolanos, Casa Tochan, noviembre 2022)

Estos testimonios son algunos de los ejemplos más detallados sobre la percepción que se tiene de las mujeres sobre su ciclo menstrual. Había una percepción compartida por todos, incluyendo el de las mujeres, que estaba relacionado a la “locura” debido a los cambios hormonales. Estas asociaciones reflejan una idea muy común sobre la menstruación relacionado a estigmas basados en el género. Estas nociones, como señala Botello y Casado (2015, pág. 14), son parte de las representaciones sociales que producen normas sociales, prácticas y comportamientos sobre cómo debiera actuar o comportarse las personas menstruantes durante el ciclo menstrual.

Veamos otros ejemplos con otra pregunta que se realizó al grupo, con la intención de generar un debate “¿alguien de ustedes ha escuchado algún mito o tabú sobre la menstruación?” A lo que respondieron de forma muy variada:

– Por ejemplo, a mí, que yo estudié cocina, a mis ayudantes no las dejaba amasar el pan cuando estaban en sus periodos porque no crece el pan y la torta. Yo no sé si eso será verdad [...]

– Cuando baten el nevado, así le dicen en Venezuela al chantillí o el merengue, así cuando tu menstruas no puedes batir el chantillí [...] o hacer la comida con coco, porque se corta [...]

– No sembrar plantas, jardín, flores, así también dicen pues

(Hombres venezolanos, Casa Tochan, noviembre 2022)

Si bien ellos reconocen que lo que dijeron entra en una categoría asociada a los mitos y al tabú menstrual, —que además habla justamente de una noción cultural sobre la menstruación relacionada a la prohibición de prácticas cotidianas—, hubo otros comentarios que se

desprendieron de estas reflexiones que para ellos no son considerados mitos, pero que, probablemente, son parte de una representación socialmente construida sobre la sangre menstrual.

Dentro de las participaciones que se compartieron cuando hablamos sobre los mitos que conocían alrededor de la menstruación, uno de los hombres más jóvenes expresó: “Dicen que no es bueno tener relaciones sexuales”. Su comentario provocó que se diera un fuerte debate entre el grupo en dos bandos y compartieran opiniones contrastadas. La discusión se dio en torno a si era posible tener o no relaciones sexuales con las mujeres durante su periodo menstrual y la relación de la sangre menstrual con la enfermedad. Por un lado, los jóvenes que opinaron que sí, los nombraremos como “Grupo 1” y, por otro lado, el bando que eligió responder que no, serán el “Grupo 2”. En la siguiente tabla mostraré algunos ejemplos de estos comentarios:

<i>Tabla 1. Índice de valoración: Sangre menstrual y sexualidad</i>	
Grupo 1: Opiniones relacionadas a tener relaciones sexuales durante la menstruación:	Grupo 2: Opiniones relacionadas a no tener relaciones sexuales durante la menstruación:
<p>– ¡Nooo! si así es cuando es más rico, chico. Yo pienso que cuando está dañada la puerta, hay que entrar por la ventana [...]</p> <p>– Bueno, te digo algo. Si mi mujer quiere, hermano, agárreme oyó. Porque yo si no me aguanto [...]</p> <p>– Es lo más rico porque cuando tu entras, está calientito, muchacho [...]</p>	<p>– Yo soy fome para esa vaina. Y yo veo esa vaina y lo que tengo es respeto. Y si son siete días no toco [...]</p> <p>– Pues es que según dicen que te puedes enfermar con la sangre. Te puede agarrar infección y te puedes enfermar [...]</p> <p>–Eso sí, al hombre le puede dar infección. Se le inflama [...]</p>

	<p>– [...] Lo que acaba de decir aquí mi compañero es que respeta los ocho días. Yo también lo respeto. Para mí eso es sagrado.</p> <p>– Son los tres días de sangrado yo lo respeto porque me da asco.</p>
--	---

Fuente: Taller Menstruar no es solo cosa de mujeres, en Casa Tochan, noviembre de 2022.

Con estos ejemplos, observamos que, en ambos grupos, las opiniones contrastadas se refieren a la percepción la sangre menstrual y su relación con la sexualidad. En este sentido, las opiniones del primer grupo, protagonizado principalmente por hombres jóvenes, están relacionados a un tipo de discurso que expresa un tipo de masculinidad heroica, al denotar su capacidad viril de sentir deseo sexual al ver la sangre menstrual. Asimismo, aquellos que parecían compartir estas mismas opiniones, tenían la idea de que la menstruación es un método de barrera para el embarazo. Por otro lado, los hombres que no estaban de acuerdo con tener relaciones sexuales con sus parejas durante la menstruación asociaron esta idea al asco y la enfermedad. En este sentido vemos que perciben la sangre menstrual bajo una connotación negativa, basadas en el asco y el rechazo, ya sea por miedo a padecer infecciones o por respeto. No obstante, en ambos casos vemos que los discursos en torno a la sangre menstrual están relacionados con representaciones sexistas, ya sea hostil o benevolente.

Glick y Fiske (1996; en Rodríguez et al., 2009), definen el sexismo como se entiende hoy en día: es el resultado de la combinación de cargas afectivas antagónicas, consecuencia de la diferenciación sexo-género de las sociedades modernas, la heteronorma y el binarismo hombre/mujer. La combinación de estos entramados son las que articulan actitudes ambivalentes

del poder y el saber; es decir, la coexistencia de afectos y actitudes positivas y negativas entre los hombres y las mujeres o entre los hombres y las disidencias sexuales. Asimismo, los autores contemplan el sexismo como una construcción multidimensional que abarca dos actitudes: el sexismo hostil y el sexismo benevolente. Por un lado, el sexismo hostil se refiere a la clásica definición de prejuicio o estigma basada en los roles de género heteropatriarcales. Mientras que el sexismo benevolente es más sutil, pues tiende a suscitar conductas positivas que enmascara finalmente actitudes prejuiciosas (Glick y Fiske, 1996; en Rodríguez et al., 2009; pág. 133).

Otro ejemplo de estos discursos sexistas basados en la idea de la relación de la menstruación con la reproducción y el género fue cuando preguntamos si sólo las mujeres son capaces de menstruar. En esta parte del taller, que para Anahí era central también para comprender la perspectiva de los hombres en torno a la diversidad de género, recuerdo que ella comentó de manera desafiante: “los hombres también menstrúan”. En eso, varios de los ahí presentes se les desencajó la cara y hacer expresiones de confusión, por lo que comenzó a explicar: “Hay hombres que menstrúan, los hombres trans o las personas no binarias que no se identifican como hombres o como mujeres, también menstrúan”. A lo que respondieron:

– ¿Ósea, que son mujeres pero que se identifican con otro género?

–Yo digo que el que tiene este agujero, son mujeres y el que tenga este [hace una señal con las manos], es hombre o mitad hombre y mitad mujer, mejor dicho [...] pero legalmente naces hombre o naces mujer [...]

– En la ley de dios, el hizo un hombre y una mujer [...] En la ley de dios no van pal reino de dios [refiriéndose a las personas de la comunidad LGBTIQ+]

Con respecto a este momento, hay una idea generalizada de que todo ser que menstrúa es mujer. Si bien esa no fue una opinión compartida por las mujeres, los hombres parecían

incomodarse con el hecho de que Anahí especificara que existen cuerpos menstruantes que no se identifican bajo la cis-heteronorma, ni el binarismo hombre/mujer. En este sentido, las reacciones exageradas de los hombres fueron tal, que en algún momento pensé que Anahí y yo perderíamos el timón de la charla. Esto me hizo reflexionar justamente sobre lo que Eugenia Tarzibachi, señala acerca que el cuerpo menstrual es un marcador de la diferencia sexual en términos binarios, producto también de un discurso entramado por el poder y el saber, que desemboca en una categoría esencialista de mujer a partir de la menstruación (2017, pág. 45). Algo que vimos similarmente cuando las mujeres que participaron en los talleres en Casa Fuente y Sin Fronteras aludieron a la menarquia como el momento en que se desarrollaban o se convertían en señoritas.

Realizar el grupo focal con los hombres de Casa Tochan, resultó interesante y enriquecedor por varias razones. Por un lado, vemos que, a través de la mirada masculina, una mirada que además representa la perspectiva de las personas no menstruantes; se constata la idea de que las representaciones sociales de la menstruación están basadas principalmente en significados marcadamente patriarcales de diferenciación sexo-genérica. Muchos de los comentarios y conductas que hubo a lo largo de la charla eran de carácter sexista que, desde mi punto de vista, alimentaba la sensación de rechazo y vergüenza hacia el ciclo menstrual. Esto lo podíamos observar a través de las participaciones que hubo de las mujeres que se encontraban en el albergue. Por ejemplo, las chicas que se encontraban ahí expresaron no sentirse comprendidas por los hombres, pues sentían que no tenían empatía hacia ellas cuando menstruaban. No obstante, también legitimaban algunas percepciones sobre la menstruación que habían compartido los hombres, lo que evidenciaba como las mismas mujeres adoptaban estos puntos de vista como una forma también de protegerse a sí mismas dentro de estos ambientes marcadamente masculinizados:

Daynelis: Cuando nosotras nos llega la menstruación, reconozco que la pagamos con ustedes ¿por qué? Porque lo que vemos nosotras es dolor. Y a veces ustedes hacen cosas como de “*gafó*”, y uno anda como de mal humor por la menstruación. A veces nos viene hasta dolor de cabeza y a veces uno para no sentirse, así como dice él, uno dice que no siente nada y no siente nada. Dolores que nosotros nos callamos y entonces ellos namas agarran y dicen: no, que yo me voy, que ya tú andas así [...]

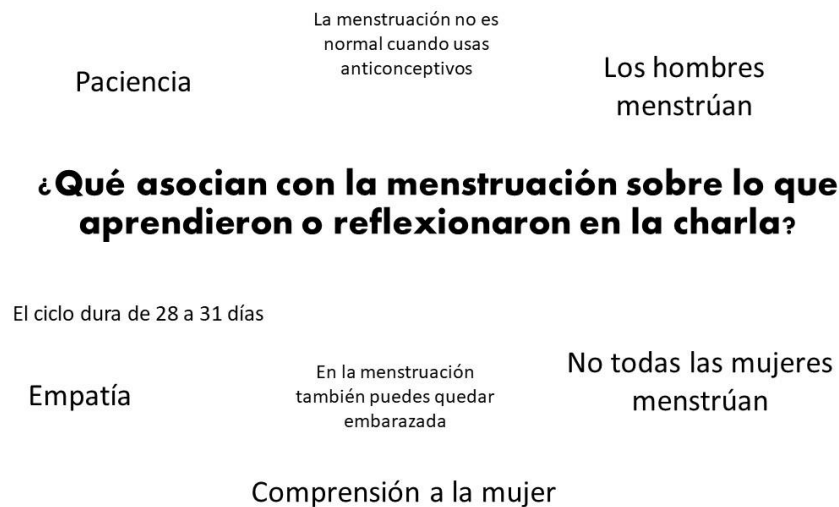
Aylin: ¿Y si fuera al revés? Ustedes no entienden, no entienden que a uno le duele, porque es incómodo.

Los ejemplos escritos anteriormente describen como Daynelis y Aylin, dos de las compañeras que se encontraban alojadas en el albergue, trataron de explicar el porqué de la “inestabilidad emocional” de las mujeres durante su periodo. Como una forma de contrastar los comentarios que habían hecho los hombres al inicio de la charla sobre lo que se le venía a la mente cuando escuchaban la palabra menstruación.

Por otro lado, otro de los aspectos que se trató, en menor medida fue los conocimientos que tenían los hombres sobre el ciclo menstrual. En este aspecto, como grupo, entendían que existe la ovulación como ese proceso en el que las mujeres tienen mayor deseo sexual y pueden embarazarse o la menstruación como ese momento de inestabilidad emocional. Sin embargo, consideraban que la ovulación se vivía dos veces y menstruar una sola ocasión al mes. También, dentro de esta noción, tenían consciencia de que el ciclo menstrual tiene una duración de 28 a 30 días y que en muchas mujeres el periodo es irregular. Tanto hombres como mujeres se encontraron interesados en saber cómo funciona el ciclo menstrual. Los hombres consideraron que hablar de menstruación no es tema que deba dirigirse a ellos, incluso, se extrañaron que nosotras como facilitadoras nos dirigiéramos a ellos para hablar sobre menstruación. En las reflexiones del taller, preguntamos a

los hombres si recordaban en su tránsito ver o asistir a una mujer durante su menstruación y ellos dijeron que no, a pesar de que algunos viajaron con grupos donde había mujeres. En todo caso, señalaron que no lo recordaban o no pensaron en eso durante el viaje. Al finalizar, se volvió a realizar una dinámica de lluvia de ideas en la que expresaran en una palabra lo que habían aprendido o reflexionado en el taller. A continuación, lo muestro en la imagen (Ilustración 3):

Ilustración 3. Representación digitalizada del ejercicio “Lluvia de ideas ¿Qué asocian con la menstruación sobre lo que aprendieron o reflexionaron en la charla?”



Fuente: Taller “Menstruar no es solo cosa de mujeres”, Casa Tochan, noviembre de 2022

Como vimos a lo largo de los ejemplos mostrados en este apartado, las percepciones masculinas, reflejan un carácter sexista de las representaciones sociales sobre la menstruación, producto también de una jerarquía patriarcal (Glick y Fiske, 1996; en Rodríguez et al., 2009). Es decir, contiene un lenguaje para describir las características de las mujeres, basado en las diferencias sexo-genéricas (Tarzibachi, 2017), por ejemplo, en las significaciones que se tienen sobre los cambios hormonales asociados a la menstruación-menopausia. Como resultado de esto,

los discursos y connotaciones negativas sobre la menstruación, conducen a prácticas de discriminación basadas en el rechazo, lo que abona a que las personas menstruantes experimenten emociones negativas. En este sentido, Tarzibachi (2017), señala que esta situación de rechazo y vergüenza obliga, simultáneamente, a que se legitimen prácticas y los discursos sobre la menstruación desde un lugar de ocultamiento, en el espacio privado de las mujeres, sin la posibilidad de visibilizar su carácter social.

Por consiguiente, creo que haber llevado una charla sobre la menstruación a espacios masculinos y masculinizados abona, de alguna manera, a visibilizar el carácter social de la menstruación. En este aspecto, haber dado esta charla, desde un ámbito que no había contemplado dentro de mi propia metodología, me dejó una valiosa experiencia. Y, además, un engranaje que es necesario seguir explorando. Si bien, lo que muestro en este apartado, apenas es una pincelada de lo que pude encontrar, pienso que trabajar las percepciones sobre la menstruación desde la mirada masculina abre nuevos campos de conocimiento con respecto al género y las relaciones que se establecen entre el cuerpo y la sexualidad.

4.1.4 A modo de cierre

A través del análisis que se realizó de los testimonios recogidos en Casa Fuente, Sin Fronteras y en Casa Tochan, comprendí que, para las mujeres y hombres venezolanos, la menstruación es un proceso biológico, que se representa bajo connotaciones negativas y bajo una marcada noción sexo-genérica. En primer lugar, vimos que, en los grupos de mujeres conformadas en Casa Fuente y Sin Fronteras, las percepciones en torno a la menstruación se expresaron, a través de los discursos y la expresión de las emociones basadas principalmente en el rechazo y la vergüenza. Estas percepciones surgieron a través de la transmisión de saberes sobre la menstruación y las prácticas

de gestión menstrual, que sus madres, abuelas o hermanas compartieron con ellas cuando experimentaron su menarquia.

Por otra parte, las opiniones que compartieron los hombres con respecto a la menstruación han sido bajo una connotación negativa, de la misma manera que lo perciben las mujeres, así como una potencia de diferenciación sexo-genérica. No obstante, en el caso de los hombres cis-género, el ser personas no menstruantes, su percepción en sí, refleja la manera en cómo se ha ido construyendo las representaciones sociales de la menstruación. Es decir, los significados, comportamientos y prácticas en torno a la menstruación que se socializan de manera abierta. En esta última, el ciclo menstrual y su ciclicidad hormonal es representada también como caótica, que produce “locura”, inestabilidad, como una forma de demarcar nuevamente la diferencia sexo-genérica que son asimilados también por las mujeres. Esta transmisión de discursos, tanto en mujeres como en hombres, emerge de un tejido social profundo, del que se reafirman y difunden representaciones sociales sobre la menstruación. En este sentido, la menstruación tiene un carácter transversal, del que se refleja una dimensión cultural que posee símbolos, representaciones y prácticas relacionadas con el género, el poder, la identidad, la etnicidad, entre otros (Vázquez y Carrasco, 2016).

A través de las experiencias de las mujeres sobre sus prácticas de gestión menstrual, también pude observar que las condiciones materiales, el acceso a la información sobre el ciclo menstrual, productos de gestión menstrual y dinámicas de socialización, influye en la construcción de percepciones sobre la menstruación, desde la experiencia de cómo está siendo vivida. La menstruación en este sentido es un fenómeno multidimensional, cuya dimensión social y cultural juega un aspecto muy importante en la manera en que se percibe y por lo tanto se generan formas de relacionarse con ella. Los testimonios aquí expuestos, son apenas algunos ejemplos de lo que

se habló con las mujeres y hombres que participaron en los talleres sobre menstruación. Asimismo, pudimos darnos cuenta de que la percepción en torno a la menstruación juega un papel muy importante en las experiencias de las mujeres o personas menstruantes, configurando discursos que se convierten en prácticas simbólicas y concretas que también afectan a las mujeres y a las personas menstruantes.

Algo que llamó profundamente mi atención es la idea concebida por parte de los hombres en torno a la menstruación. Para ellos, la menstruación está asociada a un tipo de conducta femenina que se basa principalmente en la diferencia sexual. En este sentido, pude observar cómo los mitos y estigmas que reflejaron en sus discursos alimentan las percepciones acerca del ciclo menstrual que fomentan la desigualdad de género y ejercen un control ideológico transgeneracional. En ellas pude observar cómo se facilita la adquisición de conductas por medio de las cuales las mujeres resultan en una situación de minusvalía, impidiéndoles la posibilidad de vivir de forma libre, segura y con dignidad, asunto que, como refiere Bravo y Meza (2017, pág. 29), devienen de un proceso histórico patriarcal, que se ha transmitido de generación en generación, a través de la educación, el ambiente familiar y las creencias aprendidas.

En los siguientes apartados veremos cómo estas percepciones, prácticas de gestión y cuidado menstrual, así como las representaciones en torno a ella, continuarán estableciéndose en los distintos escenarios migratorios que enfrentaron las mujeres venezolanas durante su movilidad. Así, será posible comprender cómo la menstruación cobra diferentes sentidos y significados con relación a los contextos y situaciones específicas en donde se están insertas las personas, pero que se continuarán nutriendo de todas estas percepciones y experiencias con las que se fueron desarrollando las personas a lo largo de su vida. Los sentidos adquiridos en torno al ciclo menstrual, según sea el caso, serán fuente de las cuales las personas, al migrar, nutrirán sus

percepciones acerca del ciclo, durante y después de su movilidad migratoria. Para algunas mujeres, como veremos con el caso de Artemisa, más adelante, migrar representará la liberación de muchas prácticas y roles de género de las cuáles no se sentía identificada, incluyendo las percepciones en torno al ciclo menstrual. Y, para otras mujeres, migrar acentuará de forma negativa en sus vivencias menstruales, principalmente ante la falta de oportunidades para gestionarla de forma digna. Con todo esto en mente, en los siguientes apartados buscaré responder a la pregunta: *¿Cómo se vivencia el ciclo menstrual desde las personas que migran o que viven el desplazamiento forzado desde sus lugares de origen hasta que llegan a la Ciudad de México?*

4.2 Los escenarios de la migración son los escenarios de la menstruación

Como sostiene Horvat, en su tesis sobre la menstruación de mujeres refugiadas en Suecia, la *situación* juega un papel importante en la comprensión de las experiencias (2018, pág. 60). En este sentido, la migración es esa situación, de alguna manera extraordinaria, donde los migrantes viven desafíos extremos, al poner su cuerpo en situaciones de supervivencia. En el caso de las mujeres y personas menstruantes, esta situación se ve imbricada por las experiencias menstruales y todos los desafíos o limitaciones que se enfrentan también para gestionarla durante sus viajes. A ello, las percepciones negativas y los estigmas de la menstruación agregan una tensión física y mental en sus experiencias migratorias. En los próximos apartados, haremos un recorrido por las experiencias migratorias de las interlocutoras entrevistadas en Casa Fuente y Casa Tochan. A través de sus testimonios obtenidos en los talleres *Menstruación consciente y autonomía corporal* y las entrevistas semiestructuradas, describiremos cómo las mujeres viven sus menstruaciones, las limitaciones respecto a la gestión menstrual y cómo fueron resolviéndolo a lo largo de su experiencia migratoria.

Asimismo, este apartado tiene la intención de dar cuenta cómo las mujeres y personas menstruantes se ven atravesadas por el panorama actual de la migración venezolana, el impacto de las políticas migratorias impuestas por Estados Unidos y la respuesta del gobierno mexicano ante el escenario actual de la migración en México. Veremos también, cómo el resultado de ese escenario impacta en sus procesos de vulneración, produciendo efectos físicos y emocionales reflejados en sus ciclos menstruales. Para ello, daremos centralidad al análisis de cómo las interlocutoras describen sus sentires en torno a la menstruación, las afecciones físicas, dolores y emociones que experimentaron a lo largo de su experiencia migratoria.

4.2.1 Sobreviviendo la selva del Darién

[...] Yo pasé cuatro días con fiebre metida en una carpa, desnuda, debajo de una mata así más o menos grande que cubría el agua, donde mi esposo ponía unas bolsas plásticas pa' que uno no se mojara y yo tenía que estar literalmente desnuda, envuelta en unas sábanas que me pudieron dar ahí porque todo lo tenía mojado. Llovía todos los días entonces no había manera de secar la ropa. Entonces me tocó estar ahí, literalmente desnuda, sin nada más, porque obviamente tenía la menstruación, entonces imagínate tu cómo empujo la toalla, ósea es terrible. Tenía fiebre, vómito, diarrea, porque, el agua del río te empieza a hacer daño con los días... [...] (Beatriz, 36 años, venezolana, en entrevista, Casa Fuente, noviembre 2022).

Para Beatriz, atravesar la selva del Darién fue una situación de supervivencia, incluso para ella que había tenido entrenamiento militar cuando aún era parte del ejército en Venezuela. Beatriz llevaba más de cinco años fuera de Venezuela. En ese tiempo vivió en Colombia, donde fue vendedora ambulante de café, después en Chile, Perú y Ecuador. Luego regresó a Chile para volverse a establecer, pero las nuevas restricciones a los vendedores ambulantes le impidieron volver a restablecerse económicamente. Beatriz recuerda que poco antes de regresar a Colombia a principio

de 2022, supo que Estados Unidos abriría alrededor de 24 mil visas humanitarias para los venezolanos. En ese momento, ella y su esposo no tenían mucho dinero, así que no lo pensaron mucho y decidieron migrar a Estados Unidos, cruzando por una de las rutas más peligrosas en Latinoamérica para los migrantes, la selva del Darién. Para Beatriz no había opción si quería volver a ver a sus hijas, las circunstancias de su salida del país, tras desertar del ejército no le permitían volver porque sabía que eso tendría serias consecuencias, como ir a prisión hasta por seis años.

La selva o “el tapón” del Darién como suele llamarse, es un área selvática que funciona como límite biorregional entre Colombia y Panamá. Tiene una extensión de 5,750 km² y es considerada una de las selvas con mayor biodiversidad en el mundo. Es considerada un área natural protegida por ambos países, por su densa vegetación, extensión de ríos y montañas, por lo que esta región se ha convertido en una ruta transitada para el paso irregular de migrantes provenientes de Latinoamérica, África o Asia. En este sentido, muchos autores que han realizado estudios sobre esta región han nombrado el Tapón del Darién como *una geografía de muerte para migrantes y una expresión de la Necropolítica* (Estévez, 2021; León y Antolínez, 2021; en Cabrera y Carrillo, 2022, pág. 90).⁵⁵ Por ejemplo, en los últimos años se calcula que, en 2022, alrededor de 248 mil personas cruzaron por esta región. Un incremento considerable en comparación con los años anteriores, pues según datos de las Naciones Unidas, entre 2010 y 20220, cerca de 120 mil personas cruzaron la región.⁵⁶ Si bien, es complicado saber cuántas personas transitan por la selva del

⁵⁵ Si bien, esta tesis no se centrará en el análisis del Darién, es necesario entender el panorama actual de los procesos migratorios que transitan esta región y las interpretaciones actuales que analizan justamente las experiencias de las personas que la han transitado. En este sentido, Las nuevas posturas tratan la región como una expresión de la geopolítica que produce muerte, a través de un poder político (necropolítica), sin diferencia de ideologías; desecharidad de la vida de los precarizados y racializados como las personas pobres, indígenas, afrodescendientes, incluyendo migrantes; y la creación de espacios naturales y urbanos de muerte (Cabrera y Carrillo, 2022, pág. 90).

⁵⁶ Naciones Unidas, 2023. El Tapón del Darién: una ruta arriesgada en busca de una vida más segura. En: <https://www.ohchr.org/es/stories/2023/09/darien-gap-risky-path-search-safer-life#:~:text=Acaban%20de%20superar%20una%20de.que%20separa%20Colombia%20y%20Panam%C3%A1>. (consulta, noviembre 2023)

Darién, las cifras dan un aproximado de cómo el flujo de migrantes desde el sur global ha ido incrementando, convirtiendo esta región en un corredor migratorio que, según Bruno Miranda (2021), se convierte también en una barrera que contienen, fragmentan y vuelven imprevisibles a las movilidades y que también, como afirma Javier Cárdenas (2021), el aumento de estos flujos son un reflejo de la creciente crisis civilizatoria que expresa a “escala de las instituciones vinculadas a las migraciones y a la protección de refugio a nivel internacional, teniendo como resultado que el Darién se haya convertido en una opción para los tránsitos del sur al norte” (en Cabrera y Carrillo, 2022, pág. 93).

Es también sobre el punto que desarrolla Cárdenas (2021), que Ada Cabrera y Jesica Carrillo (2022), observan, desde su análisis sobre el flujo migratorio que atraviesa el Darién:

En ese sentido, consideramos que el aumento del tránsito migratorio por el Darién es derivado del incremento en el control de los principales cruces fronterizos en el mundo que lejos de frenar las migraciones a nivel global ha agravado la peligrosidad y las experiencias adversas de aquellas migraciones a las que ha vuelto irregulares, obligándoles a transitar por nuevas y, muchas veces, más sinuosas rutas, tal y como sucede con el aumento de las migraciones por el Darién (Cabrera y Carrillo, 2022, pág. 95).

Desde esta perspectiva propuesta por Cabrera y Carrillo (2022), me sitúo, pues reconozco que se asocia con dos elementos centrales para este trabajo. En primer lugar, el reconocimiento del incremento de la peligrosidad de las rutas de tránsito habituales producidas por las políticas de control migratorio superpuestos en los principales cruces fronterizos. Por ejemplo, el requerimiento de visa para las personas venezolanas que implementó el Gobierno de México en 2022 —como mencionado en el segundo capítulo de esta tesis—; los nuevos controles fronterizos entre Costa Rica y Panamá; y las modificaciones que realizó el gobierno de Joe Biden al programa

Parole, el 12 de octubre de 2022. Y, en segundo lugar, vinculada a la comprensión del Darién como producto social y, por tanto, de dominación y poder, que se traduce en la deshumanización, donde ni los derechos ni el reconocimiento como persona o sujeto social existen, en donde los migrantes se presentan como sujetos de lucha que despliegan, de manera permanente, estrategias de sobrevivencia (Cabrera y Carrillo, 2022).

Sobre ese último punto es a lo que le dedicaremos mayor análisis. A través de los testimonios compartidos por las mujeres venezolanas, encontraremos justamente sus experiencias de supervivencia y las prácticas de sobrevivencia que generaron durante su tránsito por la selva. Asimismo, veremos cuáles han sido los desafíos de las mujeres en sus prácticas de gestión menstrual y los efectos que produjo en sus percepciones sobre ella, su salud menstrual. Dicho lo anterior, prosigamos nuestro análisis con el itinerario menstrual de Beatriz:

– Yo pasé mi menstruación en la selva.

–¿Y cómo fue?

– Terrible. Imagínate estar tú con una toalla puesta desde no se ni cuántas horas, estar mojada, sentirse frustrada porque estas toda sucia, no hay un baño dónde cambiarte, sentir malestar, sentir dolor, cólicos, sentir que no puedes caminar, sentir que no te puedes cambiar tu toalla, que estás toda manchada, que estás toda sucia, que si te pones otra ropa igual está mojada, imagínate no sé, si la menstruación es mala, en la selva es 10 veces peor [...] porque hay muchas personas que mueren, y los mismo indios lanzan a las personas al río para que no veamos a las personas, como quien dice para que los animales se los vayan comiendo, entonces ya obviamente esa agua es contaminada, el agua va bajando y uno obviamente no sabe que más arriba hay muertos entonces uno bebe esa agua y pues empieza

a dañar, dar cólico, llueve, el agua viene sucia, nosotros tomamos el agua así como con barro ¿sabes? (Beatriz, 36 años, venezolana, en entrevista, Casa Fuente, noviembre 2022).

El testimonio detallado que compartió Beatriz sobre su experiencia menstrual en el Darién nos sirve de ejemplo para dar cuenta de cómo menstruar es una experiencia transversal y multidimensional que, definitivamente, se ve atravesada por la migración. En este caso, con el testimonio de Beatriz, podemos observar algunos elementos de sus dimensiones culturales y corporales. En primer lugar, ella habla de cómo la experiencia de menstruar, que en sí misma ya contiene una percepción negativa, se intensifica con el hecho de haberla vivido en una situación desafiante y con la nula posibilidad de gestionarla bajo sus propios preceptos. Ella, de alguna manera habla de que menstruar, experimentar cólicos y no poder utilizar ningún producto de gestión menstrual fue un impedimento para que transitara la selva con cierta normalidad. Pues además de enfrentar el desafío físico que exige el terreno, menstruar en esas condiciones generaba en ella una situación de mayor complejidad, incomodidad y frustración. En segundo lugar, ella habla de los efectos que tuvo en su salud transitar por la selva, entre ellas, la necesidad de beber agua de río, lo que me permite pensar que los recursos con los que cuentan las personas para sobrevivir en la selva son limitados, el agua potable para su consumo es un ejemplo de ello, los obliga a resolverlo en condiciones precarias. Otro aspecto que menciona, simultáneamente, es el escenario de muerte al que se enfrentó y los efectos emocionales que también provocó, al ser consciente de que al interior del Darién se produce y se gestiona la muerte de forma deshumanizada.

