

Recensión bibliográfica

Francisco Donat, editor. La menstruación. De la biología al símbolo. València: Universitat de València; 2023. 367 p. ISBN: 978-84-1118-131-0

La menstruación es un fenómeno biológico que la mayoría de las mujeres experimentarán unos centenares de veces en su vida. Como todo fenómeno biológico, puede tener sus variaciones individuales y también alteraciones relacionadas con diferentes patologías. La experiencia de cada menstruación puede afectar en mayor o menor medida al bienestar físico, psicológico y social de las mujeres. Pero, además, a diferencia de la mayoría de los fenómenos biológicos, la menstruación, como queda claro en el libro editado por Donat, ha tenido y sigue teniendo profundas implicaciones socioculturales y, en lógica y directa relación, también biomédicas y científicas. De hecho, por su exclusiva presencia en las mujeres, y no en los hombres, la menstruación ha sido objeto directo de los prejuicios que caracterizan a las sociedades patriarcales en su empeño por mantener en situación de inferioridad a más de la mitad de la población: «el mundo patriarcal privilegia a los cuerpos no menstruantes», se dice explícitamente en el libro. También, en un curioso ejercicio ucrónico, plantea cómo experimentaría nuestra sociedad que la menstruación la tuvieran los hombres: probablemente se convertiría en una fiesta, motivo de orgullo, celebración y ostentación, con los hombres presumiendo de su duración y su caudal. Sin embargo, siendo propia de las mujeres, la menstruación está instalada en el terreno del tabú, del estigma, de la ocultación, rodeada de prohibiciones y prescripciones con nulo soporte científico.

El Dr. Nelson, a la sazón en el U.S. Public Health Service, afirmaba hace unos pocos años que «el ciclo menstrual no había sido respetado» y que debería ser considerado como un «signo vital», al igual que la temperatura corporal, el pulso, la respiración o la presión arterial¹. Quizás por esa falta de respeto, en los ensayos clínicos de las vacunas frente a la COVID-19 no se valoraron los potenciales efectos sobre el ciclo menstrual². La evidencia de que, efectivamente, había alteraciones menstruales asociadas, se ha ido acumulando³, y aunque aparentemente todavía no se considera conclusiva, es más que suficiente para recomendar que los efectos de las intervenciones médicas sobre la menstruación no sean una «ocurrencia tardía para futuras investigaciones»⁴.

Desde el punto de vista de la salud pública puede resultar llamativo que una búsqueda superficial en PubMed (*menstruation [mesh] AND Spain*) identifique apenas un centenar de artículos publicados. Algunas investigaciones recientes^{5,6} parecen empezar a interesarse por la menstruación como fenómeno de salud colectivo en la población española. No obstante, el conocimiento sobre el ciclo menstrual como signo vital, íntimamente relacionado con la salud y el bienestar de las mujeres, es todavía muy escaso en nuestro ámbito. Ni en la Encuesta Nacional de Salud española ni en la Encuesta de Salud de la Comunitat Valenciana se incluyen preguntas sobre la experiencia de la menstruación en las encuestadas, algo que parece una oportunidad perdida.

Francisco Donat Colomer (doctor en Medicina y especialista en Obstetricia y Ginecología, catedrático jubilado de la Universitat de València) presenta este libro como un «ensayo de divulgación» dirigido fundamentalmente a las mujeres (aunque creo que también a los profesionales sanitarios). Su carácter divulgativo no impide que el texto se apoye en la investigación y la evidencia científica sobre los temas tratados, y cada capítulo se acompaña de un seleccionado listado de referencias bibliográficas (si bien, a veces, se echa de

menos alguna referencia acompañando el texto). Es una obra coral, con autorías complementarias, en la que se aprecia el cuidado por equilibrar los contenidos y por hacer referencias cruzadas entre los capítulos, a pesar de lo cual se producen inevitables repeticiones de algunos conceptos o planteamientos.

En el primer capítulo, Josep L. Barona (Universitat de València) presenta un interesante recorrido por la masculinidad y la feminidad a lo largo de la historia. Tanto el segundo capítulo, a cargo de Amparo Bonilla (Universitat de València), como el tercero, de María Isabel Blázquez (Universidad Complutense de Madrid), abordan aspectos psicológicos y antropológicos, respectivamente, de la menstruación, repasando mitos y tabúes, adentrándose en su dimensión como experiencia personal y política, con enfoques marcadamente feministas, con mirada atenta también sobre la diversidad sexual y de género, llegando hasta el activismo menstrual⁷. Los dos siguientes capítulos, a cargo de Donat, tratan la fisiología y las alteraciones de la menstruación con un lenguaje a la par riguroso y asequible. El sexto y último capítulo, de Lourdes Margaix (Universitat de València), revisa sensatamente los autocuidados durante la menstruación basándose en la evidencia científica.

Leyendo este libro podremos ser conscientes de lo poco que se ha reflexionado sobre el fenómeno de la menstruación, tanto a nivel personal como social. También, y en consecuencia, desde la ciencia y la investigación salubrista. Posiblemente es algo generacional, porque hay indicios de cambio. Iremos viendo.

Contribuciones de autoría

La autora firmante de este trabajo cumple con todos los requisitos de autoría del International Committee of Medical Journal Editors.

Conflictos de intereses

La autora firmante de este trabajo declara no tener ningún conflicto de interés en relación con la elaboración o publicación del mismo.

Bibliografía

- Adams Hillard PJ. Using the menstrual cycle as a vital sign: what we still want to know about adolescent menstrual cycles. *J Pediatr Adolesc Gynecol.* 2022;35:413–4.
- Couzin-Frankel J. Thousands report unusual menstruation patterns after COVID-19 vaccination. *Science.* 2022 Jul. (Consultado el 12/10/2023.) Disponible en: <https://www.science.org/content/article/thousands-report-unusual-menstruation-patterns-after-covid-19-vaccination>. doi: 10.1126/science.add9678.
- Ocón Hernández O. Vacunas del COVID y cambios en la menstruación. Gobierno de España. Estrategias de vacunación COVID-19. (Consultado el 12/10/2023.) Disponible en: <https://www.vacunacovid.gob.es/voces-expertas/vacunas-del-covid-y-cambios-en-la-menstruacion>.
- Male V. Menstrual changes after covid-19 vaccination *BMJ.* 2021;374:n2211.
- Medina-Perucha L, López-Jiménez T, Jacques-Aviñó C, et al. Menstruation and social inequities in Spain: a cross-sectional online survey-based study. *Int J Equity Health.* 2023;22:92.
- Sánchez López S, Barrington DJ, Poveda Bautista R, et al. Spanish menstrual literacy and experiences of menstruation. *BMC Womens Health.* 2023;23:161.
- Gómez Nicolau E, Marco Arocas E. Desafiando las reglas: articulaciones políticas del activismo menstrual. *Rev Esp Sociol.* 2020;29 (3 Suppl):155–70.

Ana M. García

Universitat de València, València, España

Correo electrónico: anagar@uv.es