



Peregrinas: creación audiovisual comunitaria

Yesenia Restrepo Herrera

Proyecto presentado para optar al título de Comunicadora Audiovisual y Multimedial

Tutora

Claudia Alejandra Cano Betancur, Antropóloga

Universidad de Antioquia

Facultad de Comunicaciones y Filología

Comunicación Audiovisual y Multimedial

Medellín, Antioquia, Colombia

2022

Cita	(Restrepo Herrera, 2022)
Referencia	Restrepo Herrera, Y. (2022). <i>Peregrinas: creación audiovisual comunitaria</i> [Trabajo de grado profesional]. Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.
Estilo APA 7 (2020)	



Este proyecto recibió dineros del Fondo para Apoyar los Trabajos de Grado de Pregrado, financiado por la Facultad de Comunicaciones y Filología y por el Comité para el Desarrollo de la Investigación de la Universidad de Antioquia.



Biblioteca Carlos Gaviria Díaz

Repositorio Institucional: <http://bibliotecadigital.udea.edu.co>

Universidad de Antioquia - www.udea.edu.co

Rector: John Jairo Arboleda Céspedes

Decano: Edwin Alberto Carvajal Córdoba

Jefe departamento: Juan David Rodas Patiño

El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Antioquia ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por los derechos de autor y conexos.

“He visto mujeres de ojos negros y lluvia.
He visto mujeres que lloran y ríen,
mujeres agua y tierra.
Mujeres despojadas y mujeres pájaro,
he visto mujeres palabra, mujeres río,
mujeres cielo.
Rezo por ver mujeres siempre,
mujeres que digan su palabra
en este ancho cielo
como jícaras con mucha agua.
Jícaras que mojan las semillas de la tierra
y florecen en lo sagrado”.
Savi, (García, 2018, pág. 39)

María, Ángela, Gladys y Yesenia rezamos por ver mujeres aves,
mujeres corrientes de río libre,
mujeres soberanas y sabedoras de un linaje antiguo y sagrado.
Maestras de la tierra, magas del misterio de la siembra,
compañeras de la ciclicidad de la luna.
Niñas que ríen sin parar al ritmo del canto de la brisa.
Mujeres agua, mujeres fuego, mujeres viento, mujeres tierra.
Rezamos para que nuestras vidas siempre se manifiesten salvajes y místicas,
para que nuestro vientre siga siendo un cántaro creador de vidas, proyectos y placeres.
Rezamos para que los espantos que nos han callado se desarraiguen de nuestros espíritus y nos
permitan seguir cantando con el aullido del viento.
Curarnos de espantos, curarnos de espantos, curarnos de espantos.

Dedicatoria

A las mujeres que han acompañado mi camino, y a todas las mujeres que fui y voy siendo.

Infinitas gracias

A mi madre, mi padre y mi hermano por ser un hogar cálido y el origen de este nuevo camino; a Hispania por recordarme la raíz a la que pertenezco y por concederme la fuerza para recuperar la libertad de mi espíritu; a mi Madre Tierra que me sostiene en cada movimiento; a mi universo onírico que cada noche se reafirma en la capacidad creativa como medio elegido por mi alma para aprender y desaprender. Gracias a la vida por ponerme en este tiempo y en este espacio donde el habitar me mujer se hace en espiral, hacia adentro y hacia afuera; a el recuerdo de mis abuelas que soñaron otras formas de vida para estas generaciones; y a esa primera gota de sangre que aviva mi voz interior en cada palabra que se manifiesta, dándole claridad a mi pensamiento para retomar el camino que ilumina mi propósito de vida.

Gracias a este camino por tener corazón y útero, permitiéndose latir al mismo ritmo y coincidir con los de mis compañeras de ruta, conversaciones, lecturas, tejidos y películas, sobre esta grata experiencia de reconocernos como mujeres: Angie Valencia, Ana Ximena, Isabella Palacio, María Fernanda Zuleta, Laura Mafla, Yuliana Montoya, Estefany Pérez, Isabella Vélez, Yesseny Pérez, Ana Mazo, Laura Villa, Mónica Berrío, Laura Uribe, Ana Victoria Ochoa, María Cecilia Ocampo, Diana Sánchez, Natalia Giraldo, Leidy Gallego, Claudia Alejandra Cano, ASOMUF, Institución Educativa Aura María Valencia, Colectivo Ikuna y al Club de Lectura para Mujeres de Jardín.

Gracias a cada una de las niñas y diversas mujeres que se animaron a participar en este ritual de investigación-creación, me comprometo a custodiar desde mi memoria cada una de sus historias, y hacer que sus voces se expandan, recordándole al mundo que cuando nos juntamos ocurre la magia.

Gracias a los sagrados masculinos que me guiaron en la integración de la polaridad en este peregrinar, a mi querido compañero temporal de aventuras Daniel Blandón, a Sigifredo Escobar, Diego Orrego y profesores CAM, que estas semillas sembradas sean la posibilidad para otras formas de habitar los mandatos que han heredado.

Gracias a la gestión del Fondo para Apoyar los Trabajos de Grado de Pregrado, financiado por la Facultad de Comunicaciones y Filología y por el Comité para el Desarrollo de la Investigación de la Universidad de Antioquia.

Y, por último, gracias a todos los amaneceres que me dan la posibilidad de renovar mis propias preguntas, y muchas, aún sin responder, me dan la fuerza de seguir caminando hacia la montaña para verme, escucharme y narrarme mejor.

Tabla de contenido

Resumen	10
Abstract	11
Introducción	12
Ficha Técnica	13
1. Planteamiento del problema y pregunta de investigación	14
2. Objetivos	18
2.1. Objetivo general	18
2.2. Objetivos específicos.....	18
3. Estado del arte y antecedentes	19
3.1. Referentes teóricos y conceptuales	19
3.2. Referentes estéticos	20
4. Marco teórico	24
5. Metodología	25
5.1. Estrategia metodológica	27
5.1.1. Contexto	27
5.1.2. Peregrinas: mujeres participantes.....	31
5.1.3. Diseño de la brújula para los encuentros con las niñas	32
5.1.4. Estrategia de recolección de datos	41
5.1.5. Consideraciones éticas	42
5.2. Implementación metodológica	42
5.2.1. Primer encuentro: Todas dentro del espiral.....	43
5.2.2. Segundo encuentro: Habitando mi útero.....	46

5.2.3.	Tercer encuentro: Yo soy mi propia jardinera	51
5.2.4.	Cuarto y quinto encuentro: Guardianas de nuestros úteros.....	55
5.2.5.	Sexto encuentro: La luna en nosotras.....	57
5.2.6.	Séptimo encuentro: Corrientes de ríos rojos	59
5.2.7.	Octavo encuentro: La mujer y el ciclo menstrual	62
5.2.8.	Noveno encuentro: Resignificar nuestra primera menstruación	66
5.2.9.	Socialización de resultados: Celebrar el camino recorrido	67
6.	Tratamiento	68
7.	Resultados audiovisuales	69
7.1.	Fanzine con la serie fotográfica Peregrinas.....	69
7.2.	Manifiesto.....	69
8.	Reflexiones generales, hallazgos y conclusiones	70
9.	Fuentes bibliográficas	74

Lista de tablas

Tabla 1 Brújula para los encuentros con las niñas	33
Tabla 2 Representaciones de las fases de la luna	58

Lista de figuras

Figura 1 El Lado Azul (2019)	21
Figura 2 Apparitions (2019).....	22
Figura 3 Hora de Soñar (2015).....	23
Figura 5 Todas dentro del espiral	46
Figura 6 Habitando mi útero	51
Figura 7 Yo soy mi propia jardinera	54
Figura 8 Guardianas de nuestros úteros	56
Figura 9 Epístolas para cultivar nuestro útero.....	57
Figura 10 La luna en nosotras	59
Figura 11 Corrientes de ríos rojos	61
Figura 12 La mujer y el ciclo menstrual	66
Figura 13 Resignificar nuestra primera menstruación	67
Figura 14 Celebrar el camino recorrido	67

Resumen

Partiendo de la búsqueda por cocrear narrativas audiovisuales que den cuenta del reconocimiento de habitar cuerpos menstruantes, se desarrolla el siguiente ejercicio de investigación-creación, el cual explora una metodología diseñada por medio de encuentros tipo taller, basados en procesos de educación menstrual y de la puesta en práctica de la técnica de impresión con cianotipia, reconociendo en esta, sus múltiples posibilidades al momento de experimentar en la construcción de imágenes simbólicas, ofreciendo posibles respuestas para el propósito inicial del ejercicio. A continuación, se describen cada uno de los encuentros comunitarios, en los que mujeres de diferentes generaciones se reunieron para poner en palabras e imágenes las sensaciones que se pueden manifestar durante el ciclo menstrual; de igual forma, se hacen algunas reflexiones sobre los resultados conseguidos y finalmente, se establece un diálogo con la obra audiovisual obtenida.

Palabras clave: audiovisual, cianotipia, investigación-creación, cocreación, creación comunitaria, menstruación, educación menstrual, narrativas menstruales, mujeres.

Abstract

The following research-creation exercise was developed from the search to co-create audiovisual narratives that account for the recognition of menstruating bodies. A methodology designed through workshop-type encounters was explored, based on menstrual education processes and the implementation of the cyanotype printing technique, recognizing its multiple possibilities when experimenting in the construction of symbolic images, offering possible answers to the initial purpose of the exercise. The following is a description of each of the community meetings, in which women from different generations gathered to put into words and images the sensations that can manifest themselves during the menstrual cycle. There are some reflections about the results obtained and, finally, a dialogue is established with the audiovisual work obtained.

Keywords: audiovisual, cyanotype, research-creation, co-creation, community creation, menstruation, menstrual education, menstrual narratives, women.

Introducción

Peregrinas es el resultado de un proyecto de investigación-creación que explora procesos audiovisuales comunitarios, poniendo en el centro de las conversaciones el tema del ciclo menstrual ovulatorio como signo vital del transitar como humanas. La obra audiovisual obtenida es una búsqueda por un camino que permita narrar las sensaciones que se experimentan al menstruar desde las vivencias de las mujeres convocadas; logrando un destino itinerante por medio del encuentro entre varias miradas y el tejido de numerosas manos, para poner en imágenes y palabras los múltiples relatos que nos recuerdan las experiencias cambiantes que habitan nuestros cuerpos.

La siembra de las semillas que deja este ejercicio, están intencionadas, por un lado, desde las búsquedas personales por resignificar la propia experiencia menstrual, desde el autoconocimiento y la autonomía, respondiendo de forma transitoria las preguntas por el ser y el sentirse mujer; y por el otro, desde el propósito de poner en las esferas de lo público y lo colectivo un acto natural que se ha considerado privado, y que actualmente se nombra como uno de los más grandes tabúes. El territorio elegido para establecer dicha siembra comunitaria, se centra en tres municipios del suroeste antioqueño: Hispania, Fredonia y Jardín, los cuales, pese a su cercanía geográfica, nos reflejarán diversos contextos en los que la temática propuesta tendrá una incidencia más o menos vigente.

De esta manera, la metodología para propiciar este ejercicio audiovisual, parte del diseño de encuentros tipo taller basados en procesos de educación menstrual, teniendo como referente principal los saberes situados, y de la puesta en práctica de la técnica de impresión con cianotipia, la cual se toma como opción por las múltiples posibilidades que representa a la hora experimentar en la construcción de imágenes simbólicas, a partir de la combinación de elementos vegetales, dibujos a mano y superposición de objetos, entre otros. A continuación, se comparten algunas reflexiones sobre la implementación metodológica y sobre los resultados conseguidos, con el ánimo de establecer un diálogo con la obra audiovisual final, para invitar a las lectoras y lectores a la formulación de sus propias preguntas.

Ficha Técnica

Título:

Peregrinas

Formato:

Creación audiovisual comunitaria, integrada por imágenes analógicas con cianotipia, fotografías digitales, textos, registros sonoros y videos

Tema:

El ciclo menstrual ovulatorio

Sinopsis:

Reconociendo el camino propio y el compartido, mujeres de diversas generaciones se reúnen para poner en el centro del compartir las experiencias del ciclo menstrual ovulatorio como signo vital del transitar como humanas. Cada uno de los encuentros se manifiesta con voz e historias propias, las cuales se contrastan con el proceso analógico de la cianotipia, para dar cuenta de la sincronía del ritmo del tiempo en su función de develar las capas de luces y sombras que integran cada ciclo menstrual.

Mujeres participantes:

Yesenia Restrepo, Alejandra Saldarriaga, Germahiolly Hernández, Luciana Vélez, Mariana López, Juliana Vásquez, Lía Restrepo, Red De Mujeres Jóvenes De Fredonia y Club De Lectura Para Mujeres Jardín.

1. Planteamiento del problema y pregunta de investigación

Fui una niña con muchas preguntas, a veces me preguntaba si los colores que veía eran los mismos que veían las demás personas, otras veces me preguntaba por qué tenía que crecer si era algo que no deseaba o por qué la luna salía unos días y los otros no. Nací en una vereda llamada Sevilla en Hispania (Antioquia), era poco poblada y nosotros vivíamos en la última casa. Recuerdo que, para ir a la escuela, mi hermano y yo debíamos caminar por más o menos una hora para llegar al pueblo, durante ese tiempo me imaginaba posibles respuestas para todas mis preguntas, en mi mente no había límites, y nada era lo suficientemente absurdo para ser posible. Cuando intentaba socializar cómo veía el mundo y las soluciones que se me ocurrían ante lo que mis padres llamaban un gran problema, se me pedía que guardara silencio, que las niñas debíamos hablar poco y solo cosas que tuvieran “sentido”, que no me debía meter donde no me habían llamado, que debía ser juiciosas, que me debía sentar derecha, mantenerme bien vestida y amable ante los ojos de la gente. Durante la gestación, mis padres esperaban una hija que estuviera siempre al lado de mi madre, para que la acompañara y le ayudara en las labores de la casa; por su parte, antes de mi nacimiento, mi hermano ya estaba cumpliendo las funciones de acompañar a mi padre. Nunca me sentí a gusto en ese lugar que me quisieron asignar, siempre prefería estar bajo la sombra de los árboles, andar descalza por la hierba, arrojar piedras en el arroyo e intentar atrapar a los peces, elevar cometa y montar en bicicleta, sin importar que pasara la mayoría del tiempo con mi propia compañía y la de esos seres que no eran necesariamente tan visibles.

Al tiempo que fui creciendo, algunas veces quise que mi madre resolviera muchas de mis preguntas, especialmente las relacionadas con el ciclo menstrual, pero, contrariamente, recibía reiterados intentos en los que me decía que de ese tema no era necesario hablar, que los cambios que estaba experimentando eran normales y que luego todo se convertiría en pequeñas molestias que se irían con los días. Entre sus líneas dejaba entrever un poco de frustración, tal vez ella tampoco tenía palabras para explicarme cada nuevo sentir de mi cuerpo, posiblemente ni ella, ni sus hermanas, ni su madre, ni sus abuelas tuvieron la oportunidad de resolver esas mismas dudas.

Menstrué a los 13 años, mientras cursaba el grado octavo. Recuerdo que estaba en clase de álgebra, sentía mucho malestar y ganas de ir al baño, pero no era posible porque los baños del colegio únicamente los abrían en el tiempo de descanso, para evitar que las estudiantes estuviéramos pidiendo permiso entre las clases. Como era de imaginarse manché la sudadera del uniforme, una compañera me prestó su suéter para taparme y me acompañó a mi casa para cambiarme. Allí confirmé lo que ya había visto que le sucedía a mi madre, sin novedades, ella me dijo que de ahora en adelante debía de tener más cuidado y que registrara la fecha, porque cada mes viviría el mismo episodio por los mismos días. Regresé a clase sintiendo mucha vergüenza de imaginar que los compañeros se hubiesen enterado, para el momento todo estigma y temor se había instaurado en mí, desde ese día me prometí ser más “cuidadosa” y de estar atenta para prevenir “accidentes”, haciendo todo lo posible para que no se me volviera a notar el “periodo” o la “regla”. Así fue como aprendí a menstruar, entre el silencio, el desconocimiento y el desagrado de mi cuerpo y mi sangre, recordando esas fechas marcadas en el calendario como los peores días por venir. En mi adolescencia la mayoría de mis amigos eran hombres, haciendo que mi comprensión sobre el ser y sentirme mujer se fuera postergando poco a poco.

A los 24 años mi propio ciclo menstrual me recordó que mi experiencia era múltiple, cambiaba de parecer de un día para otro, algunas veces era más sensible, otras más irascibles, o tenía más ánimo para confrontar la vida; otros días, en cambio, sentía la necesidad de estar sola y de descansar. De vez en cuando mi vientre me dolía, recordándome que algo necesitaba ser escuchado, y en las noches, mi universo onírico me mostraba un cuerpo disociado y dolido, el cual me costaba reconocer en el plano diurno. La meditación, el tejido y el diálogo con mujeres sabías, me permitieron volver a mi cuerpo, verlo tal y como es, habitando todas las fases que me integran ciclo tras ciclo, reconociendo que el autoconocimiento es la base de la autonomía y la soberanía de mi propia experiencia humana.