Ahora bien, dentro de los diferentes aspectos que ella reflexiona sobre su experiencia menstrual, deja entre ver un escenario repleto de desafíos a nivel físico, mental y emocional. En este sentido, vivir, sentir y pensar la menstruación como un obstáculo en su propio movimiento

fue algo que se compartió de manera general entre las mujeres que participaron en los talleres en Casa Fuente. Sobre este punto volveremos más tarde. Por ahora, continuaremos con el análisis sobre cómo las connotaciones negativas de la menstruación se intensifican conforme se atraviesan en escenarios de supervivencia, con otro ejemplo:

– Cuando me venía el periodo por la selva no sentí dolor, pero era más de buscar un escondite para quitarme la toalla y ponerme otra a escondidas [...]

– Pero ¿Y por qué te escondías?

– Porque había tanta gente. Hasta en un refugio se relaja, se baña, se cambia. Y hasta eso, el único campamento en la selva donde pude bañarme y cambiarme fue en el de la selva. Ya en Panamá. Pero, por ejemplo, en el del abuelo si no había nada. Cuando entré a la selva me bajó de repente, me manché y todo, ya se me había ido, tenía una semana que se me había ido. Cuando llegando a un campamento llegué toda manchada y ya me cambié, me bañé y ya cuando volví a entrar a la selva me volvió a bajar y yo así de, pero bueno ¿hasta cuándo? Luego se me fue y luego más adelante como a los dos días me volvió a venir y yo dije bueno, termina de llegar, si no, no. Y pues ya donde pude lavar la licra fue en el río.

(Johana, 29 años, venezolana, en entrevista, Casa Fuente, noviembre 2022).

Johana ejemplifica varios desafíos que enfrentan las mujeres para poder gestionar su menstruación estando en la selva. No solo por la falta de oportunidad para tener espacios de aseo. Sino también, para desplegar sus propias prácticas de gestión menstrual. Así como habla Beatriz sobre su percepción negativa de la menstruación que se intensifica al ingresar a la selva. Johana nos habla sobre su necesidad de ocultarse para hacer los cambios de toallas sanitarias a lo largo de su tránsito por la selva —sin mencionar que además explicita que sufrió alteraciones a su ciclo menstrual—. Lo que ella indica, además de ser un desafío,

es la búsqueda de pudor y privacidad, a pesar de encontrarse en una situación extraordinaria. Mancharse, por ejemplo, para Johana significó un aspecto incómodo, probablemente por los valores que se adquieren sobre la sangre menstrual, tal como lo vimos en el apartado anterior sobre las representaciones masculinas de la sangre menstrual.

Lo que vemos también, con la experiencia de Johana, es que la falta de espacios, privacidad y además elementos de aseo, intensifica también las emociones negativas sobre su sangre menstrual. En este sentido, otras de las mujeres que participaron en los talleres, aseguraron que menstruar en la selva resultó complicado por la falta de aseo. En este sentido, el encontrarse en terrenos hostiles y de difícil acceso para transitar, muchas veces las obligaba a dejar de lado dichas prácticas, lo que tuvo consecuencias en su salud:

Francis: Yo venía usando eso en la selva, las toallitas diarias y yo salí de ahí con una infección horrible. Al tercer día con la infección yo pensé que quizás era eso, las toallitas y las boté [...]

Karina: [...] Entonces pues uno para no quedarte de último te orinas. Yo me orinaba. Y ya iba caminando, pero como nos la pasábamos mojadas, me irritaba horrible [...] yo venía toda quemada, irritada en la entrepierna. Así de que olía a carne podrida, casi que me estuviese descomponiendo. Y yo caminaba así. Y ellos me daban ánimo [los colombianos que la acompañaban]. Un día dije que ya no iba a caminar más y ellos me agarraron y me bajaron y me llevaron cargando porque yo ya no podía más.

(Conversación entre las interlocutoras, durante el taller *Menstruación consciente y autonomía corporal*, Casa Fuente, noviembre 2022).

A estos obstáculos, vemos que también sufrieron consecuencias en su salud. Esto es algo que definitivamente todas las personas enfrentan cuando transitan por el Darién. No obstante, en el caso de las mujeres y personas menstruantes, a los padecimientos que sufren por exponerse a

situaciones extraordinarias, experimentan también alteraciones en sus ciclos menstruales, lo que suma a sus experiencias la angustia de vivir cambios en sus cuerpos, sobre todo para las mujeres que vivieron polimenorrea⁵⁷ o dismenorrea⁵⁸; y, en el caso de las mujeres que presentaron ausencias de su periodo o amenorrea, refirieron que fue un hecho ventajoso, pues les quitó la dificultad de gestionarla o padecer síntomas del síndrome premenstrual (SPM):

Dayana: —No sé a ustedes, pero a mí me pasó que cuando estaba yo en la selva no tuve mi periodo. Saliendo de la selva fue que se me regularizó porque la situación que estaba viviendo era de estrés. Estaba sobreviviendo.

Johana: —Yo al menos traía dos paquetes de toallas y cuando llegué al primer campamento se me fue, cuando llegué al segundo me vino y cuando pasé al tercero se me fue otra vez y yo así de bueno ¿qué es esto? Hasta que llegué al río, ya fue que no vi más periodo. Pero yo creo ya que pasé el susto.

Francis: —De hecho, hay muchas personas que la preocupación hace que no menstrúe. A mí en la selva se me fue del tiro, del susto.

Karina: —A mí se me mojaron las toallas. Pero menos mal que no me vino. A mí me bajó ya cuando yo salí de la selva. Imagínate, ¿qué hubiera hecho?

Para la mayoría de las mujeres que participaron en los talleres que realizamos indicaron haber padecido alteraciones a su ciclo menstrual, ya sea por ausencia del periodo o por padecer SPM intensos y periodos abundantes que llegaban sin aviso alguno. En este sentido, cuando preguntábamos si eso les hizo buscar atención médica o si implicaba

⁵⁷La polimenorrea son periodos menstruales frecuentes que se presentan con menos de 21 días, en su ciclo menstrual.

⁵⁸ La dismenorrea se refiere al dolor intenso que presentan algunas mujeres en la zona pélvica y abdominal antes o durante su menstruación. Estos síntomas también pueden presentarse con malestar generalizado en el cuerpo y, en casos extremo se presenta con fiebre y vómito. Estos pueden ser síntomas de miomas, quistes ováricos o endometriosis.

alguna angustia con respecto a su salud, la mayoría respondía que no, incluso les pareció curioso que yo preguntara por eso, pues comprendían que era debido al estrés y el miedo que experimentaron al atravesar la selva y Centroamérica.

Hay que mencionar, además de las limitaciones que tuvieron para gestionar su menstruación por el escenario natural, tales como: atravesar ríos, subir montañas, cuidarse de animales salvajes y venenosos, implicó también enfrentarse física y emocionalmente a un escenario de muerte, como lo expresan Beatriz y Dayana:

Beatriz: —La selva del Darién es una travesía bastante, pues...yo no lo viví tan feo (silencio), pero si vi personas morir, casi me muero ahogada también, fue algo que jamás en la vida voy a olvidar... sí, fue bastante, fuerte [...]

Dayana: —Es que la gente, toda la gente te dice que la selva está endemoniada, te absorbe. Si tú te pierdes, la selva juega con tu mente y no apareces más. Hay gente que estando allá se las lleva el río. Cuando estábamos en la selva, una familia se puso cerca del río y cuando vino la lluvia, el río creció y no les dio tiempo de salir de la carpa y se los llevaron. La selva es muy fea. Muy fea. Se llevó a la familia completa. Sientes que la energía te la quitan. El que es de mente débil, la selva te come.

Todos los testimonios que compartieron las mujeres y hombres que participaron de los talleres en Casa Fuente y en Casa Tochan, hay experiencias relacionadas con la muerte, al observar un escenario lleno de cadáveres de personas que en el camino sufrieron accidentes, mordeduras de animales o causas relacionadas con el esfuerzo físico. En este sentido, ellas hablan de cómo las personas que se encuentran en situaciones letales son abandonadas a su suerte y los cuerpos muchas veces se abandonan, se sepultan o se avientan al río.

Asimismo, en las experiencias migratorias de la población venezolana, se resaltó que la selva del Darién puso a prueba sus capacidades físicas y emocionales para enfrentar rutas difíciles y, a veces, obligadas con tal de evitar las rutas controladas por el narcotráfico o donde desaparecen personas:

Dayana: —Es que también, ha habido muchos muertos y desaparecidos. Por ejemplo, si dejo pasar a diez mil, pero se quedan cinco mil. Es como una tarifa que van pasando y tuvimos una suerte de que no fuimos nosotros. A nosotros nos decían que siempre nos fuéramos de lado izquierdo, izquierdo, izquierdo. Pero uno sabe que luego es el precio que hay que pagar.

Beatriz: —Esa selva es muy famosa, hay tantos caminos porque ahí pasa mucha droga. Y ahí pasa que son caminos que conectan Panamá con Colombia.

Al interior de la selva, existen muchos caminos y rutas que se han construido con los años, debido al flujo constante de migrantes por la región. En ese sentido, cuando hablábamos de las rutas que transitaron, la mayoría refirió haber pasado por El abuelo, un campamento improvisado que se encuentra en lo profundo de la selva. Este campamento, que es considerado uno de los primeros puntos de referencia para saber que han cruzado la frontera entre Colombia y Panamá, tiene enraizado un sinfín de senderos trazados por un rastro continuo de basura y pertenencias olvidadas por las mismas personas, que van dejando en el camino, para aligerar su carga. El campamento, a pesar de que en las entrevistas ninguna de las personas lo explicitó tal cual, es posible que se refirieran como un campamento que probablemente era controlado por grupos criminales. Así, al llegar al campamento, tenían que pagar una cuota y después, si querían, podían contratar guías que los llevaran al siguiente punto. Estos guías, a los que debían seguir su ritmo al andar, porque si no los dejaban atrás, podían asegurar su tránsito lejos de las rutas en donde transitan los mercados ilícitos y los actores que controlan dichas rutas. De no poder contratar este

servicio, las personas quedaban a su suerte, lo que para evitar esas rutas se realizaba, era a través de socializar la información sobre las rutas lejanas a estos actores, lo que muchas veces les obligaba a caminar por rutas aún más peligrosas como pantanos, peñascos o atravesando ríos.

En el caso de las mujeres, frente a estos retos, desplegaron algunas estrategias de sobrevivencia a través de las prácticas de cuidados colectivos. En este sentido, la mayoría de ellas transitó por el Darién en grupos conformados mayoritariamente por mujeres, personas adultas e infancias. Que, si lo vemos desde una perspectiva de género, evidencia simultáneamente cómo las mujeres siguen sosteniendo los mismos roles de cuidadoras durante sus trayectorias migratorias. Esto implicó para ellas, considerar los riesgos y ser más precavidas en su tránsito a comparación de los hombres. Para ilustrar mejor este aspecto mostraré a continuación dos ejemplos.

Las interlocutoras de Casa Fuente que compartieron sus reflexiones acerca de los cuidados y estrategias de sobrevivencia que llevaron a cabo, señalaron que existía una gran diferencia en la manera que ellas eran precavidas en comparación con los hombres; así como el tiempo que tardaban en cruzar la selva y los grupos de personas en los que se agregaban para transitarla de forma segura. En este sentido, la mayoría de las mujeres iban con sus familias e infancias, tardaban de entre 8 a 10 días en cruzar la selva, en comparación de cinco a seis días que tardaban los hombres. En este sentido, podemos observar que los obstáculos que se van añadiendo por ser mujeres, pues cruzar para ellas implicaba tener mayor precaución y viajar con grupos que requerían mayor tiempo de descansos. Asimismo, la manera en que ellas construían esa precaución era a través de informarse, respetar ciertos tiempos de descansos y caminar por rutas más largas, pero menos peligrosas:

Dayana: —Yo antes de entrar a la selva veía mucho video [de Tiktok] para informarme, sobre todo. Para no tratar de cometer los mismos errores. Por ejemplo, nos decían que cuando

lleguemos a los campamentos hay que descansar. Y cuando llegábamos había quienes querían seguir y seguir y pues no, no aguantas. Y vi gente que se iba. Mucha gente. Entonces eso también me daba rabia. Y pues las mujeres somos más precavidas. Y eso influye mucho. Una busca llegar completa a los campamentos [...]

Francis: —La mayoría que se arriesgaba eran hombres tercos: “que ay, yo sí aguanto, yo sí aguanto”. Y pues les pasaban muchas cosas y luego, unos muchachos venían con nosotros, tú sabes, en el campamento de la playa. Y nos decían, no, que cada uno va a su ritmo, aquí no hay guías. Y así, bueno, pues no nos quedamos hasta atrás. Pues obviamente las gorditas íbamos hasta atrás. Ellos se perdieron llegando y ya no se encontraron.

Johana: —Y es que tú estás a la merced de que te maten, que te violen, que un animal te pique. Un muchacho allá murió porque la mordió una culebra. Una boa negra. Él iba caminando y la culebra le cayó y lo mordió. Lo mató. Él iba con su hermano y una chama (niño) de la India. Y ahí la enterraron.

Las migrantes que transitan por el Darién no solo tienen que sobrevivir a los retos de la naturaleza y el mundo salvaje, sino, además, sobrevivir a un tapón fronterizo que, como señalan Cabrera y Carrillo (2022) se convierte en una zona desgobernada que carece de infraestructura, propicio para que las economías ilícitas tomen control del territorio. En este sentido, todos los desafíos que observamos a través de los testimonios que se expusieron en este apartado, nos permiten dar cuenta de cómo esta región es un espacio de supervivencia. Y, para las mujeres y personas menstruantes, se vuelve aún más desafiante al dar cuenta de cómo sus experiencias menstruales, los valores, representaciones y prácticas de gestión menstrual se confrontan con situaciones extraordinarias. En este sentido, como explicaba al inicio de este apartado, menstruar bajo estas condiciones de precariedad al exponerse a condiciones extremas, no solo intensifica las percepciones negativas que, culturalmente la representa; vivirla en estos escenarios genera efectos

como alteraciones en sus ciclos menstruales y en la salud como infecciones y síntomas premenstruales extremos, lo que abona a que las personas menstruantes se vean más vulneradas durante su tránsito. No obstante, cuando hablamos de qué tan relevante fue haber atravesado esas dificultades, todas asumieron que era lo que había que enfrentar, pues como explicó Karina: “no nos dábamos cuenta de nuestra menstruación, porque estábamos tratando de sobrevivir”.

4.2.2 “Esperar por nada” El campamento provisional en San Pedro Tapanatepec, Oaxaca

[...] Entrando a México la gente es muy aprovechada. Te cobran por todo. En San Pedro si vi mucha gente aprovechada. Por ejemplo, nosotros alquilamos una casa y la señora quería que saliéramos a las 7 de la mañana y entráramos en la noche y que si queríamos usar la cocina había que pagarle cincuenta pesos más. Por ejemplo, nos cobraban cien diarios por la casa por persona, y luego cincuenta por estar ahí y nos cobraba cincuenta por cocinar y por bañarnos 20 pesos. Y para bañarte o ir al baño te cobraban horrible. Te cobraban 20 por usar el baño, diez para orinar, veinte para bañarte o para cargar el celular. Puedes gastar hasta 300 o 200 diarios para puro usar servicios y más si vas con la familia. Y si no, pues ahí estaba el río para bañarte o ir al baño. Yo casi llevo un mes y tres días en México, acababa de entrar a Tapachula cuando cerraron a la frontera en EEUU. Esa vez yo lloré, me tiré al suelo y quise volar a la frontera [...] (Francis, venezolana, 29 años, Casa Fuente, noviembre 2022).

Después de haber cruzado la selva del Darién, Panamá, Costa Rica, Nicaragua, Honduras, El Salvador y Guatemala, Francis junto con su prima Johana y su familia lograron entrar a México

por Tapachula. Al llegar, decidieron dirigirse hasta San Pedro Tapanatepec, al sur de Oaxaca, porque les habían dicho que ahí podían ayudarles con un formulario que les permitiría transitar por el país de forma regular. Caminaron por casi ocho horas en grupo con otros migrantes que se iban juntando en el camino para evitar ser detenidos por agentes migratorios. Ahí, esperaron alrededor de 15 días para que el Instituto Nacional de Migración le proporcionara un formato migratorio con el que pudiesen continuar su viaje de forma regular. Sin embargo, ese documento no les sirvió de mucho, pues especificaba que era por un periodo de siete días. Por el contrario, como ella lo piensa, haber ido fue una pérdida de tiempo y dinero, pues el documento solo los protegía en su paso por Oaxaca. Historias como la de Francis fueron recurrentes, principalmente en los testimonios de la población venezolana.

San Pedro Tapanatepec, es un pueblo al sur del estado de Oaxaca, ubicado a unos 329 kilómetros del Río Suchiate, uno de los puntos fronterizos más transitados en México. Ahí, el Instituto Nacional de Migración (INM) instaló un módulo de atención para extranjeros con necesidad de protección humanitaria. Este módulo, que se convirtió en un campamento entre julio y diciembre de 2022, llegó a albergar más 40 mil personas migrantes que llegaban desde Tapachula. Durante el trabajo de campo, recuerdo leer algunas noticias por internet para contextualizarme sobre Tapanatepec, pero la información en ese tiempo era escasa o apenas encontrábamos información sobre lo que estaba sucediendo. En este caso, mucho de lo que se hablaba era sobre la crisis que estaba al sur de México, que se estaba enfrentando una crisis con la llegada de caravanas de migrantes. Si uno escribía en el buscador de Google, por ejemplo, “Tapanatepec”, rápidamente se podían leer los títulos de notas periodísticas como: “Miles de

migrantes se acumulan en pueblo del sur de México”⁵⁹; “Reducen de 30 a 7 días permisos de tránsito libre a migrantes que llegan al Istmo de Oaxaca”⁶⁰; “Más de 40 mil migrantes han llegado a Oaxaca por permisos de tránsito”⁶¹; “Trasladan crisis de Tapachula a Tapanatepec”; “Sedena hace presencia en San Pedro Tapanatepec por flujo migratorio”.⁶² Todos estos títulos y notas periodísticas abordaban el fenómeno del campamento en Tapanatepec, como un asunto de defensa nacional, consecuencia de la presencia de miles de migrantes de diversas nacionalidades.

En un informe escrito por el Colectivo Observación y Monitoreo del Sureste Mexicano (2022), señalaron que el objetivo de este campamento era atender a personas en contextos de movilidad y con necesidades de protección internacional. Ahí, agentes del INM hacían entrega de la FMM (Forma Migratoria Múltiple),⁶³ un formato migratorio que se brinda a extranjeros que desean entrar de manera regular al país por los puntos de tránsito internacional, por un periodo restringido que iba de siete a 180 días máximo. Al respecto, el Colectivo, también señaló que durante el tiempo que se mantuvo el campamento (julio a diciembre de 2022), se estima que el INM entregó un estimado de 100 mil FMM (2022, pág. 4). Estos formularios, fueron una estrategia improvisada, del Estado Mexicano, para reorganizar el flujo migratorio que estaba llegando a

⁵⁹ Verza, M. 2022. “Miles de migrantes se acumulan en pueblo del sur de México”. *Los Ángeles Times*. México. A 17 de octubre de 2022. En: <https://www.latimes.com/espanol/mexico/articulo/2022-10-18/miles-de-migrantes-se-acumulan-en-pueblo-del-sur-de-mexico> (consultado el 13 de abril de 2023).

⁶⁰ López, Alberto. 2022. “Reducen de 30 a 7 días los permisos de tránsito libre a migrantes que llegan al Istmo de Oaxaca”. *El Universal*. Oaxaca. 3 de septiembre de 2022. En: <https://oaxaca.eluniversal.com.mx/sociedad/reducen-de-30-7-dias-los-permisos-de-transito-libre-migrantes-que-llegan-al-istmo-de-oaxaca> (consultado el 13 de abril de 2023).

⁶¹ López, Alberto. 2022. “Más de 40 mil migrantes han llegado a Oaxaca por permisos de tránsito”. *El Universal*. Oaxaca, 5 de septiembre de 2022. En: <https://oaxaca.eluniversal.com.mx/sociedad/mas-de-40-mil-migrantes-han-llegado-oaxaca-por-permisos-de-transito-tapanatepec-pide-apoyo> (consultado el 13 de abril de 2023).

⁶² Primera Línea. 2022. “Sedena hace presencia en San Pedro Tapanatepec por flujo migratorio”. *Primera Línea*. 18 de octubre 2022. En: <https://www.primeralineamx.com/2022/10/18/sedena-hace-presencia-en-san-pedro-tapanatepec-por-flujo-migratorio/> (consultado el 13 de abril de 2023).

⁶³ La FMM es un documento provisional en que se indican los días de autorización que las personas con necesidad de protección internacional para que puedan permanecer en el país, siendo el máximo 180 días. Sin embargo, se calcula que las personas esperan entre 8 a 21 días para obtener una FMM y su vigencia se define entre 7 a 30 días, sin claridad de su oficialidad en otros estados de la república. (Colectivo de Observación y Monitoreo en el Sureste Mexicano, 2022).

México, después del anuncio que había hecho Biden, tras cerrar sus fronteras a la población venezolana que solicitaba asilo desde México. No obstante, estos módulos de atención en Tapanatepec, en ningún momento brindaron acceso a los procedimientos de regularización y refugio. Además de que, a menudo los formularios entregados difícilmente tenían validez en otros estados.

Asimismo, el Colectivo documentó que, en el trayecto de Tapachula, Chiapas al campamento de San Pedro Tapanatepec, habían alrededor de 19 puntos de revisión migratoria, integrados en su mayoría por autoridades del INM, la Guardia Nacional (GN), la Secretaría de la Defensa Nacional (SEDENA) y policías estatales (Colectivo de Observación y Monitoreo del Sureste Mexicano, 2022⁶⁴). Respecto a las condiciones en el campamento, el informe destacó que en el lugar no se encontraba en condiciones de salubridad, agua potable, insumos sanitarios, espacios de descanso y alimentación. En este sentido, los testimonios compartidos por parte de las mujeres venezolanas en Casa Fuente coincidían con los datos del informe del Observatorio. Por ejemplo, platicaban que las condiciones en las que se encontraban en Tapanatepec eran de hacinamiento y sobrepoblación. Durante los meses de octubre a diciembre, San Pedro Tapanatepec alcanzó a recibir alrededor de 10 mil personas al interior de los cercos que limitaban el campamento y muchísimas más extendidas en la periferia del pueblo, sobre la misma carretera internacional Km. 190. En ese sentido, varias de las mujeres relataron que preferían buscar en dónde rentar o acampar a las afueras del campamento, pues las condiciones del lugar eran deplorables, además de que no había espacios adecuados para su aseo durante la espera a conseguir

⁶⁴ Colectivo de Observación y Monitoreo de Derechos Humanos en el Sureste Mexicano, 2022. La Frontera Vertical. San Pedro Tapanatepec. México.

los FMM. Para la mayoría de las mujeres, el tiempo de espera y las condiciones en que se encontraba el campamento, las obligó a buscar alternativas para asearse:

Karina: —Yo para orinar buscaba una cosa limpiecita para no tener infección, porque ahí en San Pedro los baños estaban horribles. Porque ahí había un campamento, pero esos baños estaban horribles, entonces yo salía del campamento y buscábamos un sitio como limpiecito para agacharnos [...]

Dayana: —Ahí en San Pedro nos bañábamos en el río, porque si uno se queda ahí doce o quince días y te cobran que cincuenta para todo y somos varios, no alcanza.

Por otra parte, existen experiencias diferenciadas en cuanto a la espera para recibir los FMM. Para las familias que llevaban menores de edad, el tiempo se reducía considerablemente a diferencia de las personas que iban solas. Como señala Beatriz, el tiempo que esperó para poder recibir el FMM impactó no solo con respecto al acceso a espacios de descanso y aseo, sino también de manera económica:

Beatriz: —En San Pedro estuve 17 días, para esperar un permiso, porque las personas que no tienen niños pasamos a un número de lista y nos toca esperar ese número de lista, en cambio a veces cuando tienen niños los pasan un poco más rápido pero llegan a pasar cinco, seis o siete días y pues es difícil, porque para orinar son 20 pesos, para cargar tu teléfono son 20 pesos, para bañarte son 20 pesos, entonces imagínate, si son cinco familiares en un grupo familiar que vengan, entonces son nada más 100 pesos en una sola orinada cuando el cuerpo de nosotros orina por lo menos tres veces al día y va a hacer sus necesidades por lo menos una vez, cargar el teléfono, si tres o cuatro personas tienen teléfono, el agua, todos los artículos nos lo venden tres o cuatro veces por encima del valor que de verdad tiene, y un almuerzo allá

en San Pedro te puede costar ochenta, noventa pesos, cincuenta sencillo, una cucharada de arroz y ahí un poquito de grano y bueno ni siquiera ves el pollo porque es algo que literalmente ni siquiera te alcanza para darle a dos personas. [...] Y allá no estábamos contando ni siquiera con médicos ni nada, no había Médicos Sin Fronteras todavía, no había nada, no había alguien que te ayudara, ¿no? [...] esa experiencia es bastante traumática (Beatriz, mujer venezolana, Casa Fuente, noviembre 2022).

En el testimonio de Beatriz, podemos observar una falta de garantía en sus derechos, a través del nulo acceso a servicios básicos como atención médica. En este sentido, podemos ver, que el campamento de Tapanatepec es un ejemplo de los impactos que producen los acuerdos migratorios entre México y Estados Unidos. Un ejemplo de lo que autores como Varela (2019) y Torre-Cantalapiedra y Yee-Quintero (2017) refieren a este fenómeno como frontera vertical. En este caso, el Colectivo de Observación y Monitoreo del Sureste Mexicano, observó cómo la población que llegó a Tapanatepec fue principalmente venezolana y nicaragüense (2022, pág. 9).

Asimismo, a través de los testimonios recogidos, podemos observar que la población migrante venezolana, de alguna forma, buscó formas de regularización para transitar por el país. Sin embargo, nos encontramos que la mayoría de los relatos de las mujeres contenían experiencias desagradables en la espera de obtener esos documentos y que, finalmente, al continuar su trayecto, esos documentos no tuvieron validez en otros estados. Esta situación, para ellas fue un obstáculo al cual se enfrentaron y que, lejos de poder tener espacios de protección, las vulneró de distintas maneras. Por ejemplo, Beatriz relató que, para poder moverse de Tapanatepec, los boletos de autobús tenían un costo diferenciado para ella, por ser extranjera.

En San Pedro, el pasaje, de un boleto de San Pedro hasta ciudad de México estaba valorado de 500 a 600 pesos, pero nosotros los migrantes, lo pagamos a 1300 a 1100 a 1200 [...] los

transportistas nos hacen también la guerra, el emigrante es un comercio para muchas personas (Beatriz, mujer venezolana, Casa Fuente, noviembre 2022).

A partir de estos testimonios, observamos que el campamento que se estableció en San Pedro fue una estrategia de control migratorio que se caracterizó por la respuesta improvisada del Estado Mexicano. Esta estrategia, que además de haber tenido un enfoque de seguridad nacional, arbitraria y discrecional, provocó que cientos de miles de personas, principalmente venezolanas, se desplazaran al campamento para que pudiesen obtener un documento que, en la mayoría de los estados no reconocían como válido, lo que ocasionó que las personas fueran detenidas y devueltas a Tapachula u otros puntos de la frontera sur. Algunos testimonios aseguraron que, además de romperles ese documento, en muchas ocasiones los obligaban a bajarse de los autobuses en los que viajaban y los dejaban varados a mitad de la carretera, exponiéndolos a mayores riesgos:

Desde que tú llegas a Honduras hasta México los autobuseros quieren abusar con el pasaje. Pero el país que más nos ha tratado mal ha sido México y no sé por qué si solo estamos de paso ¿por qué nos retienen? ¿Por qué nos hacen perder tanto pasaje? Porque claro, al devolvernos, el carro sigue y ese pasaje no te lo regresan. Entonces otra vez, nos toca quedarnos en la calle [...] (Francis, mujer venezolana, Casa Fuente, noviembre 2022).

Entonces, vemos como las mujeres y personas menstruantes que se vieron forzadas a travesar la selva del Darién, después de transitar hacia Centroamérica, tuvieron que enfrentar, la dificultad de acceder a protocolos de regularización en México. En consecuencia, vemos cómo la mayoría de las personas se encontraron vulneradas ante la falta de acceso de información por parte del INM, de atención humanitaria y acceso a la salud. Lo que, además, hace visible cómo las mismas estrategias de contención migratoria incrementan la concentración de personas en condiciones deshumanizantes, el riesgo de que sufran la nula garantía de sus derechos. Esto también

abona a una mayor vulnerabilidad en la salud y gestión menstrual de las mujeres, niñas y personas menstruantes. Pues la mayoría de las personas están agotadas física y mentalmente; muchas veces llegan con necesidades de atención médica y con recursos económicos insuficientes como para cubrir servicios básicos como hospedaje y alimentos.

4.2.3 “Aquí no sobrevives a la naturaleza, sobrevives a la migración”

Esa experiencia es bastante traumática, si de verdad te digo, sinceramente, es algo rudo, yo estuve 12 años en las fuerzas armadas de mi país y nunca pensé que mi peor enemigo en la calle podría ser personas que cumplen las mismas funciones que yo cumplía en mi país, nunca pensé que me iba a sentir amenazada por una persona que tuviera y portara un uniforme igual que yo y cumpliera las leyes igual que yo y nunca sentí que me iba a sentir así de frustrada por eso (Beatriz, venezolana, en entrevista, noviembre 2022).

