



# «La salud menstrual es un estado completo de bienestar físico, mental y social»: búsquedas terapéuticas, mercado y procesos de subjetivación en los activismos menstruales argentinos

*“Menstrual Health is a complete state of physical, mental and social well-being”: therapeutic searches, market and subjectivation processes in Argentine Menstrual Activism*

NÚRIA CALAFELL SALA<sup>1</sup> (CONICET, Argentina)

Artículo recibido: 15 de septiembre de 2023  
Solicitud de revisión: 15 de noviembre de 2023  
Artículo aceptado: 16 de febrero de 2024

Calafell Sala, Núria (2024). «La salud menstrual es un estado completo de bienestar físico, mental y social»: búsquedas terapéuticas, mercado y procesos de subjetivación en los activismos menstruales argentinos. *Recerca. Revista de Pensament i Anàlisi*, 24(1), pp. 1-24. doi: <http://dx.doi.org/10.6035/recerca.7661>

## Resumen

Este artículo presenta un análisis crítico discursivo en torno al concepto de *salud menstrual* en una serie de textos publicados en formato de libro y en las redes sociales en los últimos cinco años (2019-2023) por distintas activistas y educadoras menstruales de Argentina. En un itinerario de lectura que va de lo singular a lo colectivo, identifico la configuración de una episteme experiencial que redefine el cuerpo menstruante como informacional y multidimensional, lo que habilita que, además de una dimensión fisiológica, se reivindique su rol en los distintos contextos social, político, cultural, ambiental y económico. Ubico estos ejemplos en el marco de la precarización neoliberal que instala la cultura *terapéutico-managerial* como imperativo moral, al mismo tiempo que interpela a ciertas subjetividades con privilegio relativo —mujeres blancas, urbanas, capacitadas y formadas— a disputar y tensionar sentidos.

Palabras clave: salud menstrual, activismo menstrual, cultura *terapéutico-managerial*, bienestar.

---

<sup>1</sup> [calafell.nur@gmail.com](mailto:calafell.nur@gmail.com)

## Abstract

This article presents a critical discursive analysis around the concept of *menstrual health* in a series of texts published in book format and in social networks in the last five years (2019-2023) by different activists and menstrual educators in Argentina. In a reading itinerary that goes from the singular to the collective, I identify the configuration of an experiential episteme that redefines the menstruating body as informational and multidimensional, which enables that, in addition to a physiological dimension, its role in different social, political, cultural, environmental and economic contexts is vindicated. I place these examples in the context of the neoliberal precariousness that installs the therapeutic-managerial culture as a moral imperative, while at the same time it challenges certain subjectivities with relative privilege —white, urban, trained and educated women— to dispute and strain meanings.

Key Words: menstrual health, menstrual activism, therapeutic-managerial culture, wellness.

## INTRODUCCIÓN

El presente artículo reflexiona en torno al concepto de *salud menstrual*, y la manera en que este se configura discursivamente en una serie de textos enmarcados dentro del activismo y la educación menstrual argentina. Su propuesta de trabajar sobre «[...] una nueva definición de salud menstrual [...] que comprenda su dimensión integral» (Ecofeminista, 2021) supone una invitación a revisar, desde perspectivas histórico-genealógicas y críticas, las modulaciones que operan en el campo de la salud, de manera general, y del activismo menstrual, de manera específica, y que se vinculan con la expansión y la pregnancia del feminismo como sentido común, así como con las torsiones que el neoliberalismo imprime sobre el mismo.

Como ya ha sido señalado por la teoría política y los estudios culturales feministas, desde los años noventa hasta la actualidad asistimos a la conformación y la reformulación de un contexto complejo en el que las sucesivas reactualizaciones y ampliaciones de las demandas feministas por la igualdad, la equidad y la justicia social se enfrentan al desarrollo del neoliberalismo como un modo de gobierno que no se limita a la política económica, sino que se despliega como un *ethos*, una racionalidad que continuamente reinterpreta los modos de hacer y de sentir, las formas de vida de la ciudadanía y, también, sus estrategias de resistencia (Gago, 2014).