Es así como históricamente el sangrado y la experiencia menstrual han estado cargados de códigos culturales que le atribuyen características asociadas al tabú y al padecimiento, a su vez, siguen siendo utilizados como mecanismo de control social, cultural, político y por lo general, invisibilizados. Aproximadamente la mitad de los seres humanos que habitamos este planeta Tierra, mes a mes, durante 40 años en promedio, compartimos una experiencia

menstrual y, aun así, cuando nos preguntamos sobre su origen y sus funciones, parecemos navegar entre la incertidumbre y un gran misterio.

Por su parte, las transmisiones pedagógicas que han generado los procesos de educación menstrual, dan cuenta del desconocimiento sobre los órganos sexuales femeninos, el sistema endocrino y el ciclo menstrual ovulatorio, relegando la importancia e influencia que tienen en la vida cotidiana de quienes menstruamos, construyendo instintivamente discursos que, con el paso del tiempo, han nutrido narrativas menstruales que ponen en desventaja la experiencia y el sentir de nuestros propios cuerpos. En consecuencia, por la desinformación se siguen perpetuando creencias que ponen el cuerpo femenino al servicio de la fertilidad, es así, como la menarquia o primer sangrado, se asume como el tránsito de niña a mujer, permitiendo la hipersexualización del cuerpo infantil, y en este transitar de cambios se deja de custodiar la infancia para empezar a proteger el ideal equívoco de la virginidad (Tijaro, 2020).

Por su parte, los cuerpos menstruantes nos hemos narrado y construido a partir de personajes que se aíslan de las relaciones que podemos establecer con nosotras mismas y con las propias formas de percibir nuestros territorios internos y externos. Desde las construcciones de las imágenes referentes y las diferentes maneras de representaciones audiovisuales, se nos han impuesto modelos que desdibujan la soberanía del deseo, el querer ser y la construcción subjetiva desde nuestras propias miradas, estandarizando y reduciendo la categoría de mujer a un asunto trivial, homogéneo y lineal (Rámirez C. , 2019).

Actualmente, los relatos menstruales que se encuentran instaurados en el sistema de creencias colectivo, enuncian un universo desconocido donde se manifiesta una necesidad inherente de ocultar lo que se vive dentro y fuera del cuerpo. De esta manera, resignificar la menstruación debe ser, igualmente, un acto colectivo, dónde las diversas dimensiones sociales, culturales, biológicas y políticas converjan para la transformación del relato y las representaciones audiovisuales de dicha condición humana.

Peregrinas propone una exploración audiovisual colectiva, que sitúa en diálogos circulares el tema de la menstruación, como proyecto, emprendemos este nuevo camino en espiral e infinito, para recobrar nuestras propias palabras, acercándonos a las de otras niñas

y mujeres dentro de este tejido que nos refleja que somos portadoras del misterio de un vientre, nuestro cántaro que palpita, que no solo tiene la capacidad de albergar vida, sino también de gestar todas nuestras ideas y de guiarnos en la búsqueda de nuestra propia esencia, las verdades de nuestra voz interior. Regresamos a Hispania, al lugar que le da vida a esa niña que aún siento que me habita, y que ha logrado poco a poco reconciliarse con sus semejantes, para compartir en círculo, hablar de menstruación, y escuchar este proceso que alguna vez fue innombrable. Nos juntamos desde la diversidad, para apropiarnos de esas narrativas menstruales que se empieza a alejar del padecimiento para, por fin, asociarlas a la fantasía y a esas otras formas de construir realidades ocultas en nuestras propias memorias que tienen todo el sentido para dar forma a nuestras verdades, las mismas con las que esperamos cocrear imágenes a partir de procesos de impresión analógica de la cianotipia, la cual, se refugia en esa misma magia del tiempo y la atención para potenciar toda nuestra energía manifestadora y creadora de nuestras propias representaciones.

Estas son nuestras semillas para plantearnos la siguiente pregunta de investigación: ¿cómo construir narrativas audiovisuales a partir del reconocimiento del habitar cuerpos menstruantes?

2. Objetivos

2.1. Objetivo general

Explorar procesos de cocreación de imagen comunitaria con mujeres en diferentes edades del municipio de Hispania (Antioquia), a partir del reconocimiento de habitar cuerpos menstruantes.

2.2. Objetivos específicos

- Diseñar encuentros de cocreación de imagen comunitaria para mujeres de diferentes generaciones.
- Abordar procesos de educación menstrual para crear nuevas narrativas menstruales que propicien la cocreación de imágenes comunitarias en el municipio de Hispania.
- Experimentar por medio del sistema de impresión por cianotipia las distintas formas en que las mujeres representan y resignifican sus ciclos menstruales.

3. Estado del arte y antecedentes

3.1. Referentes teóricos y conceptuales

La *Corporación Pasolini en Medellín*, integra el lenguaje audiovisual y la investigación social, con el ánimo de fortalecer propuestas que busquen la construcción de ciudadanías críticas, el fomento de narrativas locales, el encuentro intercultural, entre otras. Una de sus primeras propuestas metodológicas es *La Clave Re*, la cual pone de manifiesto la apropiación de los medios de comunicación en la resignificación de los relatos dentro de contextos de violencia. Entre sus procesos y prácticas se encuentra *Marcos de Cartón*, una actividad de exploración que toma la cartografía como metodología de investigación y producción de mapas, permitiendo reconocer desde otros puntos de enunciación los territorios, las mentes y los cuerpos. De esta manera, se toma este referente por su capacidad de integrar las diversas naturalezas del lenguaje en la construcción de textos audiovisuales, priorizando el diálogo de saberes, y la inclusión de elementos sensoriales y espaciales para narrar historias propias.

Por otro lado, gracias a la Corporación Amiga Joven, una organización sin ánimo de lucro que previene la explotación sexual a través de procesos de formación desde la perspectiva de Género y Derechos Humanos, diez mujeres de distintas zonas de Medellín y pertenecientes a disciplinas como la antropología, la sociología, las artes escénicas y el trabajo social se reunieron para conformar *El Colectivo La Grieta*, el cual, tiene como objetivo hacer encuentros virtuales con niñas, niños y adolescentes para generar nuevos referentes de identidad que contribuyan a replantear la construcción social del género y la desnaturalización de las violencias, a partir del desarrollo de procesos formativos a través del arte y la literatura para promover alternativas de relacionamiento con base en la equidad (La Grieta, 2020). *Peregrinas* dialoga con este referente, en la medida en que ambos proyectos buscan alternativas metodológicas para establecer nuevas reflexiones en diversas formas de construir narrativas y referentes de personajes que se han ido consolidando, desde posturas que ubican a las mujeres en desventaja y desde la visión patriarcal. En sus encuentros virtuales proponen nuevas reglas de juego donde las niñas y los niños pueden alternarse dentro de los lugares que la sociedad ha limitado solo a uno de los géneros, como es el caso

de la labor de preparar los alimentos, que siempre ha estado relegada al rol de las mujeres. También estimulan el liderazgo social, político y comunitario desde una visión feminista, en armonía con el respeto por la vida, la diversidad y la protección del medio ambiente.

Por su parte, el Proyecto Latinoamericano de Educación Menstrual: *Princesas Menstruantes*, nacido en Colombia en el año 2015, es pionero en la construcción de material literario y pedagógico en la búsqueda de reivindicar el derecho de las mujeres a habitar nuestros propios cuerpos, desde el reconocimiento de la ciclicidad femenina. Basadas en la psicología y en la fuerza de lo simbólico, resignifican las narrativas que han sido representadas por medio de las llamadas princesas clásicas que, entre otras cosas, se convirtieron en imágenes arquetípicas aún vigentes, en la construcción de metáforas dentro de lo que implican las confrontaciones para que las voces de las mujeres sean escuchadas y legitimadas, incluso entre nosotras mismas (Rámirez C. , 2019). *Peregrinas* encuentra en este proyecto una forma de comprender las narrativas menstruales que han sido determinadas con el paso del tiempo, desde la hostilidad y la desinformación, perpetuando ideas en las que el cuerpo femenino está únicamente al servicio de la fertilidad, delegando en esos “otros” las pautas que nos indiquen cómo debemos establecer esa relación desde la distancia, el desconocimiento y la ocultación de nuestros propios cíclicos menstruales. Otorgando, a su vez, indicios para transformar estas mismas narrativas, presentando una posibilidad asertiva en la adaptación de personajes tomados desde la fantasía para motivar y favorecer los procesos de emancipación de mujeres y niñas.

3.2. Referentes estéticos

La cianotipia presenta especiales características que se pueden adaptar perfectamente a las necesidades de cualquier edad, sin requerir experiencia previa, ni formación en fotografía. La propuesta de trabajar con esta técnica de impresión se complementa con el propósito de estimular la creatividad y fortalecer las representaciones intuitivas, por medio de la apropiación de los signos y símbolos establecidos por cada una de las niñas en la construcción de los diversos puntos de enunciación dentro de las propias narrativas. De igual forma, la cianotipia conserva su capacidad de integrar varias técnicas que a su vez varían los

materiales digitales y análogos, elementos, objetos y texturas que amplían las posibilidades de las representaciones gráficas que no necesariamente responden a narrativas clásicas, y que en el caso de *Peregrinas*, podrían dar cuenta de la comprensión de los universos femeninos en relación con la naturaleza y la multiplicidad de las emociones que un cuerpo podría revelar dentro del misterio y el azar de cada una de las imágenes creadas.

El Lado Azul (2019), es un taller que propone experimentar con la cianotipia a partir de objetos, textos, dibujos, imágenes, negativos y materiales orgánicos, ejercitando el poder de los mínimos recursos. El taller está coordinado por Clara Nerone (Argentina, 1990), graduada de Conservación Fotográfica (UBA) y Postproducción Audiovisual (UNLA), y por Karina Aliaga (Chile, 1986), fotógrafa autodidacta y psicóloga de profesión; desde hace algunos años trabaja en educación popular y formas de enseñanza y aprendizaje no formales, exhibió su proyecto *Kallfu*, una mezcla entre cianotipia y collage, en la muestra colectiva *Después de todo* (Galería ArtexArte, CABA). A continuación, algunas imágenes resultantes del taller:

Figura 1 *El Lado Azul* (2019)



En este caso, el collage se presenta como una alternativa híbrida a partir de la manipulación digital y la apropiación de imágenes, mezclando material orgánico para posibilitar las representaciones de la figura del cuerpo desde la diversidad de texturas, y a su vez, expandiendo las ideas del relato. Del taller *El Lado Azul*, también es importante referenciar su metodología de trabajo, ya que estaba abierto a todo tipo de público sin necesidad de experiencia previa, se hacía una inducción a la técnica y a la manipulación básica de los materiales primarios, se disponían diversas técnicas de intervención y construcción de imagen y sentido, se discutían referentes y, por último, se acompañaba a cada participante en su libertad de experimentar, desde sus propias intenciones creativas (Nerone, C.; Aliaga, K., 2019).

Por otro lado, la obra de Sophie Lécuyer (Francia, 1987) artista visual e ilustradora, destacada por el uso de técnicas de impresión manual como dinámica de experimentación gráfica. Ha desarrollado su trabajo durante varios años a través de proyectos expositivos, editoriales y encargos gráficos desarrollados para múltiples medios audiovisuales. También enseña en la École de Condé en Nancy y regularmente imparte talleres en diversas estructuras. *Apparitions* (2019), es una obra que, al igual que de su imaginación, del papel, emergen las visiones sublimes de su propia construcción del ideal de ser mujer, poblando de cuerpos diáfanos que se superponen con elementos vegetales y figuras animales para reproducir y habitar temporalmente un universo femenino de ensueño y de un color llamativamente azul.

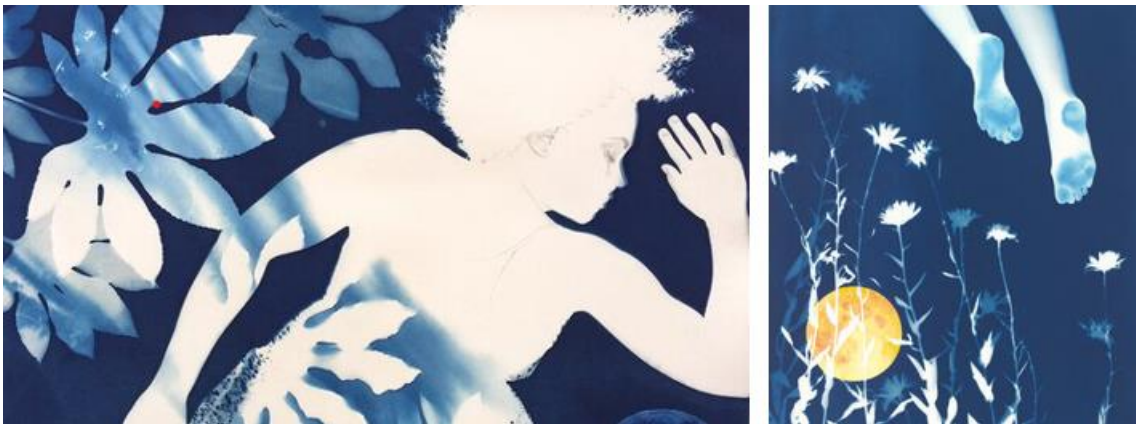
Figura 2 *Apparitions* (2019)



Esta obra establece un diálogo pertinente con *Peregrinas*, ya que, por un lado, involucra la técnica de impresión por medio de la intervención de negativos y la superposición de diversos objetos y, por otro lado, esboza el concepto de representación del cuerpo femenino a partir de códigos tomados de universos fantásticos.

Por último, la artista Linda Clark Johnson de California, desde hace algunos años, encontró en la cianotipia la mejor técnica y el mejor medio para experimentar con materiales vegetales que recolecta al aire libre y bajo el sol. Le gusta superar desafíos logísticos y desarrollar sus propias técnicas, adaptando un sin número de materiales, estudió Diseño Gráfico y Licenciatura en Artes. Por medio de su serie fotográfica *Hora de Soñar* (2015), explora esa misteriosa hora azules antes del amanecer. Su obra de arte reproduce atmósferas que celebran en silencio el mundo natural, explorando sombras suaves, follaje y siluetas, para destacar el estado de ánimo etéreo creado por combinaciones de estos elementos que se mueven dentro y fuera de foco.

Figura 3 *Hora de Soñar* (2015)



Esta obra da cuenta de las múltiples formas de apropiarse de la cianotipia, y como lo narra su autora, supera los límites del proceso tradicional, alterando los colores, cambiando drásticamente los tiempos de exposición, agregando productos químicos y utilizando técnicas de impresión ecológica. Además, las piezas finales combina técnicas (acuarela, acrílico, lápiz de color, tinta o collage) para lograr los efectos deseados.

4. Marco teórico

Cianotipia: es una de las primeras técnicas de impresión fotográfica del siglo XIX que no utiliza plata en el proceso fotoquímico. Se caracteriza por la obtención de imágenes azules, las cuales son el resultado de un proceso de sales de hierro (citrato férrico amoniacal verde y ferrocianuro potásico rojo) que reaccionan cuando son expuestas a la luz, permitiendo posteriormente que la imagen se fije al ser lavada con agua para eliminar el exceso de las sales (Nerone, C.; Aliaga, K., 2019). De igual forma, conserva la capacidad de integrar varias técnicas que a su vez varían los materiales digitales y análogos, elementos, objetos y texturas que amplían las posibilidades de las representaciones gráficas que no necesariamente responden a narrativas clásicas, y que en el caso de *Peregrinas* podrían dar cuenta de la comprensión de los universos femeninos en relación con la naturaleza y las diversas emociones que un cuerpo puede manifestar.

Educación menstrual: como su nombre lo indica, literalmente significa educar sobre la experiencia menstrual, por medio de la implementación de herramientas y metodologías que generen atmósferas pedagógicas en torno a dicha temática. Actualmente, lo que se enseña sobre el sangrado menstrual sigue perpetuando, por un lado, las ideas en las que el cuerpo femenino está únicamente al servicio de la fertilidad y por el otro, la continuidad y vigencia de los códigos culturales que inscriben el sangrado menstrual en términos de hostilidad, desconocimiento y desinformación (Tijaro, 2020).

Narrativas menstruales: discursos y mitos que han surgido a partir del mismo intento por explicar erróneamente el proceso del ciclo menstrual (Rámirez C. , 2019), por ejemplo: “cuando se empieza a menstruar se deja de ser niña y se pasa a ser mujer”.