En la experiencia de Beatriz, sentirse perseguida y violentada por autoridades del INM, fue bastante recurrente. Cuando me encontraba realizando la entrevista con Beatriz, una de las mujeres que participaron en los talleres *Menstruación consciente y autonomía corporal* en Casa Fuente, recuerdo que en una de las entrevistas que realicé con ella, le pregunté “¿Por qué no te quedarías?”, poco después de que ella me dijera que, en su plan actual, estaba conseguir un trabajo temporal, ahorrar y después seguir su camino hacia Matamoros, Tamaulipas. Ante la pregunta, recuerdo que suspiró profundamente y me dijo, como vómito verbal, todas las emociones y sensaciones que vivió llegando a México:

Porque no siento seguridad en México, no me siento resguardada, no me siento que me vayan a brindar la seguridad y la estabilidad que yo necesito como para salir aquí adelante, siento mucho miedo porque acá existe mucha violencia, mucho secuestro y de verdad que ese tema

no me gustaría, no me gustaría estar acá en México [...] hay personas que nos tratado bien, nos han abierto las puertas, nos han brindado de su colaboración, de su apoyo, nos han brindado ropa, nos han atendido. Sé que no todas las personas son malas, pero en realidad, uno necesita un empleo, una estabilidad y una seguridad y yo creo que la mayoría de nosotros los migrantes venezolanos no nos vamos a quedar aquí en México por ese tema (Beatriz, en entrevista, noviembre 2022).

En el apartado anterior hablábamos de cómo las personas migrantes se ven afectadas por los acuerdos de control migratorio entre México y Estados Unidos. En este sentido, podemos observar, con el testimonio de Beatriz, cómo uno de los efectos en las transformaciones de las políticas migratorias obliga a las personas venezolanas a no buscar formas de regularización en el país. Esto se debe, en gran medida, a que las personas experimentan una sensación de incertidumbre ante la falta de información clara y accesible sobre las políticas actuales y los mecanismos de protección al que pueden acceder. A ello, se le suma que las políticas de control migratorio han optado por mantener una lógica de defensa nacional y militarizada, por lo que la población ha experimentado también un aumento en las detenciones arbitrarias por parte del INM, abusos de autoridad e incluso situaciones de riesgo para su integridad.

En este caso, lo que ocurrió a partir del 12 octubre de 2022, con las nuevas restricciones para las solicitudes de asilo en Estados Unidos a personas venezolanas, nicaragüenses, cubanas y haitianas, produjo un clima de incertidumbre generalizado sobre cómo el gobierno mexicano iba atender esta crisis. Esto, no solo complejiza el trabajo humanitario que realizan las organizaciones de la sociedad civil hoy en día (como veremos más adelante), sino que complejiza las experiencias de las personas migrantes y dificulta que opten por canales de regularización en México que se ofrezcan en condiciones seguras. Con respecto a esto, en uno de los talleres que realizamos en

Casa Fuente, mi compañera Isabel Gutiérrez y yo decidimos realizar otra actividad de lluvia de ideas, en la que se les preguntó a las participantes del taller “¿Qué palabras usarían para describir la migración en México? A lo que respondieron con palabras y frases que compartiré en la siguiente imagen:

Ilustración 4. Representación digitalizada del ejercicio “Lluvia de ideas ¿Qué palabras usarían para describir la migración en México?”

“Odio” **“Como si fuera criminal”** **“Persecución”**
“Violentada”
“Como un patio trasero de una casa” **“Riesgo”** **“Como un muro”**

¿Qué palabras usarían para describir la migración en México?

“Miedo” **“Dolorosa”** **“Reprimida”**
“Presa” **“Por temor a que migración nos regrese nos pusimos en riesgo”** **“Horrible”**
“Corrupción”

Fuente: Taller Menstruación consciente y autonomía corporal en Casa Fuente, noviembre de 2022. Creación propia.

Al terminar el ejercicio, decidimos indagar más acerca de esas palabras elegidas. La mayoría hablaba, principalmente, de la sensación de sentirse perseguidas y criminalizadas por ser migrante, lo que las llevaba a encontrarse en situaciones de riesgo, con tal de evitar, por ejemplo, los controles migratorios. Así, por ejemplo, Dayana experimentó varias situaciones de peligro, en las que muchas veces sintió miedo de ser desaparecida:

Tuve mucho miedo, porque nunca había estado presa y luego reprimida, porque yo me preguntaba ¿cómo es posible que yo con mi dinero para que pueda avanzar tenga que ponerme en peligro? Viajar con personas que de repente eran peligrosas y nos quitaban plata, plata, plata y luego me pregunto ¿y si esa gente nos hubiera secuestrado y éramos puras mujeres y que pasa si de repente agarra otro camino y nos desaparece? ¿No?, por temor a que migración nos regrese nos pusimos en riesgo. Por ejemplo, en Ciudad Juárez estuvimos en riesgo porque de repente estábamos ahí y una señora nos miraba y nos miraba. Y uno siente la intuición de que algo puede pasar, porque además éramos tres mujeres solas y la señora hable y hable por teléfono. Y de repente que llega una camioneta toda blindada y cuando la señora vio que nosotras nos dimos cuenta de que había algo raro, y cuando nosotras nos movimos, la camioneta se fue. Y pues quién sabe, muchas cosas pueden pasar. Y pues sí, me he sentido en peligro en México. Ni en nuestro país y pues sí, no estamos en nuestra casa, pero los de migración sí nos ponen a nosotros en riesgo, toda esa persecución. Y pues he conocido a personas que, sí han vivido eso, que los secuestran o los extorsionan. Una amiga de nuestra amiga que ya está allá por Texas nos dijo que su amiga que venía con ella la desaparecieron, lleva dos meses sin que nadie sepa dónde está. Entonces sí, pues ellos mismos (migración) nos ponen en riesgo (Dayana, venezolana, Casa Fuente, noviembre 2022).

Para Dayana, ser migrante y el que la identifiquen con eso, ha sido una situación que la ha vulnerado en México. Aunado a ello, vemos que también Dayana reflexiona un elemento más que se suma a sus vulnerabilidades: la categoría de género. Para ella, el estar en México y haber tratado de llegar a la frontera norte, la ha hecho experimentar el miedo a ser violentada, no solo por ser migrante, sino además por ser mujer. Lo cierto es, que ante la realidad social que viven las personas migrantes, es recurrente observar que el miedo a ser desaparecidos es una constante desde que atraviesan la frontera sur de México. Esto se debe, justamente, a la falta de mecanismos de

protección que sean fáciles de acceder para ellas y que sean bajo un lenguaje sencillo. A lo largo de mi trabajo visitando albergues como Casa Fuente, Casa Tochan, CAFEMIN o espacios de acompañamiento como Sin Fronteras, era recurrente escuchar que la población migrante no entendía con claridad los procesos para solicitar protección humanitaria, muchas de ellas preferían también evitar el papeleo que implicaba solicitar asilo en México, por miedo a que eso les impidiera solicitar protección en Estados Unidos. A esto se le suma que, en sus experiencias con los agentes del INM, era común escuchar casos de discriminación, hostigamiento, detenciones arbitrarias, falta de claridad sobre la validez de los documentos que expedían y la falta de atención empática por parte de ellos, por ejemplo, en los módulos de atención que establecieron en San Pedro Tapanatepec e incluso, experiencias de extorsión por parte de la Guardia Nacional.

Además, muchos de los testimonios aseguraron que estas experiencias comenzaron a enfrentarlas desde que cruzaban Guatemala como fue para Francis:

Es que el terror comienza en Guatemala cuando ya te comienzan a quitar dinero. Pero peor es México, porque México es como un patio trasero de una casa. Y de repente se encuentra uno perseguido por aquí y por allá, metiéndonos presos. Uno sale de la selva y quiere pasar, pero no nos dejan. No nos dan la oportunidad y pues uno quiere solo pasar (Francis, venezolana, Casa Fuente, noviembre de 2022).

Otro ejemplo similar fue el de Cindy, que había viajado desde Nicaragua sola hasta Tapachula sin haber experimentado algún problema. Pero que, al llegar a Tapachula, la agilidad y el tiempo con el que continuaba su trayecto se ralentizó:

Yo había llegado hasta Tapachula sin problemas. Honduras todo bien, Guatemala todo bien, la gente chévere. Pero llegando a Tapachula, no. Yo tuve que caminar ocho horas desde

Tapachula hasta a San Pedro. Pero veníamos en ese trayecto en caravana, nos esperábamos para irnos en grupo porque había un punto donde estaban los retenes de migración. Y nos dejaron pasar porque éramos mucha gente, como 300. Y me dio sentimiento pues, de tener que pasar muchas cosas (Cindy, nicaragüense, Casa Fuente, noviembre de 2022).

Como se afirmó arriba, con el relato de Cindy, fue que, a la llegada a la frontera sur, ella prefirió viajar acompañada en las caravanas que se conformaban en Tapachula, para poder avanzar de forma segura a San Pedro Tapanatepec. En el caso de Cindy, que viajó desde Nicaragua sola, ella había contemplado llegar a Tapachula y buscar un *pollero* que la llevara hasta el norte, sin embargo, se topó con una situación compleja en el que la inercia del mismo flujo, la llevó a San Pedro Tapanatepec:

Pero llegando a Tapanatepec, nos agarraron y tuvimos que correr y rodear, cruzar un río y meternos a un potrero así lleno de lodo y monte, y de ahí llegamos hasta [no recordó el nombre] ahí nos quedamos ese día porque llegamos en la noche, a las 7 de la noche llegamos. Luego salimos del monte... y nos quedamos ahí y al día siguiente subimos hasta llegar a Chahuities. Y ya, ahí, dilatamos 8 días esperando el permiso en San Pedro (Cindy, nicaragüense, Casa Fuente, noviembre 2022).

Como vemos en el mismo relato, Cindy huyó, probablemente de uno de los retenes que se encontraban en la ruta de Tapachula a San Pedro Tapanatepec. Dentro de su experiencia, ella describió que esa situación la hizo sentirse mal, como si hubiese sido un criminal en fuga. Otro ejemplo similar a la experiencia que tuvo Cindy fue el de Francis y Johana, ambas habían llegado juntas a Chiapas; después cruzando la frontera sur por Ciudad Cuauhtémoc y buscado una combi que las llevara a Comitán, sucedió lo temible. Pues el conductor de la combi las habría llevado a

ellas, junto con los demás pasajeros a un retén migratorio, en donde inmediatamente las llevaron a una estancia provisional:

Francis: —Nosotras estuvimos presas en Comitán. En la combi nos entregaron. Ellos nos llevaron a migración ahí a un módulo. Todas las combis pasaban normales, y uno se subía y de repente que nos bajaban y nos gritaban bájense todos. Y cuando vi que el señor entró a migración me dio un miedo y empecé a pegar gritos y el señor no me puso ni cuidado. Y pues no teníamos otra opción. Y al otro día que nos dijeron que podíamos pedir un permiso. Nos subieron a un camión y nos devolvieron a Guatemala.

Johana: —Nosotras estuvimos cuatro días. Nos dijeron que nos iban a dar un oficio para que nos regresáramos hasta Venezuela. Nos dieron un minuto para hacer llamadas y solo eso [...] nos mandaron a unas como oficinas, un área aparte como una salita, y ya en la noche nos daban una colchoneta, pero porque llevábamos nuestros hijos.

Los testimonios de Francis y Johana, recuerdo que se habían percibido con angustia. Al respecto, Dayana también compartió su experiencia detenida en la estación migratoria de Piedras Negras en Reynosa:

¿Por qué será que los de migración si saben que uno viene solo de paso, nos tratan así de mal? Ahí donde yo estuve a unos muchachos les metieron palos, los golpearon y ellos se regresaron decepcionados a Venezuela. Y se fueron a los días. Nosotras nos detuvieron en Ciudad Juárez y nos regresaron a Guatemala. Y pues cuando volvimos a entrar traíamos un miedo. Yo no quería [...] donde nosotras estábamos, era como aquí un comedor y un pasillo donde estaban las colchonetas. Parecía una cárcel porque nos cerraban con candado.

Al respecto, con ambos relatos podemos hacer una diferencia en las condiciones que se encontraron estando detenidas en algunas de estos dos formatos de detención. Por un lado, Francis y Johana explicaron que si bien, sintieron enojo, incertidumbre y miedo al haber sido privadas de su libertad, las condiciones de su detención no fueron malas, en este caso ellas incluso recordaron algunos ejemplos de “buen trato”:

Nosotras en las Estación Migratoria de Comitán nos daban papel de baño y cremitas o las toallas sanitarias también. No era que todo el tiempo, pero si teníamos de eso (Francis, venezolana, Casa Fuente, noviembre 2022).

Sin embargo, otros relatos como el de Dayana y algunos comentarios de otras interlocutoras que habían escuchado experiencias de otros jóvenes al ser detenidos y llevados a estaciones de detención migratoria, la situación era contrastante. Por ejemplo:

Cindy: —Yo vi en la COMAR también que llegaron unos con uniforme y con gente como presos, hasta niños, vestidos como de cárcel.

Beatriz: —Una amiga que llegó a Matamoros y faltándole una hora para llegar la agarraron y estuvo ocho días presa y que fue horrible, que nunca había vivido algo tan horrible como eso y la regresaron para Tapachula.

Al respecto, podemos ver cómo la mayoría de las interlocutoras tuvieron alguna experiencia de privación de su libertad en estancias provisionales o estaciones de detención migratoria del INM. Indiscutiblemente, estos testimonios, reflejan también cómo el enfoque de seguridad nacional que ha implementado el gobierno mexicano ante la crisis migratoria actual ha estado vinculado en gran medida al control migratorio militarizado. En este sentido, uno de los aspectos más preocupantes de esta política ha sido la detención sistemática de personas migrantes, solicitantes de asilo y

refugiadas sin distinción (Comisión Mexicana de Defensa y Promoción de los Derechos Humanos, 2022).⁶⁵ Si bien, en el caso mexicano, estas detenciones tienen un carácter administrativo y no penal, como sucede en Estados Unidos, vemos que las personas privadas de la libertad en centros de detención como las estaciones migratorias o las estancias provisionales administradas por el INM, experimentan situaciones de vulnerabilidad, al ser detenidas muchas veces de forma injustificada, bajo tratos deshumanizantes, discriminatorios y violentos.

A esto, se le suma los malos tratos que han ido experimentando a lo largo de su travesía por México. Los estigmas a los que se enfrentan como migrantes muchas veces obliga a las personas a perder autonomía y seguridad, al no tener claro cuáles son los mecanismos de protección al que pueden acceder en México; las vulnera, por ejemplo, en su salud al no acercarse a servicios de atención médica o económicamente, pues el hecho de que las identifiquen como personas extranjeras, las posibilidades de obtener vivienda, espacios de aseo o alimentos como vimos en los relatos que compartieron sobre sus experiencias en San Pedro Tapanatepec. Otro ejemplo ha sido el de acceder a la movilidad interna como el uso de transporte como autobuses, pues muchas veces es más caro por el simple hecho de ser extranjeros o son los mismos transportistas los que perpetran actos de abuso y violencia, lo que aumenta la posibilidad de vivir situaciones de riesgo. Al respecto, Dayana compartió su experiencia viajando en autobús hacia Ciudad Juárez:

Los autobuseros nos cobraban el doble, por ejemplo, a nosotras nos cobraron 2700 para llegar a Ciudad Juárez. Y luego nos pasó que después de montarnos al autobús, en medio de la noche y así en medio de la nada, nos metieron a una bodega y aun cuarto ahí donde parece que golpean a las personas y nos metieron todos ahí y “denme plata”, todos ahí armados y ahí fue

⁶⁵ CMDPDH, 2022. Caminos en pausa > condiciones de detención en estaciones migratorias de México. Monitoreo de condiciones de detención por parte de la CMDPDH.

cuando dimos como 25 dólares. Y nos retuvieron la cédula y nos obligaron a darles la plata. Y después más adelante, una policía que estaba armada hasta los dientes nos pidió plata y nos chuparon toda la plata [...] Por eso nosotras hemos analizado y pues no, no queremos pedir asilo a México, queremos llegar a Estados Unidos y por eso creo que no hacemos ese papeleo (Dayana, mujer venezolana, Casa Fuente, noviembre 2022).

En consecuencia, las situaciones de violencia como las mencionadas anteriormente, resultado de un contexto migratorio hostil en México, ha generado en la población migrante una percepción negativa sobre las posibilidades de obtener seguridad durante su estadía en el país. Esto, indudablemente ha hecho que la población prefiera mantener la expectativa de llegar a Estados Unidos y no tenga deseos de buscar protección en México. Algunos de los comentarios que compartieron las mujeres nos sirven de ejemplo:

Johana: —Yo siento que nos pagamos mucha plata, tanto que ya no tenemos ni para regresarnos ni para seguir adelante. Nos sentimos desvalorizados y es que ellos no entienden que nosotros somos emigrantes, no queremos quedarnos, solo estamos de paso.

Cindy: —Uno llega al punto que dice ya no puedo más y cometemos muchos errores que ya mejor queremos regresarnos, pero no, resistimos y pues aguantamos. Lo vamos resolviendo. Yo no me quiero quedar, no. Para mí México no es una opción, porque no me siento segura aquí. Tanta persecución.

Dayana: —Nunca había estado tanto en riesgo como aquí y siento que de alguna manera todo lo que he vivido me hace sentir agradecimiento por la vida. Y aunque a veces he sentido que se me baja el potasio y aun así aquí estoy, a pesar de que he puesto en peligro mi vida, aquí estoy.

A partir de estos ejemplos, vemos también que a pesar de las peripecias que han atravesado, las mujeres son capaces de resistir y mantenerse a la expectativa de continuar su camino hacia la frontera norte. Escuchar a las mujeres, como grupo, detallar las emociones que experimentaron a lo largo de su recorrido migratorio, tales como el miedo a la desaparición forzada, estrés emocional o ansiedad ante la incertidumbre e incluso impotencia frente a la inseguridad que experimentaron al llegar a México, me hace pensar en la importancia justamente de las emociones en la construcción de las experiencias menstruales.

Asimismo, a través de los testimonios que compartieron las mujeres venezolanas, podemos comprender la relación que existe entre las políticas de exclusión, que vulneran también la capacidad de las mujeres para poder gestionar su menstruación. Pues, al llegar a México, se enfrentaron con otros retos como la persecución, la violencia institucional o trámites de regularización que no siempre tenían validez en otros estados, lo que las expuso a transitar por caminos peligrosos o permanecer en espacios precarizados. En este sentido, al encontrarse bajo situaciones de exclusión social y política (como ser perseguidas por autoridades migratorias), las personas van a incurrir en situaciones de riesgo para continuar con su tránsito. Como, por ejemplo, atravesar por regiones peligrosas, poco transitadas o en contextos donde a menudo se sentirán vulneradas y acceder a espacios o condiciones adecuadas para gestionar su menstruación se verá limitada.

4.2.4 “Mientras esté aquí” Experiencias menstruales en los albergues de la Ciudad de México

Aquí en la Ciudad de México nos tocó dormir varios días en la terminal y fue horrible, porque la noche es muy frío [...] luego nos pusimos a buscar un refugio y ya fue que un cura nos trajo con doña Beatriz, estábamos en el metro platicando nosotras tres [refiriéndose a Francis y

Karina, otra joven que recién se había incorporado al taller] y pues nos preguntó si queríamos la dirección y nos trajo, nos ayudó mucho, nos ayudó a retirar dinero, incluso un día nos dio de comer (Johana, venezolana, Casa Fuente, noviembre 2022).

Johana y Francis, son primas. Ambas llegaron junto con sus familias a la Ciudad de México a finales de octubre después de que un retén las bajara del autobús y las dejara varadas a mitad de carretera de Puebla-Tlaxcala, por no llevar documentos. No tenían más dinero para comprar otros boletos de autobús y el permiso que habían obtenido en San Pedro Tapanatepec, parecía no servir de nada. Después de haber pedido dinero a pie de carretera, lograron comprar un boleto de autobús que las llevara a la terminal norte de la Ciudad de México. Ahí pernoctaron por varios días, hasta que se dieron cuenta que iba a ser difícil comprar boletos para el norte de México, porque las corridas de autobuses estaban siendo suspendidas o exigían documentos oficiales con los que no contaban. Fue así como decidieron buscar un albergue, junto con Karina, una chica que conocieron en la terminal y que se les unió en la búsqueda. Estando en el metro se perdieron un rato, hasta que un cura las llevó a Casa Fuente. Para Johana y Francis, llegar a la Ciudad de México fue un intento por permanecer en un lugar seguras. A lo largo de su experiencia, ya habían oído que en la ciudad podían recibir ayuda humanitaria. Ya no llevaban más recursos, estaban cansadas y necesitaban un espacio de descanso y esperar a que las condiciones fueran favorables para llegar a Ciudad Juárez y pedir asilo en Estados Unidos. En ese entonces ya se rumoraba que el Título 42 iba a desaparecer y eso les daba a ellas la esperanza de poder llegar a la frontera y no ser deportadas.

Con las experiencias presentadas anteriormente podemos decir que, para las mujeres y personas menstruantes, vivir su menstruación a lo largo de su trayectoria migratoria se le añade un sentimiento negativo y de frustración en relación con su cuerpo. En el tránsito irregular, las mujeres y personas menstruantes no sólo se enfrentan a la ausencia de espacios y elementos para gestionar

su periodo. A ello, se le suma la experiencia de sufrir alteraciones en su cuerpo, resultado también de las dificultades que afrontan a lo largo de su trayectoria migratoria. Estas aflicciones, que pareciera solo experimentan los cuerpos que menstrúan, implican ajustarse a las circunstancias y negociar sus propias prácticas de cuidado y gestión menstrual pues es la única manera que tienen para poder atravesar todos estos desafíos. En este caso, renunciar a espacios de aseo y privacidad; al acceso de productos menstruales o a los descansos por malestares relacionados con el ciclo menstrual es un precio que pagan con tal de encontrar su propia dignidad.

Ahora bien, en algunas ocasiones durante su tránsito, las mujeres venezolanas lograron acceder a mejores condiciones que les permitían optimizar sus experiencias menstruales y relevar las percepciones negativas sobre sus cuerpos menstruantes en relación con su proceso de movilidad. En este sentido, podemos ver que, en el tránsito irregular, las personas atraviesan por distintos momentos de exclusión e inclusión al transitar por distintos países, lo que complica sus experiencias migratorias y, por ende, sus experiencias menstruales. Encontrarse en situaciones en donde son apoyadas, ya sea por la sociedad civil, como por organismos humanitarios o procesos de inclusión política, les permitió acceder a espacios de alojamiento, atención médica y tener acceso a condiciones sociosanitarias, lo que facilitó vivir su menstruación de manera más segura.

Dentro de estos vaivenes, los espacios de acogida como refugios, albergues u hospitalidad de personas locales, facilitaron la posibilidad de mejorar su experiencia menstrual en comparación a lo que venían experimentando. En este sentido, el tener acceso a infraestructura que les permita tener espacios de aseo y descanso o productos de gestión menstrual definitivamente es un elemento favorable para que puedan vivir su menstruación cercana a como estaban acostumbradas. No obstante, en estos espacios también enfrentaron algunos retos con su gestión menstrual, quizás desde un aspecto menos perceptible. Y que está relacionado directamente con la forma de habitar

esos espacios, las condiciones de hacinamiento en el que se encuentran y las relaciones que se generan al interior como consecuencia de ello.

Durante el tiempo en el que realicé el trabajo de investigación en Ciudad de México, los albergues que visité se encontraban en una situación complicada. Parecía que las nuevas modificaciones al programa Parole, en Estados Unidos, se estaban viendo reflejados al interior de la ciudad. Pues tan solo una semana después de su publicación y puesta en marcha, el 12 de octubre de 2022, los espacios de acogida en la Ciudad de México comenzaron a colapsar ante la falta de capacidad en términos de infraestructura como de personal para recibir a la población. Por ejemplo, CAFEMIN reportó que la población alojada en sus instalaciones había aumentado de 87 a 540 personas en una semana, seis veces más que en septiembre; en Casa Fuente y Casa Tochan, la situación no era diferente, a pesar de ser albergues más pequeños, cuya capacidad máxima es a treinta personas, durante esos meses llegaron a recibir alrededor de cien personas.

Al interior de estos espacios, las personas permanecían alojadas prácticamente en cualquier espacio: patios, pasillos o escaleras. En Casa Fuente, por ejemplo, todas las áreas comunes eran utilizadas para alojar a la población. El recibidor, el comedor, la sala y el patio de lavado estaban repletos de colchonetas y cobertores apilados que en la noche se desplegaban para que las personas pudieran descansar. Durante ese tiempo, Beatriz y una de sus voluntarias, una joven nicaragüense que había decidido quedarse permanentemente en la ciudad, permanecieron haciendo guardias y durmiendo en el recibidor. Esto debido a que no tenían un velador ni voluntarios que desearan trasnochar en el espacio para recibir a las personas. Según Beatriz, esta situación era similar a lo habían vivido con las caravanas centroamericanas en 2018 y con la ola de haitianos que habían llegado durante la pandemia en 2021. Para quienes se encargaban de recibir en primera línea a la población, parecía normal que la mayoría llegara por las noches. En la crisis de 2022, muchos de

ellos venían directamente de la terminal y buscaban un lugar donde pernoctar. Familias completas y grupos grandes de mujeres y hombres jóvenes, que casi siempre traían consigo menores de edad. Todos de origen venezolano.

Como señalaba anteriormente, es en este escenario donde las personas menstruantes en situación de movilidad encuentran una tregua ante todas las peripecias que han enfrentado. Sin embargo, las condiciones de hacinamiento y los recursos limitados en cuanto a infraestructura, convierte también la experiencia menstrual en un reto.

Por ejemplo, yo llegué a esta casa, acá me dieron la oportunidad de estar diez días. Y qué pasa, que de repente este refugio puede con cien personas. Pero de repente llegan mil personas. Pero no se puede. Los refugios colapsaron. (Beatriz, mujer venezolana, Casa Fuente, noviembre de 2022).

Entre estas situaciones, a lo que se han enfrentado es a la dificultad para encontrar espacios de privacidad o acceso a sanitarios limpios para la gestión de su menstruación. Un tema recurrente durante mis visitas fueron las filas interminables para ir al baño. Casa Fuente cuenta con dos baños que eran utilizados hasta por 80 personas al día. Era fácil entrar en tensiones cuando había personas formadas para bañarse y otras para hacer uso del inodoro o del lavabo. Por lo tanto, era recurrente que hubiese conflictos por quienes se tardaban más:

Yo entiendo que uno no está en su casa ni nada, pero es desagradable que uno tenga que hacer fila y está uno haciendo pipi. Todo el día hay que hacer fila y luego te roban tu lugar y no, es una cosa de estar siempre esperando (Francis, venezolana, Casa Fuente)

Normalmente esta situación requería una constante reorganización de cómo se utilizan los baños, tanto para el aseo como para su uso inmediato. Esto, ineludiblemente generaba también nuevos sentidos con respecto a la necesidad de privacidad. No obstante, las mujeres que participaron en los talleres de *Menstruación consciente y autonomía corporal* señalaban que, a

pesar de ser un aspecto que les incomodaba, no se comparaba con las experiencias previas al llegar a la ciudad.

Por otro lado, dentro de estos espacios las mujeres establecen códigos de solidaridad en el que observan las necesidades que tienen con respecto a la menstruación y pueden decidir actuar, otorgándoles una pastilla para los cólicos, productos menstruales o simplemente acompañamiento durante las manifestaciones de incomodidad o dolor. Si bien, es algo que no hablan de manera abierta, las une el lenguaje corporal frente a ciertos síntomas de la menstruación, que se entiende como algo vivido colectivamente. Por ejemplo, Roxana explica cómo ella lo percibe:

Es entendible porque nadie de acá ha pasado una buena situación. Entonces hay mucha gente que viene cargando muchos problemas y uno no se va a meter a preguntarle algo tan íntimo como eso [la menstruación] a no ser la persona lo requiera en ese momento. Yo creo que hay temas para tratar en ciertos momentos y hay temas que no, por ejemplo, si ella tiene su esposo no me voy a poner a interrogarla y a decirle che —en mi país es la che— qué tipo de relación tiene con su esposo, temas de matrimonio, igual que cuando le viene el periodo. Si le puedo preguntar si la veo con cara de dolor porque eso no se puede ocultar cuando una mujer tiene cólicos. Entonces decirle, ¿tienes tu periodo?, ¿estás con vómitos? O cosas así, pero es algo que uno, al menos por mi parte que como mamá yo ya lo noto y no lo pueden ocultar. Es muy difícil que una mujer oculte cosas así. (Roxana, argentina, Casa Fuente, noviembre 2022).

En ese contexto, era posible observar cómo las condiciones de alojamiento aunado a las condiciones precarias con las que llegaban al albergue impactaban de manera directa en su gestión menstrual y en su propia movilidad o uso del espacio. Por ejemplo, con las mujeres que participaron en los talleres *Menstruación consciente y autonomía corporal* en Casa Fuente, Beatriz, una de las huéspedes, señaló que la falta de elementos de gestión menstrual, dentro de sus

propios valores, le impedían llevar a cabo las actividades que solía realizar desde que llegó al albergue:

Yo llevo solo tres días aquí conviviendo. Y eso porque todos los días salgo a buscar trabajo con mi esposo. Y llevo tres días aquí porque tengo la menstruación y me he sentido mal y no he querido caminar. Así, con poca ropa, así sin sentirme que no tengo un pantalón negro. Me gusta usar una licra debajo de la ropa. Pero bueno, como somos emigrantes botamos todo y luego no tenemos ni ropa y [no] estamos viviendo como estamos acostumbrados (Beatriz, venezolana, Casa Fuente, noviembre 2022).