Algunas de estas reinterpretaciones se dan de manera visible, y de hecho han sido profusamente revisadas en estudios sobre la mercantilización y la espec(tac)ularización de la vida y el cuerpo de las mujeres (Gill, 2007 y 2008;

Medina-Vicent, 2018b; Calafell Sala y Landa, 2022), así como del propio feminismo (McRobbie, 2004; Banet-Weiser, 2018), el cual ha seguido un proceso de mediatización tal que ha sido sustituido en las tramas discursivas contemporáneas por una retórica individualista, edulcorada y neutralizadora de sus potencialidades transformadoras (McRobbie, 2009, en Medina-Vicent, 2018a). Otras, en cambio, se dan de manera invisible, y tienen que ver sobre todo con la cooptación y la reconceptualización por parte de instituciones y de ciertas subjetividades individuales de algunos de los conceptos clave, para seguir perpetuando una estructura de desigualdad y violencia sin cuestionamientos (Medina-Vicent, Reverter-Bañón y Strazzeri, 2019).

A su vez, el exponencial crecimiento de las bases del feminismo a partir de su articulación con estallidos sociales como el *#NiUnaMenos*, el *#VivasNosQueremos* y la marea verde, en el caso argentino, o las campañas internacionales como el *#MeToo* o el *#HermanaYoSíTeCreo* son un indicativo claro de que vivimos tiempos de reactualización de sus demandas históricas (Reverter y Medina-Vicent, 2020; Banet-Weiser, Gill y Rottenberg, 2019). En relación con esto, resulta fundamental lo que muchas de estas expresiones han generado en el tejido social: visibilizar y, en algunos casos, poner en la agenda pública temas silenciados como el acoso callejero, la sistematización de una violencia feminizada o la politización de experiencias de colectivos históricamente ninguneados (trans, migrantes, discas o gordxs). En el caso de Argentina, por ejemplo, algunas de estas cuestiones han impactado directamente en la reformulación de prácticas instituidas, como sucedió con la ruptura del Encuentro Nacional de Mujeres, realizado en el país desde el año 1986, y hoy dividido entre el encuentro clásico y el renombrado Encuentro Plurinacional de Mujeres, Lesbianas, Trans, Travestis, Bisexuales, Intersexuales y No binaries desde el año 2019 por decisión de un amplio sector asistente.

En este escenario, y teniendo en cuenta la sofisticación con la que el paradigma neoliberal pone en juego las subjetividades y las formas de resistencia cotidianas, se hace necesario no dejar de preguntarse por las consecuencias que este momento expansivo tiene para el movimiento y los sujetos que lo encarnan. Tiene razón Laura Martínez-Jiménez cuando señala que estamos frente a una constante «[...] *repolitización* de las vindicaciones feministas en consonancia con los valores neoliberales» (2021: 376; el subrayado es de su autoría). El matiz que instala la huella del prefijo *re-* nos permite comprender las lógicas que favorecen el proceso de *hipsterización* —por seguir con sus palabras— del feminismo, y que no solo explican su emergencia en contextos que, en principio, le serían ajenos, como son las marcas de

ropa *low cost*, las pasarelas de alta costura, partidos políticos de tendencia conservadora o los *mass media*; sino también su papel en la configuración de ciertas identidades activistas contemporáneas. Tal y como nos recuerdan Sonia Reverter y María Medina-Vicent (2020: 7-8), hasta hace muy poco tiempo, saberse y nombrarse “feminista” era prácticamente un tabú, incluso para quienes ocupaban espacios de militancia o activismo como los que protagonizan esta investigación. No obstante, esto, hoy en día no es posible pensar el activismo menstrual en Argentina ni en otros lugares del mundo desvinculado de una cultura y una discursividad feminista plural en planteamientos y modos de acción, pues son las mismas subjetividades las que promueven estilos de vida, cosmologías y un repertorio político feminista diverso (Calafell Sala, 2021 y 2022; Felitti y Abdalá, 2022: 58; Gómez Nicolau y Marco Arocas, 2020; Guilló Arakistain, 2022: 8).