Cuerpo menstruante: términos que permiten comprender el ciclo menstrual sin estar necesariamente relacionado con las construcciones de género, sino más bien desde el reconocimiento de una función biológica (Tijaro, 2020).

5. Metodología

Se propone una investigación cualitativa, caracterizada por su capacidad para aprehender el sentido que las personas damos a nuestras emociones, contextos e interacciones sociales. La naturaleza de este tipo de investigación es principalmente exploratoria, enfocándose en la búsqueda por comprender el significado que las y los participantes le dan al problema planteado. En cuanto a un proceso metodológico que permita un mejor acceso a narrativas personales y posibilite un trabajo comunitario, se encuentra en la investigación-acción participativa (IAP), una posibilidad de establecer dicho diálogo y observación, ya que este proceso plantea la construcción colectiva entre diferentes actores del territorio con el fin de lograr la transformación social.

La IAP se cimienta en tres pilares fundamentales: la *investigación*, como creencia en el valor del conocimiento y respeto a sus múltiples posibilidades de producción y expresiones; la *participación*, destacando el encuentro democrático, al promover el ejercicio de toma de decisión de cada persona sobre sus propias situaciones y destacando la importancia de una relación horizontal entre los investigadores y miembros de una comunidad; y por último la integración de una *acción*, como búsqueda de un cambio que mejore las condiciones de la comunidad involucrada (Greenwood & Levin, 1998). A su vez, representa un proceso en el que las y los sujetos investigados son legítimos coinvestigadores y participantes activos en la construcción del problema planteado, ya que, por lo general, se centran en temáticas que les interesa o afecta directamente. Por su parte, en este caso, la investigadora, cumple las funciones de guiar las discusiones y mediar los encuentros. En consecuencia, el eje central de la IAP es planteando como un proceso cíclico de reflexión-acción-reflexión, en el que constantemente se reestructura la relación entre conocer y hacer, entre sujeto y objeto, configurando y consolidando con cada camino emprendido la capacidad de autogestión de las y los implicados en el proceso.

De igual forma, este ejercicio de investigación es feminista, es decir, que es necesariamente no sexista (que no discrimine en virtud del sexo) y no androcéntrica (no centrada en los varones). Según Margrit Eichler, este tipo de investigación, manifiesta una relación explícita entre política y ciencia, contribuyendo a la supresión de la desigualdad

entre hombres y mujeres, a través de la generación de propuesta de cambio comprometido con el mejoramiento de las condiciones de vida de nosotras mismas. Es importante aclarar, como lo menciona la misma autora, que este tipo de investigación no necesariamente permite explicar la situación exclusiva de las mujeres, ni limitar el beneficio a nosotras mismas, sino que, por el contrario, es incluyente al analizar la correspondencia del género con otros agentes sociales, e igualmente, este tipo de indagaciones se puede realizarse sobre cualquier objeto de estudio mientras evite los errores sexistas (Salgado & Castañeda, 2016).

Por su parte, la investigadora feminista admite su contexto y reconoce su lugar de enunciación, otorgándoles un sitio importante a las condiciones propias de la experiencia del ser mujer; el partir de sí, es en un acto que no necesariamente necesita de conocimientos especializados, sino que más bien se renueva continuamente en el ejercicio humano de relacionar de la consciencia de las ideas con el propio cuerpo que piensa y siente, lo que posteriormente podrá ser tomado como una primera herramienta metodológica de análisis (Restrepo, y otros, 2010, pág. 301).

Considerando que el centro de esta investigación es la exploración audiovisual de las narrativas, las emociones y sensaciones que acompañan a los cuerpos durante la experiencia menstrual, buscando implícitamente resignificar de forma colectiva los ciclos vitales de nosotras las mujeres, que sin duda están determinadas por la cultura que compartimos y por las estructuras de poder que nos atraviesan. La experiencia menstrual es una “construcción cultural, un hecho social, económico y político que se enmarca en la raza, el género, la orientación sexual, la clase sociales, la localización y todos aquellos detalles que nos hacen vivir en nuestro cuerpo tal y como vivimos” (Irusta, 2018, pág. 9).

Para lograr este ejercicio de IAP se propone una ruta que permita establecer un diálogo entre los conocimientos situados de las mujeres participantes y la representación de sus propios sentires, partiendo de la indagación de las diferentes esferas que enmarcan la temática, el diseño de encuentros tipo taller basados en procesos de educación menstrual y de la puesta en práctica colectiva de la técnica de impresión con cianotipia, la cual se selecciona como medio para la construcción de las imágenes por las múltiples posibilidades que propicia al momento de experimentar en la construcción de imágenes simbólicas, a partir

de la combinación de elementos vegetales, dibujos a mano, superposición de objetos, entre otros.

5.1. Estrategia metodológica

Me sitúo como una mujer de 28 años, nacida en el municipio de Hispania, habitante de su área rural y urbana, amante de las historias y del compartir de la palabra, estudiante de pregrado de una universidad pública, reconociendo las implicaciones sociales que esto sobrelleva. De clase media, en persistente búsqueda por el autoconocimiento y la autonomía, caminante de las preguntas por el ser y el sentirse mujer, y en constante resignificación de la propia experiencia menstrual. Inicialmente, esta investigación se enuncia desde este cuerpo menstruante, un lugar en el que todos estos conocimientos se han atravesado para convertirse en experiencia. Me he cuestionado mis propios tabúes, mi historia de vida y mis propias narrativas de temor y desconocimiento; ahora estas nuevas posturas tejen un puente para transmitir los saberes adquiridos y acompañar a otras mujeres para que indaguen por sus propias preguntas y tracen sus propios caminos, cuestionando las narrativas dominantes que han puesto en desventajas nuestros cuerpos y estigmatizando nuestros propios ciclos. Es momento de recuperar nuestros propios símbolos para narrar audiovisualmente las múltiples posibilidades de la experiencia de ser mujeres.

5.1.1. Contexto

La subregión del Suroeste Antioqueño se encuentra ubicada entre las vertientes de las cordilleras Occidental y Central, que conforman el cañón del río Cauca y las cuencas del río San Juan y de la quebrada Sinifaná. Limita con las subregiones del Valle de Aburrá (norte y oriente), al occidente con Urabá y el Departamento del Chocó, y con los Departamentos de Risaralda y Caldas en el sur. Corresponde al 10,4 % del área departamental y concentra el 5,77 % de la población de Antioquia. Sus principales actividades son la tradición cafetera, el turismo de aventura y actividad en sus pueblos patrimoniales (CTPA, 2020).

Este proyecto se ubica principalmente desde el área urbana de *Hispania, el corazón del Suroeste Antioqueño*, erigido como municipio en el año 1984, con una extensión de 58 kilómetros cuadrados, de clima templado, con una población total de 5.469 habitantes (2018). Su actividad económica se centra en la producción agrícola basada en café, caña de azúcar, plátano y frutales y en la producción ganadera. Sus pequeñas calles y la inmensidad de sus seis Samanes sembrados en el parque principal, resguardan una tradición conservadora, católica y machista incuestionable. Un lugar donde las mujeres mayores despiertan temprano para hacer el “destino” dentro de sus casas; y los hombres, por su parte, tienen delegadas las actividades como proveedores y la toma de decisiones.

La Institución Educativa Aura María Valencia (I.E.A.M.V.), conformada por básica primaria y secundaria, está ubicada en el área urbana con presencia en algunas veredas cercanas. Según lo comunican en su página web, es un espacio mixto dónde personas de diversas edades se forman como individuos conocedores, respetuosos y defensores de los derechos y deberes, con miras a la participación en las labores colectivas que vayan en favor del progreso de la sociedad. En la básica primaria, sitio donde se busca llegar con la investigación, se reflejan dificultades académicas propias de los contextos educativos colombianos: niñas y niños de edades avanzadas en grados inferiores; infraestructura de las instalaciones en mal estado; no hay promoción de espacios pensados para que las niñas participen en encuentros extracurriculares con actividades que fortalezcan su autoestima, autoconocimiento, promuevan las capacidades particulares, ni el trabajo en equipo para propiciar la interacción sana entre ellas mismas, posibilitando el reconocimiento de la pluralidad de expresiones. En oposición, su sistema educativo tradicional fomenta una enseñanza donde las niñas deben de ser calladas, juiciosas y dispuestas siempre a seguir las normas.

Por su parte, los niños sí cuentan con algunos espacios que estimulan la participación y el encuentro de sus diversas formas de expresarse, como constantes torneos de fútbol, competencias por salones, la semana del deporte y la recreación, entre otros. Es importante reconocer, que la gestión de estas actividades extraclase, parte de una categoría general que con el tiempo ha dado por sentado que la mayoría de los niños varones se sienten a gusto desarrollando estas prácticas y que las niñas, por su parte, son menos activas y requieren de

menos espacio de participación. Todo un postulado que se hace necesario replantear en los sistemas educativos en búsqueda de una educación por la equidad de género (Subirats, 2018).

Durante el ejercicio de investigación, las actividades académicas estaban bajo la modalidad de alternancia por motivos de la emergencia sanitaria por Covid-19, lo que dificultó la coordinación entre los horarios de las participantes, y el compromiso con la asistencia, ya que las niñas tenían la posibilidad de acudir a las clases de forma discontinua, y tomaron bajo la misma lógica los encuentros que este proyecto les proponía.

Hasta el momento, en este municipio no se han desarrollado proyectos permanentes que promuevan la equidad de género en ninguno de los grupos etarios, ni de espacios para que las mujeres se encuentren a dialogar sobre sus propias preguntas, en búsqueda de su autonomía. De la misma manera, son muy pocos los espacios que promueven el encuentro y el apoyo de actividades que estimulen la exploración de las artes. Las prácticas culturales quedan relegadas a los intereses que cada administración municipal decida visibilizar ante las posibles oportunidades de impulso al turismo. De este modo, este proyecto se dispone como esa primera semilla que se siembra en tierra fértil, sus resultados serán la celebración de ese día a día que se manifiesta mostrando la ruta a seguir, y el esperado fruto rojo será la bandera de esos primeros pasos que se emprenden, y la posibilidad de otras semillas que germinen en el futuro.

Inicialmente, *Peregrinas* fue pensado para ser abordado únicamente con niñas del municipio de Hispania entre los 8 y los 10 años que aún no han experimentado su primera gota de sangre, pero por las características propias del contexto, y reconociendo las dificultades en la coordinación de los tiempos entre las diversas actividades, se tomó la decisión de buscar otras alternativas; poniendo en contraste mujeres de diversas generaciones en torno a la misma temática, emprendiendo un viaje itinerante por otros dos municipios de la misma subregión: Fredonia y Jardín. Lugares en los que fue posible encontrar grupos de mujeres ya establecidos, y que tienen vigencia en el abordaje de preguntas sobre la experiencia del reconocerse como mujeres.

Fredonia: situado sobre las estribaciones de la cordillera Central, en la vertiente derecha del río Cauca. Su clima es muy variado, tiene una extensión de 247 kilómetros

cuadrados y tiene una población de 18.790 (2018) habitantes. Presenta un terreno muy quebrado, en sus puntos más elevados se encuentran cerro Bravo y cerro Piedras y se caracteriza por tener una producción pecuaria y agrícola. Actualmente, poseen explotaciones mineras de carbón y de oro, lo que ha generado controversias y conflictos socioambientales en algunas de sus veredas, llevando a la comunidad a agruparse de forma independiente en pro de la defensa de su territorio.

Fui invitada a este municipio por parte de una de las líderes de la Red De Mujeres Jóvenes, albergada dentro de la Asociación Municipal De Mujeres Unidas De Fredonia (ASOMUF). Este grupo está integrado por un promedio de 20 mujeres de edades entre los 15 y los 50 años, las cuales hace un tiempo decidieron juntarse para exigir la inclusión en la agenda ciudadana temáticas como el empoderamiento y la autonomía económica de las mujeres, la equidad de género, y la erradicación de las violencias contra las mujeres. En la actualidad, trabajan dos tipos de encuentros, unos formativos, en los cuales se capacitan sobre diversos temas en la categoría de derechos de género, y otros encuentros para el fortalecimiento de las habilidades personales, a los cuales me invitaron a una de sus sesiones para compartir en torno a la temática del *útero*; en este tipo de espacios se abordan preguntas sobre el fortalecimiento del autocuidado, autonomía y autoestima de las mujeres, por medio de un diario personal llamado “Libro de sombras femenino”.

Jardín: hace parte de los siete pueblos patrimoniales de Antioquia, reconocido por sus casas antiguas, balcones, guayacanes, rosales, atardeceres, aves, cascadas y por el carácter amable y acogedor de sus habitantes. Está ubicado entre un ramal de la cordillera Occidental y el río San Juan, con una extensión de 224 kilómetros cuadrados. Su actividad económica central es la agricultura, en la que se destacan los cultivos de café, plátano, caña de azúcar, lulo y gulupa, de igual forma se desarrollan actividades pecuarias y piscícolas y en los últimos años, el turístico ha estado en constante ascenso, debido a la conservación de sus paisajes naturales, construidos de acuerdo a los estamentos que deben seguir los pueblos patrimoniales. Está conformado por 13.541 (2018) habitantes, en los que pobladores nativos y foráneos cohabitan entre una diversidad cultural y racial, promovida, justamente, por sus gratas características y las múltiples posibilidades económicas que promueve.

Este municipio se encuentra en constante movimiento, disfruta de una amplia y variada agenda artística y cultural pensada para sus múltiples grupos poblacionales. Entre estas alternativas se encuentra el Club de Lectura para Mujeres Jardín, un espacio conformado por aproximadamente 20 mujeres de edades entre los 16 y los 60 años, las cuales se reúnen cada quince días para abordar diferentes autoras literarias o para compartir un encuentro con una “Biblioteca Humana”, forma en la que nombran a una persona que quiera compartir algún saber con las integrantes del grupo. Encontré este espacio por medio de las redes sociales, y gracias al acogimiento de su mediadora fue posible gestar un ciclo de dos encuentros para abordar el tema de la ciclicidad menstrual desde el estudio de dos de mis referentes audiovisuales y del tejido de la palabra para resignificar nuestros propios cuerpos.

5.1.2. Peregrinas: mujeres participantes

De esta manera, las mujeres que nos reunimos a cocrear *Peregrinas*, no solo somos de contextos y municipios distintos, sino que también nos encontramos en diferentes etapas de la vida y estamos experimentando nuestro ciclo menstrual de formas distintas. Cada encuentro fue diseñado teniendo en cuenta las preguntas que tuvieran vigencia para las participantes y, que representan un saber situado (Haraway, 1991). De igual forma, las herramientas pedagógicas y didácticas, como cuentos, canciones, videos, películas, actividades de construcción de imagen y texto, corresponden a las características propias de las edades e intereses de las participantes. Los tres grupos de cocreación están conformados del siguiente modo:

- Hispania: realizadoras de cianotipias. Niñas entre los 8 y los 10 años que aún no han experimentado la menstruación. Este grupo se conformó dos veces y tuvo una participación irregular de parte de las niñas, concretando el proceso 4 de 13 participantes. La convocatoria para este grupo fue por medio de invitaciones abiertas que se hacían al pasar por cada uno de los salones de los grados 3° y 4° de la I.E.A.M.V., de forma voluntaria ellas se inscribían y se les enviaba a los acudientes responsables una carta de autorización, la cual debían de firmar. Inicialmente, el perfil de las niñas que se buscaba se basó en tres criterios

principales: que no hubiera menstruado, que le gustara la fotografía y que fuera participativa.

- Fredonia: realizadoras de los dibujos del útero y del texto del manifiesto de reconciliación con el útero. Participaron 8 mujeres actualmente menstruantes entre madres e hijas de 16 a 35 años de edad, pertenecientes a la Red de Mujeres Jóvenes.
- Jardín: realizadoras del texto sobre las reflexiones de la dignidad menstrual y de los dibujos para honrar los ciclos de la vida. Participaron 12 mujeres entre la etapa menstruante y la plenipausia (conocida tradicionalmente como menopausia), desde los 16 hasta los 60 años, pertenecientes al Club de Lectura para Mujeres Jardín.

Para establecer un diálogo entre los tres grupos, se propuso una estrategia epistolar en la construcción de las imágenes con cianotipia entre los grupos de Hispania y Fredonia; y con el grupo de Jardín se hizo una construcción colectiva en torno a la resignificación del ciclo menstrual y de la reapropiación de las diferentes etapas de la vida de las mujeres, a manera de conclusión del proceso de investigación.

5.1.3. Diseño de la brújula para los encuentros con las niñas

Los encuentros tipo taller, que a continuación se describen, abordan de forma simultánea la construcción de la imagen por medio de la técnica de impresión con cianotipia y la temática de la experiencia menstrual. Los mismos fueron diseñados a partir de los relatos que me han acompañado en este viaje y usando algunas metodologías que han sido implementadas en otros proyectos liderados por compañeras del mismo país, quienes han dejado sus huellas para que otras mujeres busquemos nuestros propios caminos, e igualmente, basada en los referentes adquiridos durante la formación en Educación Menstrual realizada durante este mismo proceso.