Como podemos ver con los distintos testimonios, las opciones limitadas en cuanto a insumos e infraestructura de los espacios de acogida a menudo limitan la posibilidad para gestionar su menstruación. Lo que termina afectando otras actividades necesarias para que puedan continuar afrontando las peripecias del camino. En el caso de Beatriz, por ejemplo, ella narra cómo menstruar y verse limitada en sus propias prácticas de gestión menstrual, dificulta que ella pueda moverse fuera del albergue y buscar trabajo. Para muchas de las mujeres que participaron en las entrevistas y los talleres, encontrar un espacio en donde poder alojarse por varios días resuelve de muchas maneras las necesidades básicas de existencia, lo que les permite buscar atender otras, como conseguir dinero para continuar su viaje. A menudo escuchaba en los testimonios de las mujeres, el deseo de conseguir un trabajo que les permitiera ahorrar para poder comprar boletos de autobús que los llevara a las fronteras de México con Estados Unidos, para tratar de solicitar asilo. En este sentido, la falta de documentos de tránsito regular los obliga a buscar empleos informales e irregulares, lo que tiende también a que las personas se encuentren en contextos de explotación laboral. En el caso de Dayana, por ejemplo, ella logró conseguir un trabajo en un puesto de dulces en el metro observatorio. Ella me contó que la jornada es alrededor de diez a doce horas:

Yo conseguí trabajo mientras. Yo no sabía que acá se trabaja doce horas diarias. Conseguí trabajo por ahí cerca del metro, vendiendo dulces, agua, jugo, refrescos. Fui ayer pero hoy no porque me dolía mucho el tendón y pues tenía que atender el pie. Y pues como son doce horas de estar ahí parada. Decidí descansar hoy, iré a ver que me recetan y mañana vuelvo. No es mucho lo que pagan, pero es mejor que estar aquí, sentada, esperando a que no pase nada (Dayana, venezolana, Casa Fuente, noviembre 2022).

En la espera, al interior de los albergues, carecer de elementos de gestión menstrual, entendida como insumos e infraestructura, en cierto sentido hace que la experiencia menstrual sea más difícil de soportar. A ello, el uso del espacio, influenciado también por los roles género que se establecen en el albergue, apuntan a que las mujeres venezolanas, se encontraran bajo situaciones de estrés y angustia. Recuerdo que a menudo los espacios comunes durante el día eran habitados por las mujeres, haciendo uso específico de la cocina y el comedor. Y, por las tardes, muchas veces encontrábamos que los hombres hacían uso mayoritario del comedor, la sala o el patio. En este sentido, las mujeres utilizaban los dormitorios y la cocina como espacios cotidianos basados en las actividades de cuidado, con pocos espacios de esparcimiento y socialización, a pesar de que Casa Fuente se encontraba sobrepoblado. No obstante, en contraste con las experiencias previas, asegurar un lugar donde dormir, comer y asearse, definitivamente mejoraba su experiencia vital y menstrual. A pesar de que el agotamiento, la ansiedad y el estrés fueran las emociones que experimentaban con regularidad.

4.3 Los efectos de la migración en la salud menstrual

Hasta aquí exploramos algunos de los entramados que las mujeres venezolanas consideraron significativos en sus vidas, a lo largo de sus trayectorias migratorias. Y observamos también de qué manera habían impactado en los procesos de vulneración de las mujeres en su menstruación,

las políticas migratorias más recientes: la imposición de una visa para ingresar al país desde enero de 2022; la expulsión de personas venezolanas bajo el Título 42, que en ese momento se encontraba en disputa; el nuevo *parole* para los venezolanos, nicaragüenses, cubanos y haitianos, desde el 12 de octubre de 2022; el cierre de frontera por parte de Panamá a las personas venezolanas. En resumen, gracias a los testimonios de las interlocutoras, pudimos darnos cuenta que las principales problemáticas identificadas que han afectado a las personas menstruantes venezolanas son: 1) la falta de información clara y completa sobre las nuevas políticas migratorias; 2) las opciones de regularización migratoria en México; 3) escasez en las opciones de vivienda digna o espacios de descansos dignos; 4) espacios de aseo, saneamiento e insumos de gestión menstrual; 5) las políticas migratorias restrictivas que obligan a las personas a viajar por rutas peligrosas como la selva del Darién; 6) persecuciones, extorsión y corrupción por parte del INM, que las obliga a ir por rutas de movilidad peligrosas en México y; 7) la falta de acceso a servicios básicos, que en consecuencia limita la garantía de sus derechos.

Ahora bien, una de las preguntas que me acompañó a lo largo de este trabajo fue “¿qué efectos produce la migración en la menstruación de las personas en movilidad?”. Con esta pregunta, buscaba indagar no solo las situaciones vulnerables a las que se enfrentaban las personas menstruantes al migrar de forma irregular, sino además si eso se reflejaba en el ciclo menstrual. Esto me llevó, por un lado, a observar no solo en las experiencias de ellas sobre sus cuerpos, sino en los sentimientos que expresaban alrededor de ciertas situaciones. En este sentido, las mujeres venezolanas, relataron que sufrieron alteraciones a su periodo, ya sea amenorrea, es decir la ausencia de su periodo o sangrados excesivos y recurrentes durante todo su viaje. Por ejemplo, al respecto hubo una discusión interesante en los talleres que se realizaron en Casa Fuente, sobre las alteraciones a sus ciclos menstruales:

Francis: —Yo soy fija. Todos los dos o tres de cada mes. Soy muy regular. Siempre me he hecho chequeos. Pero en la selva me pasó que no vi el periodo. Y también, pienso que tampoco nos dábamos cuenta de nuestra menstruación, porque estábamos tratando de sobrevivir.

Francis: —Yo creo que a mí también se me fue del tiro, del susto.

Johana: —A mí me bajaba dos días y pasaba dos días y me volvía a bajar.

Cindy: —A mí me bajó ya cuando yo salí de la selva.

Dayana: —Yo pienso que la mente domina el cuerpo, entonces uno se puede mentalizar. Por ejemplo, yo lo viví no tan difícil, porque me fui mentalizando, pero también me pasó que cuando salí de todo eso, que ya mi cuerpo lo empecé a resentir, con dolor en el cuerpo. Pero gracias a dios que no fue en la selva porque yo vi gente sufrir en la selva.

Dentro de sus propias reflexiones, ellas indagaron en por qué sucedían estas alteraciones en sus cuerpos, no solo atravesados por la falta del ciclo menstrual o por un exceso en su sangrado, sino además por manifestaciones de dolor, como cólicos intensos, dolor de cuerpo, diarrea. Asimismo, ellas consideraban que el estrés y la ansiedad provocado por migrar, era otro factor importante que influía en las alteraciones de su menstruación. Entonces, en ello, también hubo quienes recordaron que en otras experiencias que implicaron sufrimiento, experimentaron alteraciones en su ciclo menstrual, como fue en el caso de Karina, una mujer venezolana de 38 años que se había incorporado en la tercera sesión de los talleres que se realizaron en Casa Fuente.

Hace un año murió mi abuelo. Yo recibí la noticia a las 12 de la noche. Y en la mañana cuando estaba en el restaurant con mis familiares a mí me vino el periodo. No tenía que venirme, era

emocional ¿verdad? Me vino un sangrado muy fuerte. Pero fue una cosa emocional (Karina, 38 años, venezolana, Casa Fuente).

Por otro lado, hubo testimonios que presentaron infecciones vaginales o rozaduras durante su viaje por falta de aseo y un mal uso de toallas higiénicas y panti protectores durante su viaje. En este sentido, vemos que el tabú menstrual, como la idea de no mancharse, agrega una tensión mental en sus experiencias migratorias. Como el caso de Johana, que el uso de productos de gestión menstrual como las toallas desechables le provocó una infección vaginal. En este sentido, un aspecto que me pareció interesante fue que, dentro de las afectaciones en su periodo, las mujeres no refirieran esos cambios a un problema de salud o que hayan buscado atención médica.

En particular, considero que una razón por la cual estas alteraciones a su ciclo menstrual no fueron un reconocimiento de afectaciones a su salud, se debe en gran medida a la falta de información adecuada sobre el ciclo menstrual. Como vimos en el análisis del primer apartado de este capítulo, muchas de ellas mencionaron explícitamente que nadie había les había hablado sobre el ciclo menstrual. Lo que abona a que se pasen por alto distintos síntomas de la alteración de la menstruación, ya sea por la normalización del dolor o la falta de espacios de auto observación sobre por qué suceden esos cambios. Por ejemplo, la falta de periodo a amenorrea, puede que sea un indicio de problemas tiroideos o anemia; o en el caso de la dismenorrea, que puede ser indicios de ovarios poliquísticos.

Para ilustrar mejor esta hipótesis, retomaremos el testimonio de Sofía Esquivel Montoya, ginecóloga y obstetricia, adscrita al área de ginecología de la Clínica Especializada Condesa. En este sentido, la experiencia de Sofía como médica ginecóloga señala que, dentro de las afecciones

relacionadas con su salud sexual y reproductiva que presentan las mujeres migrantes al llegar a la clínica son:

De forma sintomática, el principal motivo por los que nos consultan o nos piden una atención Lo podría definir como alteraciones menstruales en todas sus variantes, o sea, desde la dismenorrea, que es el dolor agregado al ciclo menstrual. Otro ejemplo es la polimenorrea, que es el que hace que dure mucho el sangrado o sean más frecuentes. La amenorrea o la ausencia del periodo menstrual, donde ya no solamente influyen factores psicoemocionales: no solo estrés o ansiedad en el que se va a ver mermado el eje hormonal, sino también de la mano con problemas orgánicos como miomatosis uterina, quistes u ovarios poliquísticos, endometriosis y lo que vaya resultando con base al interrogatorio, a la exploración y los estudios que nos ayudan. (Sofia Esquivel Montoya, Clínica Condesa, enero 2023).

Las diferentes entradas que propusimos para el análisis de este capítulo fueron un modo de mostrar en qué sentido la menstruación resulta ser una variable para medir los efectos que produce los contextos migratorios actuales. Al respecto Sofia también nos compartió su hipótesis basada en sus conocimientos ginecológicos y su experticia en la atención de mujeres en situación de movilidad:

Yo creo que, en relación con todas las variantes para alteraciones menstruales, la más frecuentes es la ausencia de ésta [...] nos apoyamos en su historial, de si había alteraciones de su ciclo previamente al llegar aquí o al tener su estancia aquí en nuestro país. Si había alteraciones en el ritmo, por ejemplo, que intervalo o con qué frecuencia presentaban sus sangrados, la duración de éstas. Entonces el que se espacie en las reglas, el que se ausente en los periodos, habla mucho de periodos o por así decirlo, o fallas en ciertos aspectos de la ovulación. Y como bien se los explicó, hay diferentes niveles de detectar esas alteraciones.

Uno de ellos es a nivel de nuestro cerebro, con una estructura muy particular que es la hipófisis, donde liberamos estas hormonas que controlan o retroalimentan a nivel de nuestros ovarios. Si está una sincronía, va a haber un periodo regular, independientemente de sus antecedentes, si llega a ver alguna alteración psico emocional porque eso influye, que es lo que predomina en población migrante: estrés, ansiedad, depresión o todo junto por obviamente la inquietud de dejar tu país, la incertidumbre de enfrentarte a barreras de idioma, socio culturales, educativas, discriminatorias (Sofía Esquivel Montoya, ginecóloga de la Clínica Especializada Condesa, enero 2023).

Por otro lado, sobre por qué las mujeres no buscan atención médica cuando existen estas alteraciones en los ciclos menstruales, Sofía también nos explica su experiencia:

Ok. Eso es interesante porque no solamente se ha reforzado la parte cultural de “sólo vamos al médico si algo me duele o si algo me molesta”. Se ha tratado de fomentar justo eso ¿no? De acudir a un control regular, aunque no haya síntomas. Ejemplo, los programas de tamizaje para cáncer cervicouterino, que nosotros lo llevamos a cabo con la toma de papanicolaou, colonoscopia y o biopsia o lo que resulte necesario. Enfocándonos no solo “hasta que me duela algo o hasta que yo sienta algo”, sino por ser una de las principales causas de muerte y fomentar el de “aunque no haya molestias”. Tener esa educación de ir a mi chequeo anual o periódicamente según sea el caso. Con ellas a veces la barrera es justo que tienen que seguir su camino a lo largo del país, pero poder recalcarles o fomentarlo a través de una anotación, un carnet improvisado, por así decirlo, de que “cárgalo y recuerda que tienes que estarlo haciendo periódicamente andes donde andes” y por así mencionarlo (Sofía Esquivel Montoya, ginecóloga de la Clínica Especializada Condesa, enero 2023).

Algo similar a lo que expuso Alejandra Espinoza, residente del área de Ginecología y Obstetricia de la Clínica Especializada Condesa:

La primera barrera creo que socio cultural, independientemente de la región que procedan. Como te mencionaba, tenemos grupos poblacionales con predominio latinoamericano, pero en ciertas temporadas por toda esta cuestión hemos tenido tendencia, por ejemplo, la población afgana, donde la principal, sin importar el estrato socioeconómico, sin importar la región, creo que lo principal es educativo y cultural. Y, además, yo creo que lo más difícil, personalmente, es darles esa confianza para que busquen atención. Porque a veces los pacientes no te tienen la suficiente confianza o por esa sensación de falta de empatía, de que ellas tengan esa confianza de preguntarte realmente lo que les está pasando. Porque gran parte de las alteraciones que pueden tener las pacientes, aparte de ser por alguna patología o una enfermedad, pueden ser también mucho lo social, en lo psicológico o hasta lo moral. Muchas veces desde que se sienten culpables de que les pasó algo o así. Todavía no podemos quitar ese estigma de los pacientes de que a la mujer se nos culpa de que nos pasen las cosas. Entonces esto es como que ver a esas pacientes es muy, muy importante. (Alejandra Espinoza, residente del área de Ginecología y Obstetricia de la Clínica Especializada Condesa, enero 2023).

Retomando una idea esbozada sobre el estigma de la menstruación, reproduce diferentes planos y alcances de inequidad de género. A diferencia de otros temas de las agendas de salud sexual y reproductiva, la salud menstrual es un tema que aún se subestima. Sin embargo, como observamos en los testimonios de las mujeres, desde dos ángulos importantes: el de las mujeres que padecen alteraciones en sus ciclos menstruales, resultado también de situaciones complejas, históricas, sociales y políticas; vemos la experiencia de quienes se encargan de dar un servicio de atención médica. Desde mi punto de vista, esta situación vuelve al problema de la menstruación también en una doble paradoja. Por un lado, el estigma menstrual, que además de agregar una tensión en las experiencias de las mujeres durante su trayectoria migratoria, los padecimientos consecuentes de ello y la falta de interés o correlación de la menstruación con la atención a la

salud, se encuentra el estigma menstrual que se observa en la construcción de las políticas públicas. Por un lado, en la ausencia de esfuerzos por crear espacios empáticos para las mujeres y personas menstruantes, que, de la confianza necesaria para hablar sobre la menstruación, como también, en la inequidad de género que se refleja en la construcción de protocolos de atención a la salud.

Recapitulación

A través de la construcción de los itinerarios menstruales obtenidos a través de los grupos focales, las entrevistas semiestructuradas y los talleres *Menstruación consciente y autonomía corporal* en Casa Fuente, Sin Fronteras y Casa Tochan; nos permitió desentrañar y comprender cómo la menstruación se ve atravesada por distintas esferas sociales, culturales, políticas y económicas. Por un lado, con los testimonios de las mujeres y hombres venezolanos que participaron en este trabajo, establecimos que la menstruación tiene un carácter multidimensional. En primer lugar, entienden la menstruación como un proceso biológico vinculado a la reproducción biológica y a la feminidad. Es decir, tiene un camino sexo-genérico (Tarzibachi, 2017) visible a través de la sangre menstrual. Esas asociaciones, como pudimos observar en el primer apartado de este capítulo, se van construyendo desde la menarquia bajo una relación dialógica entre las mujeres más cercanas en su núcleo familiar, ya sean sus madres, abuelas o hermanas. Esto jugó un papel crucial en las prácticas, percepciones y sentires en torno a la menstruación, lo que significa que las percepciones, saberes y prácticas que aprendieron a partir de la menarquia, constituyeron una fuente simbólica que nutren sus experiencias menstruales. Asimismo, el haber obtenido información sobre la menstruación al momento de vivir su menarquia, marcó su experiencia con cierto asombro y dudas sobre cómo resolverlo. Esto supuso connotaciones negativas para ellas, principalmente relacionadas con el sufrimiento, el asco y la vergüenza que han sido llevadas a lo

largo de su vida. Estos significados no solo fueron representados por las percepciones de las mujeres, sino también por los hombres, quienes, al ser personas no menstruantes, recibieron la información desde las representaciones sociales que se tienen sobre la menstruación, basadas principalmente en la diferenciación sexual.

Dicha información, constituyó una base importante en la cual se situaron para la construcción de prácticas de gestión menstrual a lo largo de su vida y durante su tránsito migratorio. En este sentido, las experiencias menstruales relacionadas con la gestión menstrual durante su movilidad fueron limitadas. La mayoría vivió momentos de supervivencia en los que acceder a espacios de descanso, aseo y productos de gestión menstrual no solo fueron limitados, debido a los retos que les impuso su entorno al transitar entre fronteras, sino también que los significados negativos y los estigmas acerca del ciclo menstrual abonaron a que vivieran su menstruación con mayores dificultades e incomodidades.

Con todo lo dicho anteriormente, podemos afirmar que menstruar resulta ser un evento vital para las mujeres venezolanas. Esta experiencia, percibida principalmente bajo connotaciones negativas, durante su tránsito migratorio, se va a ver intensificadas por los distintos desafíos a los que se enfrentan durante su movilidad. Estas situaciones generaron alteraciones en sus periodos, resultado también de las emociones y sentimientos que experimentaron: 1) el miedo frente a escenarios de riesgo; 2) el estrés y ansiedad debido a la incertidumbre que atravesaban ante la falta de información suficiente y clara con respecto a las políticas migratorias en México y Estados Unidos; y 3) el acceso limitado a condiciones adecuadas para su gestión menstrual. Todo ello, abonaron a que sus vivencias menstruales se vieran afectadas, produciendo síntomas como amenorrea, polimenorrea o dismenorrea, lo que también dificultó su tránsito en aspectos que han sido poco

tratados tanto en la academia, como en la atención humanitaria. Pero sobre este último aspecto, lo abordaremos con mayor profundidad en el siguiente capítulo.

CAPITULO V. AFIRMAR LA DIGNIDAD: RETOS Y ESTRATEGIAS EN LA DEFENSA POR LOS DERECHOS MENSTRUALES DE LAS PERSONAS EN MOVILIDAD HUMANA

El escenario migratorio actual, como hemos visto a lo largo de este trabajo, plantea distintos desafíos en la salud y gestión menstrual. Al migrar, sobre todo de forma irregular, las condiciones materiales, el acceso a la información sobre el ciclo menstrual, productos de gestión menstrual y dinámicas de socialización, se ven limitadas ante los retos que enfrentan. Por ejemplo, los obstáculos físicos y emocionales al cruzar entre territorios, las dificultades que experimentan con sus estatus migratorios, la sensación de inseguridad e incluso la falta de información acerca de sus derechos suman de forma negativa en sus experiencias menstruales, lo que les aleja de vivir su menstruación de forma digna.

Al situar las experiencias menstruales de las mujeres migrantes, como lo hicimos en el capítulo anterior, nos encontramos con dos problemáticas que serán abordadas en este capítulo. En primer lugar, la complejidad de construir estrategias para garantizar la dignidad menstrual en contextos de movilidad. Y, en segundo lugar, la brecha que existe entre las políticas de protección a las personas en movilidad humana y la —falta de— prácticas reales que garanticen los derechos de las personas en movilidad.

Por lo tanto, este capítulo buscará responder a las siguientes preguntas: *¿Qué estrategias están empleando las organizaciones para garantizar derechos?, y ¿Cómo influyen los activismos menstruales en la construcción de nuevas estrategias concretas para garantizar la dignidad menstrual de las personas en movilidad humana?*

En el marco del activismo menstrual, han aparecido numerosos actores que se han interesado por la abogacía menstrual. Entre ellos se encuentran activistas feministas, investigadoras e investigadores científicas y científicos, actores gubernamentales, instituciones privadas y la sociedad civil. Estos actores han denunciado la desatención que se tiene sobre la menstruación en las agendas políticas públicas, económicas, en la agenda de salud sexual y reproductiva o en la agenda de género (Tarzibachi, 2017, pág. 200). Señalando la importancia de relacionar la menstruación como un elemento intrínseco al ejercicio de la dignidad humana. Haciendo del poder simbólico sobre la menstruación un campo de batalla en el que tironean tensiones, matices y utopías para establecer sentidos legítimos de la dignidad menstrual. Esa complejidad, de algún modo, es lo que intenta explorar esta parte de la tesis.

5.1 Lo privado se hace público: Una búsqueda por la dignidad menstrual en contextos migratorios

Desde el inicio de esta investigación, entretener mis intereses por los activismos menstruales y el camino investigativo no ha sido un camino fácil. Llevar a cabo una investigación activista, debo decir, ha implicado también un camino autorreflexivo sobre el quehacer antropológico, pero también sobre mis propios deseos como mujer menstruante, menstruactivista y antropóloga. Primero que nada, creo que el haber llevado esta investigación desde una metodología afectiva, que reconoce el deseo investigativo como una acción íntima y personal, ha añadido nuevos cuestionamientos sobre los activismos menstruales, sus alcances y contradicciones en escenarios tan complejos como la migración. Aterrizar lo que proponen como utopía y mantener una mirada crítica frente a la realidad, ha puesto en relieve ciertas dudas.

Por ejemplo, me he preguntado *¿cuál es el alcance real de los activismos en los contextos de movilidad humana y si nos alcanza solamente enfocar la dignidad menstrual en la lucha por*

los derechos humanos? Sin embargo, dentro de esta discusión me parece importante seguir reflexionando sobre el concepto de *dignidad menstrual* y su relación con la construcción de marcos jurídicos que buscan construir caminos objetivos para transformar esa búsqueda de dignidad en acción. Definitivamente, esta situación me ha resultado difícil de menguar entre mi lado investigativo y mis deseos de accionar. Entre el impulso que mueven mis propios deseos y detenerme a observar, analizar y reflexionar. En este sentido creo que haberme sentado a escribir mi proceso de investigación ha sido el momento para detenerme, sentipensar y luego darme cuenta de que si bien, el trabajo de los activismos se ha expandido a todos los escenarios posibles, muchas veces sus discursos tienden a caer en esencialismos, lo que evidencia una falta de contexto.

Actualmente, los activismos menstruales o la *ola roja* —como también se conocen—, han denunciado la necesidad de construir marcos jurídicos que garanticen una dignidad menstrual. Tal como lo expliqué al principio, la forma en que se ha erigido el movimiento de los activismos menstruales tiene un bagaje histórico rastreable desde la segunda ola del feminismo en Estados Unidos, situación que ha hecho combinar aspectos sobre el cuestionamiento de la sexualidad, la maternidad y la industria del cuidado femenino o *Femcare* durante el siglo XX (Tarzibachi, 2017). Esto ha dado pauta a que muchos países en América Latina aboguen por el desmantelamiento del tabú menstrual y la construcción de políticas públicas que tomen en cuenta las desigualdades de género y clase ante la falta de acceso a derechos que garanticen una gestión menstrual adecuada, lo que afecta en la vida pública de las personas menstruantes.

En el caso de México, considero que la entrada de los activismos menstruales en el escenario político ha tenido un éxito rotundo. Pues su trabajo está llevando a la agenda pública transformaciones importantes, como la eliminación del 16% del IVA en los productos de gestión menstrual, políticas educativas que incluyan temas de educación del ciclo menstrual en las escuelas

públicas del país o promover la integración de los derechos menstruales. Como sucedió en la Ciudad de México, con la aprobación de dos iniciativas que buscan reformar la Ley Federal del Trabajo y la Ley Federal de los Trabajadores al Servicio del Estado, para que se otorguen dos días al mes con goce de sueldo, a las mujeres trabajadoras y personas menstruantes que presentan dismenorrea en grado incapacitante.⁶⁶

En la demanda de integrar a la dignidad menstrual como un derecho y la construcción de categorías jurídicas que hablen de derechos menstruales, encontramos que también existe una diversidad de perspectivas sobre las categorías que se deberían de desprender en las normativas y prácticas institucionales para que se tome cartas en el asunto. Dentro de esta discusión, encuentro que el argumento más fuerte está siendo la de buscar gratuidad y acceso a los productos menstruales. Que si bien, es importante y central para que existan procesos de equidad ante la diversidad de contextos y mundos sociales, lo cierto es que, puede resultar limitante para comprender de forma adecuada la diversidad de realidades y escenarios. De la forma en como yo lo veo, la dignidad menstrual no sólo se trata del acceso a productos menstruales. Si no, además, de una multiplicidad de factores relacionados con la cultura, la clase social, etnia, género, el idioma, la religión, el medio ambiente y el acceso a derechos. Estas observaciones, me hacen reflexionar también sobre cómo se van instituyendo las políticas menstruales, centralizándose en la problemática de lo higiénico, reduciendo la dignidad menstrual al acceso a los productos de gestión menstrual. Lo que resulta problemático pues desdibuja la dimensión social y cultural que la estigmatiza (Gómez y Marco, 2019 pág. 158).

⁶⁶ CONAPO, 2023. Licencia Menstrual. Artículos. En: <https://www.gob.mx/conapo/articulos/licencia-menstrual> (Consultado el 02 de diciembre de 2023).

Dicho lo anterior, el movimiento de la *ola roja* en México —y me atrevería a decir en América Latina— ha empleado una fuerza de articulación de posiciones y contraposiciones políticas que se inclinan en dos corrientes. Por un lado, los activismos que discuten la autonomía y empoderamiento a través de estrategias que van desde acciones en la calle; la socialización de dispositivos y alternativas de gestión menstrual; la denuncia de la industria del “cuidado femenino” y su proyecto de higienización; la realización de talleres y proyectos, fanzines, exposiciones audiovisuales y artísticas. Y, por el otro, los activismos menstruales dirigidos a la búsqueda de acceso a derechos, cuyas discusiones van sobre los costos privados que las mujeres y personas menstruantes adquieren, los riesgos para la salud, el medio ambiente y la desatención de la menstruación en las agendas públicas vinculadas a la educación, a la salud y la equidad de género. Estos activismos, protagonizados por activistas feministas, investigadoras, actores gubernamentales e instituciones multilaterales, constituyen una red de actores que disputan hoy en día el cuerpo menstrual.

En el contexto actual, no solo se ha dado una intensificación de las propuestas, sino que éstas han adquirido mayor fuerza de engarce a través de las redes sociales, como es el caso del trabajo de algunas activistas latinoamericanas, cuyas actividades de incidencia han tenido un fuerte impacto en la construcción de nuevos cuestionamientos. En este sentido, el alcance que han tenido los activismos menstruales ha llegado a escenarios poco comunes, como el de la migración. Tanto activistas feministas, corporaciones transnacionales del “cuidado femenino” como organizaciones internacionales se han convertido en los principales actores y agentes de cambio en los procesos de incidencia en estos escenarios.

En el caso de las corporaciones transnacionales en acuerdo con organismos internacionales, están llevando propuestas para garantizar la dignidad menstrual a personas refugiadas, a través de

manifiestos y estrategias de acción humanitaria. Un ejemplo de ello son los acuerdos para garantizar el acceso a una gestión menstrual digna para las personas desplazadas y refugiadas en México, que establecieron el Alto Comisionado de la Naciones Unidas para los Refugiados (ACNUR) con La Sociedad Hebrea de Ayuda a Migrantes o HIAS (por sus siglas en inglés), Médicos del Mundo y WASH United, una corporación alemana dedicada a la demanda de saneamiento y agua. En su acuerdo establecieron compromisos internacionales en torno protocolos de refugio en México, que incluyen el acceso a productos de gestión menstrual, saneamiento y agua potable.⁶⁷ Cuyos proveedores principales han sido Procter & Gamble, cuyos productos son Always y Tãmpax; así como la empresa Kimberly-Clark, con su propia marca de toallas sanitarias Kotex. Algo, que, sin duda, ha generado reflexiones sobre si las políticas menstruales encuentran, en el modo de gestionar la menstruación, un espacio ideal para que las empresas del cuidado femenino sobrevivan y perpetúen la mercantilización de sus productos, nuevamente legitimando el discurso higienizante de los cuerpos menstruantes. O como señala Eugenia Tarzibachi (2017), la industria del *Femcare* busca construir nuevos nichos de expansión donde aumentar en masa los sujetos mercantilizados y dóciles bajo una lógica de misión social.

Por otra parte, nos encontramos con otro tipo de activismos menstruales en estos escenarios, que si bien, van más de la mano con la búsqueda de derechos que garanticen la dignidad menstrual, su búsqueda también tiene como fin último, la autonomía de las personas menstruantes. Como Las Vanders⁶⁸, una colectiva feminista que acompaña a mujeres y personas de la diversidad

⁶⁷ La información sobre los compromisos a los que estos acuerdos se comprometen se encuentra a detalle en el primer capítulo de esta tesis. O véase también en: <https://www.acnur.org/mx/noticias/comunicados-de-prensa/acnur-mexico-conmemora-el-dia-de-higiene-menstrual#:~:text=En%20el%20marco%20del%20D%C3%ADa,en%20contextos%20de%20desplazamiento%20forzado>. (Consultado el 23 de septiembre de 2023)

⁶⁸ Las Vanders, es una organización que se creó en 2016 bajo los principios del feminismo comunitario que se enfoca en acompañar a mujeres, niñas y personas sexo disidentes con necesidades de protección internacional y desplazamiento forzado. Dentro de sus líneas de acción, se encuentra el crear estrategias que promuevan el derecho a la salud sexual y reproductiva. En este sentido, acompañan los procesos de ILE (Interrupción Legal del Embarazo), detección y

en sus procesos migratorios; Menstruación Digna en Estaciones Migratorias (MDEM), un proyecto de investigación y monitoreo sobre la salud y gestión menstrual detenidas en las estaciones migratorias del Instituto Nacional de Migración (INM) o la Clínica Justicia en Salud, cuyo grupo de parteras llevan a cabo talleres sobre menstruación en albergues de Tijuana. A continuación, en el siguiente subapartado, daré mayor detalle de estas organizaciones, los proyectos políticos que llevan a cabo, sus matices y complejidades.