Atenta a todas estas cuestiones, en estas páginas me propongo analizar la conformación del significante *salud menstrual* en una serie de discursividades individuales y colectivas, deteniéndome, en un primer momento, en la coyuntura histórica y las dinámicas sociosubjetivas en las que se inscribe el proceso de ampliación del campo de acción de la salud, de manera general, y de la salud menstrual, de manera concreta, y que se insertan en un contexto cultural neoliberal del «estilo de vida saludable» como imperativo moral de clase. En un segundo momento, exploro y analizo algunos textos activistas que abogan por una transformación en la forma de pensar, de nombrar y de vivenciar la ciclicidad menstrual-ovulatoria. A tal fin, recupero el sentido que Banet-Weiser otorga al término *ambivalencia* como categoría analítica (Banet-Weiser, Gill y Rottenberg, 2019: 17) que no solo permite comprender la sutileza con la que el paradigma neoliberal se instala como *ethos* subjetivo y social, sino que nos invita a asumirnos epistemológicamente en la sospecha permanente. La hipótesis que guía esta investigación es que la resignificación y la ampliación del concepto de *salud menstrual* que se propone desde el activismo menstrual argentino se da en un contexto de hegemonía neoliberal que inevitablemente incide en la configuración subjetiva de las individualidades activistas. De formas que no están exentas de paradojas, podemos observar cómo muchas de ellas responden a la idea de un sujeto emprendedor y con voluntad de salud, al mismo tiempo que promueven prácticas críticas de resistencia al modelo hegemónico de normatividad menstrual desde un posicionamiento feminista (Guilló Arakistain, 2022 y 2023).

## 1. CONSIDERACIONES METODOLÓGICAS Y DEL CORPUS

Este artículo se fundamenta en una metodología cualitativa que combina, por una parte, los acercamientos etnográficos realizados desde el año 2018 hasta el momento de redacción de este trabajo (2023) en talleres, formaciones, charlas y acciones callejeras protagonizadas por activistas y educadoras menstruales argentinas y, por otra, las exploraciones por páginas y perfiles en distintos canales de comunicación (Instagram, Whatsapp, Telegram, etc.) a lo largo de estos cinco años. Asimismo, se ha considerado el conjunto de libros, fanzines y material de corte didáctico-pedagógico que la gran mayoría de ellas escribe, produce o revende. En todos los casos, se ha prestado especial atención a la circulación de ideas y conceptos en torno a la salud sexual y (no) reproductiva, pero también a los procesos de subjetivación feministas y terapéuticos.

Para el caso concreto de este trabajo, se ha llevado a cabo un análisis crítico discursivo de una serie de textos escritos de manera individual y colectiva. En el primer caso, se ha elegido un conjunto de libros escritos y autopublicados por dos de las activistas y educadoras menstruales de más recorrido en el campo y con una actividad constante en su labor pedagógico-divulgativa. Ya sea porque escriben y publican libros y fanzines (en formato papel y digital, como los que aquí se analizan), ya porque ofertan una buena cantidad de talleres, encuentros y formaciones, ambas se caracterizan por tener una presencia bastante habitual en redes sociales como Instagram y Telegram, en plataformas de acceso abierto como Spotify o YouTube y en el universo virtual de las páginas web y los blogs. Al ser instancias en las que comparten información personal y laboral de manera abierta y gratuita, estas últimas se han tenido en cuenta especialmente para trazar sus perfiles.

Una de las autoras es Anabela Musante, coordinadora de Útera, una «plataforma-comunidad», en palabras de su creadora, que cuenta con más de ochenta mil seguidores y seguidoras solo en Instagram. «Investigadora, terapeuta y activista menstrual y sexual», según cómo se describe en su web *Ciclicidad y sabiduría sexual*, Musante lleva unos siete años investigando y ofertando una variada cantidad de propuestas (talleres, cursos, *masterclass*, retiros, libros, etc.) relacionados con la menstruación, la sexualidad *creativa*, el goce y el placer (Musante, s.f.).

A su lado, Sofía Slobodjanac Parisí, quien comenzó en el año 2014 con el nombre de *Mujer Pulpo*, define su proyecto como un «emprendimiento-escuela» dedicado a la investigación independiente, la escritura divulgativa, la

formación de facilitadorxs y la educación sexual, menstrual, sintotérmica y ayurvédica (Slobodjanac Parísí, s.f.). En Instagram coordina las páginas @gineco.ecologia, que cuenta con once mil seguidores, y @sofiasloboparisi, que tiene casi cuarenta mil.