Se proponen *seis encuentros* para un grupo de 6 a 8 participantes con edades entre los 8 y los 10 años del municipio de Hispania. Si bien, se parte de una propuesta general de los encuentros, se espera que después de cada uno de ellos se formulen nuevas preguntas, y si el

caso, permitir las posibles adaptaciones que respondan de una forma más aproximada a los objetivos planteados. Esta propuesta de acción práctica se sitúa desde la prevención y desde la motivación de la imaginación, ya que las niñas en este rango de edad en su mayoría no han menstruado, y se hace necesario el acompañamiento oportuno que guíe la transformación de las narrativas menstruales, que a través del tiempo han estado vinculada con el tabú y el desconocimiento.

Este proceso no espera tener una estructura rígida, sino más bien contar con una brújula que vaya guiando el camino a seguir, dejando pequeñas migas de pan que luego serán semillas, para continuar este gran propósito de peregrinar desde el reconocimiento de las narrativas audiovisuales de nuestros cuerpos menstruantes.

Tabla 1 Brújula para los encuentros con las niñas

N° Encuentro	Nombre del encuentro y temática	Resultado esperado
1	Todas dentro del espiral: Cartografía corporal	Cartografía corporal
2	Yo soy mi propia jardinera: Autopercepción y autoimagen	Cianotipia de un autorretrato
3	Guardianas de nuestros úteros: Juego: una epístola para reconocer y cultivar nuestro útero	Cianotipia de la representación del útero, mezclando dibujos y materiales orgánicos
4		Carta para hacer florecer el útero de nuestra compañera
5	La luna en nosotras: Los ciclos de la luna y de las mujeres	Cianotipia de la representación de cada fase de la luna
6	Corrientes de ríos rojos: Las sensaciones de la menarquia	Cianotipia sobre las sensaciones imaginadas de la menarquia

- **Primer encuentro: Todas dentro del espiral**

Duración: 2 horas.

Lugar: I.E.A.M.V. (Hispania).

Tema: cartografía corporal.

Objetivo: reconocer el territorio-cuerpo habitado y los relatos que se han integrado en nuestra historia de vida.

Resultado esperado: cartografías corporales y registro audiovisual del proceso y de la socialización de los relatos.

Recurso didáctico: canción *Arroz con leche inclusivo* (Schroeder, 2020).

Materiales: papel bond, marcadores, colores, lápices, cinta de enmascarar, hojas iris, madeja de lana de color rojo, piedras pequeñas y letra de la canción *Arroz con leche inclusivo* (Schroeder, 2020).

Equipos técnicos: celular, cámara DSLR, memoria SD y trípode.

Momento I: Presentación (20 minutos)

Nos sentamos en círculo para presentarnos desde la construcción de un tejido de color rojo. Una de las participantes toma el extremo de una madeja de lana roja y responde las siguientes preguntas: nombre, edad, lugar de residencia, grado escolar, ¿qué actividades disfruta hacer en su tiempo libre?, ¿cómo se percibe así misma?, ¿cómo se siente el día de hoy? Luego la misma participante lanza la madeja a una de sus compañeras y se repite el proceso hasta que todas participemos. De esta manera, se formaría una red que nos integra a todas y nos da la bienvenida a un espacio, en el cual hablaremos de nuestros cuerpos y nuestros sentires, enfatizando la disposición a la escucha entre nosotras mismas.

Para cerrar este primer momento, cada niña recibe una hoja con la letra de la canción *Arroz con leche inclusivo* (Schroeder, 2020). Se pone en contexto esta nueva versión, nos ponemos de pie y juntas cantamos siguiendo la pista musical.

Momento II: Actividad. Cartografía corporal (60 minutos)

Se explica la intención de las cartografías corporales y los procedimientos para realizarlas. Nos reunimos en parejas y tomamos los materiales de trabajo. Cada pareja se dispone a hacer las siluetas correspondientes a la escala real del cuerpo. Después cada niña se hace cargo de su propio dibujo para darle una identidad similar a la que ella posee. Luego de personalizar el dibujo, se propone dar respuesta a las siguientes preguntas por medio de trazos, colores, símbolos, formas o palabras:

- ¿Cuáles son las partes que más me gustan o que considero que están llenas de vida?
- ¿Qué me duele y dónde me duele?
- ¿Cuáles son las cicatrices que habitan en mi cuerpo y qué representan para mí?
- ¿De qué color es el miedo y dónde lo siento?
- ¿De qué color es la sorpresa y dónde la siento?
- ¿De qué color es el enojo y dónde lo siento?
- ¿De qué color es la tristeza y dónde la siento?
- ¿De qué color es la felicidad y dónde la siento?
- ¿De qué color es el amor y dónde lo siento?
- ¿Qué es la intuición y dónde la podría sentir?
- ¿Cuáles partes del cuerpo me definen como niña/mujer?
- ¿Qué partes del cuerpo desconozco?
- ¿Me siento una niña poderosa?
- ¿Qué quieres ser cuando sea grande?
- ¿A quién te gustaría parecerte cuando seas grande?
- ¿Hasta cuándo se es niña?

Para finalizar la actividad, se indica escribir en la parte superior e inferior de cada cartografía: *Yo soy (el nombre de cada niña) y habito en... Y me gusta vivir aquí.* Se concluye hablando de la experiencia, mencionando cómo se sintieron, cuáles fueron sus descubrimientos o sorpresas y qué preguntas les surgen cuando ven sus propios mapas.

Momento III: Conclusiones y cierre (20 minutos)

Socialización grupal de la experiencia, y escritura de una carta para sí mismas con relación a las imágenes obtenidas. Hacemos un círculo para comentar la experiencia del encuentro por parte de las niñas y se abre el espacio a posibles inquietudes. Se les pide que tomen dos piedritas y que piensen en dos palabras que les hayan llamado la atención durante el encuentro, y así, cada niña dice en voz alta la palabra y va poniendo cada piedrita en el centro del círculo, para juntas hacer la figura de un espiral. Nos ponemos de pie, y cantamos nuevamente la canción *Arroz con leche inclusivo* (Schroeder, 2020).

- **Segundo encuentro: Yo soy mi propia jardinera**

Duración: 2 horas.

Lugar: I.E.A.M.V. (Hispania).

Tema: autopercepción y autoimagen.

Objetivo: construir un autorretrato.

Resultado esperado: cianotipia de un autorretrato.

Recurso didáctico: cuento *El Jardín de Violeta* (González, 2019).

Materiales: papel acuarela, emulsión para cianotipia (citrato férrico amoniacal (III) y ferrocianuro potásico), dos recipientes con agua, agua oxigenada, pincel, papel acetato, un autorretrato impreso, marcadores, liquid paper, cinta de enmascarar, dos vidrios tamaños carta, dos láminas de madera tamaño carta, elementos orgánicos (distintos tipos de flores y hojas), sujetapapeles, papel iris, colores y lápices.

Equipos técnicos: celular, cámara DSLR, memoria SD y trípode.

Momento I: Presentación (20 minutos)

Se hace un círculo y se da lectura de forma grupal del cuento *El Jardín de Violeta* (González, 2019) y se hace una reflexión sobre los términos de autocuidado, autoestima, autoconocimiento y autorretrato.

Momento II: Actividad. Realización de autorretrato (60 minutos)

Construcción de un autorretrato por medio de la técnica de impresión con cianotipia. La idea es darle continuidad a la metáfora del cuento, el cual nos invita a imaginar que cada niña es la jardinera de su propio cuerpo, de manera que el autorretrato debe de representar cómo le gustaría ver su propio cuerpo-jardín.

Momento III: Conclusiones y cierre (20 minutos)

Socialización grupal de la experiencia, respondiendo las preguntas: ¿cómo se sintieron durante el encuentro?, y ¿a qué descubrimiento las llevó la cianotipia? Para finalizar el encuentro, se le pide a cada niña que tome de una bolsita un papel con una frase para que se la lleve y la comparta con sus familiares y amigas:

- Habito mi cuerpo con alegría y amor
- Mi cuerpo es perfecto y hermoso
- Me gusta conocer mi cuerpo
- Me permito escuchar mi cuerpo
- Cada parte de mi cuerpo es perfecta
- Mi cuerpo refleja todas mis emociones
- Cuidar mi cuerpo me hace feliz
- Yo soy valiosa y soy única
- Mi cuerpo es y será siempre sabio
- Soy fiel a mí misma
- Tengo todo lo que necesito en mi corazón

• **Tercer y cuarto encuentro: Guardianas de nuestros úteros**

Duración: 3 horas.

Lugar: I.E.A.M.V. (Hispania).

Tema: una epístola para reconocer y cultivar nuestro útero.

Objetivo: reconocer el útero y sus funciones vitales.

Resultados esperados: cianotipia de la representación del útero mezclando dibujo y materiales orgánicos, y una carta para cultivar desde la palabra el útero de las compañeras de Fredonia.

Recurso didáctico: cuento *El tesoro de Lilith* (Trepas Casanovas, 2012)

Materiales: papel acuarela, emulsión para cianotipia (citrato férrico amoniacal (III) y ferrocianuro potásico), dos recipientes con agua, agua oxigenada, pincel, papel acetato, dibujos de úteros impreso, marcadores, liquid paper, cinta de enmascarar, dos vidrios tamaños carta, dos láminas de madera tamaño carta, elementos orgánicos (distintos tipos de flores y hojas), sujetapapeles, papel iris, colores y lápices.

Equipos técnicos: celular, cámara DSLR, memoria SD y trípode.

Momento I: Presentación (30 minutos)

Se hace un círculo, se da lectura grupal del cuento *El tesoro de Lilith* (Trepas Casanovas, 2012) y se hace una reflexión sobre las posibles preguntas surgidas. La conversación será guiada en este orden: órgano sexual femenino, el útero, la menarquia y la menstruación.

Momento II: Actividad. Representación del útero (90 minutos)

Respondiendo al propósito de integrar los encuentros desarrollados en los municipios de Fredonia e Hispania, se propone una actividad en la cual las niñas se encarguen de realizar la cianotipia de los dibujos de los úteros elaborados por las compañeras de Fredonia. Se propone, a manera de juego, que unas compañeras anónimas hicieron unos dibujos de su útero, y que cada niña deberá hacer “florecer” una de estas piezas desde la construcción de

la imagen con cianotipia y, por último, deberán escribir una epístola contándole a la compañera sobre su experiencia.

- Actividad I: cada niña selecciona el dibujo del útero que le gustaría imprimir por medio de la cianotipia, elaborando su propio diseño con materiales orgánicos para hacer “florecer” el dibujo del útero de la compañera.
- Actividad II: cada participante elabora una epístola sobre la experiencia, dirigida a la compañera que dibujó inicialmente el útero.

Momento III: Conclusiones y cierre (20 minutos)

Socialización grupal de la experiencia, respondiendo las preguntas: ¿cómo se sintieron durante la realización de la actividad?, ¿cómo se imaginan la compañera que realizó el dibujo del útero?

- **Quinto encuentro: La luna en nosotras**

Duración: 2 horas.

Lugar: I.E.A.M.V. (Hispania).

Tema: los ciclos de la luna y de las mujeres.

Objetivo: reconocer y representar las fases de la luna.

Resultado esperado: cianotipia de la representación de cada fase de la luna.

Recurso didáctico: cuento *Amuletos de Tierra y Luna* (Mallagray, 2020).

Materiales: papel acuarela, emulsión para cianotipia (citrato férrico amoniacal (III) y ferrocianuro potásico), dos recipientes con agua, agua oxigenada, pincel, papel acetato, marcadores, cinta de enmascarar, dos vidrios tamaños carta, dos láminas de madera tamaño carta, elementos orgánicos (distintos tipos de flores y hojas), sujetapapeles, papel iris, colores y lápices.

Equipos técnicos: celular, cámara DSLR, memoria SD y trípode.

Momento I: Presentación (20 minutos)

En círculo, se hace lectura grupal del cuento *Amuletos de Tierra y Luna* (Mallagray, 2020) se comparte la palabra sobre las anécdotas que conozcamos sobre las diferentes fases de la luna.

Momento II: Actividad. Representación de las fases de la luna (60 minutos)

Cada niña se apropia de una de las fases de la luna que más le haya llamado la atención y la representa por medio de la técnica de impresión con cianotipia, usando diversos materiales orgánicos y creaciones con papel.

Momento III: Conclusiones y cierre (20 minutos)

Socialización grupal de la experiencia del encuentro y comentarios sobre las imágenes realizadas: ¿creen que es posible que las mujeres estemos conectadas con los ciclos de la luna?

- **Sexto encuentro: Corrientes de ríos rojos**

Duración: 2 horas.

Lugar: I.E.A.M.V. (Hispania).

Tema: las sensaciones de la menarquia.

Objetivo: imaginar y representar las posibles sensaciones que se pueden llegar a experimentar durante la menarquia.

Resultado esperado: cianotipia sobre las sensaciones imaginadas de la menarquia.

Recurso didáctico: cuento *El libro rojo de las niñas* (Romero, 2016).

Materiales: papel acuarela, emulsión para cianotipia (citrato férrico amoniacal (III) y ferrocianuro potásico), dos recipientes con agua, agua oxigenada, pincel, papel acetato, marcadores, cinta de enmascarar, dos vidrios tamaños carta, dos láminas de madera tamaño carta, elementos orgánicos que den textura (distintos tipos de flores y hojas, tierra, arena, agua, madera, etc.), sujetapapeles, papel iris, colores y lápices.

Momento I: Presentación (20 minutos)

Dentro del círculo se hace la lectura grupal del cuento *El libro rojo de las niñas* (Romero, 2016), y se habla de la menarquia o primer sangrado menstrual respondiendo a la pregunta ¿qué se imaginan que se puede llegar a sentir durante ese momento?

Momento II: Actividad. Represar las sensaciones de la menarquia (60 minutos)

Teniendo en cuenta el dialogado del momento inicial, cada niña intenta representar por medio de la cianotipia una de las sanciones que se imaginó, usando diversos materiales orgánicos que den textura a las imágenes.

Momento III: Conclusiones y cierre (20 minutos)

Socialización grupal de la experiencia del último encuentro y del ciclo en general, respondiendo a las preguntas ¿con qué aprendizajes de los encuentros se quieren quedar?, ¿qué cambiaría de los encuentros?, ¿qué les pareció más complicado y más fácil?, ¿cómo se sienten trabajando en grupo?, ¿qué piensan sobre reconocer los cambios que hacen parte de la vida?, ¿se transformó en algo la forma en la que se relacionan con sus cuerpos y con los cambios naturales?

5.1.4. Estrategia de recolección de datos

Durante los encuentros se realizará registro fotográfico de las diferentes actividades desarrolladas, se hará registro de voz de las entrevistas semiestructuradas, con la intención de extraer fragmentos de testimonios para posibles contenidos finales, todo este material será alojado en una bitácora digital que acompañará el proceso de investigación. La herramienta

del diario de campo ha sido un ejercicio constante desde el inicio del planteamiento del proyecto, este es un receptor de varias ideas, bocetos y percepciones, pero también de constantes preguntas, de las cuales, algunas se han ido renovando durante el proceso, otras se han logrado responder y otras aún siguen representando la posibilidad de regresar sobre ellas para continuar el proceso y persistir en su búsqueda.

5.1.5. Consideraciones éticas

En cuanto al proceso de investigación-creación con niñas entre los 8 y los 10 años, el proyecto *Peregrinas*, se compromete a garantizar que la información compartida con las participantes se caracterizará por los principios de honestidad y transparencia, y a su vez generará confianza con los acudientes responsables de las menores de edad. De igual forma, las metodologías empleadas y los entornos de participación serán sensibles a las competencias e intereses particulares de las niñas, sin poner en riesgo su integridad física y emocional, ni la de sus respectivos entornos personales. Para el manejo de los derechos de autoras en la cocreación de imagen comunitaria y para los registros audiovisuales que el proyecto requiera, se propone socializar y diligenciar con los acudientes de cada una de las niñas participantes, los formatos de consentimiento informado y de cesión de derechos de imagen y voz con fines exclusivamente académicos, al inicio de la implementación del proyecto. Por su parte, los ejercicios de investigación y la toma de testimonios abordados con las mujeres mayores de edad no serán usados con nombre propio, para evitar poner en riesgo su integridad particular y su vida íntima.

5.2. Implementación metodológica

“Las mujeres tenemos que contarnos muchas cosas. De mujer a mujer, de mujer a niña, de madre a hija, de vientre a vientre” (Rodrigáñez, 2010)

Peregrinas reunió varias mujeres de manera itinerante, para tratar de poner en imágenes y palabras, las sensaciones que se experimentan al menstruar. Confirmando que

cada una de nosotras vive este instante de forma única, pero que aun así se hace necesario reunirnos para resignificar los procesos naturales de la sabiduría de nuestros cuerpos. A continuación, se describe cada uno de los encuentros grupales en los que se implementó la metodología propuesta, para llevar a cabo el desarrollo de este proyecto; haciendo algunas reflexiones sobre los resultados conseguidos y estableciendo una ruta para definir la obra audiovisual final.