5.2 Abogacía menstrual en contextos de movilidad humana

La primera vez que se me ocurrió preguntar sobre los desafíos que una persona menstruante enfrentaba al migrar, fue en un encuentro de activistas menstruales latinoamericanas que estaba transmitiéndose por Instagram, en 2020. Ahí conocí a Andrea Aguilar, una activista menstrual guatemalteca perteneciente a la colectiva Guatemala Menstruante y que, junto con otras organizaciones de Guatemala y Ciudad de México, estaban llevando a cabo un proyecto de incidencia sobre dignidad menstrual en situaciones de movilidad. Poco tiempo después Andrea me extendió la invitación a participar en el proyecto y así conocí a Las Vanders, una colectiva feminista que se dedica a dar acompañamiento integral a mujeres y personas de la comunidad LGBTQ+ que se encuentran en situación de movilidad humana. Desafortunadamente tuve que desistir de la participación de ese proyecto, pues en ese tiempo atravesé por una serie de circunstancias que me impidieron continuar. Sin embargo, conocer ese proyecto, que además resultó en la publicación de un fanzine sobre la dignidad menstrual en situaciones de movilidad,⁶⁹ sirvió de inspiración para este trabajo de investigación.

acompañamiento en la atención médica especializada en salud sexual y reproductiva o campañas informativas sobre estos temas.

⁶⁹ El fanzine *Menstruación Digna en situaciones de movilidad*, fue el resultado de un proyecto de investigación coordinado por Las Vanders, en colaboración con Guatemala Menstruante y Mujeres Andando Procesos por Autonomías Sororales

Más adelante, en mi proceso de investigación, tuve la oportunidad de acompañar a Las Vanders en un viaje de observación y difusión del fanzine a Tijuana. En ese viaje, visitamos distintos albergues para mujeres y para la comunidad LGBTQ+ donde realizamos talleres sobre menstruación y entregamos los fanzines. Asimismo, tuve la oportunidad de conocer su perspectiva sobre la dignidad menstrual, la manera en cómo trabajan construyendo redes de acompañamiento y los desafíos que enfrentan como organización dedicada al acompañamiento humanitario en integrar este aspecto en su trabajo diario. A raíz de este viaje, también tuve la oportunidad de conocer otras activistas como Shell Mariana Pérez, defensora de derechos y activista menstrual, realizó un monitoreo sobre las condiciones de gestión menstrual en las estaciones migratorias del INM,⁷⁰ y organizaciones dedicadas a trabajar temas de salud sexual y reproductiva, como la Clínica Justicia en Salud, que es un programa que se extiende de la Alianza de Salud para Refugiados, en donde ofrecen servicios de cuidados prenatales, partos asistidos y atención ginecológica.

En el marco de estas acciones, todas estas organizaciones han establecido alianzas para realizar estrategias conjuntas que abogan por la dignidad menstrual de las personas en movilidad. Así, estas estrategias, se basan en un activismo menstrual situado, al ser activistas y defensoras con experiencia en el ámbito humanitario. En este caso, estando en Tijuana tuve la oportunidad de escuchar más a fondo proyectos como la creación del Fanzine *Menstruación digna en situaciones de movilidad* que creó Las Vanders y el proyecto Menstruación Digna en Estaciones Migratorias que llevó a cabo Mariana Pérez a través de un conversatorio que llevó a cabo de manera virtual:

(MAPAS), que se publicó en diciembre de 2022. Este fanzine recaba información relevante sobre el ciclo menstrual y el acceso a derechos de las personas en movilidad humana en México.

⁷⁰ Este monitoreo, que se publicó en enero del 2023, llevó a cabo una campaña digital sobre los datos obtenidos y en la que participaron distintos canales de difusión como Las Vanders, MAPAS, La Clínica Justicia en Salud, entre otras. Para más información visitar la página: <https://www.menstruacionymigracion.com/> (Consultado el 20 de mayo de 2024)

Ilustración 5. Conversatorio y presentación del Fanzine “Menstruación digna en situaciones de movilidad” que se llevó a cabo de manera virtual el 1 de diciembre de 2022.⁷¹



Fuente: Imagen publicada por Las Vanders vía Facebook

El conversatorio, que tenía como finalidad presentar el fanzine que crearon, también propició un espacio de discusión para hablar sobre los desafíos que las personas en situación de movilidad enfrentan para gestionar su menstruación. Simultáneamente a ello, algunas integrantes Las Vanders realizaron un viaje de observación a Tijuana para conocer las necesidades de la población migrante que llega a la región.⁷² En este sentido, realizaron una serie de actividades de

⁷¹ Véase también en: https://www.facebook.com/LasVanders/videos/conversatoriopresentaci%C3%B3n-del-fanzine-menstruaci%C3%B3n-digna-en-situaciones-de-movil/1501820500314996?locale=es_LA (consultado el 13 de diciembre de 2023).

⁷² Parte del trabajo de observación que llevaron a cabo se publicó en llamado “Las consecuencias de las políticas migratorias restrictivas: migrantes y albergues de Tijuana, Frontera Norte de México” (Las Vanders, 2022). Véase en: <https://lasvanders.org/wp-content/uploads/2023/02/Políticas-migratorias-restrictivas-migrantes-y-albergues-Viaje-Obs-LV-Tijuana-Frontera-Norte-Mexico-.pdf>

observación e incidencia como “círculos de escucha” y proyección de documentales en distintos albergues; crear redes con otras organizaciones y espacios de refugio; así como otorgar información de la organización y los servicios que ofrecen como acompañantes. Asimismo, llevaron consigo parte del material que crearon del proyecto *Menstruación digna en situaciones de movilidad* como posters informativos y los fanzines que entregaron en distintos espacios de refugio como Espacio Migrante y Border Line Crisis Center A.C.; así como la Clínica Justicia en Salud.

Ilustración 6. Fotografía tomada durante el Taller y círculo de escucha sobre salud y gestión menstrual en situaciones de movilidad que impartieron integrantes de Las Vanders en Border Line Crisis Center, Tijuana, diciembre de 2022.



Fuente: Fotografía de mi autoría

Haber acompañado a Las Vanders en su viaje de observación me permitió comprender el trabajo complejo y dedicado que realizan. El fanzine y los círculos de escucha reflejan la experiencia y el conocimiento que tiene como acompañantes, así como la empatía y compromiso con el contexto de movilidad humana. Para Las Vanders, realizar el Fanzine, implicó un proceso autorreflexivo en relación con su trabajo, lo que les permitió integrar la menstruación como una variable, tanto de análisis para conocer las necesidades de sus usuarias, como para el diseño de protocolos de acción. Sobre esto último, María Fernanda, coordinadora del área de acompañamiento, señaló que es importante poder comprender los distintos escenarios a los que se enfrentan las personas en situación de movilidad para generar nuevas estrategias de acción sobre la dignidad menstrual. En este sentido, ella relató que haber realizado el proyecto sobre “Menstruación digna en escenarios de movilidad”, las llevó a realizar ciertos cambios en sus protocolos de atención:

Lo que hicimos primero fue modificar nuestras bases de datos y modificar nuestras guías de entrevista para ver que está ocurriendo con el tema menstrual en la movilidad. Y lo sorprendente fue que a todas las compañeras llevan periodos irregulares desde que salen de sus países, ósea “casi desde que salí de mi país no he menstruado o casos como de que me fui tres meses y recién me vino y cuando me vino, me vino con mucho dolor. Entonces lo que empezamos a hacer fue un proceso de reconocimiento y de identificación del periodo menstrual, porque había respuestas cuando preguntábamos “¿cómo está siendo tu ciclo menstrual?” ellas respondían “híjole, fijate que no lo había pensado” y ahí nos dábamos cuenta de que la relación que tenían con su menstruación no estaba siendo amigable [...] Entonces nos pasó que entramos en sintonía al momento de llevar este proyecto. Porque no solo era de sacar un fanzine porque tenemos alianzas con organizaciones que trabajan el tema de la menstruación. Si no, el mirar cómo está siendo la menstruación para los compas e interiorizar

un poquito. Hoy en día esa pregunta ya se quedó. Y hoy en día en los insumos que otorgamos, por ejemplo, lo que hacemos dentro de nuestros acompañamientos cuando valoramos los casos, es si no tienen la posibilidad de comprar una despensa, pues nosotras dentro de esa despensa sí o sí ya viene un kit de gestión menstrual, en este caso paquetes de toallas. Y esto es lo que hoy en día en las Vanders quedó impregnado (Fernanda, Las Vanders, agosto 2023).

Al respecto, Laura Nieto, excoordinadora general de la colectiva señaló, en una entrevista, que los desafíos que una persona menstruante enfrenta durante su tránsito por México es la falta de acceso a una gestión menstrual:

Lo que vemos efectivamente es que las personas menstruantes se ven mucho más vulneradas en su tránsito por México con respecto a sus derechos sexuales y reproductivos. En ese sentido, pues muchas veces se topan con el impedimento de poder acceder a productos de gestión menstrual suficientes y adecuados. Y no solo nos referimos a los dispositivos menstruales que ayuden a llegar a una gestión menstrual digna en nuestro país, sino también a espacios de salubridad, a espacios donde puedan tener acceso a un baño limpio y agua potable. Entonces vemos que la mayoría de estas personas sí se encuentran en vulneración sus derechos a una menstruación digna (Laura Nieto, excoordinadora de Las Vanders, en entrevista con De la X a la Y, Radio Ibero, enero 2023).⁷³

En este sentido, ella define una gestión menstrual como el acceso a productos menstruales y espacios en donde asearse. En otras palabras, podemos decir que gestionar una menstruación para las personas en movilidad implica que tengan acceso a espacios de acogida o acceso a una vivienda, que no solo cubra la necesidad de pernoctar, sino además espacios que tengan acceso a

⁷³ Ibero 90.0. 2023. Menstruación digna para las mujeres en su tránsito por México. Entrevista a Laura Nieto, coordinadora general de Las Vanders. En: <https://ibero909.fm/de-la-x-a-la-y-2/menstruacion-digna-para-las-mujeres-en-su-trnsito-por-mxico> (Consultado el 20 de mayo de 2024).

sanitarios, privacidad, agua y productos menstruales. Algo que coincide con lo que señala Fernanda:

Ha sido complicado dar un acompañamiento que asegure un acceso a la gestión menstrual, porque nos han tocado casos de personas en situación de calle. Y entonces, nosotras podemos enviar el kit, pero sabemos que es un periodo complicado porque, aunque entregamos una despensa, que dentro de ella vienen toallas [desechables] y toallitas húmedas, al poco tiempo nos dicen pues que ya se les acabó. Y luego es complicado porque no hay forma de hacer llevar otro. Entonces para nosotras es importante considerar que tal vez lo que mandemos no sea suficiente y tener que mandar un complemento. Eso es una. Lo otro es que no todas las mujeres tienen acceso a un albergue, sobre todo hoy en día por esto de la saturación de flujos migratorios que hacen que las personas se queden en situación de calle [...] Y lo otro, es que lo contemplan los albergues [...] hemos tenido casos en que estando en los albergues no han tenido acceso a eso, de que nos dicen no me dan un paquete, me dan dos o tres toallas. O sea, dos o tres para todo un periodo (Fernanda, Las Vanders, en entrevista, agosto 2023).

A través de la experiencia de Fernanda, podemos observar qué dificultades perciben Las Vanders, como organización que acompaña a mujeres y disidencias en el acceso a una gestión menstrual. En primer lugar, la situación de contingencia en la que se encuentran los albergues lo que abona a que más personas se encuentren en situación de calle. En segundo, la dificultad que tienen las personas para acceder a ciertos albergues, lo que las obliga a encontrarse en situación de calle. Y, en tercer lugar, el acceso limitado o escaso de productos de gestión menstrual en los albergues.

Por otra parte, ante estas circunstancias, Las Vanders establecen acompañamientos a distancia, en el que monitorean las necesidades de sus usuarias y observan las situaciones a las que

se enfrentan tanto al interior de los albergues, como en circunstancias complejas lo que implica otro tipo de estrategias como proporcionar paquetes de toallas:

Lo que nosotras consideramos es comprar un paquete de toallas grandes de treinta y tantas toallas, porque sabemos que tal vez depende mucho del flujo. Y ha sido padre poder tener una relación de confianza para poder preguntarles: “oye como vas con tu periodo, ¿te hacen falta toallas?” (Fernanda, Las Vanders, agosto 2023).

Con respecto a esto, recordando parte del trabajo de observación en Tijuana, un elemento importante dentro del trabajo que realizaron Las Vanders, fue generar alianzas con otras organizaciones con el fin de construir un protocolo de acción para proveer información y productos de gestión menstrual; llevar información a espacios poco accesibles como en las terminales de autobuses, parques o las filas que se hacen afuera de la COMAR y construir talleres y círculos de escucha al interior de los espacios de acogida.

Ilustración 7. Fotografía de Las Vanders entregando kits menstruales frente a las oficinas de la COMAR, diciembre de 2022.



Fuente: Fotografía extraída de su cuenta de Instagram @lasvanders

Con respecto a las alianzas que construyeron, la Clínica Justicia en Salud, fue una de las organizaciones con las que generaron lazos en Tijuana, con el fin de que las usuarias de Las Vanders, que están en Tijuana, tengan acceso a atención médica especializada en salud sexual y reproductiva. La Clínica Justicia en Salud, es un proyecto basado en la enfermería obstétrica y partería que da atención a personas gestantes en situación de movilidad humana. Y que, además, ofrecen talleres de salud sexual y reproductiva en espacios de acogida de Tijuana. En este sentido, durante el viaje de observación a Tijuana, tuve la oportunidad de conocer su trabajo y los talleres que realizan, el cual incluye información detallada sobre el ciclo menstrual, así como donaciones de kits menstruales.

Ilustración 8. Fotografía tomada durante el Taller “Menstruación consciente y autonomía corporal” que realizamos en colaboración con parteras de la Clínica Justicia en Salud y con el material que llevaron Las Vanders, en Tijuana, Baja California.



Fuente: Taller Menstruación consciente y autonomía corporal, Tijuana, 2023.

Por otra parte, en cuanto al proyecto MDEM, que llevó a cabo Mariana Pérez, inició a raíz de cuando ella se encontraba realizando un voluntariado en Sin Fronteras IAP, del que se desprendió la idea de indagar sobre las condiciones de gestión menstrual en las estaciones de detención migratoria y las estancias provisionales del INM. Así, a través de una convocatoria de Juventud Actúa MX, integró su idea con el objetivo de generar información e incidencia política. Al respecto, en el conversatorio explicó:

[...] MDEM es un proyecto de incidencia, que surgió a partir de una convocatoria, que se abrió hace ya algún tiempo, por parte de una IAP, que es Alternativas y Capacidades, que es otra organización de la sociedad civil y básicamente lo que estoy haciendo ahorita es una campaña digital pero que al mismo tiempo tiene miras a modificar un acuerdo por el que se emiten y regulan todas as estaciones migratorias y las estancias provisionales en México. Es un solo acuerdo, es un documento, en el que se enlistan los derechos de las personas “alojadas”, que es un eufemismo de la detención migratoria y dentro de estos derechos no se incluye el derecho a menstruar con dignidad. Asimismo, pude constatar a través de la información que se publica en el Instituto Nacional de Acceso a la Información y de la Plataforma Nacional de Transparencia, que no hay un presupuesto dedicado a los insumos de gestión menstrual a pesar de que el INM recibe una parte del presupuesto federal, no aseguran un presupuesto para la inversión de insumos de gestión menstrual (Shell Mariana Pérez, fundadora del proyecto Menstruación Digna en Estaciones Migratorias, diciembre 2022)

A partir de esta iniciativa, Mariana Pérez desarrolló un monitoreo sobre gestión menstrual y acceso a derechos, con apoyo de distintas organizaciones que tienen acceso a las estaciones migratorias y estancias provisionales del INM. Como resultado de ese trabajo, se publicó un informe en el que se muestran distintos testimonios de mujeres y personas menstruantes en el que, estando detenidas, no les proporcionan ningún tipo de insumos de gestión menstrual o aseo mínimo como papel de baño, agua, toallas sanitarias. Mariana explicaba, que también esta situación es el resultado de prácticas de tortura y criminalización de las personas menstruantes detenidas, pues además de que son detenidas y le quitan sus pertenencias al interior de estos espacios, les niegan insumos de gestión menstrual, por lo que termina siendo prácticas de omisión y privación de sus derechos humanos:

Un comentario constante en las encuestas fue que agentes del INM se toman la libertad de hurgar entre las pertenencias de todas las mujeres detenidas, y de ahí obtienen las toallas que luego reparten. Otro escenario es que les den permiso de buscar toallas únicamente de sus mochilas, es decir, el INM puede no proporcionar nada, sino únicamente otorgar el permiso de acceder a sus mochilas. Esto abre el cuestionamiento sobre si hay o no presupuesto destinado a la compra de productos de gestión menstrual para las personas detenidas en las Estaciones Migratorias y las Estancias Provisionales (Pérez, 2023, pág. 4).

En este caso, según el artículo 107 de la Ley de Migración, señala que las Estaciones Migratorias (EM) y Estancias Provisionales (EP) del INM, deberán respetar los derechos reconocidos a los migrantes en situación irregular en el país. Esto incluye prestar servicios de atención médica, psicológica y jurídica. Así como medidas que aseguren la integridad física de las personas extranjeras e instalaciones adecuadas. Sin embargo, Mariana Pérez señaló, en el informe que publicó a principios de 2023 sobre las condiciones de gestión menstrual de las personas alojadas en las EM y EP, que doce de las quince entrevistadas afirmaron haber menstruado durante su estancia en estos espacios y no haber contado con acceso a suficiente agua, jabón o tener un espacio asignado para lavar y secar su ropa; así como haber recibido al menos una toalla por día.

La falta de insumos e infraestructura adecuada que tome en cuenta las necesidades de gestión menstrual de las personas alojadas en estos espacios, también son una forma de ausencia en la garantía de los derechos establecidos en la Ley de Migración. Lo que resulta, finalmente, en un tipo de violencia institucional por parte del INM y por parte del Estado, en el que las estaciones migratorias se convierten en espacios donde se manifiesta la excepción o la suspensión de “la norma y se implementan políticas para dejar morir al otro”, al restringirles el acceso a la salud, a la seguridad, a la justicia y al debido proceso (Fernández, 2022, pág. 48). Las Estaciones

Migratorias y Estancias Provisionales, son instancias de carácter federal, por lo que justamente es el Estado Mexicano, el que debe garantizar el acceso a todos los elementos necesarios para una gestión menstrual como un derecho de las personas detenidas en estos espacios, tal como si estuvieran en libertad.

En este sentido, estrategias de investigación e incidencia como las que desarrolla Mariana Pérez, es un ejemplo de activismo que además de poner en evidencia las prácticas de violencia institucional dirigidas a las personas menstruantes, su trabajo está también dirigido a transformar las políticas. Así, como parte del proyecto que continua en transformación, Mariana Pérez ha llevado a cabo una campaña digital sobre la información obtenida y publicada en el monitoreo que realizó en 2022.

Ilustración 9. Campaña digital sobre las condiciones de gestión menstrual de personas detenidas en Estaciones Migratorias y Estancias Provisionales del Instituto Nacional de Migración (INM) como parte del proyecto de incidencia de MDEM



Fuente: Shell Mariana Pérez en @lasvanders

Como hemos visto a lo largo de este apartado, el neologismo de los activismos menstruales en contextos de movilidad humana se establece bajo argumentos basados principalmente en el

acceso a los derechos básicos. Las experiencias de estas organizaciones, que, además, tienen un papel importante en el acompañamiento de los procesos migratorios de las personas menstruantes, recalcan fuertemente la necesidad de establecer relaciones interinstitucionales que contemplen en sus protocolos de acción, garantizar una gestión menstrual digna como derecho de las personas que se encuentran en situaciones de movilidad humana. En lo que sigue, me ocuparé de las prácticas concretas que realizan los albergues e instituciones con respecto a la salud y gestión menstrual de las personas en movilidad.

5.3 Precariedad y ausencia en el ejercicio de derechos

Poco después de que el gobierno de Joe Biden anunciara las modificaciones al programa Parole, el 12 de octubre de 2022, la Ciudad de México se convirtió en un punto de concentración de la población venezolana. La gran mayoría llegaba desde dos rutas. Por un lado, desde las fronteras norte del país, tras haber sido expulsados de Estados Unidos, bajo el Título 42. Y, por el otro, los que llegaban desde San Pedro Tapanatepec, Oaxaca, luego de entrar por Tapachula, Chiapas. Durante los meses de octubre a noviembre de 2022, las terminales de autobuses de la Ciudad de México comenzaron a arribar cientos de migrantes venezolanos que, en su desesperación por conseguir boletos de autobús hacia la frontera norte, preferían trasnochar en las salas de espera con tal de poder comprar sus boletos.

El gobierno mexicano, en un intento por cumplir con los nuevos acuerdos binacionales que se establecieron a partir del 12 de octubre —que implicaba “reordenar” el flujo migratorio venezolano que estaba siendo afectado por las políticas de Estados Unidos— creó los Grupos de Acción Humanitaria⁷⁴ para personas venezolanas. Estos grupos de acción junto con los Centros

⁷⁴ Los Grupos de Acción Humanitaria se crearon a partir del 23 de octubre de 2022, bajo la coordinación de la Secretaría de Relaciones Exteriores, en la que participaron de manera conjunta organismos internacionales como la

Integrales para Migrantes (CIM)⁷⁵ de Ciudad Juárez, Matamoros, Mexicali y Tijuana, se coordinaron para recibir a la población venezolana expulsada de Estados Unidos. A la par, la Secretaría de Relaciones Exteriores, el Instituto Nacional de Migración (INM) y la Embajada de Venezuela, trabajaban para iniciar procesos de repatriación o solicitud de visas humanitarias en México a través de la COMAR. Además de que la COMAR estableció en la Ciudad de México, un punto focal de atención a personas de nacionalidad venezolana.

En respuesta a estas acciones, la Ciudad de México activó sus protocolos de atención humanitaria a personas migrantes⁷⁶, poco después de que la presencia de migrantes venezolanos aumentara en los meses de octubre a diciembre. Si bien, no es posible saber con exactitud cuántas personas de esta nacionalidad arribaron a la Ciudad de México, debido a que muchas transitaban en situación de irregularidad; la Secretaría de Relaciones Exteriores, en un informe publicado a finales de noviembre de 2022, señaló que, durante el mes de octubre y principios de noviembre, la Ciudad de México recibió alrededor de 1,956 solicitudes para la condición de refugiado de personas venezolanas, principalmente expulsadas de Estados Unidos bajo el Título 42.⁷⁷ Un

Organización Internacional para las Migraciones (OIM), la Agencia de las Naciones Unidas para los Refugiados (ACNUR), el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), el Comité Internacional de la Cruz Roja (CICR), así como con organizaciones de la sociedad civil (Relaciones Exteriores, Informe sobre las acciones del Gobierno de México para la atención de personas migrantes venezolanas, noviembre de 2022, en: https://portales.segob.gob.mx/work/models/PoliticaMigratoria/CPM/DRII/segob_sre_venezuela.pdf) (Consultado el 20 de mayo de 2024)

⁷⁵ Los Centros Integrales para Migrantes es una estrategia nacional para atender a la población migrante retornada a México con espera de asilo en Estados Unidos. Estos centros, colocados en Ciudad Juárez, Matamoros, Mexicali y Tijuana.

⁷⁶ El protocolo para la atención humanitaria de emergencia a personas migrantes y/o sujetas de protección internacional en la Ciudad de México, se creó en 2018 tras la llegada de múltiples caravanas centroamericanas y haitianas. Este protocolo de acción interinstitucional pretende crear estrategias de asistencia humanitaria centrada en garantizar los derechos a la vida, a la integridad personal, a la alimentación y nutrición, a la salud, al agua, saneamiento y a solicitar asilo.

⁷⁷ Secretaría de Relaciones Exteriores, 2022. Informe sobre las acciones del Gobierno de México para la atención de personas migrantes venezolanas, noviembre de 2022, en: https://portales.segob.gob.mx/work/models/PoliticaMigratoria/CPM/DRII/segob_sre_venezuela.pdf (Consultado el 20 de mayo de 2024)

porcentaje que, según la COMAR, refleja un aumento de cuatro veces más que el promedio diario de venezolanos solicitantes al cierre de septiembre de ese mismo año.

Ante esta situación, el escenario de la Ciudad de México ante la llegada emergente de migrantes venezolanos evidenció, por una parte, algunos aspectos importantes en relación con la falta de acceso a derechos. Esto no solo afectó a las personas menstruantes en situación de movilidad, al llegar a la ciudad y encontrarse con un escenario agotado en sus capacidades para recibir a la población, sino que además evidenció el efecto que produce también en la capacidad de las organizaciones defensoras y espacios de acogida. En este caso Fernanda explica:

Ahora la CDMX hay muchos campamentos en muchas delegaciones. En la zona centro, los camellones hay campamentos que la misma gente dice no tengo donde dormir entonces pongo mi carpa. Entonces vemos que en la ciudad muchas personas en situación de movilidad ya no están teniendo acceso a albergues. Y eso es una omisión total del gobierno capitalino y en particular de cada alcaldía, porque lo que nos estamos dando cuenta es que se están echando la bolita ¿no? Y dicen es que el tema migratorio es tema nacional o que es un asunto federal, no le corresponde a la CDMX y entonces las alcaldías se quedan sin hacer nada. Y sí, está aquí la Ley de Interculturalidad y toda esta organización que surge para acompañar a la población, pero finalmente se queda corta cuando vemos que la ciudad va atravesando olas de migrantes en grupos cada vez más grandes. Y luego, pues lo que hacen es desalojar y desalojar, por ejemplo, a la gente que se quedaba en la alcaldía Cuauhtémoc, ¿no? Los desplazaron a Tláhuac, entonces vemos que su única solución es hacer que en el centro no sea evidente que en la Ciudad de México existe un flujo importante de personas en situación de movilidad que hacen paradas, incluso obligadas y que además no pueden acceder a los albergues porque están saturadísimos. Entonces sí es una situación en la que se están echando la bolita y en una situación de omisión. Entonces hay mucha población en situación de calle, principalmente

mujeres y niños, personas venezolanas que no quieren entrar a un albergue o no pueden porque todos los albergues están saturados aquí en la CDMX.

Con el testimonio de Fernanda, podemos observar la discusión en torno a la capacidad que tienen las organizaciones e instituciones de la Ciudad de México para asistir a las personas en situación de movilidad. En este sentido, lo que Fernanda cuestiona no solo se trata de la problemática sobre la capacidad de los albergues para recibir a la población, sino también la falta de participación de las administraciones locales en la Ciudad de México para proteger y asistir a la población migrante. Lo que ella afirma, entonces, es que a pesar de existir un marco jurídico que apele a la protección de personas en situación de movilidad y al reconocimiento de sus derechos fundamentales, como la Ley de Interculturalidad y en la Constitución Política de la Ciudad de México; existen brechas en la práctica concreta, así como una ausencia de participación de actores públicos en el manejo de los flujos migratorios que llegan a la ciudad, lo que afecta de manera directa a las personas menstruantes en situación de movilidad que vive o transita en la Ciudad de México. Así, por ejemplo, Valeria Scalisse, responsable del área de acompañamiento psicosocial del Instituto para las mujeres en la migración (IMUMI), también señala:

Vemos que uno de los problemas que además enfrentan las mujeres migrantes, retornadas, o solicitantes asilo, es que no son consideradas sujetos de derechos. Entonces eso las vulnera aún más porque cuando por fin tienen acceso, la situación se agrava y otra vez es un ciclo, porque no pueden comprar los medicamentos porque justamente no puede cubrir las necesidades básicas (Valeria Scalisse, IMUMI, mayo 2022).

Al respecto, Valeria señala que la brecha entre el marco jurídico que protege a las personas en movilidad y la práctica real a nivel institucional, tiene una base cimentada en la falta de reconocimiento de las personas como sujetos de derechos. En este sentido, la falta de

protocolos de acción claros y mecanismos de protección sencillos para la población dificulta el acceso a servicios, lo que limita a las personas a acceder a condiciones dignas durante su estancia o tránsito por la Ciudad de México, por lo que afecta también a su gestión menstrual. A continuación, veremos más a detalle estos aspectos; por una parte, a través de los retos que enfrentan los espacios de acogida como Casa Fuente y Casa Tochan para hacer frente a las necesidades de gestión menstrual de la población. Y, por otra, los retos y vacíos a los que se enfrenta la Clínica Condesa para integrar la salud menstrual como un aspecto inherente de la salud sexual y reproductiva de las personas menstruantes en situación de movilidad.

5.3.1 Los retos de gestionar la menstruación en los albergues de la Ciudad de México

Ese día Gaby me recibió entre las prisas de resolver la llegada de nuevos huéspedes a Tochan. Recuerdo esperar en la entrada, una pequeña puerta negra que daba a una escalinata en descenso, junto con un grupo de jóvenes que yacían sentados sobre la banqueta. Luego Luis, uno de los huéspedes y voluntario en el albergue, me llevó hacia la oficina de Gaby. El albergue, una casa angosta que se extendía hacia un fondo que parecía no tener fin, llena de escalinatas que subían y bajaban a todas partes. Luis me llevó a las oficinas de atención en donde se encontraban dos jóvenes sentados que estaban en medio de una entrevista y, en el fondo, la oficina de Gaby, un pequeño espacio repleto de archiveros, cajas y un escritorio en donde estaban acomodadas tres computadoras. Gaby, que yacía detrás del escritorio, me saludó con una enorme sonrisa. En aquel entonces me pareció que era una mujer pequeña, con unos lentes de botella que hacían ver sus ojos más grandes que su cara, pero con un carácter seguro, tranquilo e imponente.

Fijate que, a mí me da mucha pena pensar que según yo estoy aquí y, cuido y las vigilo y trato de hacerles amena o cambiarles la forma de migrar.... Y nunca pensé en eso. Estoy tratando

de recordar lo que había pero no me acuerdo que hubiera, ya te puedo hablar de mi época, obviamente había menos mujeres migrando porque cuando se abrió el albergue nada más estaban esos cuartos de allá (señaló los que había enfrente de su oficina) pero casi todos estaban llenos con mujeres, eran una, dos, tres, cuatro, cinco, seis literas, seis camas que son literas, ósea doce y este de acá eran trece o catorce, más o menos ese era el cupo, no era más, y eran puras mujeres, pero te digo yo no me acuerdo ni siquiera en las donaciones o en la bodega. A lo mejor tengo muy mala memoria, pero que hubiera toallas sanitarias pues nomás no, nada más deja por curiosidad preguntarle a ver si me contesta [Gaby tomó su celular y marcó a un número]

—¿Hola?