5.2.1. Primer encuentro: Todas dentro del espiral

Hispania, junio 10 de 2021.

A la actividad asistieron cuatro niñas de los grados 3° y 5° de la I.E.A.M.V., de manera que fue posible desarrollar el encuentro de forma muy similar al diseño de la brújula descrita anteriormente. Iniciamos presentándonos por medio de la dinámica de una madeja roja que iba siendo tomada por cada participante al tiempo que compartía la palabra; hablamos de la cotidianidad, de nuestros gustos y sus sueños. Cerramos esta introducción revisando la letra de la canción *Arroz con leche inclusivo* (Schroeder, 2020), la cual les permitió cambiar la narrativa tradicional y enunciarse desde un lugar de reconocimiento de su propia autonomía y la de cada una de las compañeras.

Explicué la actividad y su objetivo de reconocer las emociones y sensaciones que habitan en nuestro cuerpo. Se conformaron parejas para que cada niña dibujara a su compañera respectivamente. Las instrucciones fueron: primero dibujar las siluetas, segundo personalizar la representación de nuestro cuerpo y tercero ubicar según las preguntas las emociones propias por medio de palabras, colores o símbolos distintos. Para cerrar, hicimos algunos comentarios y se resolvieron algunas preguntas que aún teníamos pendientes. Durante el encuentro pude concluir algunos criterios que me ayudaron a comprender mejor el lugar desde el cual me enunciaba como investigadora-realizadora y las formas en las que debía de replantearme el trabajo en grupo, ya que el ejercicio de Cartografía Corporal me acercó a la comprensión de cómo las niñas se autoperciben y cómo han construido su propia imagen de forma negativa.

Este primer encuentro no expresaba de forma directa la intención de abordar el tema de la menstruación, sino que se proponía como una “exploración de los sentires del cuerpo”; puesto que la convocatoria se había realizado de forma abierta, se debía de buscar una estrategia que animara la participación de las niñas y que, por el contrario, no las fuera a alejar por temor o pena de abordar ciertos temas. De igual forma, a los padres, quienes debían diligenciar la carta de autorización de asistencia de las niñas, no dejó de llamarles la atención dicha “exploración”; incluso varios de ellos me llamaron al celular para que les explicara mejor en qué consistían los encuentros, lo que me llevó a cuestionar sobre la forma en la que debía de expresar de manera clara mi búsqueda. Además, mi intención con la investigación debía de estar encaminada a derribar el propio tabú y normalizar el propósito de mis objetivos, pero teniendo en cuenta la decisión que había tomado de trabajar en las instalaciones de la escuela, debía evitar comprometer de manera equívoca al rector y los coordinadores, quienes me habían otorgado el permiso. De esta manera, era necesario devolverme un poco en el proceso, para dar claridad a cada uno de los implicados indirectos en este ejercicio de investigación, pero antes debía de precisar mi propia búsqueda.

De igual forma, descubrí que las maneras de ver el mundo y relacionarse con él son muy diferentes a los 8 y a los 10 años, hay una gran brecha sobre todo cuando las niñas están próximas a asistir al colegio, este acontecimiento las hace sentir más grandes y las lleva a simpatizar poco con actividades plásticas o de imaginación, ya que consideran que estas corresponden a edades inferiores.

Por su parte, hablar del cuerpo en estas edades era algo desconocido y, por consiguiente, trajo una cantidad de comentarios inesperados; entre ellos una de las participantes manifestó que no se sentía a gusto en su cuerpo de mujer, porque entre otras cosas, a ella le gusta jugar fútbol, pero sus entrenadores y familiares no se lo han permitido porque siguen creyendo que este deporte es solo para niños. A otra niña, el tema le evocó el recuerdo de las miradas incómodas que el vecino le hace a su cuerpo cambiante, haciéndola sentir insegura e instaurando el temor que se siente al salir a las calles, por el hecho de ser mujer. Y otra insinuó que había algo mal en su cuerpo, porque se percibía diferente ante los cabellos rubios y a la piel blanca que muestran en la televisión, haciéndonos creer que son los atributos correctos. Llegué a sentir que el trabajo con niñas requería de un

acompañamiento interdisciplinario, o de no ser posible, era necesario delimitar el proyecto a una búsqueda audiovisual, pero ¿cómo lograr esto, si hablar del cuerpo de la mujer en esta sociedad es todo un mito y tiene explícitamente una gran imposición moral?

Es importante aclarar que para este momento no contaba con el acompañamiento de una asesora o profesora que pudiera ayudarme a aclarar estas dudas, hubiera sido vital una guía para delimitar el proyecto, y evitar que me desviara en caminos que no correspondían y que, además, me permitiera dialogar para sostener mi propio proceso, porque era inevitable verme en los ojos de estas niñas y sentir que sus dudas y temores fueron, y siguen siendo parecidos a los míos.

Indudablemente, *Peregrinas* posee un proceso vivo que constantemente se está transformando, al mismo tiempo que atraviesa mi experiencia como investigadora-creadora. Fue así como logré coincidir con mujeres fuera de la academia que me ayudaron a restablecer mi propósito. La nueva propuesta consiste en centrarme en una sola de las dimensiones del tema, tomando la decisión de abordarlo desde la construcción de imágenes que hicieran una exploración sensitiva sobre aquello que las niñas imaginan sobre la menstruación, tratando de encaminar sus preguntas curiosas en pro de la misma búsqueda. También pude concluir de este encuentro, que se hace necesario recuperar el lenguaje propio de las niñas, tal vez ellas tienen preguntas que son difíciles de asimilar, pero ellas mismas tienen la capacidad de enfrentarse a sus dilemas desde sus propias infancias, y nosotras las “adultas” no somos las poseedoras de la verdad; hay muchas formas y medios para explicar un mismo acontecimiento cuando se abandona el lugar cómodo del *adultocentrismo*¹, ahora el reto era encontrar el método para hacer esto posible.

Después de definir la nueva propuesta metodológica, me intenté reunir con este grupo un par de veces más, pero se fue debilitando al coincidir con las vacaciones de mitad de año, contrario a lo que me había imaginado, en este tiempo las niñas se dispersan más. De igual forma, no dejaba de sentirme prevenida en la manera en la que les debía de hablar, porque

¹ Adultocentrismo: indica que existen relaciones de poder entre los diferentes grupos de edad que son asimétricas en favor de los adultos, es decir, que estos se ubican en una posición de superioridad. Los adultos gozan de privilegios por el hecho de ser adultos, porque la sociedad y su cultura así lo han definido (UNICEF, 2013).

inicialmente les había dado libertad para expresar sus sentires y ya se me estaba dificultando dirigirlas hacía los objetivos del proyecto. Luego de este ejercicio, el proceso se detuvo un tiempo, mientras buscaba otras alternativas en la conformación de un grupo, para cocrear las imágenes del proyecto.

El material audiovisual recopilado en este ejercicio fue poco, se logró tener registro fotográfico del primer encuentro y dos videos cortos donde las niñas resignifican la forma de habitar sus cuerpos desde la autoestima.

Figura 4 Todas dentro del espiral



5.2.2. Segundo encuentro: Habitando mi útero

Fredonia, agosto 28 de 2021.

El diseño de la brújula para este encuentro fue cocreado en compañía de una de las líderes de la Red De Mujeres Jóvenes. La idea era elegir un tema de interés para las mujeres que, a su vez, se pudiera vincular, por un lado, con el diario del “Libro de las sombras”, el cual busca que las mujeres regularmente escriban las prácticas realizadas para fortalecer el autocuidado; y por el otro, aportar en mi pregunta de investigación sobre las narrativas del reconocimiento de habitar cuerpos menstruantes. De esta manera, establecimos como objetivo principal del encuentro: resignificar el útero por medio de la imagen y del relato de la primera menstruación. A este taller llegaron ocho mujeres actualmente menstruantes entre madres e hijas de 16 a 35 años de edad, pertenecientes a la Red de Mujeres Jóvenes; para dinamizar el espacio de dos horas, lo dividimos en cuatro momentos, dándole relevancia a la intervención de cada una de las participantes:

I. Momento de apertura y presentación

Iniciamos leyendo el poema *Días de Sangre* (Toro, 1995), hablamos sobre el propósito del encuentro y nos presentamos compartiendo el recuerdo de la primera menstruación.

Los relatos expuestos dieron cuenta del desconocimiento que ha acompañado a las mujeres de diferentes generaciones. Algunas participantes comentaron que, en el momento de la primera menstruación, creyeron que se habían cortado en medio de las piernas o se sintieron confundidas porque la sangre no era azul, como lo han mostrado los anuncios publicitarios. Una de ellas, fue golpeada por su madre sin ninguna justificación cuando le contó lo sucedido, tal vez su experiencia fue de la misma forma y asumió que ese era el comportamiento que se debía de adoptar luego de recibir la noticia. Otras, por el contrario, aunque sabían más o menos lo que les sucedería, la experimentaron como parte de un castigo que se adjudica por ser mujer.

Gracias al acompañamiento de dos madres, pudimos contrastar cómo estas historias se han repetido pese al paso del tiempo, y cómo estos relatos han hecho parte del círculo de anécdotas poco socializadas por vergüenza, ya que era evidente que las hijas no conocían la historia de la experiencia de sus madres, las mismas quienes hasta el momento, asumen que las instituciones educativas son las encargadas de realizar

la tarea de educarlas sobre este tema, pero es evidente que esta labor no se cumple de manera adecuada. Puesto que también, pudimos concluir que la mayoría de los colegios de la subregión suroeste, autorizan la entrada de marcas multinacional de toallas higiénicas descartables, para ofrecer “capacitaciones” sobre el manejo de la menstruación a partir de códigos únicamente de higienización, por medio del consumo frecuente de sus productos, olvidando todas las implicaciones que representa el tabú menstrual en edades tempranas.

II. Momento de reconocimiento del útero

Basada en varias lecturas y referentes, establecí una guía de conversación que me permitiera hacer una presentación general del útero desde diversas dimensiones: histórica, biológica, sociocultural y energética. De esta manera, por medio del compartir de la palabra y los saberes, se logró darle un lugar al útero dentro de nuestros cuerpos, reconociendo sus diversas capacidades y funciones.

Históricamente, se han instaurado una serie de narrativas en torno a este órgano, determinando como su principal función la reproducción, desconociendo sus atributos en la experiencia sexual y placentera de las mujeres. En la Antigua Grecia, Hipócrates y Platón creían que el cuerpo de la mujer era tan imperfecto que su particular temperatura fría y húmeda, provocaba que el útero deambulara errante en búsqueda de partes más cálidas; consideraciones que aportaron al posterior diagnóstico de la que se ha denominado como “histeria”². El útero era similar a un animal ansioso, que encontraba en la procreación la única solución a sus males (Araquistain, 2018). Por consiguiente, el sistema biomédico, capitalista y patriarcal ha generado opresión, control y enajenación del útero, consiguiendo que las mujeres reconozcamos su existencia, casi siempre, a partir de la presencia de dolor o frente a la posibilidad de embarazo, sin olvidar que algunas personas todavía piensan que la gestación ocurre dentro del estómago.

²Histeria: Del fr. *hystérie*, y este del gr. *ὕστερα hystéra 'útero'* y el fr. *-ie '-ia'*. Enfermedad nerviosa, crónica, caracterizada por gran variedad de síntomas, principalmente funcionales, y a veces por ataques convulsivos (R.A.E, 2020).

Hablar del útero en círculo, nos indujo a hablar de las dolencias padecidas y de la medicalización indistinta sugerida por parte de un sistema médico que no busca el alivio de la enfermedad, sino el silenciamiento del síntoma. Por su parte, otras autoras que se han reapropiado de la imagen y del símbolo energético del útero, lo describen como un centro de poder y sabiduría creativa, propio de las mujeres:

En lo que respecta a la energía, el útero está relacionado con el sentido de identidad más íntimo de la mujer y con su mundo interior. Simboliza sus sueños y los yoes a los que le gustaría dar a luz. La salud del útero refleja la realidad emocional interior de la mujer y su fe en sí misma en el grado más profundo. La salud del útero está en peligro si la mujer no cree en sí misma o es excesivamente autocrítica. (Northrup, 2010)

III. Momento de la actividad: habitando mi útero

Principalmente, el propósito de esta actividad era que cada participante elaborara por medio de la técnica de impresión con cianotipia la representación de su útero, pero por motivos de la temporada de lluvia fue necesario modificar la actividad.

La alternativa que encontramos fue proponer un ejercicio de reapropiación de la imagen del útero por medio del dibujo, y se integró la intención del diario del “Libro de las sombras”, por medio de la pregunta *¿Qué semillas de autocuidado y amor propio me gustaría que germinaran en mi útero?*

En cuanto al registro sonoro y reconociendo la capacidad de construir realidades por medio de nuestro lenguaje hablado, la actividad se complementó construyendo colectivamente un *manifiesto*³ que luego fue leído en voz alta, para resignificar la relación con nuestros úteros.

IV. Momento de cierre y conclusiones

Socializamos los dibujos de nuestro útero y mencionamos las semillas que nos gustaría sembrar en él. Cada participante leyó su propio *manifiesto* mientras las demás compañeras replicábamos en voz alta: *Así es, así será.*

³ Manifiesto: escrito en que se hace pública la declaración de doctrinas, propósitos o programas (R.A.E, 2020).

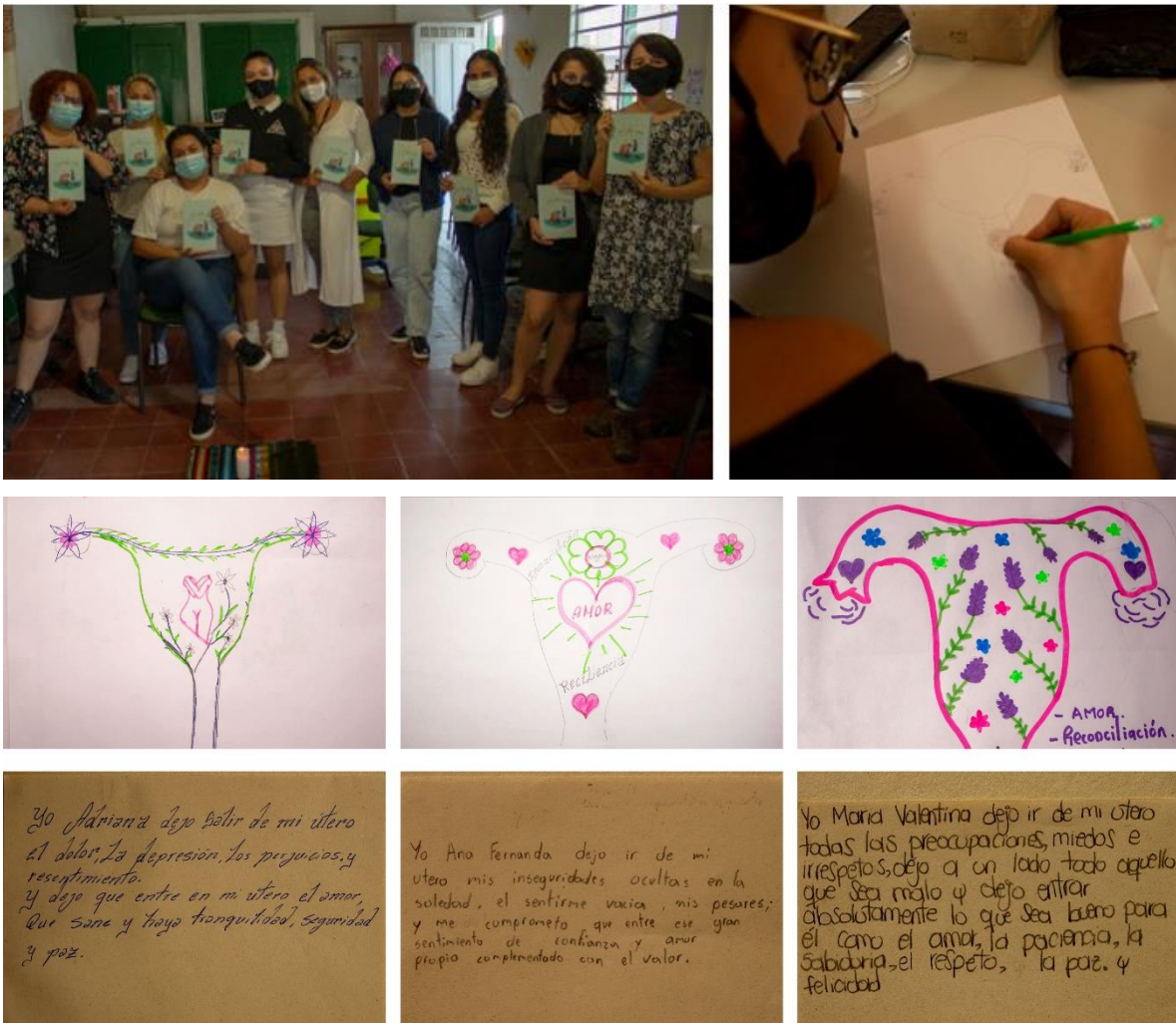
La retroalimentación del encuentro por parte de las participantes fue muy positiva, sentían que los espacios para profundizar en temáticas de interés para las mujeres se hace urgente fortalecerlos, puesto que les brindan herramientas de autonomía, autoconocimiento y amor propio, que llevadas a su vida cotidiana les aportan en la toma de decisiones informadas sobre sus propios cuerpos. Compartir la historia de vida en espacios colectivos nos permitió identificarnos con la palabra de las demás compañeras, y reconocer que el temor individual puede ser compartido, pero si no se expone no sabremos cómo transformarlo juntas. Las madres e hijas inevitablemente comparten historias que ambas guardan en silencio; relatarlas no solo les permitió conocerse mejor entre sí, sino aprender a comunicarse en términos de empatía y aceptación. Trabajar con este grupo, previamente conformado, permitió conseguir una buena cercanía y apropiación del espacio por parte de las participantes, todas se mostraron muy abiertas a la temática y dispuestas a escucharse entre sí.