—¿Estás muy ocupado?

—No, dime

—Nada más quería que hicieras historia, en tu tiempo de coordinador de Tochan había puras mujeres ¿no?

—Em ¿Sí?

—¿Ustedes tenían toallas sanitarias?

—No.

—¿No les daban?

—No.

—Ya, nada más quería asegurarme eso.

—Si, no, no dábamos toallas sanitarias.

—¿Y les preguntaban si necesitaban?

—No... en ese aspecto no, nada.

—Órale pues, va, gracias. Luego te cuento porqué, bye. Sale (cuelga teléfono)

(Gabriela, directora de Casa Tochan, en entrevista, octubre 2022).

Gabriela Hernández, es directora de Casa Tochan, recuerdo que cuando la conocí tenía mucha curiosidad de saber por qué estaba interesada en estudiar temas sobre menstruación en contextos de movilidad humana. Gaby, como después me pidió que la llamara, fue de las primeras personas que me permitieron entrar a los albergues después de un largo proceso de espera para acceder a espacios. Cuando nos conocimos, recuerdo que Gaby me contó parte de la historia de Casa Tochan, un albergue que se fundó en 2011, con la llegada de migrantes centroamericanos, después de que el gobierno de Felipe Calderón anunciara nuevos programas de apoyo para la creación de espacios de acogida a migrantes:

Como albergue empezamos teniendo mujeres, nosotros nacimos en el 2011, era el tiempo de Calderón y acababa de pasar la masacre de San Fernando y había mucho, pues todos los ojos estaban en México de, ¿qué pasaba con los migrantes? Y en ese sentido obviamente las autoridades querían quitarse esa mala imagen. Entonces empezaron viniendo mujeres y será que yo no estaba porque en ese tiempo estuvieron dos coordinadores hombres, pero creo que ni pensamos en toallas, ósea en ese sentido te puedo decir en ese momento nosotros éramos el único albergue para migrantes (Gaby, directora del albergue de Casa Tochan, en entrevista, octubre 2022).

El testimonio de Gaby es un buen ejemplo de lo que Fernanda Vaca –activista e integrante de Las Vanders– señaló como uno de los principales retos para que las personas menstruantes en movilidad puedan tener una gestión menstrual digna; es justamente acceder a toallas sanitarias a lo largo de su experiencia migratoria, incluyéndolo en espacios de acogida, pues muchas veces el

recurso era limitado o de plano, no se consideraba como un artículo de primera necesidad. Como resultó ser en la reflexión que Gaby me compartió, poco después de que lleváramos Anahí Rodríguez y yo la charla *Menstruar no es solo cosa de mujeres* a los huéspedes de Casa Tochán. En este sentido recuerdo que para Gaby era asombroso que alguien pensara que un aspecto tan particular como tener acceso a toallas sanitarias, generara situaciones de vulnerabilidad:

Yo recuerdo que nosotros en el tiempo que tuvimos mujeres no pensamos en toallas sanitarias [...] Yo siento que a lo mejor porque sentíamos que es un lujo, por ejemplo, hace ratito un señor me decía, ¿oiga no tienen un desodorante? Es que nosotros de nuestro presupuesto jamás compraría yo un desodorante, ¿no? Lo siento ya como algo, puede ser necesario por higiene, pero yo digo pues si te bañas ya no necesitas tanto el este [...] (Gaby, directora de Casa Tochan, en entrevista, noviembre 2022).

En este punto, si ponemos en contexto de que Gaby habla desde su experiencia trabajando con hombres en situación de movilidad, de alguna manera, su reflexión tiene un sentido práctico. Es decir, si las necesidades imperantes son alimento y espacios para pernoctar, atención médica, psicológica y jurídica, siendo hombres, lo último que podría pensarse es en un “desodorante”. Sin embargo, si situamos la relación que ella hace entre una toalla sanitaria y el desodorante, hace evidente la normalización que se tienen sobre el silencio menstrual que se enmarca dentro de lo cotidiano. Esto no solo superpone distintas vulnerabilidades que afectan a las mujeres, niñas y personas menstruantes. En este sentido, por ejemplo, hablamos de que no tener acceso a estos artículos obliga a las personas menstruantes a buscar soluciones que resulten en afecciones a su salud, como lo vimos en el capítulo anterior.

Ahora bien, esta situación no es algo que suceda en todos los albergues. En realidad, muchos albergues que reciben mujeres y familias completas proveen estos insumos o cuentan con

ellos gracias a las donaciones que reciben por parte de la sociedad civil. Por ejemplo, a pesar de que Casa Tochan es un espacio para hombres, en el baño de la oficina de Gaby podemos encontrar una cajita con toallas sanitarias. En el mismo sentido, cuando visité por primera vez a Beatriz Fuentes en Casa Fuente, ella me mostró el área en donde almacenan las donaciones de alimentos, medicamentos, ropa y productos de higiene del albergue, en el que se encontraban cajas apiladas de toallas sanitarias y tampones que había recibido como donaciones en distintos momentos, principalmente con la llegada de migrantes haitianos en 2020: “Por ahora, tenemos hasta para dos años, entonces de eso no nos preocupamos”.

Sin embargo, gestionar una menstruación no solo se centra sobre la idea de tener acceso a insumos como las toallas sanitarias, sino también de encontrarse en lugares aptos para menstruar, como baños limpios, privacidad y acceso al agua. Entonces, ¿qué pasa cuando se complica proporcionar espacios que cumplan con esas condiciones?, ¿qué efectos produce vivir en albergues o refugios en condiciones de hacinamiento? Casa Fuentes, en este caso, es un albergue con una capacidad máxima de 20 a 40 personas. Sin embargo, a lo largo de mi estancia en Ciudad de México, el espacio estuvo al doble de su capacidad, llegando a albergar hasta 80 personas al día. Las condiciones de hacinamiento en las que se encuentran los albergues, las amplias necesidades con las que llegan las personas y los recursos, muchas veces limitados, al interior de los albergues, resulta en sí mismo complejo para observar todas estas necesidades específicas de las personas con cuerpos menstruantes. Aspecto que, además, desde el punto de vista de actores que dirigen estos espacios de acogida como Gaby, Beatriz o la Hna. Magdalena Rentería, directora de CAFEMIN, han hecho insistencia a través de los medios de difusión, ante la ausencia de los gobiernos federal y regional en proveer servicios o estrategias que permitan, justamente, evitar el aglomeramiento de personas en estos espacios.

Recuerdo que las primeras impresiones que tuve cuando visité Casa Fuente y Casa Tochan, fue que estos espacios eran dinámicos y el ambiente parecía desbordante. No solo por el flujo constante de personas migrantes que entran y salen, sino también por la presencia constante de distintos actores institucionales, internacionales y locales que están dedicados a la atención humanitaria y acompañamiento de los procesos de movilidad de las personas. En este sentido, el papel de los espacios de acogida se encuentra en el entramado de las políticas migratorias y que van más allá de la idea de responder con ayuda humanitaria a las necesidades básicas de los migrantes, sino que asumen un papel de defensores de derechos humanos. Esto indica, de alguna manera, que el esfuerzo por trabajar coordinadamente entre organizaciones e instituciones multilaterales para cubrir las necesidades de los migrantes en tránsito es crucial para que las personas en movilidad humana obtengan atención médica, acompañamiento jurídico o psicosocial, procesos de inserción laboral y, en este caso, productos de gestión menstrual.

Con la llegada de las últimas caravanas de migrantes en 2018 y 2021, la Ciudad de México comenzó a experimentar una serie de transformaciones y configuraciones en la recepción migratoria. Aunque es verdad que la ciudad siempre ha sido un punto importante para la recepción de refugiados, es un hecho que, recientemente, comenzaron a llegar otros flujos migratorios que, bajo una diversidad de circunstancias, buscan en la Ciudad de México atención de emergencia. Esto se ve reflejado, por ejemplo, en la creación de protocolos de atención humanitaria de emergencia como el que se creó en 2018, con la cooperación de organismos internacionales, organizaciones de la sociedad civil y activistas que acompañan los procesos migratorios de las personas en tránsito. No obstante, cabe resaltar que, a pesar de existir estos protocolos y normativas relacionadas con la protección de personas en movilidad humana y atención humanitaria, muchas veces las oleadas de migrantes en tránsito que llegan a la Ciudad de México ponen a prueba las

capacidades de atención por parte de estos actores. En este sentido, uno de los primeros espacios que resultan afectados por estas oleadas de personas que llegan buscando atención de emergencia, son los espacios de acogida.

Al respecto, María Fernanda, coordinadora de acompañamiento de las Vanders, señala que existe una ausencia de participación de las administraciones locales con respecto a la atención humanitaria, lo que también genera un efecto en cadena que resulta afectando la capacidad de los espacios de acogida para atender a la población:

¿Entonces qué pasa? Que, si de repente los dejan pasar, pues tan en condiciones de hacinamiento, que les toca dormir en los pasillos o en los patios. Por ejemplo, CAFEMIN, que es de los albergues con mayor capacidad y aun así está saturado. Y la cuestión es que tampoco es que se contrate a más gente, ¿no? Sino que los mismos que han venido trabajando con pocas personas, son las mismas que están ahorita resolviendo, dobleteando horas de trabajo y están atendiendo a muchísimas más personas de la capacidad que tienen. Y pues esto a fin de cuentas es el reflejo de la falta de disponibilidad del gobierno para atender. Los albergues, en este caso, son los que están solventando la necesidad que tiene la población. Pero que son condiciones que el mismo Estado genera. Los albergues y las organizaciones no deberíamos de existir porque esta chamba le corresponde al Estado. Pero no lo está haciendo. (María Fernanda, Las Vanders, en entrevista, agosto 2023).

Durante los meses de octubre a diciembre, los albergues de la Ciudad de México estaban al doble de su capacidad y la mayoría operaba con dificultad y bajo sus propios recursos y redes de colaboración construidas entre sus comunidades, organizaciones aliadas. En este caso pude observar que tanto los albergues, instituciones como el Programa de Casa Refugiados (PCR), la Clínica Condesa, el Instituto para las mujeres en la migración (IMUMI), la Comisión Mexicana de Ayuda a Refugiados (COMAR) y organismos internacionales, se coordinaban para gestionar el

flujo de migrantes venezolanos que llegaban a la ciudad y sortear las dificultades sobre todo en materia de suministro, donaciones y voluntariado; insumos básicos para la alimentación, limpieza e higiene personal. En el caso de Casa Fuente, su cadena de suministro principal es a través de donaciones de particulares y organismos institucionales como Casa Refugiados, que es una organización de la sociedad civil que acompaña los procesos de integración de la población migrante. Asimismo, cada albergue desarrolló diferentes estrategias para cuidar de sus usuarios, como es el caso de Casa Tochan, que hacen talleres permanentes de serigrafía y manualidades hechas de madera que venden y que con eso mantienen ingresos para comprar insumos.

Por otra parte, la diversificación de los flujos migratorios que llegan a la Ciudad de México ha obligado a que se construyan marcos jurídicos que incluyan a estas poblaciones dentro de los programas y servicios públicos de la ciudad. No obstante, el que exista la normativa no asegura o toma en cuenta la necesidad de crear espacios de refugio permanentes por parte del Estado o gobiernos locales para recibir a la población migrante. Por lo que, en situaciones de contingencia, las organizaciones de la sociedad civil o de carácter religioso, terminan asumiendo el trabajo arduo de gestionar las necesidades básicas de la población. Esto resulta, en muchas ocasiones, que los espacios de acogida se conviertan en lugares hacinados, con recursos limitados y un equipo de atención rebasado en sus capacidades. En este sentido, podemos ver que las condiciones de hacinamiento de los espacios ante la llegada de venezolanos a la Ciudad de México, obligó muchas personas a vivir en situación de calle por periodos prolongados, lo que abona a que se encuentren, nuevamente, en situaciones de vulnerabilidad. Lo que resulta, simultáneamente, en que las personas en movilidad y en situación de calle, no encuentren las condiciones básicas para gestionar la menstruación.

5.3.2 “No estamos hablando de un lujo, sino de un derecho” Salud sexual y reproductiva de las mujeres migrantes en Ciudad de México

En el marco jurídico en México, el acceso a la salud de personas en movilidad se encuentra explícito en la Declaración Universal de los Derechos Humanos, en la Ley General de Salud y en la Ley de Migración. Sin embargo, la garantía legal al acceso a la salud para la población en situación de irregularidad e incluso para las “migraciones ordenadas y regularizadas”, resulta ser limitada o incierta. A esto se le suma que existe poca literatura que hable sobre las necesidades en salud de las personas en movilidad desde una perspectiva de género, lo que abona también al desconocimiento de cómo se garantiza la salud de esta población, incluida la salud e higiene menstrual. Ahora bien, aquí nos referiremos a la higiene menstrual, como un elemento que está inmerso en la gestión menstrual.

Con respecto a las acciones que establece el Gobierno de la Ciudad de México, la ciudad cuenta con normativas que aluden a la protección de personas en situación de movilidad como la Ley de Interculturalidad, Atención a Migrantes y Movilidad. A partir de ellas, se crearon algunas estrategias para poder garantizar el acceso a una salud sexual y reproductiva para personas en situación de movilidad humana. En este caso, hablamos del Programa Santuario que creó la Clínica Especializada Condesa. Al respecto, Natalie Gras Allain, subdirectora de Atención a Poblaciones Clave y Programas Específicos, explica:

En 2017 creamos el programa Clínica Santuario y ese programa justo nos permitió declarar las Clínicas Condesa santuarios para la población en movilidad humana y el trabajo que ya habíamos hecho previamente, pero con casos todavía muy aislados, se ordenó en un programa porque empezaron a llegar muchísimas personas en movilidad. Entonces, está por cumplir seis años ese programa y su nacimiento va completamente de la mano de la mesa de género y

migración que lleva ACNUR y en la cual participan los albergues y todas las organizaciones [atención humanitaria]. Y justo lo que hicimos fue usar el principio de equivalencia que usamos en los reclusorios. Que es una recomendación internacional que tiene que ver con el derecho a la salud. Entonces, en la medida en que la salud es un derecho, una persona privada de la libertad, al no perder su derecho a la salud, tiene no solo derechos sino debe tener — idealmente porque no pasa en muchos lugares—, acceso a los mismos servicios de salud que si estuviera libre. [...] Que suena muy bonito y que en el papel está muy bonito. Está en la Constitución mexicana y de la Ciudad de México, en la Ley Nacional de Migración. Pero en la práctica en salud, no pasa así. En muchos lugares, centros de salud, clínicas y hospitales, la normativa suele ser rígida y absurda. Hace que, por un requisito como la CURP [Clave Única de Registro a la Población], la persona no puede cumplir. Sobre todo, una persona en movilidad que no va a tener CURP, entonces pues no le estás negando el servicio, pero sí, porque no le estás dando la atención por falta del documento (Natalie Gras Allain, Clínica Condesa, entrevista enero 2023).

Lo que se observa con el Programa Santuario, es la búsqueda de dar atención médica especializada a personas en movilidad. Este programa, que se creó bajo un principio de integralidad, es una respuesta ante los vacíos de un marco jurídico —tanto federal como regional— contradictorio en la práctica. Que, si bien, establecen universalidad en el acceso a derechos, incluyendo a la salud; esta situación no se ve reflejada en la realidad para algunas poblaciones. Esto debido a cómo se aterrizan esos marcos jurídicos en los protocolos de acción, por ejemplo, al buscar atención médica y no contar con documentos de identificación que te permitan acceder a esos servicios, —que además de ser incongruentes afectan también a otro tipo de población como las personas nacionales en situación de calle. Y, por otro lado, como lo hemos mencionado con anterioridad, a menudo las personas en situación de movilidad desconocen los mecanismos de

protección a sus derechos y el marco jurídico que les protege. Lo que abona a un ciclo de ausencia en la garantía y el ejercicio de los derechos.

En este caso, una de las soluciones que han implementado en la Clínica Condesa es establecer un protocolo de atención integral para atender a las mujeres en situación de movilidad humana:

Con la población Centroamericana nos dimos cuenta de que había una necesidad de salud sexual y reproductiva muy grande, de servicios sexual y reproductiva. Entonces como ya atendíamos a mujeres con alta vulnerabilidad. Decidimos agregar a las mujeres en movilidad. Entonces ha sido un servicio muy buscado, como podrás imaginar nos piden muchas citas [...] [...] el servicio de salud sexual y reproductiva le dan ginecólogos, acompañados por enfermeras, trabajadoras sociales y un psicólogo. Es el mismo equipo que lleva el programa de violencia sexual en la Condesa [...] Entonces, lo que hacemos es que las organizaciones me solicitan las citas. Muchas son para control prenatal [...] se embarazan en el tránsito y que no han recibido ningún tipo de control prenatal, nada, ningún estudio de nada y justo esa es una de las funciones de ginecología y una de las más solicitadas [...] Pero lo básico, no somos hospital, somos una clínica pre ambulatoria, no atendemos partos. Pero la parte control prenatal, infecciones de otro tipo, pues miomas u otros problemas ginecológicos y anticoncepción (Natalie Grais Allain, Clínica Condesa, en entrevista, enero 2023).

Partiendo de esta explicación, la intervención de asistencia contempla una estrategia integral e interinstitucional en la que participan distintas organizaciones orientadas a la atención de personas en movilidad. Estas acciones ayudan a resolver necesidades vitales por el carácter de la institución, así cuando las personas necesitan una atención más especializada, Natalie se encarga de canalizarlas. Entonces, nos damos cuenta, que para que una persona en situación de movilidad pueda acceder a un servicio de salud, primero es importante que identifiquen quiénes son los

actores en el marco de la defensa de derechos como organizaciones, instituciones en el ámbito de la asistencia humanitaria, para que les faciliten el acceso a servicios públicos de salud de atención primaria o especializada.

Si bien, en este trabajo se toma en cuenta el principio de progresividad en el reconocimiento de derechos —y sin negar el trabajo que se hace desde la Clínica Condesa—, nos encontramos con que la problemática central es el acceso a servicios. Si bien la Clínica Condesa los brinda sin condicionante alguno para la población, el que sea de manera interinstitucional limita de alguna forma que otras poblaciones dentro del escenario migratorio, tengan acceso. Al respecto, Natalie también comentó esos vacíos, los retos que aún quedan en entredicho, reconociendo también el trabajo de las organizaciones que incentivan la construcción de redes interinstitucionales para la atención de estas poblaciones en escenarios pocos comunes:

Yo creo que justo falta todavía que muchísimas más personas sepan de los servicios. Justo siempre pienso en aquellas personas que no llegaron a un albergue o a Sin Fronteras o a una organización. Ahí creo que todavía hace falta muchísimo trabajo. Ahora sé que las organizaciones están yendo a la terminal del norte, a la COMAR, a la calle, a las plazas públicas. Con Médicos Sin Fronteras ya habíamos identificado que en La Soledad hay mucha población de calle desde hace muchos años, que además la iglesia les da muchas veces de comer. Y está plaza de La Concepción y lo que hemos hecho es ir con Médicos Sin Fronteras y también como parte también del programa para personas en situación de calle tenemos una unidad móvil. Es todavía muy reciente lo de la unidad, apenas cumplió un año y nos hace falta todavía mucho más, llegar a muchos más puntos. Pero ya tenemos trabajo previo con población de calle y muchas veces las poblaciones se cruzan ¿no? Te encuentras a muchos migrantes entre la población de calle, por ejemplo. Entonces pues es transversal, los programas [...] Creo que son más personas de las que creemos, creo que no está visibilizado del todo y como es

muy cambiante y es como por oleadas, de repente hay que seguir un poco las oleadas, que es lo que hacen las organizaciones [...] O sea, la red de los albergues y de las organizaciones es importantísima y creo que el trabajo que hacen es abismal, pero creo que todavía falta muchísimo, por lo menos del lado del gobierno local y federal ni se diga. Creo que no hay como de pronto atención a la población migrante y si la hay en el papel, se traba a la hora de que las personas llegan a pedir los servicios, justo por estas normativas. Yo creo que ahí hay un problema entre las leyes y la realidad cotidiana. Y en salud eso no puede pasar, no estamos hablando de un lujo, sino de un derecho. Entonces debería de funcionar en todos lados. Y las mismas personas también tienen miedo a acercarse a los servicios de salud por no estar regulares, por ejemplo, entonces también hay que estar sensibilizando. Por eso La Condesa está en la red de espacios seguros por ACNUR, justo es muy importante. O sea, no le vamos a estar hablando a migración, nada. No te vamos a pedir papeles si no tienes. Es un espacio de salud (Natalie Grais Allain, Clínica Condesa, en entrevistas, enero 2023).

Otros de los retos que ella identifica como servidora en el sector salud, es la manera en que se brinda la atención. Pues muchas veces, dentro de los servicios de atención médica de primer nivel el personal no está capacitado para prestar un servicio a una población cuyo carácter suele ser heterogéneo, no solo en la diversidad de nacionalidades e idiomas, sino también en las necesidades y las especificidades que tienen:

Creo que para el personal de salud es muy difícil la parte social y como comunicarse bien con las personas en general. Pero cuando ya te vas metiendo con poblaciones más complejas como lo vemos aquí todos los días, de repente personas con algún tema psiquiátrico, personas con uso de sustancias, personas en situación de calle, personas que no saben leer ni escribir, personas con alguna discapacidad, todas aquellas que forman parte de estos grupos marcados como prioritarios si necesitan un abordaje diferente. Bueno, creo que las organizaciones ayudan muchísimo en hacer este puente. Pero, por ejemplo, en el caso de la clínica hay otros

equipos que trabajamos aquí y que hacemos esta traducción y este puente entre el médico y el paciente, entre la enfermera y el paciente. Parece muy sencillo, pero no lo es. Justo por eso la atención es de enfoque diferenciado, para poder identificar contextos muy específicos de las personas, porque eso tiene repercusiones en todo lo demás [...] con las personas en movilidad, hay como muchas especificidades culturales que hay que observar. Por ejemplo, con la caravana de 2018 observé mucho tabú especialmente con la población Centroamericana [Honduras, El Salvador y Guatemala] Y nos acercábamos a darles condones a las chavas, a los chavos y a las familias y de repente era así de, ¿qué es eso? Nunca lo usaría, lo más es que en mi país me inyectaran anticonceptivos hormonales de uso mensual, pero no sabían de implantes, de DIUS, de nada. Entonces me imagino que de menstruación también hay un desconocimiento. Justo ayer hablábamos de la falta de toallas sanitarias y vamos a donar a los albergues, pero justo falta esta otra parte desinformación, no basta con las donaciones, esto lo manda ACNUR, pero si falta esta información entonces es también el reto (Natalie Grais Allain, Clínica Condesa, en entrevistas, enero 2023).

Vemos que, en este caso, Natalia expresa que trabajar con las especificidades que cada grupo tiene es sumamente complejo y necesario para comprender las necesidades de atención a la salud de la población. Por ejemplo, el tomar en cuenta el idioma, en muchas situaciones es importante para poder tener una comunicación asertiva y dar una atención adecuada a la población. En este sentido, Sofía, ginecóloga de la Clínica Condesa también comparte:

Por ejemplo, en cuanto al lenguaje, recuerdo mucho la población haitiana, que la primera barrera es lenguaje. Entonces, por qué hablan sus dialectos, porque hablan francés. Entonces dependíamos totalmente para poder tener información y poder explicarles de un traductor, ok. Y a veces había y a veces no. Entonces desde ahí empezaba la limitante porque no nos brindaban... o no había canal de comunicación correcto. [...] Entonces si no podemos entendernos, ¿cómo vamos a darles esa confianza? Porque a veces los pacientes no te tienen

la suficiente confianza de preguntarte realmente lo que les está pasando. Porque gran parte de las alteraciones que pueden tener las pacientes [en la menstruación], aparte de ser por alguna patología o una enfermedad, pueden ser también mucho lo social, en lo psicológico o hasta lo moral (Sofía, ginecóloga de la Clínica Condesa, en entrevista, enero 2023).

A través del testimonio de Sofía, podemos comprender también que la aplicación de las normativas o los programas que buscan integrar a poblaciones en situaciones de vulnerabilidad, prestar un servicio integral debe considerar distintas variables, incluidas la diferencia del idioma. En este sentido, podemos observar que esas dificultades tienen implicancias importantes sobre cómo dar una atención integral. Si bien, eso hace que prestar un servicio de salud sea sumamente complejo, permite también adquirir nueva información para el mejoramiento de las prácticas de intervención.

Esto, según en la experiencia de Natalie, ha permitido atender casos específicos en el que se ha tenido que trabajar en conjunto con otras organizaciones para analizar y crear estrategias de atención que sean situadas a los contextos culturales a los que se enfrentan. En este caso, en la entrevista que tuvimos, Natalia relató cómo en la Clínica tuvieron el caso de dar servicios prenatales y ginecológicos a un grupo de mujeres afganas refugiadas que llegaron a México en 2021, en el que implicó ejecutar con mayor intensidad esa perspectiva de integralidad:

Nos tocó recibir a mujeres afganas. Y con ellas nos enfrentamos al tema cultural, porque no querían los esposos de ellas las revisara un ginecólogo hombre, además porque eran musulmanas, entonces dentro de su cultura está prohibido que otros hombres las toquen, incluso cuando se trata de temas de salud. Y bueno, justo en ese tiempo había entrado al equipo una mujer ginecóloga. Porque pues el doctor también no se daba abasto y bueno eso lo hizo conveniente pues, así fue también que los hombres permitieron que las mujeres se atendiesen

[...] O sea, todos nuestros servicios están disponibles. Y el año pasado, estoy segura de que este año fueron más, pero el año pasado vinieron a consulta sesenta mujeres y entre ellas llegaron 14 afganas y 17 venezolanas. No ya, tan solo hoy, di más de 8 citas. Y bueno, de entre las consultas, las más buscadas fueron para control prenatal, hemorragias, ILE, VPH, ovarios poliquísticos son las cuatro primeras (Natalie Grais Allain, Clínica Condesa, en entrevista, enero 2023).

Tomando este caso como ejemplo, podemos analizar que las necesidades en torno a la salud sexual y reproductiva pueden ser diversas, por el carácter heterogéneo de las poblaciones en situación de movilidad que llegan a la Ciudad de México. Y, en relación con la menstruación, las dificultades en la atención a menudo tienen que ver con aspectos que involucran una atención empática y que tome en cuenta las necesidades culturales. En este sentido, conocer las necesidades de las mujeres afganas y la dificultad que presentaron para poder atenderlas, obligó a que el equipo de ginecología, en coordinación con el área psicosocial, desarrollaran un taller sobre sexualidad, en el que también integraron información sobre el ciclo menstrual. No solo como una estrategia para conocer sus necesidades en torno a la salud menstrual, sino además como una estrategia de incidencia en el que dar información sobre la salud sexual permitiera a las mismas pacientes a poder establecer una confianza para el diálogo, tal como lo explica Elena, trabajadora social de la Clínica Condesa:

Con el tema de las afganas fue muy difícil. Fue una experiencia muy bonita, personalmente, pero sí me pareció como un gran reto. Desde el tema de la lengua ¿no? O sea, pues otro idioma y el otro para mí era el tema cultural [...] las traductoras formaban parte como del grupo, o sea, había chavas hablaban español y otros idiomas, pero de la misma región donde venían ellas. Entonces dijimos: “que buena onda porque las conocen, saben y pues nos van a contar qué onda con las pacientes” pero no fue así. [...] Entonces nosotros les decíamos que aquí

podemos hacerles Papanicolau, pero lo que hacían las traductoras era decirles, pero también decirles que, pues en su cultura eso no se hace, que no está permitido, entonces eso hizo que muchas rechazaran la atención y no estábamos entendiendo que estaba ocurriendo [...] el tema cultural estaba sumamente atravesado (Elena, trabajadora social de la Clínica Condesa, en entrevista, enero 2023).

A través del relato de Elena, podemos incluso entender la dificultad que implica no contar con personal especializado que lleve parte del proceso de atención a poblaciones específicas dentro del escenario de movilidad humana. En este caso, al no haber traductores profesionales que llevaran a cabo el diálogo entre el servicio de salud y las personas solicitantes del servicio, dificultó que las mismas mujeres afganas no logaran acceder a los servicios de salud. No obstante, esta situación enfrentó a la Clínica a desarrollar un conjunto de estrategias para buscar dar respuesta a las necesidades de salud de las mujeres afganas. Tomemos en cuenta que, en 2021, el gobierno de México tras acuerdos con Irán estableció nuevos trámites para la solicitud de la condición de refugiados en México para población afgana. En consecuencia, ese año, México recibió alrededor de 124 afganos a la Ciudad de México, la mayoría musulmanes provenientes de Yemen, Irán y Siria.⁷⁸ Ante este reto, Elena explica que un elemento que se le añade al resolver la atención de este grupo en particular, además de la diferencia del idioma, son las prácticas culturales:

Entonces con todas estas intervenciones que se hicieron, la organización [que venía acompañando al grupo de mujeres afganas] se acercó y nos dijo: “miren la verdad la solicitud más común en esta población que tenemos ahora es que todas se creen que están enfermas [...] cuando están en su periodo menstrual ellas lo llaman enfermedad, están enfermas y quieren

⁷⁸ Información migratoria nacional, 2021. Avala Gobernación dar asilo a refugiados afganos. Tarjeta migratoria matutina del Instituto Nacional de Migración. INM. En: <https://www.inm.gob.mx/gobmx/word/wp-content/uploads/2021/08/Tarjeta-Migratoria-260821.pdf> (Consultado el 20 de mayo de 2024).

atención médica”. Entonces ya platicando con la organización decidimos hacer un taller para entender su contexto y nos dimos cuenta de que a ellas justo les han dicho que eso es una enfermedad y que además tienen que estar resguardadas. Por ejemplo, cuando están menstruando no tienen que salir tienen que estar resguardadas. Entonces lo que nos pidió la organización fue darles un taller sobre menstruación [...] y con mis compañeros del equipo de violencia, armamos un breve taller muy básico sobre el tema de la menstruación [...] con descripción de conceptos muy básicos [...] y al momento de pasar como al tema de las partes del cuerpo, eso le tocó a Edgar platicarlo, exponerlo, este fue muy complejo porque no permitieron que continuara Edgar. Entonces sí, fueron muy educadas de decirnos que les daba muchísima pena que un hombre estuviera al frente, que les mostrara y les explicara las partes del cuerpo de una mujer, que eso no estaba permitido en su país y que les avergonzaba demasiado, y nos pedían que Edgar se retirara (Elena, trabajadora social de la Clínica Condesa, en entrevista, enero 2023).