Como investigadora-creadora, nuevamente confirmé que hablar de menstruación, motiva a abordar otros temas. De manera que, cuando esto suceda, debo de proporcionar un espacio prudente para retomar el camino de la búsqueda que inicialmente me propuse, pero que también debo de respetar esa naturalidad e intimidad, que enriquecen los diálogos entre mujeres. En cuanto a los relatos, percibí cómo estos develan sensaciones y emociones, que influyen cuando las mujeres pasan por la memoria estos recuerdos, experiencias que se pueden tener como inspiración para la elaboración de las imágenes finales de la obra. Sus historias me remitieron al dolor, al padecimiento, a la tristeza, a lo oculto, a la frustración, al silencio, a miradas extraviadas, a días que se repiten mes a mes, a ciclos cargados de desánimo por ser mujer, por no cumplir con los mandatos que se nos han asignado y por asumir el dolor como parte de un cuerpo que tememos reconocer. Resignificar estos sentires desde la construcción de la imagen nos permitió hacernos cargo de nuestros propios procesos y de acercarnos a la transformación como una tarea individual, que a la vez se hace colectiva cuando reconocemos en la experiencia de la compañera, las múltiples formas de vivir sus propios ritmos.

Todos estos sentires y percepciones quedaron refugiados en el diario de campo. De igual forma, se logró hacer registro fotográfico de la actividad y captura de algunos diálogos que, pese a su baja calidad, pueden ser útiles para la obra final. La alternativa para vincular este

encuentro de Fredonia con las próximas actividades de las niñas de Hispania, fue desarrollar una propuesta, en la cual, por medio de un juego de epístolas, las niñas deben de representar con cianotipia el dibujo del útero realizado por las compañeras del municipio vecino y contarles la experiencia por medio de un escrito corto.

Figura 5 *Habitando mi útero*



5.2.3. Tercer encuentro: Yo soy mi propia jardinera

Hispania, septiembre 8 de 2021.

Teniendo en cuenta los aprendizajes adquiridos en el primer encuentro con las niñas, tomé la decisión de abrir una nueva convocatoria para los grados 3° y 4°, esperando que las

edades fueran más cercanas. Pero para mi gran sorpresa las niñas de 4° tenían entre 9 y 14 años, y varias de ellas se quisieron inscribir, así que abrí la posibilidad de que asistieran al encuentro pese a sus edades, teniendo en cuenta que tal vez podría representar una oportunidad para el proyecto, pero sin olvidar que ya no tenía tiempo de ajustar la brújula para ese encuentro.

La asistencia fue de un total de 12 niñas, las cuales conformaron un grupo muy disperso y muy complejo para establecer diálogos circulares, pues ellas traían los hábitos de comportamiento de sus salones de clase, hablando todas al tiempo, o si una de las compañeras quería intervenir para responder una pregunta las demás la intimidaban con sus burlas. Por su puesto, para ellas dibujar o leer no era tan agradable, así que ese primer momento fue un desacierto, de manera que lo intenté detener a tiempo. Les conté de nuevo el objetivo de las actividades y les hablé de la forma de hacer cianotipias, ya que tal vez traían otras expectativas y no se habían percatado de lo que consistían los encuentros. Por un momento pensé en modificar el formato en el cual quería construir las imágenes, pero no encontré uno que correspondiera al gusto de todas, a algunas les llamaba la atención hacer videos, pero la mayoría se sentían tímidas al estar en frente de una cámara, y de igual forma, no me transmitían seguridad al querer seguir asistiendo a los talleres.

Tomé la decisión de posponer la actividad y las invité a participar en un próximo encuentro, al cual debía de llevar una fotografía de ellas en papel, para explorar sus percepciones sobre la experimentación con la cianotipia y que, ellas mismas, concluyeran si querían seguir participando.

Al próximo encuentro llegaron 5 niñas con sus respectivas fotografías, este era un grupo más pequeño y, afortunadamente, solo regresaron las niñas de menor edad, permitiendo que la actividad se pudiera desarrollar en mejores condiciones. Iniciamos leyendo el cuento *El Jardín de Violeta* (González, 2019) y basadas en el relato de la protagonista, creamos la definición colectiva de las siguientes palabras:

- Prefijo *-auto*: lo propio.

- *Autocuidado: son todas las cosas que hacemos para cuidarnos y protegernos a nosotras mismas; como lavarnos los dientes, alimentarnos bien, jugar e irnos a dormir temprano.*
- *Autoestima: quererse mucho.*
- *Autoconocimiento: saber lo que nos gusta y lo que no nos gusta.*
 - *Autorretrato: es una imagen creada por nosotras mismas para representar lo que imaginamos que somos.*

Si bien, para las niñas la construcción de los significados de las palabras parecía algo evidente, sus comentarios dejaban entrever que les gustaría que su cuerpo fuera de otra forma, o su piel un poco más clara o más oscura, o sus cabellos menos rizados.

Continuando con el ejercicio y teniendo en cuenta la intención de darle vigencia a la metáfora del cuento, la cual manifestaba que cada niña debe ser la jardinera de su propio cuerpo, se propuso que el autorretrato con cianotipia debía de representar cómo desearían ver sus propios cuerpos-jardines. Cada participante debía de calcar en una hoja de acetato la fotografía que había traído, decorarla con elementos orgánicos, ponerla sobre el papel emulsionado y llevarla al sol por 10 minutos. Al principio no fue tan comprensible el proceso de experimentación con la técnica de impresión, pues para ellas era algo nuevo y no lograban imaginar cómo se verían las imágenes finales. Pasados unos minutos, las figuras se empezaron a revelar sobre el papel, mostrándonos los resultados de los autorretratos y causándonos un poco de risa, ya que ellas se imaginaban algo más definido y fiel a la imagen inicial. Ellas no se consideraban buenas dibujando y no era algo que les llamara la atención, de manera que debía de replantear la metodología, aprovechando que la cianotipia es muy versátil y permite el uso de múltiples elementos para construir imágenes. Entre todas pensamos algunos objetos que tal vez fueran más divertidos para trabajar con la misma técnica, y concluimos que los elementos orgánicos más pequeños podrían funcionar mejor y probar con algunas siluetas de objetos recortados de revistas o de dibujos que ya estuvieran realizados.

Por otra parte, el encuentro nos permitió hacer visibles un dilema humano que nos dejó una gran enseñanza, ya que como era de esperarse en un proceso de experimentación, los resultados eran de diversos tipos, entre ellos, una de las imágenes quedó con las áreas blancas

poco definidas por estar más tiempo expuesta bajo el sol, resultado que desanimó a su realizadora llevando a pensar que había hecho mal la actividad. Así que, pusimos unas nuevas reglas de juego para los próximos encuentros, las cuales consistían en que todas lo podemos intentar las veces que sea necesario hasta lograr lo que queramos y que nos permitiremos el error como parte del ejercicio de experimentación con la imagen, pero también de la vida cotidiana. De esta manera, la niña participante tuvo la posibilidad de volver a hacer la impresión, pero esta vez ella prefirió hacer una imagen solo con hojas y flores y escribió un cuento sobre su sueño de ser *una turista de animales*. Para cerrar el encuentro, cada niña recibió una frase relacionada con las palabras definidas inicialmente, para que la tuviera presente hasta el próximo encuentro.

En cuanto a los resultados audiovisuales, se logran cinco autorretratos y algunos dibujos sobre el cuerpo-jardín de las participantes. La técnica de impresión con cianotipia, me seguía pareciendo muy ajustable a la búsqueda, pero se debía seguir explorando para que los resultados fueran más gratos para las niñas.

Figura 6 Yo soy mi propia jardinera



5.2.4. Cuarto y quinto encuentro: Guardianas de nuestros úteros

Hispania, septiembre 10 y 13 de 2021.

En esta ocasión llegaron las mismas cinco niñas del encuentro anterior e iniciamos a abordar el tema del ciclo menstrual desde dentro hacia afuera de nuestros cuerpos. Empezamos hablando del útero, reconociendo su ubicación, y algunas de sus funciones, tratando de traer a la memoria algún recuerdo en el que hubiéramos creído sentirlo o de pronto recordar si habíamos escuchado su mención. Una de las niñas participantes, nos compartió que ese era el órgano que le habían extraído a su tía porque le dolía mucho y otra recordó que había visto el dibujo en uno de los libros de la biblioteca de la escuela, así que fue a buscarlo para enseñárselo a las demás compañeras.

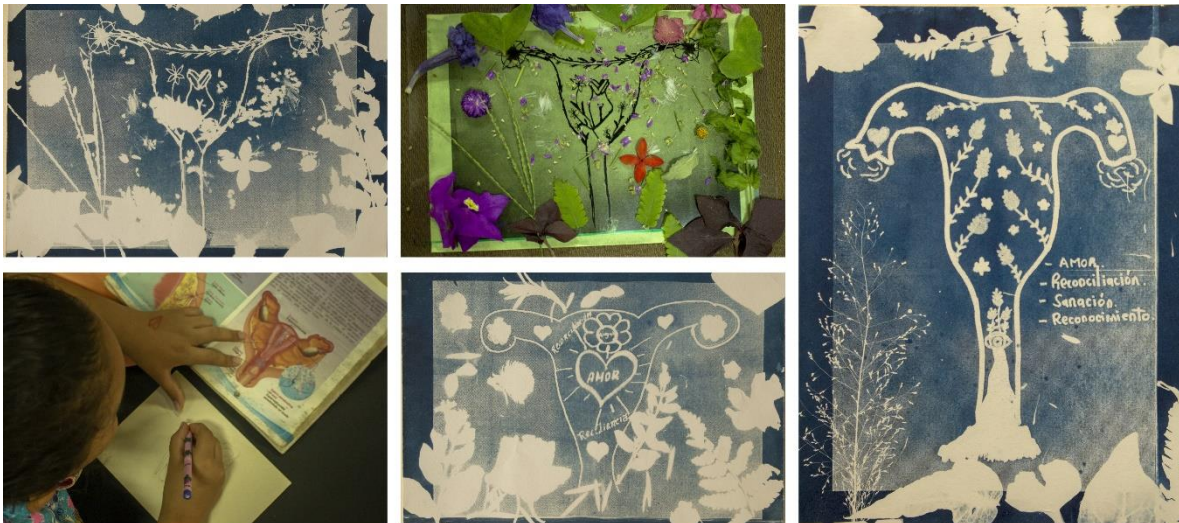
Realizamos la lectura colectiva del cuento *El tesoro de Lilith* (Trepas Casanovas, 2012), el cual por medio de ilustraciones nos permitió construir una asociación gráfica de las partes del órgano sexual femenino desde una perspectiva alegórica con la naturaleza, sin imponer juicios morales ni definir procesos biológicos, sino más bien, apoyadas en las diversas sensaciones que experimentan las niñas a medida que el tiempo va pasando. También fue oportuno hacer énfasis en nombrar de forma correcta cada de las partes que integran nuestros órganos sexuales, pese a que les causó un poco de risa y timidez, el solo hecho de pronunciarlos. Para este encuentro no profundizamos mucho sobre la menarquia o primera menstruación, pero llegamos a la conclusión que hace parte de los ciclos naturales de la vida de las mujeres, y que esta sangre inicialmente se crea en nuestro útero, luego de pasar por algunos procesos internos que influyen en nuestras emociones.

Le dimos paso a la primera actividad que puso en diálogo a este grupo de niñas con el encuentro de las mujeres de Fredonia, les conté a manera de juego, que unas compañeras lejanas habían realizado dibujos de sus úteros y se los habían enviado para que ellas los hicieran “florecer” por medio de la creación de una imagen con la técnica de impresión con cianotipia, siguiendo la misma idea simbólica que el cuento nos había mostrado.

Cada una de las participantes se apropió de una imagen y salimos a buscar por el patio de la escuela las flores que les gustaría incluir en sus cianotipias. Las niñas dejaban entrever su interés en seguir las indicaciones de la actividad, ya que asumían que su obra sería vista

por las compañeras que les compartieron los dibujos. En el momento de la creación de las cianotipias, algunas manifestaron que les agradó mucho más este ejercicio porque las imágenes resultantes estaban más definidas, ya que consideraban que las mujeres mayores dibujaban mejor que ellas.

Figura 7 Guardianas de nuestros úteros



En el siguiente encuentro nos dispusimos a realizar las epístolas que acompañan cada una de las cianotipias de los úteros elaboradas con anterioridad. Esta actividad nos dejó muy buenos resultados, por un lado, la participación se mantuvo activa por medio del lenguaje del juego, el cual avivó el interés de las niñas, invitándolas a estar atentas para seguir las pistas y completar los objetivos del misterio. Por otro lado, en cuanto al trabajo con las imágenes, se mejoró la práctica con el manejo de la técnica de impresión, ya que el proceso fue más comprensible para este momento; y adicionalmente, el formato de las cartas en estas edades tempranas, aún hace parte de sus formas cotidianas de expresión, lo que facilitó el logro de los resultados propuestos.

Fue trascendental reconocer el lugar desde donde enunciamos nuestros propios cuerpos en las distintas etapas de la vida; por su parte, que las niñas se acerquen a la posibilidad de escuchar nombrar nuestros órganos de forma natural y tranquila, las puede ir guiando a adoptar posturas similares al momento de reconocer sus propias maneras de nombrar sus realidades. De igual forma, se hace necesario reconocer las múltiples posibilidades que nos ofrece el lenguaje del juego en el momento de la puesta en práctica de

la investigación-creación, puesto que permite vernos desde la autenticidad en la construcción de las representaciones simbólicas propias de cada ser, y de abstraer los distintos significados de temas o conceptos que pueden parecer complejos de explicar en la cotidianidad.

Figura 8 Epístolas para cultivar nuestro útero



5.2.5. Sexto encuentro: La luna en nosotras

Hispania, septiembre 15 de 2021.

En medio de una luna en cuarto creciente nos reunimos nuevamente para contar historias y hacer cianotipias. En esta oportunidad llegaron cuatro niñas, coincidiendo con el número de imágenes que teníamos como objetivo crear. La apertura estuvo acompañada de una lectura colectiva del cuento *Amuletos de Tierra y Luna* (Mallagray, 2020), el cual desde un lenguaje mágico explica de forma creativa las funciones vitales de nuestros úteros, haciendo una analogía entre el ciclo menstrual y las fases de la luna. A medida que se iban mencionando las fases de la luna y sus características, cada niña iba seleccionando una con la que se sintiera más identificada.

Se invitó a cada niña para que le diera un significado o una descripción propia a la fase que había seleccionado, y después debía de pensar en posibles imágenes u objetos que la representaran. Del anterior ejercicio obtuvimos la siguiente información:

Tabla 2 Representaciones de las fases de la luna

Fase lunar	Encargada	Significado o descripción	Imágenes u objetos que la representan
Nueva	Germahioly	“La luna nueva es la más triste y solitaria de todas”	“Un paisaje muy triste, con lluvia y un lobo solitario aullando”
Creciente	Mariana	“Luna creciente es intermedia, ni muy triste, ni muy feliz”	“Un río, unas montañas y que en el cielo se vea la mitad de la luna en medio de las nubes”
Llena	Alejandra	“Cuando hay luna llena mi papá sale a pescar”	“Un puente cerca del mar, y unas niñas como en una fiesta viendo a lo lejos la luna brillante”
Menguante	Juliana	“En luna menguante se puede cortar el cabello y sembrar las plantas”	“Una niña acampando acompañada de sus mascotas”

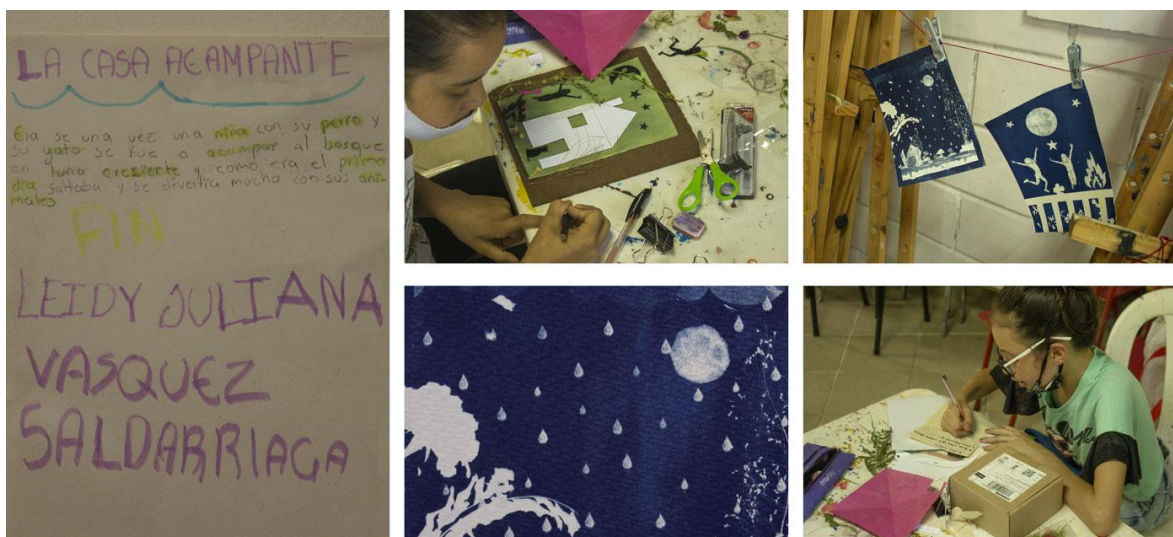
Teniendo en cuenta estas decisiones, procedimos a recortar en revistas y en acetatos impresos las imágenes que nos ayudaran a representar cada una de las fases seleccionadas, complementándolas con el material orgánico (hojas, flores, follajes, entre otras) que habíamos logrado recolectar en encuentros anteriores. Luego de que cada participante tuviera lista la escena que quería mostrar, procedimos a imprimirla por medio de la técnica de cianotipia.

Los resultados obtenidos permitieron explorar diferentes técnicas de superposición de objetos en la impresión de las imágenes, reflejando cierta similitud entre la personalidad que cada autora dejaba entrever. Evidentemente, para ellas era más fácil hablar de las emociones que han experimentado desde la metáfora con la naturaleza que, desde sus propios cuerpos. De la misma forma, evocaron genuinamente los seres que normalmente han percibido que las acompañan mientras experimentan sus sentires, fue así como nos

encontramos con la que se han sentido sola, la que se relaciona fácilmente con sus amigas y la que ha encontrado en sus mascotas los aliados para compartir sus secretos.

Desde el diseño de este ejercicio se pretendía abordar el tema de la menstruación desde un lenguaje cotidiano y desde el reconocimiento de las vivencias propias, las cuales en las edades trabajadas no se centran necesariamente en la experiencia del sangrado. Una de las conclusiones a las que llegó una de las participantes fue que “la menstruación es algo que tiene que ver con las emociones, y que todas las niñas la podemos llegar a sentir de formas distintas”, así mismo como lo evidencian la realización de las imágenes de cada una de las fases de la luna. Este encuentro fue una oportunidad para contar historias desde el reflejo propio, para luego dotar de imágenes a esos universos emotivos, donde las características de personajes y lugares mágicos pueden llegar a responder a los gustos y deseos de las narraciones que nos hemos contado de manera permanente a nosotras mismas.

Figura 9 La luna en nosotras



5.2.6. Séptimo encuentro: Corrientes de ríos rojos

Hispania, septiembre 17 de 2021.

A este último encuentro llegaron cinco participantes, lo que facilitó la representación de diversas emociones. Iniciamos haciendo un recuento de los encuentros anteriores, trayendo a la memoria las imágenes y los textos que hasta el momento habíamos realizado.

Hablamos sobre la primera menstruación, también llamada menarquia, y compartimos algunos comentarios que hemos escuchado entre nuestros círculos de amigas y familiares. Las primeras percepciones que dejaban vislumbrar las participantes era de vergüenza y temor, incluso les costaba poner en su voz la palabra menstruación, debido a que la consideraban mal nombrada o soez. Al inicio del diálogo, cuando fue su turno, una de las niñas, aunque con un poco de susto, prefirió deletrear la palabra p-e-r-i-o-d-o y así se siguió refiriendo al tema, pese a que le dimos la confianza de mencionarla de forma natural.

Con la intención de distanciar un poco la temática de los juicios y estigmas que tenemos aprendidos, y hacer el encuentro más participativo e intuitivo, les propuse un juego de palabras, el cual consistía en sacar una pregunta que estaba guardada en una bolsa, para rápidamente responderla con las primeras palabras que nos llegaran a la mente. Una de las participantes sacó la pregunta: *¿Qué te imaginas que se siente en la primera menstruación?*, y las respuestas obtenidas fueron: *nada, enfermedad, rabia, dolor, pena, nada, miedo, mal genio, temor, sueño, pena, ansiedad, indiferencia, enojo, llorar, frío, perecita, tristeza, alegría y susto.*

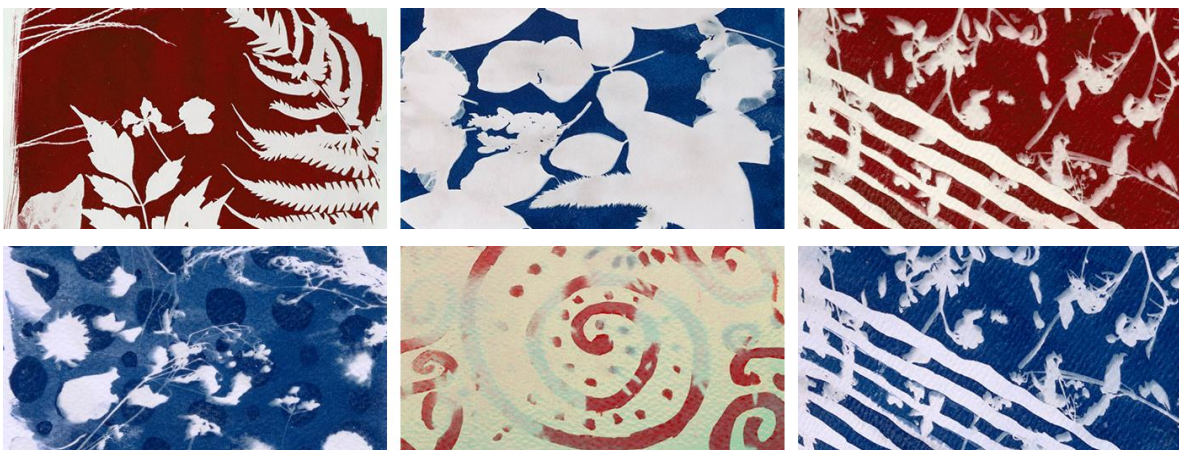
Dejamos hasta ahí la actividad, y le dimos paso al cuento *El libro rojo de las niñas* (Romero, 2016), el cual por medio de la ilustración de una historia sobre la primera menstruación, nos invitó a disponernos a escuchar las necesidades cambiantes de nuestros cuerpos y de buscar alternativas para acompañarnos cuando experimentamos las diversas emociones que llegan y se van de forma constante, dejándonos reflejos internos y externos de las etapas que vamos transitando a lo largo de la existencia. Durante la lectura hubo pocos comentarios sobre la temática, pero se evidenciaron rostros de sorpresa por ver las ilustraciones de un universo de color rojo en el que se destacaban cuerpos de mujeres desnudas.

Retomando el ejercicio de las emociones nombradas, cada participante seleccionó dos palabras que le llamaran la atención, y luego debía de tomar dos papeles en los que la emulsión para cianotipia había sido aplicada formando distintas figuras. En este encuentro se pretendía experimentar con la imaginación, desde los diversos sentires y desde la evocación de las emociones que llegaban a cada niña, todos los resultados eran distintos y válidos. La

indicación fue representar cada palabra seleccionada en el menor tiempo posible, usando distintos materiales orgánicos, los cuales también podían intervenir (cortar, pegar, desmenuzar, doblar o lo que se les ocurriera). Las cianotipias que primero lograron realizar fueron las que representaban emociones como la rabia, el miedo y la tristeza, ninguna participante escogió emociones positivas, y algunas sintieron ansiedad mientras esperaban que las imágenes se revelaran en el sol, puesto que no se lograban imaginar cómo podrían quedar. Muchas esperaban resultados con formas más definidas, otra en cambio, descubrió que su imagen, por ser tan “extraña” no tenía una sola forma de mirarla, sino que cada vez que la giraba podía ver algo distinto, así que sin pensarlo había realizado muchas imágenes en una. También intentamos cambiarle el pigmento del color de las cianotipias para que las impresiones quedaran de un color cercano al rojo, como las ilustraciones del libro que leímos, sumergiendo el papel en mezclas de café instantáneo y de semillas de achiote, pero no logramos los resultados buscados, así que decidí intervenirlas de manera digital.

Entre las conclusiones que este encuentro nos dejó, fue la validación de las diferentes emociones que se manifiestan en cada una de nosotras, las cuales como nos lo comprobaron las imágenes, las experimentamos y las expresamos de formas distintas. También se pusieron en evidencia los imaginarios que las niñas tienen sobre la primera menstruación, y pese a que los intentamos desmentir desde el diálogo y la lectura propuesta, al finalizar el encuentro para la mayoría seguía siendo complejo el solo hecho de mencionar la palabra menstruación, tal vez porque tienen como referente a las mujeres con las que conviven, y posiblemente ellas también han establecido relaciones complejas con sus propios ciclos.

Figura 10 Corrientes de ríos rojos



De esta forma, le dimos cierre al ejercicio propuesto con las niñas en el municipio de Hispania, quedaba pendiente por definir la fecha de la exposición de las imágenes en un evento abierto al público, en el cual socializaríamos la experiencia.

En cuanto a la autoevaluación de los encuentros, las niñas manifestaron que les gustaría seguir teniendo más espacios fuera de las clases escolares para compartir entre ellas. Con relación a la técnica de impresión con cianotipia, al inicio les pareció un poco complejo el proceso de su realización, pero nunca se habían llegado a imaginar que el sol pudiera hacer aparecer imágenes en una hoja de papel. Aceptando que dibujar no era algo que les llamara mucho la atención, buscamos alternativas que las motivaran a seguir en el proceso como, por ejemplo, que los dibujos fueron previamente realizados o trabajar solo con superposición de objetos de material orgánico, y aunque al inicio esperaban imágenes más estructuradas se abrieron a la posibilidad de experimentar con las representaciones e intentar darle un sentido a lo que veían desde la imaginación. Al final, la temática de la menstruación la percibían, por un lado, como un asunto futuro y de autocuidado, como lavarse los dientes o estar pendientes de sí mismas y por el otro, como algo que se relaciona con las emociones, que no termina siendo ni bueno, ni malo, sino más bien, que es algo que debemos asumir por ser mujeres.

Desde el diseño de las brújulas para los encuentros se experimentó la investigación-creación como un proceso con vida propia que nos va pidiendo flexibilidad y posibilidad de adaptación a diversas condiciones, y a la búsqueda constante de alternativas que faciliten los procesos y que nos permitan descubrir respuestas y formas de interacción distintas. De la misma manera, el trabajo en las edades seleccionadas exige una actividad constante que conserve la atención y la participación de las asistentes, mediando entre el logro de los objetivos de la propuesta y de los intereses particulares de las convocadas, el cual debe ser determinado en parte por la lectura permanente de los contextos individuales y colectivos.

5.2.7. Octavo encuentro: La mujer y el ciclo menstrual

Jardín, octubre 15 de 2021.

El diseño de la brújula para estos dos encuentros fue cocreado en compañía de la mediadora del Club de Lectura para Mujeres Jardín. Teniendo en cuenta las distintas etapas de vida en la que se encontraban las participantes, propuse la socialización de dos de los referentes audiovisuales que habían acompañado el proceso de investigación-creación de *Peregrinas*, para establecer a manera de conclusión un diálogo colectivo para resignificar la relación con el ciclo menstrual.

Al primer encuentro llegaron doce mujeres en un rango de edad de los 16 a los 60 años, entre los que se encontraban madre e hijas dedicadas a distintas actividades cotidianas, para este encuentro abordamos el documental *Period. End of Sentence* (2019), y para dinamizar el espacio de dos horas, dividimos el encuentro en tres momentos, dándole relevancia a la intervención de cada una de las participantes:

I. Momento de presentación y proyección de la película

Inicié presentándome y contándoles un poco sobre las actividades realizadas en el marco del proceso de investigación-creación de *Peregrinas*, y sobre el propósito de reconocer juntas las narrativas menstruales que hemos tenido y de elaborar acciones desde la palabra que nos permitieran resignificar nuestras experiencias menstruales. Introducimos la película que nos convocaba en esta oportunidad y nos propusimos a estar atentas de la forma en que era mostrado el tabú menstrual.

II. Socialización y comentarios de la película

Para este momento nos dispusimos a hacer un círculo de palabra con la intención de que todas pudiéramos participar del diálogo. Los primeros comentarios que surgieron sobre las percepciones del documental, estuvieron enmarcados en la sorpresa por confirmar que el silencio sobre la menstruación no solo se encuentra en nuestro país, sino que incluso trasciende otros lugares geográficos y culturales. Una compañera con formación de antropóloga nos contó sobre algunos ritos de paso en la primera menstruación practicados hoy en día por algunas culturas ancestrales colombianas, como es el caso del *Encierro* de las mujeres Wayuu en la Guajira, en el cual, las niñas que están próximas a menstruar deben de ser

aisladas totalmente por un periodo entre uno a dos años, mientras modifican las actividades propias de su edad como jugar, reír y estudiar, entre otras, para aprender las labores domésticas que se consideran necesarias para poner al servicio en sus roles de futuras madres y esposas, como tejer, cocinar y lavar la ropa.

También hicimos mención del ritual de *La Pelazón*, celebrado en los pueblos originarios del Amazonas que habitan entre los límites de Colombia y Brasil, en el que las niñas durante su primera menstruación debían de ser sometidas a que les arrancaran sus cabellos en carne viva, con el propósito de simbolizar el dolor al que deben de enfrentar en el futuro por el hecho de ser mujeres. Ambas narraciones dan cuenta de la trasgresión a la integridad física que históricamente han vivido los cuerpos que menstrúan. En este punto también coincidimos, que si bien hay tradiciones que tienen formas distintas de asumir un mismo evento, se hace necesario hacer una lectura que cuestione la vulneración de los derechos humanos, poniendo en desventaja la calidad de vida de las mujeres.

De esta manera, fuimos llegando al reconocimiento de los propios tabúes que nos han acompañado en gran parte de la vida, compartimos historias heredadas por parte de las abuelas, madres y tías, quienes en algún momento nos dijeron que las mujeres no podíamos hacer varias actividades mientras menstruábamos porque las consecuencias podían ser aterradoras; mitos como que no podíamos meternos al río porque podíamos ensuciar el agua o porque se crecería de furia por haber desobedecido, no podíamos cocinar porque la comida se descomponía fácilmente, no podíamos cargar bebés porque les deba pujo, no podíamos acercarnos a animales domésticos que estuvieran enfermos porque haríamos que se agravara más su estado, no le podíamos cortar el cabello a otra persona porque se lo apestábamos, y así, un sinnúmero de relatos que muchas veces intentamos poner a prueba, pero que por la carga moral o por temor, parecían confirmarnos que eran más reales de los que alguna vez creímos.

Contrastado las edades de las participantes, pudimos ver cómo todos estos mitos han ido perdiendo vigencia, o se han ido modificando entre generaciones, para en la actualidad poner la menstruación como un tema del que no se habla en público o de un tema meramente de salud, que pone nuestros cuerpos en una condición de enfermedad y dolencia que debe de intentar ocultar su estado para responder a la productividad que el sistema nos exige constantemente.