Estas actividades pioneras sirvieron de referencia para el desarrollo de un proyecto de incidencia, en el que se enfrentaron a los distintos retos ya mencionados por Elena. Sin embargo, me atrevería a señalar que además de las barreras del idioma y la necesidad de entender el contexto cultural; aparece un elemento en el relato que toma un protagonismo sugerente, y es la necesidad de una sensibilización frente a la experiencia religiosa.

El caso de la intervención de la Clínica Condesa con el grupo de mujeres afganas fue un caso excepcional. Esta situación les enfrentó a tomar en cuenta el proceso menstrual como una variable para que las mujeres afganas pudieran acceder a una atención médica. No obstante, los talleres que se llevaron a cabo para este caso no se volvieron a llevar a cabo, debido a que realizarlo fue por petición de la organización que acompañaba a la población afgana. No obstante, la Clínica

Condesa ha hecho otras labores en relación con productos de gestión menstrual como explica Sofía, sobre los kits de higiene que otorgan:

Si contamos, digo, ya sea a través de insumos proporcionados propiamente por el presupuesto de la clínica, como por donaciones y demás, si se les brinda un kit de higiene íntima ¿ok? Y se les informa. Ha habido usuarias que incluso preguntan el hecho de la copa menstrual, que también, pues hoy por hoy, es una de las medidas que se fomenta tanto para higiene íntima como para cuestiones de impacto a nivel mundial, ecológico, económico y demás. Si llegan preguntando, las orientamos, las asesoramos. Ese insumo no contamos como tal físicamente con él, pero sí el explicarles otra cosa. En cuestión de insumos, me incliné mucho por lo psicoemocional, pero hay causas o motivos orgánicos como el ovario poliquístico, problemas metabólicos como resistencia a insulina o problemas hormonales como alteraciones en la tiroides. Afortunadamente, sí contamos con insumos de laboratorio clínico que son estudios en sangre y de gabinete que son desde rayos-X y ultrasonidos. Pues para poder integrar un diagnóstico y el saber que no todo lo va a resolver, por ejemplo, tratamientos hormonales (Sofía, ginecóloga de la Clínica Condesa, en entrevista, enero 2023).

Los testimonios de Elena y Sofía, como servidoras del sector salud de la Ciudad de México, nos ejemplifican como puede integrarse la menstruación como una variable para la salud. Esta red de acciones conjuntas que realizan internamente en la institución es un esfuerzo de protección integral a personas menstruantes en situación de movilidad humana, que se encuentra en función de las capacidades y la infraestructura de la Clínica Condesa. Estas actividades constituyen, desde mi punto de vista, estrategias y acciones que promueven los derechos sexuales y reproductivos y, por lo tanto, una dignidad menstrual. Al respecto, durante la entrevista que realizaba a Natalie, ella refirió la importancia de las acciones conjuntas entre sociedad civil, organizaciones y agencias multilaterales, así como las alianzas que se generan a partir de los grupos de acción humanitaria

en la construcción de nuevas perspectivas para dar respuesta a las necesidades de la población menstruante en situación de movilidad humana. En este caso, las mesas de trabajo de Migración y Género que organiza ACNUR en conjunto con los vínculos que se extienden entre instituciones de salud, espacios de asistencia legal, organizaciones gubernamentales, sociedad civil y las agencias internacionales:

Ayer lo que platicábamos [en la mesa de trabajo de Migración y Género] es que no nos parecía muy adecuado llevar donaciones de copas a mujeres en movilidad, digo ahorita están en el albergue, ok. Pero, aun así, pensando en el hacinamiento y en la saturación de los baños empieza a haber como problemas de higiene menstrual y de higiene en general, porque además es complicado mantener limpios los baños con tantas personas. Y, además, las copas hay que hervirlas. Y cuando no hay agua, definitivamente cuando están en movilidad, se vuelve complicado. Incluso en los albergues, a pesar de que ecológicamente suena maravilloso, no nos hacía sentido ni viable. Pero una chica nos comentó que aprendió a hacer toallas de algodón, así como que sí funcionan. Así que pensamos en estas toallas desechables sería lo ideal (Natalie Grais Allain, Clínica Condesa, en entrevista, enero 2023).

En este sentido, todas las acciones que realizan en conjunto van trazando también una evolución en el mejoramiento de las estrategias para la defensa de los derechos de las personas menstruantes en situación de movilidad. Esto implica, por un lado, la identificación de actores que, por su formación o características, empaticen con estas situaciones y la construcción de vínculos con ellos. Como sucedió en una de las reuniones del grupo de trabajo de Migración y Género, al que me invitó Valeria Scalisse, psicóloga del área psico jurídico del IMUMI, para que pudiera escuchar las acciones de incidencia que realizarían en conjunto, acerca de la dignidad menstrual en situaciones de movilidad. En este sentido, para sorpresa mía —y debo decir bastante agradable—, dicha estrategia tenía que ver con una campaña de difusión del fanzine *Menstruación*

digna en situaciones de movilidad, que creó Las Vanders. Esto me hizo justamente reflexionar sobre la función que cumplen las distintas estrategias de incidencia, a través de diferentes formas de intercambio de información para el abordaje de las vulnerabilidades, sobre todo en escenarios específicos como la movilidad humana.

Recapitulación

En este último capítulo abordamos el concepto de dignidad menstrual situado en el contexto de movilidad humana. Por un lado, el trabajo que realizan las organizaciones y activistas inmersas en los activismos menstruales para discutir la necesidad de crear protocolos de acción que abarquen la dignidad menstrual como un derecho de las personas en situación de movilidad. Así, definimos en primer lugar que la dignidad humana es un valor moral que hace referencia al reconocimiento y respeto que alguien tiene por ser persona. Por lo tanto, la dignidad menstrual es también el reconocimiento y el respeto de la menstruación como una experiencia natural que las personas con útero experimentan. En este sentido, cuando situamos la dignidad menstrual en el marco de los activismos menstruales, vemos que hacen referencia a una dimensión ideológica. Es decir, que la dignidad menstrual es un horizonte de sentido de la que se nutren los activismos menstruales, al mismo tiempo que busca ser un derecho que garantice una vivencia menstrual digna a través acciones concretas.

En este punto, el derecho a una menstruación digna aparece como un elemento progresivo e integral del reconocimiento de los derechos fundamentales de las personas. Así, en escenarios de movilidad, una menstruación digna se basa, principalmente, en el acceso a derechos fundamentales como la vivienda, la salud, una movilidad segura, a la privacidad y acceso a servicios e insumos como agua, saneamiento y productos de gestión menstrual. En este sentido, distintos actores multilaterales han tomado protagonismo en la creación de estrategias y actividades de incidencia.

Por una parte, la creación de acuerdos entre organismos internacionales, corporaciones transnacionales y organizaciones no gubernamentales para construir estrategias basadas en el acceso a productos menstruales, agua y saneamiento como los establecidos por ACNUR, HIAS y WASH. Por otra parte, las prácticas y estrategias que activistas y organizaciones defensoras como Las Vanders, Mariana Pérez de MDEM, la Clínica Justicia en Salud y MAPAS, están llevando a cabo para garantizar el derecho a una menstruación digna de las personas en situación de movilidad basados en los procesos de autonomía a través de acciones en la calle, investigación y socialización de las necesidades de la población en materia de salud y gestión menstrual, así como protocolos de acción que faciliten el acceso a información detallada sobre el ciclo menstrual y productos de gestión menstrual, incluyendo kits con alguno de estos elementos.

A través de las estrategias establecidas por estos dos grupos hemos visto que la búsqueda por la dignidad menstrual en escenarios migratorios tiene un carácter complejo. Pues parte de considerar que el contexto de la migración irregular que llega a México, el acceso a derechos fundamentales se vuelve limitante, principalmente por tres aspectos. En primer lugar, la brecha que existe entre el marco jurídico que establece la Ciudad de México para atender a la población migrante y su praxis dentro de las instituciones locales. En segundo lugar, la falta de información clara y accesible sobre las normativas y marcos jurídicos que protegen los derechos de las personas que transitan de manera irregular al interior del país, lo que abona a que un gran número de la población no busque los servicios de atención médica o acompañamiento integral. Y, en tercer lugar, la ausencia de participación activa de las administraciones públicas locales, es decir, las alcaldías de la Ciudad de México, ante los escenarios emergentes de población extranjera en tránsito, principalmente irregular. A ello, se le suma una ausencia en la creación de protocolos y políticas públicas que abarquen la dignidad menstrual como un derecho de las personas

menstruantes y esto no solo para las personas en situación de movilidad, sino también para las personas nacionales.

Frente a esta situación, las organizaciones defensoras, espacios de acogida y algunas instancias de atención a la salud trabajan para mitigar estas ausencias. A través de las estrategias que han implementado en relación con el acceso a elementos de gestión menstrual, el trabajo de incidencia a través de una organización interinstitucional resulta necesario para favorecer la garantía de los derechos de las personas. En este sentido, vemos como los distintos actores conforman una red tanto a nivel nacional como a nivel local para traer a la discusión la menstruación como un elemento vital de las personas migrantes.

No obstante, a través de la experiencia de todos estos actores, podemos dar cuenta que, de los retos más importantes en la construcción de estrategias de incidencia, así como de intervención en espacios poco accesibles. Por ejemplo, los escenarios de las personas en tránsito irregular que se encuentran en situación de calle; las condiciones de hacinamiento a las que se enfrentan en los albergues o los retos que enfrentan en las Estaciones Migratorias y Estancias Provisionales del INM son una preocupación constante para las organizaciones defensoras, así como un terreno por explorar al que se requiere un trabajo de análisis y de colaboración interinstitucional más compleja.

Por último, la politización del ciclo menstrual en estos escenarios, están ofreciendo herramientas y alternativas viables que necesitan ser reconocidas en la construcción de derechos y políticas públicas. Tales como la integración de kits menstruales en la canasta básica; protocolos de intervención sobre salud y gestión menstrual en espacios de acogida, en la que se incluya información del ciclo menstrual como parte del acceso a una salud sexual y reproductiva; acuerdos y alianzas en los distintos niveles de gobierno para garantizar el acceso a los elementos necesarios para la gestión menstrual en espacios de acogida, estancias migratorias, campamentos

provisionales, refugios y espacios de concentración migrante que se encuentra en situación de calle.

CONCLUSIONES

El interés de este trabajo se centró en conocer las experiencias menstruales de las personas de origen venezolano en situación de movilidad que transitaron por la Ciudad de México, durante los meses de octubre a diciembre de 2022. Esto con el objetivo de comprender cuáles son los desafíos que enfrentan las personas en situación de movilidad, tanto en el manejo de su menstruación como en los efectos que produce en su salud menstrual. Para ello, partimos de la pregunta ¿Cómo experimentan las mujeres migrantes su menstruación y qué factores de los procesos de migración irregular tienen efectos en su salud y gestión menstrual? Para esto, consideramos que la menstruación es una experiencia corporal multidimensional. Es decir que, además de ser una realidad biológica que experimentan las personas con útero, es una vivencia que se ve atravesada por aspectos sociales, culturales, políticos y económicos. Por lo tanto, existen significados, prácticas y conductas en torno a ella (Botello y Casado, 2015).

Desde esta perspectiva, comprendimos que las experiencias menstruales se viven de acuerdo con las situaciones que las personas enfrentan. Es decir, el contexto social y las condiciones subjetivas influyen de manera directa en la manera en cómo se vive la menstruación y en la capacidad de gestionarla. En este sentido, la gestión menstrual, entendida como el acceso a todos los elementos necesarios para el manejo del ciclo menstrual, se relaciona con el goce de los derechos fundamentales que las personas tienen. Así, para gestionar la menstruación, de manera adecuada, es necesario tener acceso a información sobre el ciclo menstrual, productos menstruales, acceso a saneamiento, agua y espacios limpios y privados para el cuidado e higiene menstrual. Asimismo, es necesario agregar que el disfrute de una gestión menstrual adecuada tiene una relación intrínseca con el acceso a la salud. En este caso, para esta investigación, la salud se entiende como el goce de un bienestar integral, es decir, físico, sexual, mental, emocional y

espiritual (Contreras, 2022, en prensa). Por lo tanto, la salud menstrual, es un elemento que se incorpora dentro del concepto de salud y que se define como un signo de bienestar de la experiencia menstrual.

Para las personas menstruantes en situación de movilidad irregular, menstruar puede resultar una experiencia particularmente vulnerable, debido a los distintos desafíos y situaciones de riesgo a los que se enfrentan durante su tránsito irregular; la dificultad para acceder a los elementos necesarios para la gestión menstrual y la falta de acceso a entornos seguros tanto para asearse como para pernoctar, atención médica especializada o información adecuada sobre las normativas de protección a migrantes. A ello, se le suman los tabúes y estigmas menstruales, lo que incide en que las personas en situaciones de movilidad vivan situaciones de exclusión y vulnerabilidad; así como padecer alteraciones en su ciclo menstrual derivado de las tensiones emocionales que experimentan debido a las peripecias que enfrentan.

Por todo lo anterior y a fin de comprender toda la complejidad ya mencionada, esta investigación fue abordada desde un enfoque que toma en cuenta las desigualdades múltiples a las que se enfrentan las personas en situación de movilidad. Esto, con el objetivo de entender los diversos elementos de desigualdad y opresiones a los que se enfrentan las personas menstruantes en tránsito irregular que llegan a México. Esto permitió dar cuenta cómo las categorías de clase, etnia, género o el extranjerismo interactúan con las situaciones específicas de opresión y su relación con las experiencias menstruales. Por otra parte, esta investigación recurrió a una perspectiva de derechos para identificar los procesos de vulneración y desigualdad que experimentan las personas en el manejo de su menstruación; tomando como eje central que las experiencias menstruales se vinculan con el acceso a derechos.

La metodología utilizada en esta investigación fue la de la etnografía afectiva (Bochner, 2019), centrada en el conocimiento intuitivo y experimental, que se realizó durante los meses de octubre de 2022 a enero de 2023. De esta manera, se destacó la exploración de las percepciones, sentires y reflexiones en torno a la menstruación situadas desde la perspectiva de quién menstrúa, destacando la agencia de las mujeres y personas menstruantes como personas activas que producen y reproducen la cultura (Castañeda 2006; Accerenzi, 2019; en Fernández-Garrido, 2019). Asimismo, a partir de la construcción de los itinerarios menstruales, inspirados en la propuesta metodológica de Mari Luz Esteban (2004), sobre los itinerarios corporales, se realizó una descripción de la menstruación como un proceso vital, tanto individual y colectivo en las prácticas corporales de las personas menstruantes. Esto a través de la aplicación de los talleres *Menstruación consciente y autonomía corporal*, los grupos focales y entrevistas semiestructuradas.

En principio, se recuperaron las experiencias menstruales de las mujeres y hombres venezolanos huéspedes de Casa Fuente, Casa Tochan y usuarias de Sin Fronteras IAP. Con las interlocutoras, realizamos una serie de talleres centrados en construir sus itinerarios menstruales, con el objetivo de analizar, las percepciones, sentidos y significados que tienen del ciclo menstrual; qué prácticas de gestión menstrual tuvieron acceso durante su vida. Así como los desafíos que enfrentaron durante su tránsito migratorio. En este sentido, a lo largo de las sesiones, observamos que en sus experiencias predomina una connotación negativa, relacionada principalmente ante la falta de acceso a elementos de gestión menstrual. Esta última, es entendida como el acceso a espacios privados para el aseo, acceso a productos menstruales; pero además a condiciones básicas durante su trayectoria migratoria.

Las percepciones y prácticas de gestión menstrual de las personas en situación de movilidad y los retos a los que se enfrentan a lo largo de su trayectoria migratoria con respecto a su

menstruación está relacionado fuertemente con el acceso limitados a sus derechos. Al respecto, me parece importante señalar que construir itinerarios menstruales con mujeres en situación de movilidad tiene una serie de complicaciones relacionadas a distintos aspectos. Por un lado, la interacción en los albergues fue sumamente importante, pues al encontrarse sobrepoblados, hacía difícil establecer espacios adecuados para construir una intimidad mucho más profunda. Asimismo, la población con la que trabajé fue mayoritariamente de personas en tránsito irregular, que permanecieron al interior de los albergues por periodos cortos, por lo que ahondar con mayor detalle en sus sentipensares en relación con sus ciclos menstruales fue todo un reto.

La disposición de las participantes para hablar sobre sus cuerpos al principio era renuente, lo que hacía necesario avanzar en los temas de manera resiliente, debido al temor de tocar temas sensibles. No obstante, conforme íbamos avanzando en los temas y en las sesiones, las mujeres parecían más interesadas y curiosas en preguntar sobre cómo mejorar sus experiencias menstruales. Lo que implicó el desarrollo de una creatividad muy necesaria y llena de goce, no solo para contrarrestar las dificultades del escenario al que me enfrentaba, sino además para poder compartir herramientas de autoconocimiento que fueran útiles para ellas. Entre ellas compartimos calendarios menstruales, fanzines sobre la menarquia para las mujeres que eran madres y ejemplos de alternativas de productos de gestión menstrual como las toallas de tela y copas menstruales.

A través de esto último, por ejemplo, pudimos ahondar en las condiciones de gestión menstrual de ellas y el acceso a la información sobre el ciclo menstrual. Esto nos permitió comprender, a su vez, cómo fueron socializadas las prácticas de cuidados y gestión menstrual. En este sentido, entendemos que existe una diferencia entre la gestión y los cuidados menstruales. Por un lado, por cuidados me refiero a las prácticas relacionadas con la feminidad basadas en la idea de ocultar la sangre y los rastros relacionados a ella, entre otros aspectos menos destacados. Por

otro lado, la gestión menstrual tiene que ver con el acceso a elementos y condiciones necesarias para vivir el ciclo menstrual. Con ello me refiero a la posibilidad de tener acceso a espacios de aseo y saneamiento; acceso a productos de gestión menstrual, así como información relacionada al ciclo menstrual.

Uno de los argumentos centrales de esta tesis es que la menstruación tiene una dimensión política, por lo que tiene una relación estrecha con la vida social y pública de las personas menstruantes. En este sentido, también se realizó el análisis sobre las estrategias que distintas organizaciones defensoras, espacios de acogida, actores gubernamentales y organizaciones multilaterales construyen en una red de actores, que han comenzado a observar la menstruación como una variable que necesita ser tomada en cuenta para garantizar la dignidad de las personas en situación de movilidad. Lo anterior se demuestra en la creación de protocolos de acción, incidencia e intervención para garantizar que las personas menstruantes accedan a elementos de gestión menstrual. Este tipo de estrategias abonan a la construcción de agendas políticas que consideren la menstruación como un elemento vital de las personas en situación de movilidad. En este sentido, su labor busca reducir la brecha de género que existe en torno al disfrute de la salud, la vida pública y la libertad de tránsito. En lo que sigue presentaremos algunas conclusiones y reflexiones pendientes.

En el primer capítulo, hablé sobre mi proceso reflexivo durante el trabajo etnográfico, los retos que enfrenté y la importancia de hacer una investigación desde una perspectiva afectiva. El enfoque y estrategias elegidas para llevar a cabo este trabajo partieron de darle un lugar protagónico a las experiencias menstruales, el cuerpo y los sentipensares. Esto tuvo implicancias importantes, tanto a un nivel analítico, como a un nivel reflexivo, pues construir con mis interlocutoras las reflexiones en torno al ciclo menstrual, me interpeló en muchos sentidos, pues

al hacer una investigación de este tipo, en un contexto particularmente vulnerable, se entrecruzan distintos niveles de comprensión que son cognitivos y a la vez corporales, pues mantener la improvisación y la flexibilidad como parte del quehacer antropológico, implicó una constante disposición a la escucha, observación y empatía con sus ritmos, energías físicas o emocionales, y sobre todo con el entorno en el cual estaban inmersas. En este sentido realizar una etnografía sobre las experiencias menstruales en contextos de movilidad es un campo que necesita ser explorado y que darle lugar a la creatividad, al cuerpo y los afectos, puede abrir reflexiones profundas e interesantes para el campo de la antropología y que pueden abonar a la incidencia política. Mi rol como investigadora y voluntaria, además del activismo menstrual que se mantiene implícito entre ambos roles, fueron partes constitutivas y trascendentales en la producción de las reflexiones que presento a lo largo de este texto. Y es ahí, justamente, que valoro el constante dialogo entre las experiencias de vida de mis interlocutoras y las formas que me llevaron a investigar desde mi propia historia de vida pues me permitieron generar nuevas formas de pensar acerca de la dignidad menstrual, los activismos menstruales y el quehacer investigativo.

En el segundo capítulo, desarrollé el concepto de la menstruación como una vivencia multidimensional, cuyo discurso ha sido ampliamente elaborado por los feminismos de Estados Unidos, desde los años setenta. El trabajo que realizaron ha ido tomando fuerza, al grado de que hoy en día se le conocen como activismo menstrual a las prácticas que buscan eliminar y transformar los estigmas y tabúes menstruales. Asimismo, presentamos algunos conceptos e ideas principales que se han discutido en la conceptualización de la menstruación desde la esfera de lo social y lo político, así como algunos ejemplos concretos del análisis que se ha hecho sobre la menstruación como una variable de análisis para comprender la estructuración de las desigualdades en torno a la salud y gestión menstrual que experimentan grupos en situaciones de

vulnerabilidad. A través del estudio de la menstruación y su relación con distintas formas de opresión, se develaron formas específicas de discriminación y vulnerabilidad desde una perspectiva de derechos. En este sentido, el presente trabajo aporta a un entendimiento más amplio sobre esta relación, explorando el impacto que tienen las cargas sociales negativas en torno a la menstruación, así como mostrar que la movilidad irregular y, específicamente las políticas migratorias restrictivas, tienen un impacto sobre las experiencias menstruales.

En el tercer capítulo, se mostró el escenario actual de la movilidad en México y la caracterización de los flujos migratorios que recibió la Ciudad de México durante los meses de octubre a diciembre de 2022. Se analizó a la población venezolana, demostrando que dicho flujo ha sufrido transformaciones en sus prácticas de movilidad, evidenciando una migración en crisis y altamente vulnerada. Luego, se abordó el marco jurídico de la Ciudad de México, en torno a la protección de personas en situación de movilidad, así como la presentación de los espacios de acogida e instancias públicas en donde se llevó a cabo parte del trabajo de investigación. Así, presenté cuatro espacios de la Ciudad de México, Casa Fuente, Casa Tochan, Sin Fronteras y la Clínica Condesa; así como una breve descripción etnográfica, de tal forma que permitiera mostrar el panorama actual de la migración que llega a la ciudad. No obstante, la foto completa del panorama se vio reflejado a lo largo del texto, haciendo énfasis en los efectos que producen las políticas migratorias actuales en los procesos de vulneración de las personas que transitan por México de forma irregular. A la par de mostrar el trabajo de la sociedad civil e instancias públicas en la defensa y garantía de los derechos humanos de las personas. A partir de esta contextualización, se presentó el escenario en donde se llevó adelante este análisis.

En el cuarto capítulo, se presentó el análisis y construcción de los itinerarios menstruales de las mujeres y hombres que participaron de talleres *Menstruación consciente y autonomía*

corporal, grupos focales y entrevistas semiestructuradas. A partir de estas herramientas, pudimos recabar los testimonios y experiencias menstruales de distintas mujeres venezolanas, sus perspectivas, sentires y prácticas de gestión menstrual. Así como la perspectiva masculina sobre la menstruación. El principal interés fue develar las experiencias subjetivas sobre este proceso y cómo se relacionan con las condiciones sociales y culturales en las que se generaron, a la vez de comprender los distintos elementos de opresión que han enfrentado en torno a la menstruación a lo largo de su vida y, principalmente, durante su tránsito migratorio. Para ello, se consideró que lo más adecuado era tener conversaciones sobre sus experiencias menstruales a través de las herramientas ya mencionadas, siendo los talleres el lugar de diálogo, reflexión y discusión que mantuvo mayor centralidad en la investigación. Así, el trabajo que se realizó fue trabajar con los grupos focales como estructura de la primera parte de los talleres. De esta manera, poder identificar actores clave y llevar a cabo entrevistas semiestructuradas con el objetivo de profundizar en la información.

De esta manera, los itinerarios menstruales se organizaron en tres dimensiones. En primer lugar, las percepciones, significados y representaciones de la menstruación desde la perspectiva de las mujeres y hombres venezolanos, como la base de donde se nutren, a su vez, el compendio de experiencias menstruales a lo largo de su tránsito migratorio. Como una mochila que va cargada de saberes, significados y prácticas en torno a la menstruación, tanto de manera negativa, como de manera positiva. En segundo lugar, las experiencias menstruales durante su tránsito migratorio, destacando la relación con los elementos de opresión estructural que las vulnera tanto en su integridad como en sus experiencias menstruales e identificar cuáles son las principales necesidades en torno a la salud y gestión menstrual que enfrentan durante su movilidad. Y, en tercer lugar, los efectos que produce en sus ciclos menstruales, las políticas migratorias y el escenario

actual de la migración en México, al que se enfrentaron. Sobre este punto, centramos el análisis en relación con el concepto de salud, en el que dialogamos con testimonios de trabajadoras del sector de la salud sexual y reproductiva, que atienden a población migrante en la Ciudad de México.

En el primer momento, analizamos las percepciones, saberes y prácticas de gestión menstruales de las mujeres y hombres que participaron en los talleres, al preguntar a las y los participantes “¿Qué piensan cuando escuchan la palabra menstruación?” De esto se destaca lo siguiente:

- a) Con respecto a las percepciones sobre la menstruación, las expresiones o sentimientos en torno a ella fueron principalmente de rechazo. Esto debido a que las mujeres afirmaron, en distintos momentos que, aunque la menstruación era un proceso biológico, era un elemento no deseado, fastidioso, mostrando una connotación negativa que fueron agrupando en relación con distintas situaciones o circunstancias de sus vidas que marcaron su percepción sobre la menstruación.
- b) En relación con lo anterior, todas las mujeres afirmaron que la primera menstruación y la información que obtuvieron sobre el ciclo menstrual, durante la etapa de su infancia y adolescencia, marcó significativamente en su perspectiva sobre la menstruación. En este sentido, la menstruación fue conceptualizada como un proceso basado en la reproducción sexual y en la menarquia la transición de ser niñas a ser mujeres. Esto se vio reflejado a través de una relación dialógica sobre las prácticas de cuidados y de gestión menstrual que recibieron por sus madres, hermanas mayores o abuelas.
- c) Asimismo, a través de las experiencias de las mujeres sobre sus prácticas de gestión menstrual, observamos que las condiciones materiales, el acceso a la información sobre el ciclo menstrual, productos de gestión menstrual y dinámicas de socialización, influye en la

construcción de las experiencias de cómo está siendo vivida. Así pues, pese a que la mayoría de las participantes afirmaron haber tenido información sobre el ciclo menstrual al experimentar su menarquia, también afirmaron haber tenido dudas sobre cómo gestionar su menstruación y, en el caso de algunas mujeres, consideraban que aún hoy en día, desconocían como utilizar algunos productos menstruales, como las toallas desechables.

- d) Por otra parte, las opiniones que compartieron los hombres con respecto a la menstruación han sido bajo una connotación negativa y de diferencia sexo-genérica, de la misma manera que lo perciben las mujeres. Sin embargo, a diferencia de las personas menstruantes que basan su perspectiva desde su propia experiencia, en el caso de los hombres cis-género, el ser personas no menstruantes, su percepción se basa en las representaciones estigmatizadas de la menstruación. Por ejemplo, que el ciclo menstrual y su ciclicidad hormonal, es percibida como caótica, que produce “locura” o inestabilidad emocional.

De manera general, estas observaciones demuestran el carácter sociocultural que existe sobre la menstruación. En esta investigación al preguntar a las mujeres y hombres que participaron en los talleres, sobre los imaginarios y significados que le atribuyen al ciclo menstrual, encontramos que sus respuestas evidencian que no solo los saberes, sino también los estigmas y tabúes potencian las percepciones negativas y construyen un contexto de intersubjetividad (Blázquez y Bolaños, 2017). Es decir que, tanto las interacciones con las personas significativas, incluso desde la menarquia, como los procesos de socialización de la menstruación, construyen conductas, prácticas y representaciones bajo una pluralidad de sentidos que deja una huella apenas perceptible en la conciencia, pero evidente en las expresiones cotidianas.

Con respecto a las experiencias menstruales durante el tránsito migratorio, el análisis se realizó a través de la reconstrucción de sus trayectorias migratorias. En este sentido, partimos de

las preguntas: “¿Qué lugar ocupa la menstruación en las trayectorias migratorias de las personas menstruantes?, ¿Cuáles son los problemas a los que se enfrentan en materia de salud y gestión menstrual?, y ¿Qué efectos ha producido en sus cuerpos?” De este análisis, las reflexiones centrales fueron:

- a) A través de los testimonios compartidos por las mujeres venezolanas, encontramos que en sus experiencias de supervivencia y las prácticas de sobrevivencia que generaron durante su tránsito por la selva del Darién, las percepciones negativas y los estigmas de la menstruación agregaron una tensión física y mental en sus experiencias migratorias. La mayoría de las mujeres, durante se cruce por la selva experimentaron alteraciones en su ciclo menstrual tales como dismenorrea, amenorrea o polimenorrea. Estas alteraciones las relacionaban con las situaciones de estrés, miedo y ansiedad que experimentaron en su viaje, por lo que afirmaron la idea de que la menstruación interactúa con otras circunstancias de vida, mostrando el carácter relacional que tiene este proceso con el contexto y las condiciones en las que se encuentran inmersas.
- b) El campamento provisional en San Pedro Tapanatepec, Oaxaca, que se instaló durante los meses de octubre a diciembre de 2022, es un ejemplo de las políticas migratorias de contención e intento de desaceleración del flujo migratorio que afecta también a las personas menstruantes. Su instalación, fue una estrategia de control migratorio que se caracterizó por la respuesta improvisada del Estado Mexicano, poco después de que el gobierno de Joe Biden anunciara las modificaciones al programa Parole, el 12 de octubre de 2022. Asimismo, según el Colectivo de Observación y Monitoreo de Derechos Humanos en el Sureste de México (2022), el campamento se estableció sin la garantía de cubrir las necesidades básicas y con la entrega de documentos provisionales que no son respetados

por otras autoridades, lo que evidencia las prácticas de negligencia y violencia institucional por parte del INM, en la protección de las personas en movilidad. Así, a través de los testimonios de las mujeres y hombres venezolanos, observamos que existía una precarización en el acceso a servicios básicos como espacios para trasnochar, atención médica, acceso a entornos seguros y privados para el cambio de ropa y aseo personal. Situación que las mujeres venezolanas tuvieron que resolver yendo al río, acampando a las afueras del pueblo o pagando precios exorbitantes para acceder a espacios de descanso, aseo y alimentación. En este sentido, este tipo de estrategias de contención no solo pone en riesgo físico, mental y emocional de las personas migrantes; sino también, atenta contra la dignidad menstrual de las personas, vulnerando sus experiencias menstruales.