III. Conclusiones sobre la dignidad menstrual

Si bien el documental pone de manifiesto el tema de la *pobreza menstrual*, el cual hace referencia a la falta de acceso a los productos para la gestión del sangrado, durante una de sus investigaciones el Proyecto Latinoamericano de Educación Menstrual ha buscado cambiar este concepto por el de *dignidad menstrual*, ya que se hace necesario reconocer que entre los grandes problemas que están arraigados en la menstruación, está el tabú, el estigma, las violencias que se ejercen alrededor de las personas que menstrúan, la feminización de la pobreza, entre otros (Emancipadas, 2021), haciendo indispensable reconocer que dichas dificultades no necesariamente se solucionarán con el acceso a insumos como no logra profundizar la película.

Teniendo en cuenta este nuevo término nos propusimos responder la siguiente pregunta: ¿Qué crees que se necesita para mejorar las experiencias menstruales?, entre los comentarios concluimos: hablar de la menstruación en diferentes espacios como escuelas y hogares; nosotras mismas hacernos cargo de nuestros procesos y abrazar la perfección que somos; tener a acceso a recursos para la recolección del sangrado, lo que no se garantiza únicamente con la disminución de los impuestos, sino con la creación de políticas públicas que reconozcan que las mujeres tenemos necesidades específicas; crear espacios donde sea posible empezar a llamar las cosas por su nombre; reconocer la diversidad de los cuerpos menstruantes; educarnos y educar a las futuras generaciones en temas de autoconocimiento del propio cuerpo; garantizar el acceso al agua potable en todos los territorios colombianos e invertir presupuesto en la investigación de

enfermados del útero como la endometriosis que, como se ha visto, no se solucionan con el consumo de anticonceptivos.

Para cerrar el encuentro dimos lectura en voz alta del texto *Tu sagrado femenino* (Astronauta, 2021), el cual nos hacía una invitación tranquila y amorosa para regresar al origen de los procesos naturales de nuestro cuerpo.

Figura 11 La mujer y el ciclo menstrual



5.2.8. Noveno encuentro: Resignificar nuestra primera menstruación

Jardín, noviembre 5 de 2021.

Cuando nos reunimos a diseñar este encuentro pusimos como prioridad las distintas etapas de las mujeres participantes, comprendiendo que muchas de ellas incluso ya no menstrúan, pero que, aun así, es necesario resignificar esa etapa que en algún momento vieron. El texto que nos acompañó durante este ejercicio fue *El libro rojo de las niñas* (Romero, 2016), ya que considerábamos que nos podía acompañar para recordar la forma en la que aprendimos a menstruar.

Después de una lectura en voz alta, se invitó a que cada asistente recordara el momento de su primera menstruación para que posteriormente lo compartiera dentro del círculo de palabra. Y aunque concluimos que cada historia era diferente, todas coincidimos

en que es necesario seguir hablar del tema, pues aún en este tiempo de información constante aún hay desconocimiento al respecto

Figura 12 Resignificar nuestra primera menstruación



5.2.9. Socialización de resultados: Celebrar el camino recorrido

Hispania, noviembre 9 de 2021.

Como habíamos acordado con las niñas que asistieron a los encuentros, programamos una socialización pública de las obras que habíamos realizado, a este evento asistieron dos grupos de 3° y un 11° de la I.E.A.M.V.

Figura 13 Celebrar el camino recorrido



6. Tratamiento

La metodología para propiciar dicha obra audiovisual, como se explicó anteriormente, parte del diseño de encuentros tipo taller basados en procesos de educación menstrual (Ramírez, 2019) y de la puesta en práctica de la técnica de impresión con cianotipia, la cual se toma como opción por las múltiples posibilidades que representa a la hora experimentar en la construcción de imágenes simbólicas, a partir de la combinación de elementos vegetales, dibujos a mano y superposición de objetos, entre otros. De la misma forma, el color azul resultante de la exposición del sol, en contraste con el uso de elementos de color rojo, nos permite construir un universo de figuras y fondos para representar por medio de capas los diversos sentires del cuerpo menstruante; la magia del tiempo y la atención que requiere el uso de la técnica nos acerca a la comprensión de la metáfora de los procesos cíclicos como parte fundamental de la unidad. El registro de las voces, resguardan las historias del recuerdo de la primera menstruación y de las percepciones sobre las posibilidades de nombrar el gran tabú. Los formatos en el que reside la obra final, por un lado, es una serie fotográfica inscrita en un fanzine, la cual, relata resultante sobre los imaginarios y percepciones que las niñas tienen sobre el ciclo menstrual ovulatorio como signo vital de la experiencia humana, y por el otro un video que propone hacer una exploración desde la imagen y el sonido, recopilando algunos de los testimonios más significativos durante el proceso.

7. Resultados audiovisuales

7.1. Fanzine con la serie fotográfica Peregrinas



7.2. Manifiesto



8. Reflexiones generales, hallazgos y conclusiones

Por los días en los que iniciaba a gestar este proyecto, escuché una leyenda Muisca de la voz de mujer muy sabia, la cual decía, que a medida que subimos la montaña, nuestro pensamiento se va aclarando, y estando en la cima podremos ver desde un mejor lugar las infinitas posibilidades que tiene un mismo acontecimiento, y yo, que he subido montañas desde que tengo memoria, confirmé que era cierto. *Peregrinas* me recuerda las versiones de mujeres que he podido caminar, las noches largas dónde las he visto morir y los amaneceres luminosos que me traen de nuevo a la vida, una y otra vez, confirmándome que mi cuerpo es cíclico y mi alma infinita. Aún no sé bien en qué parte de la montaña estoy, pero quise llevar esa misma idea de múltiples posibilidades al audiovisual, me soñaba un ejercicio que me permitiera conocer una mejor versión de mi misma, pero que también me diera la posibilidad de compartir lo que la educación pública me ha mostrado, y que, al mismo tiempo fuera un ejercicio colectivo dónde varias personas nos reuniéramos para ser reflejo de lo que sentimos y de las historias que en silencio nos hemos contado.

Entre rayones, conversaciones, lecturas y recorridos por el lugar que estaba habitando, fui encontrando el camino, y poco a poco recordé que las historias tienen vida propia, y como por arte de magia, en un momento inesperado algo empezó a dejar entrever posibles formas, haciendo necesario tomar decisiones que me acercaran a lo que estaba buscando, pero como era de esperarse, este no fue un recorrido en línea recta, sino que fue necesario devolverme y cambiar de rumbo un par de veces. Así fue como descubrí que mi propósito requería de la confluencia de varias disciplinas, algunas que en el momento ni conocía, pero que estaban llegando de manera intuitiva para intentar acercarme a las respuestas de múltiples preguntas que iban surgiendo con los días.

Este ejercicio nunca fue estático, por un lado, tuve que recorrer el contexto un y otra vez hasta lograr comprenderlo para integrarme de nuevo a sus dinámicas, de igual forma, fueron llegando mujeres para acompañar mi búsqueda de forma itinerante, las cuales con sus ideas y sus comentarios nutrían mi experiencia, pero modificaban el rumbo de mi viaje y, por último, mi objetivo audiovisual se estaba tardando en encontrar la forma de contar las

historias, ya que debía de tener en cuenta muchos factores: una pandemia que limitaba los desplazamientos largos, la carencia de equipo técnico y humano, y los tiempos académicos que no se lograban ajustar a los que un trabajo comunitario requería. Buscando alternativas que resolvieran estas dificultades, regresé de nuevo a la cianotipia, una técnica de la que me había apasionado meses atrás y que sentía podía transmitir esa idea de fantasía a las niñas con las que estaba adelantando mi proceso de investigación. Debo de admitir que, como realizadora, ha sido muy complejo tomar decisiones sobre el formato, por tanto, pese a lograr tener material de imagen y de sonido, aún no consigo recopilarlo de forma concreta para completar los relatos que descubrí durante el proceso, por tal razón tomé la decisión de hacer dos exploraciones audiovisuales diferentes para acercarme a lo que siento que estoy buscando, en un primer momento realicé el trabajo con las imágenes compiladas en un fanzine y en un segundo momento, el video del *Manifiesto* cocreado con las mujeres del municipio de Fredonia. Tal vez, todo el material audiovisual se pueda integrar en un ejercicio transmedia, respondiendo justamente a sus múltiples posibilidades en la integración de los formatos, pero esta será una labor que se haga en la continuación del camino.

Por otro lado, en cuanto a las metodologías para abordar el tema de la menstruación en las distintas etapas de la vida, la propuesta responden a procesos que dialogan entre diversas disciplinas, incluyendo rutas que permitan vincular la exploración del lenguaje audiovisual, tanto desde la propuesta de apropiación para la realización de narraciones colectivas, como desde la recopilación de referentes que han abordado el tema desde distintos géneros y formatos, que pueden servir como material de estudio para otros proyectos que tengan propósitos similares.

Por su parte, siento que el trabajo comunitario enriqueció mucho el ejercicio no solo el audiovisual sino el personal, de igual forma los espacios de diálogo entre mujeres promueven el fortalecimiento de nuestras relaciones, que hasta hace pocos años se nos decían que estaban determinadas por la competencia y la rivalidad. Juntas pudimos constatar que los medios audiovisuales siguen dándole relevancia a las representaciones de estereotipos hegemónicos, que no solo desvalorizan la diversidad de los cuerpos que transitan en la vida cotidiana, sino que invisibilizan los procesos naturales de nuestros cuerpos, como menstruar,

el crecimiento de los vellos corporales y el paso de la edad que dignifica la experiencia de las mujeres.

Desde mi experiencia, siento que el pregrado de Comunicación Audiovisual y Multimedial, en sus múltiples posibilidades expresivas, no está listo para acompañar procesos que buscan integrar otras disciplinas. En mi caso, fue necesario buscar personalmente otros espacios y otras personas que me ayudaran a delimitar el proyecto y a darle un norte, ya que la metodología de los laboratorios no lograba acompañar mi proceso, sino que, por el contrario, dificultaba los diálogos honestos y profundos que el mismo ejercicio de investigación-creación fue arrojando en distintas etapas, no quisiera pensar que este inconveniente se dio por la diferencia de géneros, pero siento que los proyectos, al igual que a los humanos hay que saberlos escuchar, y tratar de atender sus necesidades desde sus propias particularidades y no desde los intentos por agrupar criterios que evidentemente son distintos.

La Creación Audiovisual Comunitaria pone de manifiesto las historias propias y las colectivas, dotando de sensaciones y emociones cada imagen expuesta y cada palabra compartida. Este es un ejercicio vivo donde cada día se debió asumir una apertura a las dinámicas cambiantes y una lectura constante de los contextos en los que se desarrolla. Hispana, Fredonia y Jardín, tres municipios aparentemente cercanos geográficamente, nos permitieron descubrir panoramas diversos, donde el ser y sentirse mujer varía gracias a los legados históricos que sus pares han emprendido desde años atrás. Por su parte, los espacios de participación de las mujeres siguen siendo muy pocos, y el audiovisual, como muchas otros artes y medios, sigue estando bajo el interés de la mirada predominantemente masculina, y a las mujeres aún nos sigue costando asumir el rol de narrarnos a nosotras mismas y reconocer en nuestras historias lugares de relevancia para ser contadas.

Por último, hablar de menstruación, es sin duda atravesar varios temas que han estado vinculados con el silencio, y que por generaciones hemos normalizado y justificado bajo la condición de ser mujeres. Pero por suerte, poco a poco esto ha ido cambiando, *Peregrinas* fue acogido con mucho agrado en cada espacio que era presentado, muchas mujeres me manifestaron la necesidad de abordar este tema en las distintas etapas de la vida, y de

desarrollar acciones para resignificar las relaciones que hemos tenido con nuestros propios ciclos y nuestros cuerpos.

9. Fuentes bibliográficas

- Araquistain, C. M. (2018). *Histéricas e históricas: la mujer loca de la literatura del siglo XX*. Barcelona. Obtenido de <https://acortar.link/HA45Ow>
- Astronauta, L. (2021). Tu sagrado femenino. Obtenido de <https://acortar.link/1UamwF>
- Castañeda, P. (2014). Investigación feminista: caracterización y prospectiva. En E. Montiel, *Pensar un mundo durable para todos*. Guatemala: UNESCO. Obtenido de <https://cutt.ly/wRgYaza>
- Clark, L. (2015). *Hora de soñar*. Obtenido de <https://acortar.link/UXko8>
- Colombia, M. d. (2021). *Municipio de Hispania*. Obtenido de <https://cutt.ly/KRgYMpK>
- CTPA. (2020). *Subregión Suroeste*. Obtenido de CTPA - Consejo Territorial de Planeación de Antioquia: <https://ctpantioquia.co/subregion-suroeste/>
- Emancipadas, E. d. (2021). *Conversatorio: ¿Pobreza menstrual o feminización de la pobreza?* Colombia. Obtenido de <https://acortar.link/nQ0VOb>
- García, N. L. (2018). *Ñu'ú vixo/Tierra mojada*. México D.F.: Pluralia Ediciones y Secretaría de Cultura de la Ciudad de México. Obtenido de <https://cutt.ly/ARbcgwN>
- González, A. (2019). *El jardín de Violeta*. Madrid: Emonautas. Obtenido de <https://cutt.ly/aRkk3a9>
- Greenwood, D., & Levin, M. (1998). *An Introduction to Action Research*. California: Sage Publications. Obtenido de <https://cutt.ly/KRgRRFp>
- Haraway, D. (1991). *Ciencia, cyborgs y mujeres: la reinención de la naturaleza*. Valencia: Cátedra S. A. Obtenido de <https://cutt.ly/0RndolB>
- I.E.A.M.V. (2021). *Institución Educativa Aura María Valencia - Hispania*. Obtenido de <https://auramariavalencia-hispania.edu.co/>
- Irusta, E. (2018). *Yo Menstrúo: un manifiesto*. Barcelona: Casa Catedral.

- La Grieta, C. (2020). *Colectivo La Grieta*. Obtenido de Deconstruyendo el cuento del género: <https://www.instagram.com/colectivalagrieta/>
- Lécuyer, S. (2019). *Apparitions*. Obtenido de <https://acortar.link/GQF0D>
- Mallagray, M. F. (2020). *Amuletos de Tierra y Luna: Un cuento sobre la naturaleza cíclica*. San Salvador de Jujuy: Independiente - Mujeres en Sororidad .
- Miguélez, M. M. (2004). *Ciencia y Arte en la Metodología Cualitativa*. México D. F: Trillas. Obtenido de <https://cutt.ly/wRgEIkU>
- Nerone, C.; Aliaga, K. (2019). *El Lado Azul: cianotipia y creación de imágenes*. (TURMA, Editor) Obtenido de <http://somosturma.com/taller/el-lado-azul/>
- Northrup, C. (2010). *Cuerpo de mujer, sabiduría de mujer*. Barcelona: Urano.
- R.A.E, R. A. (2020). *Diccionario de la lengua española*. Versión 23.4 en línea: 23.ª ed.
- Rámirez, C. (2019). *Escuela de Educación Menstrual Emancipadas*. Obtenido de <https://www.princesasmenstruales.com/formacion-en-educacion-menstrual/>
- Restrepo, A., Blazquez Graf, N. S., Bartra, E., Fernández Rius, L., Corres Ayala, P., Maffía, D. H., . . . Castañeda Salgado, M. P. (2010). *Investigación feminista: epistemología, metodología y representaciones sociales*. México D. F: Universidad Nacional Autónoma de México. Obtenido de <https://cutt.ly/QRkm51G>
- Rodrigáñez, C. B. (2010). *Pariremos con placer: Apuntes sobre la recuperación del útero*. Buenos Aires: Madreselva. Obtenido de <https://cutt.ly/0RQK6xQ>
- Romero, M. C. (2016). *El Libro Rojo de las Niñas*. Santa Cruz de Tenerife: Ob Stare.
- Salgado, N. B., & Castañeda, M. P. (2016). *Lecturas críticas en investigación feminista*. México D.F.: Red Mexicana de Ciencia, Tecnología y Género. Obtenido de <https://cutt.ly/jRgTAMg>
- Schroeder, K. (2020). Arroz con leche inclusivo. Obtenido de <https://cutt.ly/oRkjTmU>
- Subirats, M. (13 de junio de 2018). *Es necesaria una asignatura de Educación por la Igualdad*. BBVA, Aprendamos Junto. Obtenido de <https://cutt.ly/CRgQvZo>

Tijaro, I. (2020). *Nuestras reglas: De un proceso tedioso a un ciclo menstrual poderoso*. Bogotá, Colombia: Diana.

Toro, C. (1995). *Cosas de mujeres*. Medellín: Pluma de Águila. Obtenido de <https://acortar.link/j3usFw>

Trepat Casanovas, C. (2012). *El tesoro de Lilith*. Barcelona: Carla Trepat Casanovas.

UNICEF. (2013). *Superando el adultocentrismo*. Santiago de Chile. Obtenido de <https://acortar.link/Smvhhj>

Zehtabchi, Z., Berton, M., Taback, L., Schiff, G. (Productores), & Zehtabchi, Z. (Dirección). (2019). *Period. End of Sentence* [Película]. Estados Unidos.