- c) A través de los testimonios de las mujeres, pudimos relacionar cómo los estigmas de ser migrante y el que las identifiquen con eso, ha sido una situación que las ha vulnerado en México. Esto se debe a que las personas experimentan una sensación de incertidumbre ante la falta de información clara y accesible sobre las políticas actuales y los mecanismos de protección a los que pueden acceder. A ello, se le suma el riesgo de ser detenidas arbitrariamente por parte del INM y sufrir abusos de autoridad e incluso situaciones de riesgo para su integridad. Así, algunas mujeres que participaron en los talleres afirmaron haber tenido al menos una experiencia de detención en las Estaciones Migratorias o Estancias Provisionales del INM; casos de discriminación, hostigamiento, falta de claridad sobre la validez de los documentos que expedían y la falta de atención empática e incluso experiencias de extorsión por parte de la Guardia Nacional. De esta manera, podemos comprender la relación que existe entre las políticas de exclusión y los procesos de vulneración que experimenta la población. Pues al encontrarse bajo situaciones de

exclusión social y política, las personas van a incurrir en situaciones de riesgo para continuar con su tránsito, lo que afecta, simultáneamente, la capacidad de las mujeres para poder gestionar su menstruación.

- d) Por otra parte, al llegar a la Ciudad de México y permanecer a la espera en albergues como Casa Fuente y Casa Tochan, las mujeres venezolanas afirmaron que encontrarse en estos espacios les permite experimentar cierta seguridad, al acceder a mejores condiciones que les permitía optimizar sus experiencias menstruales. En este sentido, observamos que, en el tránsito irregular, las personas atraviesan por distintos momentos de exclusión e inclusión al transitar por distintos países. Esto quiere decir que viven momentos de precarización e inaccesibilidad de condiciones para vivir su menstruación; así como también acceder a condiciones necesarias para gestionarla, permitiendo relevar las percepciones negativas sobre sus cuerpos menstruales en relación con su proceso de movilidad. Si bien, encontrarse en un espacio de acogida resuelve aspectos importantes de la gestión menstrual, como acceso a insumos e infraestructura, el escenario actual de la migración en México produce nuevos desafíos para los albergues. Lo que implica que las personas menstruales se enfrentan a desafíos como las condiciones de hacinamiento, la falta de espacios privados y limpios para asearse o volverse a encontrar en situación de calle, debido a la falta de espacios disponibles en los albergues. Lo que convierte la experiencia menstrual en un reto.
- e) En relación con todo lo anterior, es importante señalar que las mujeres que participaron en las entrevistas y los talleres, al preguntarles qué tan importante fue para ellas vivir su menstruación y gestionarla en estos escenarios, la mayoría expresó que era una situación extraordinaria que habían tenido que atravesar. En otras, la pregunta las había sorprendido

pues no se habían puesto a imaginar o reflexionar sobre ello. En todo caso, frente a las peripecias que se encontraban y todo lo que tuvieron que hacer para sobrevivir, la menstruación como realidad biológica y vivencia social parecía quedar en segundo término frente a la necesidad de supervivencia. Sin embargo, durante su tránsito migratorio, la percepción negativa de la menstruación se acrecentó, identificándola como una experiencia limitante para las mujeres y personas menstruantes, pues se le añade un sentimiento de frustración en relación con su cuerpo.

- f) Con todo lo dicho anteriormente, podemos afirmar que menstruar bajo todas estas situaciones que exigen un grado alto de supervivencia, la salud y gestión menstrual no resulta un aspecto primordial para las personas en movilidad. No obstante, a través de sus testimonios observamos que sí es un proceso vital para las mujeres venezolanas en el que se manifiesta el contexto. Es decir, la menstruación tiene un carácter relacional, que se ve afectada por situaciones externas. En este sentido, las interlocutoras relataron que, durante su movilidad, sufrieron alteraciones a su periodo, ya sea amenorrea, polimenorrea o dismenorrea, como un efecto del estrés y ansiedad que experimentaron a lo largo de su trayectoria migratoria. Lo que, sin duda, habla de la menstruación como una variable que es necesaria tomar en cuenta para conocer la salud integral de las personas con útero.
- g) Ahora bien, dentro de estas reflexiones, las mujeres no relacionaron esos efectos con un tema de salud por el que hayan necesitado atención médica. Esto no quiere decir que no existan casos en los que sí se requiera. Al menos, las mujeres con las que tuve oportunidad de trabajar, previamente a su tránsito, experimentaban una menstruación considerada regular, lo que abona a la hipótesis de que sus alteraciones al ciclo sean relativos a las experiencias que vivieron. Sin embargo, esta reflexión también abre la pregunta al análisis

sobre, ¿qué pasa con las personas menstruantes que padecen enfermedades relacionadas con la menstruación como los ovarios poliquísticos, alteraciones hormonales debido a problemas con la tiroides, lo que afecta también su ciclo menstrual, endometriosis o el síndrome premenstrual (SPM) severo?

La migración es un escenario en el que las personas viven situaciones extraordinarias, donde los migrantes sufren desafíos extremos, al poner su cuerpo en situaciones de supervivencia. En el caso de las mujeres y personas menstruantes, esta situación se ve imbricada por las experiencias menstruales y las limitaciones que enfrentan para gestionarla durante sus viajes. A través de los testimonios de las mujeres venezolanas que transitaron de forma irregular por distintos países hasta llegar a México, pudimos observar que sufrieron de una precarización en sus experiencias menstruales ante la falta de espacios de aseo, descansos, así como productos menstruales. En este sentido, es importante señalar que sus experiencias menstruales, no se pueden comprender aisladamente del escenario actual de la migración en México y las políticas de externalización de la frontera estadounidense. En este caso, vimos que las prácticas de contención y control migratorio que se ejecutaron por parte del INM, así como las prácticas de protección a migrantes, tienen un carácter selectivo y reactivo que responde al proyecto migratorio que efectúa Estados Unidos. Como señala Gandini et al. (2019, pág. 311), esto evidencia cómo las políticas de apoyo hacia personas extranjeras y la aplicación de la normatividad puede ser discriminatoria en sus acciones.

Por último, en el quinto capítulo, revisamos algunas de las estrategias de acción e intervención de los activismos menstruales en los escenarios migratorios. Para ello, abordamos el concepto de dignidad menstrual en dos dimensiones. Por un lado, como una fuente moral y horizonte de sentido del que se guían los activismos menstruales, que se basa en la demanda de

condiciones estructurales y materiales para vivir una menstruación justa, libre de estigmas y violencia, en el que cada persona tenga la libertad de gestionarla como mejor le plazca. Y, por el otro, como un derecho que se integra al sistema jurídico y que implica garantizar que las personas vivan una menstruación digna. Y, en el caso de los escenarios de movilidad, la búsqueda de una menstruación digna se basa en el acceso a derechos fundamentales como la vivienda, la salud, una movilidad segura, a la privacidad y acceso a servicios e insumos como agua, saneamiento y productos de gestión menstrual.

De manera puntual, el objetivo de este último capítulo fue conocer el alcance de los activismos menstruales en la búsqueda de dignidad menstrual en escenarios migratorios. Para ello, partimos de preguntarnos: ¿Qué estrategias están empleando las organizaciones para garantizar derechos?, y ¿Cómo influyen los activismos menstruales en la construcción de nuevas estrategias concretas para garantizar la dignidad menstrual de las personas en movilidad humana? Sobre esta premisa, destacamos los siguiente.

A través del seguimiento del trabajo de distintas organizaciones defensoras de derechos y organismos multilaterales vimos que existen dos corrientes de incidencia e intervención con respecto a la garantía de la dignidad menstrual como un derecho de las personas en situación de movilidad. Por un lado, el trabajo desarrollado en tratados internacionales sobre derechos humanos, como el acuerdo que estableció ACNUR con otros organismos, centrados en la gestión menstrual y en las intervenciones del sector de agua, higiene y saneamiento (WASH, por sus siglas en inglés). De esta forma, dichas iniciativas y programas se basan en responder a las necesidades prácticas, pero no desafían las relaciones de poder, ni problematizan cómo las prácticas culturales y los significados sobre la menstruación, contribuyen a reforzar o romper con los estigmas menstruales y la desigualdad de género (Accerenzi, 2023). Y, por el otro lado, los activismos

menstruales que, además de buscar garantizar la dignidad menstrual a través del acceso a derechos, su búsqueda también tiene como fin último, la autonomía de las personas menstruantes. En este sentido, el trabajo realizado por las colectivas feministas y activistas promueven el análisis situado de las necesidades de la población, centrando sus esfuerzos en estrategias basadas en el empoderamiento y la autonomía menstrual de las personas en situación de movilidad, a través de estrategias de intervención sobre el autoconocimiento, la salud sexual y reproductiva como fanzines, talleres y campañas informativas que denuncian la problemática.

Asimismo, dentro de este capítulo pudimos conocer las dificultades que enfrentan los espacios de acogida, organizaciones civiles y sector salud de la Ciudad de México para cubrir las necesidades de la población. En este sentido, vemos que parte de los retos principales que afrontan estas organizaciones es la brecha entre el marco jurídico que protege a la población migrante y las prácticas de protección por parte del Estado, lo que termina delegando el trabajo a las organizaciones sociales. A pesar de ello, encontramos que estas organizaciones componen una red de defensores que han construido estrategias interinstitucionales para garantizar los derechos de las personas menstruantes en situación de movilidad. Todas estas acciones que realizan en conjunto trazan un camino evolutivo en el mejoramiento de las estrategias para la defensa de los derechos de las personas en movilidad. Esto implica, por un lado, la identificación de actores que, por su formación o características, empaticen con estas situaciones y la construcción de vínculos con ellos. Y, por el otro, un intercambio de información para el abordaje de las vulnerabilidades, sobre todo en escenarios específicos como la movilidad humana.

Por otra parte, es importante señalar que todo lo expuesto sobre las percepciones, prácticas y conductas en torno a la menstruación, son una aproximación a las experiencias menstruales de las mujeres venezolanas que transitaron por México. En este sentido, llevar a cabo investigaciones

que dialoguen con las experiencias menstruales desde las perspectivas de quiénes menstrúan, así como las que no, puede brindar nuevas soluciones que respondan a las necesidades prácticas de las personas menstruantes y contribuya a su empoderamiento, entendiendo este concepto como un “proceso individual y colectivo que cambie las estructuras de poder y oportunidades” (Accerenzi, 2023, pág. 45). Esta investigación, lejos de querer generalizar estas experiencias, busca entender el carácter multidimensional, relacional e interseccional del ciclo menstrual que se sitúa en una diversidad de contextos. Por lo tanto, es importante también comprender que los discursos y narrativas que se construyen alrededor de ella producen significados, prácticas y conductas.

BIBLIOGRAFÍA

ALEJO, ANTONIO

2020. "Política exterior y ciudad santuario a la luz de un proceso de desnacionalización. El caso de Ciudad de México". Colombia Internacional (102). Pág. 165-189. En: <https://doi.org/10.7440/colombiaint102.2020.08>

ACCERENZI, MICHELA.

2019. Auto-ethnography as starting point in a feminist activist research. A menstrual bodily itinerary. En Fernández-Garrido, S. y Alegre-Agís, E. *Autoetnografías, cuerpos y emociones (ii) Perspectivas feministas en la investigación en salud*. (Pág. 153-170). Catalunya: Publicaciones URV

2023. Políticas menstruales y desarrollo. Una crítica al abordaje de la menstruación en el ámbito de la cooperación internacional. *Cuadernos de Trabajo / Lan-Koadernoak*. Hegoa, n.º 93, 2023. ISSN: 1130-9962

BÁRCENAS, KARINA Y PREZA, NOHEMÍ.

2019. Desafíos de la etnografía digital en el trabajo de campo onlife. *Virtualis*, 10 (18), <https://www.revistavirtualis.mx/index.php/virtualis/article/view/287/294>

BRAVO, CAROLINA Y MEZA, DIANA.

2017. La sangre invisible: Representaciones sociales de la menstruación en una institución educativa de Bucaramanga. Tesis de grado en Psicología. Universidad Pontificia Bolivariana. Colombia.

BLÁZQUEZ MARIBEL Y BOLAÑOS EVA.

2017. Aportes a una antropología feminista de la salud: el estudio del ciclo menstrual. *Salud Colectiva*. Universidad Nacional de Lanús, pp. 253-265 en <https://doi.org/10.18294/sc.2017.1204>

BOBEL, CHRIS Y BREANNE FAHS.

2020. The messy politics of menstrual activism. En Bobel, C., Winkler, I., Fahs, B., Hasson, K., Kissling, E. y Roberts, T. (2020). *The Palgrave handbook of critical menstruation studies* (Pág. 1001-1018). Palgrave McMillan, USA: <https://doi.org/10.1007/978-981-15-0614-7>

BOCHNER, ARTHUR.

2019. Ya es hora: narrativa y el yo dividido. En Bérnard S., *Autoetnografía. Una metodología cualitativa*, (Pp. 95-122). 2019. Universidad de Aguascalientes y Colegio de San Luis.

BOTELLO, ALICIA Y CASADO, ROSA.

2015. Miedos y temores relacionados con la menstruación: estudio cualitativo desde la perspectiva de género. *Texto & Contexto-Enfermagem*, 24, 13-21. En: <http://dx.doi.org/10.1590/0104-07072015000260014>

BUTLER, JUDITH.

1990. El género en disputa. El feminismo y la subversión de la identidad. Barcelona: Paidós.

CASILLAS, RODOLFO.

2021. Migración y solidaridad: Los albergues y las casas de migrantes en México. *Revista Migración y Desarrollo*. Vol. 19 (núm. 37), pp. 65-92. FLACSO. ISSN 2448-7783

CASTAÑEDA, MARTHA.

2006. La antropología feminista hoy: algunos énfasis clave. *Revista Mexicana de Ciencias Políticas y Sociales*. Vol. XLVIII, (Num. 197), pp. 35-47, Universidad Autónoma de México, D.F., México en <http://www.scielo.org.mx/pdf/rmcps/v48n197/0185-1918-rmcps-48-197-35.pdf>

CASTILLO, ALEXIA., BRIOSO, LARISSA., GABORIT, MAURICIO Y ORELLANA, RAFAEL.

2020. Evaluación de políticas, programas, normas y funcionamiento institucional en los países de México, Guatemala, Belice, Costa Rica y Panamá para atender las necesidades de protección de solicitantes de asilo y refugiados. *Memoria del seminario de difusión de investigaciones*. Facultad de Ciencias Sociales y Humanidades

CASTRO, YERKO.

2020. “Fabricar a personas ilegales por medio de la ley”. *Condition humaine / Conditions politiques*. En línea desde 25 noviembre 2020, Consultado el 09 de Julio de 2022. URL: <http://revues.mshparisnord.fr/chcp/index.php?id=122>

CEPAL.

2016. La matriz de la desigualdad social en América Latina. Santiago: CEPAL. En: <http://bit.ly/34CrvWw>.

COBO, SALVADOR Y FUERTE, PILAR.

2012. Refugiados en México. Perfiles sociodemográficos e integración social. Alto Comisionado de Naciones Unidas para los Refugiados, México (ACNUR). México, D.F.

COLECTIVO DE OBSERVACIÓN Y MONITOREO DE DERECHOS HUMANOS EN EL SURESTE MEXICANO.

2022. La Frontera Vertical. San Pedro Tapanatepec. Informe de campo. México.

CONTRERAS, LAURA.

2022. “Deconstruyendo la Salud Menstrual: Significados de la Salud Menstrual desde la perspectiva de quién menstrúa”. Ponencia presentada en el marco de la 9ª. Conferencia Latinoamericana y Caribeña de Ciencias Sociales. *Tramas de las desigualdades en América Latina y el Caribe: Saberes, luchas y Transformaciones*. CLACSO. Ciudad de México. Del 7 al 10 de junio de 2022. Resumen en: https://conferenciadclacso.org/programa/resumen_ponencia.php?&ponencia=Conf-1-2209-87319&eje=9

DAGNINO, EVELINA, OLVERA, ALBERTO Y PANFICHI, ALDO.

2010. "Introducción. Para otra lectura de la disputa por la construcción democrática en América Latina". En *La disputa por la construcción democrática en América Latina*, Evelina Dagnino, Alberto Olvera y Aldo Panfichi (eds.), 2a. ed., México: Fondo de Cultura Económica/Universidad Veracruzana/CIESAS.

DAMMERT, MANUEL.

2018. Tres Caminos para revitalizar el estudio sobre desigualdades sociales: fronteras simbólicas, espacio urbano y redes sociales. Una revisión bibliográfica. *Sociológica* (México)

DE MIGUEL, ANA.

2000. Los feminismos. En Celia. Amorós. (Dir.), Diez palabras clave sobre mujer. *Pamplona*, España: Editorial Verbo Divino

DEMOCRACIA EN RED.

2022. Acceso a la gestión menstrual para más igualdad. Herramientas y acciones para gobiernos locales. UNICEF. Buenos Aires, Argentina.

EL COLEGIO DE MÉXICO.

2018. Desigualdades en México 2018. México: El Colegio de México, *Red de estudios sobre Desigualdades*. En: <https://desigualdades.colmex.mx/informe-desigualdades-2018.pdf>, revisión 29 noviembre 2019.

ESCALANTE, FERNANDO.

2019. Capítulo 5. Otra idea de la humanidad. En *Historia mínima del neoliberalismo*. Cuarta reimpresión. México: Colegio de México.

ESTEBAN, MARI LUZ.

2004. Antropología del cuerpo. Género, itinerarios corporales, identidad y cambio. Barcelona: Ediciones Bellaterra

FELITTI, KARINA.

2016. El ciclo menstrual en el siglo XXI. Entre el mercado, la ecología y el poder femenino. Sexualidad, salud y sociedad. *Revista latinoamericana*. ISSN 1984-6487 /n. 22 - abr./abr./apr. 2016-pp.175-206. En: www.sexualidadsaludysociedad.org

FELITTI, KARINA. Y RAMÍREZ, ROSARIO.

2022. "Sangre, lágrimas y abrazos: Reflexiones encarnadas del trabajo de campo en círculos de mujeres". En Parrini, Rodrigo y Tinat, Karine. 2022. *El sexo y el texto*. El Colegio de México. 1 ed. ISBN 978-607-564-374-8

FERNÁNDEZ-GARRIDO, S. Y ALEGRE-AGÍS, E.

2019. Autoetnografías, cuerpos y emociones (ii) Perspectivas feministas en la investigación en salud. Catalunya: Publicaciones URV

FLORES, FÁTIMA.

2014. Vulnerabilidad y representación social de género en mujeres de una comunidad migrante. *Península*. Vol. IX. Núm. 2. Julio-diciembre 2014, pág. 41-58

FOUCAULT, MICHEL.

(1987), *La historia de la sexualidad I. La voluntad de saber*, Madrid: Siglo XXI.

GANDINI, LUCIANA, LOZANO ASCENCIO Y PRIETO, VICTORIA.

2019. Crisis y migración de población venezolana: entre la desprotección y la seguridad jurídica en Latinoamérica. Universidad Nacional Autónoma de México.

GEBRUERS, CECILIA.

2020. La noción de interseccionalidad: desde la teoría a la ley y la práctica en el ámbito de los derechos humanos. *Revista Perspectivas de las Ciencias Económicas y Jurídicas*. Vol. 11, N° 1. Santa Rosa, Universidad de Buenos Aires, Argentina.

GÓMEZ, EMMA Y MARCOS, ELIZABETH.

2019. Desafiando las reglas: articulaciones políticas del activismo menstrual. *Revista Española de Sociología* (RES No. 29), pág. 155-170. ISSN: 1578-2824

GOMEZ, VALERIA Y KARIN, MARCY.

2021. Menstrual Justice in Immigration Detention. *Columbia Journal of Gender and Law*, 41(1). Columbia University

GUILLO, MIREN.

2013. La in-corporación de la investigación: políticas de la menstruación y cuerpos (re) productivos. *Nómadas*. No. 39. Octubre, 2013, pág. 233-245. Universidad Central. Bogotá, Colombia.

GUBER, ROSANA.

2004. *El salvaje metropolitano. Reconstrucción del conocimiento social en el trabajo de campo*. Buenos Aires: Paidós.

HAMUI-SUTTON, A., & VARELA-RUIZ, M.

2013. La técnica de grupos focales. *Investigación en educación médica*, 2(5), 55-60.

HAWKEY, ALEXANDRA, USSHER JANE Y PERZ, JANETTE.

2020. "I treat my daughters not like my mother treated me": Migrant and Refugee Women's Constructions and Experiences of Menarche and Menstruation. En Bobel, C., Winkler, I., Fahs, B., Hasson, K., Kissling, E. y Roberts, T. (2020). *The Palgrave handbook of critical menstruation studies* (Pág. 99-114). Palgrave McMillan, USA: <https://doi.org/10.1007/978-981-15-0614-7>

HIROKO, ASAKURA Y TORRES, MARTA.

2013. Migración femenina centroamericana y violencia de género: pesadilla sin límites en Zona Franca. *Revista del Centro de Estudios Interdisciplinario sobre Mujeres*, Año XXI, N.º 22, pp. 75-86.

HORVAT, HARGITA.

2018. To Menstruate in Peace: Embodied experiences of menstruation during migration. Linköping university - Department of Social and Welfare Studies (ISV). Sweden, Northern Europe. Master's Thesis, 30 Credits – MA in Ethnic and Migration Studies (EMS)

JIMÉNEZ GARCÉS, CLAUDIA.

2017. El cuerpo de la mujer como lugar de lo político. Perspectivas de análisis. Libros Universidad Nacional Abierta y a Distancia. Pp. 110-122. Repositorio Institucional UNAD. En <https://repository.unad.edu.co/handle/10596/24727>

LAMAS, MARTA.

2022. De la investigación circunstancial al activismo académico: una reflexión *post facto*. En Parrini Rodrigo y Tinat Karine. 2022. *El sexo y el texto*. El Colegio de México. 1 ed. ISBN 978-607-564-374-8

LAVERDE, CARLOS.

2022. El género y la sexualidad en el estudio del comercio sexual: El lugar de la Investigación como estrategia de acceso a la información. En Parrini Rodrigo y Tinat Karine. 2022. *El sexo y el texto*. El Colegio de México. 1 ed. ISBN 978-607-564-374-8

LEYVA, RENÉ, INFANTE, CÉSAR, QUINTINO, FRIDA.

2016. Migrantes en tránsito por México: Situaciones de salud, riesgos y acceso a servicios de salud. (Primera edición), Instituto Nacional de Salud Pública, Cuernavaca, Morelos

LOZANO, LINA.

2010. “La sangre de las otras. Cambios generacionales en la percepción de la menstruación y su relación con la dominación masculina”. Tesis de maestría en Estudios de las mujeres y género de la Universidad de Granada. Granada, España.

MAGLIANO, MARÍA.

2015. “Interseccionalidad y migraciones: potencialidades y desafíos”. *Estudios feministas, Florianópolis*. Vol. 406. Universidad Nacional de Córdoba, Argentina.

MALGESINI, GRACIELA.

2020. Género y Pobreza: Determinantes sociales de la salud y el acceso a servicios sociosanitarios de las mujeres. *Red Europea de lucha contra la pobreza y la exclusión social en el Estado Español*. Ed. Gorria.info

MOUFFE, CHANTAL.

2011. En torno a lo político. 1ª ed. 2ª ed. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica.
- Pinto Balesein, Carolina y Cisternas Collao, Nicol. 2020. Reflexiones sobre el uso de la interseccionalidad en los estudios migratorios en Chile. *Revista Punto Género*. N.º 14, ISSN 0719-0417 / 49- 70
- PONS RABASA, ALBA. Y GUERRERO MC MANUS.
2018. Afecto, cuerpo e identidad. Reflexiones encarnadas de la investigación feminista. (Coord.). Universidad Autónoma de México
- REYGADAS, LUIS.
2004. “Las redes de la desigualdad: un enfoque multidimensional”. *Política y cultura*, no 22 (enero): Pág. 7-25.
- RAMÍREZ, MARÍA DEL ROSARIO.
2019. Ciberactivismo menstrual: feminismo en las redes sociales. *PAAKAT: Revista de tecnología y sociedad*. N°17. Universidad de Guadalajara
- RIVAS, BÉLEN Y VICTORIA, IBARRA.
2021. Sexismo Ambivalente en torno a la menstruación: experiencias de hombres y mujeres en distintos momentos del ciclo vital. Tesis de pregrado para el título de Psicóloga y Psicólogo en la Universidad Academia de Humanismo Cristiano, Santiago, Chile.
- ROSAS, DIANA.
2019. Menstruación, epistemología y etnografía amazónica. *Maguaré*. Vol. 33. Universidad Nacional de Colombia
- RODRÍGUEZ YOLANDA., LAMEIRAS MARÍA., CARRERA MARÍA VICTORIA. Y FAÍLDE JOSÉ MARÍA.
2009. Aproximaciones conceptuales al sexismo ambivalente: Estado de la cuestión. Facultad de Ciencias de la Educación. Universidad de Vigo, España.
- RUIZ, CÉSAR.
2016. Estado, sociedad civil y hegemonía en el pensamiento político de Gramsci. *Revista de Filosofía y Teoría Política*, (47), e002. Recuperado de: <http://www.rfytp.fahce.unlp.edu.ar/article/view/RfYTPe002>
- SALAS, MARÍA EUGENIA.
1990. La migración a la ciudad de México: un proceso multifacético. *Estudios demográficos y urbanos*, pág. 641-654.
- SOSA-SÁNCHEZ, ITZEL; LERNER, SUSANA Y ERVITI, JOAQUINA.

2014. Civilidad menstrual y género en mujeres mexicanas: un estudio de caso en el estado de Morelos. Estudios Sociológicos XXXII. Colegio de México.

SPINELLI, HUGO.

2012. El proyecto político y las capacidades de gobierno. Salud Colectiva. Vol. 8, núm. 2, mayo-agosto, 2012, pág. 107-130. Universidad Nacional de Lanús. Buenos Aires, Argentina

TAPIA, JORGE.

2016. La dignidad humana, parte esencial de los derechos sociales. Instituto de Investigación y capacitación de Derechos humanos.

TARZIBACHI, EUGENIA.

2017. Cosas de mujeres. Menstruación, cuerpo y poder. Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Sudamericana.

TORRE, EDUARDO.

2020. Destino y asentamiento en México de los migrantes y refugiados centroamericanos. *Trace* (México, DF), (77), 122-145.

VALENZUELA, FRANCISCO.

2020. Vulnerabilidad y resiliencia de migrantes centroamericanos LGBTQ en movilidad por México. Tesis de maestrante. El Colegio de la Frontera Norte. Tijuana, B.C., México

VARELA, AMÁRELA.

2019. México, de "frontera vertical" a país tapón". Migrantes, deportados, retornados, desplazados internos y solicitantes de asilo en México. *Iberoforum. Revista de Ciencias Sociales de la Universidad Iberoamericana*, vol. XIV, núm. 27, 2019, -junio, pp. 49-56 Universidad Iberoamericana, Ciudad de México, México

VARGAS, MARÍA.

2011. Ciudadanía e inmigración: La nueva frontera entre la pertenencia y la exclusión. *Revista LiminaR. Estudios sociales y humanísticos*, año 9, vol. IX, núm. 1, junio de 2011, San Cristóbal de Las Casas, Chiapas, México. ISSN: 1665-8027

VÁZQUEZ, MARÍA BELÉN.

2013. El silencio menstrual: representaciones y prácticas en torno al género y cuerpo. *VIII Congreso Chileno de Antropología*. Colegio de Antropólogos de Chile A. G, Arica. En: <https://www.aacademica.org/viii.congreso.chileno.de.antropologia/11>

VÁZQUEZ, MARÍA BELÉN. Y CARRASCO, ANA MARÍA.

2017. Significados y prácticas culturales de la menstruación en mujeres Aymara del norte de Chile. Un aporte genérico a los estudios antropológicos de la sangre menstrual. *Chungara. Revista Antropológica Chilena*, Vol. 49 (Núm. 1), pág. 99-108, Universidad de Tarapacá, Arica, Chile.

VILLASEÑOR-DELAVEGA, ANDREA Y LEÓN-ANG, CLAUDIA.

2020. Una aproximación a los vacíos de protección frente a la crisis humanitaria de personas refugiadas en México: la experiencia desde el terreno.

WILLERS, SUSANNE.

2016. Migración y violencia: las experiencias de mujeres migrantes centroamericanas en tránsito por México. *Sociológica*. (Núm. 89), pág. 163-195, Universidad Nacional Autónoma de México.

ZAMUDIO, PATRICIA.

2007. La migración internacional y la ciudadanía: una perspectiva de investigación. En *Nuevas tendencias y nuevos desafíos de la migración internacional: Memorias del Seminario Permanente sobre Migración Internacional*. Tomo 2, 2007, pág. 447-464, El Colegio de México. En: <https://doi.org/10.2307/j.ctv3dnq5h.20>

2017. Hacerme sentir que valgo: procesos de reconocimiento en la defensa de derechos de migrantes. *Nuevos Procesos en la Migración Internacional*. CIESAS, Colección México.