En el segundo caso, se han tenido en cuenta las publicaciones virtuales de la organización interdisciplinaria «creada y liderada por mujeres» Ecofeminita, en especial la titulada «Salud menstrual: definiciones hacia una idea integral de la salud», publicada en su página web el 10 de mayo de 2021. Desde el año 2017, a través de su campaña «MenstruAcción», han promovido acciones como la exención del IVA en los productos de gestión menstrual, su provisión gratuita en espacios comunitarios y la promoción de la investigación y socialización de datos vinculados a lo que denominan el *estigma de la menstruación*.

Junto a este colectivo, se han considerado las primeras publicaciones del año 2021 de la recientemente creada Amred (Activismos Menstruales en Red). Ese año, y a los fines de concretar diversos acercamientos a la política pública referidos a una gestión menstrual sostenible, se crea esta red que aglutina distintas iniciativas del territorio argentino, entre ellas la propia Ecofeminita, y que difunde su contenido solo a través de la red social Instagram. Como carta de presentación, publicaron una serie de placas que establecían los cinco ejes de trabajo para el activismo menstrual argentino, las cuales han sido tenidas en cuenta en esta investigación: la salud, el género, la economía, el ambiente y la educación.

Lo que se pretende es hacer un recorrido de lectura que vaya de lo singular a lo colectivo, observando las tensiones entre una cultura neoliberal que aboga por la profesionalización y la especialización de las individualidades, potenciando así el ideal de sujeto emprendedor —de sí mismo—, y una cultura feminista que insiste en las construcciones colectivas y colaborativas del saber, reivindicándolas como herramientas para la resistencia y como formas de socialización para el cambio (Diez Mintegui, 1993, en Guilló Arakistain, 2022: 12).

## **2. PRECARIADO, GIRO SALUDABLE Y NUEVAS FEMINEIDADES PREDILECTAS**

A grandes rasgos, podemos decir que lo que caracteriza este momento actual es el desarrollo de la precarización como regla general de vida y no como un efecto coyuntural (Medina-Vicent, 2018b). Ello no solo conlleva el aumento de la incertidumbre y del riesgo vital, sino la disminución en los derechos so-

ciales, cuya demanda es sustituida por los principios de la libre elección y la (auto)responsabilización subjetiva. Entendida como una técnica biopolítica que disciplina y controla a partes iguales, la precarización es lo que sostiene un sistema que (re)produce un complejo repertorio de malestares y sufrimientos en distintos sectores sociales (Del Monaco y Epele, 2020: 12), pero que delega en los sujetos la capacidad y la posibilidad de hacerse cargo de los mismos:

se idealiza la predisposición al cambio del individuo, pero no se tienen en cuenta las condiciones materiales sobre las que este cambio —sujeto en elecciones supuestamente libres y conscientes— se va a llevar a cabo, ni los costos emocionales y sociales que el fracaso tiene para estas personas (Medina-Vicent, 2018b: 16).

Las tecnologías de poder que procuraban insertar al individuo en los moldes de producción mecánica e industrializada de la etapa fordista focalizan ahora en los (finitos) recursos personales. La subjetividad, como categoría, se hace omnipresente en procesos de individualización y psicologización de las sociedades emergentes (Papalini, 2013: 9). Esto significa que el *yo* se vuelve garante de todo, tanto en lo que refiere al estilo de vida que elige como en lo que respecta a los modos de inteligibilidad de lo social, lo político y lo cultural. Esta «supremacía de la subjetividad», por decirlo en las palabras de Vanina Papalini (2013: 10), abona el terreno para la difusión y la consolidación de una cultura terapéutica que dispone de un sinfín de recursos —«discursos, saberes legos y expertos, prácticas y creencias científicas y religiosas que conciben el malestar subjetivo y la dolencia física como sufrimiento inaceptable o solo admisible en niveles muy bajos» (Papalini, 2014)— para la (re)adaptación constante del individuo a las exigencias propias de la era del precariado: la flexibilidad, la variabilidad y la autoexplotación.

En paralelo, se perpetúan enfoques patologizantes y biomedicalizantes para delimitar aquellos sujetos que cumplen con los órdenes de lo perfectible y lo deseable y, por ende, merecen ser visibles (sujetos proactivos, productivos y exitosos) de aquellos otros que, por el contrario, deben ser expulsados de toda narrativa, pues ponen en riesgo la base central sobre la que se construye el comportamiento humano en el capitalismo neoliberal: «Se patologiza el fracaso, convirtiéndolo en una especie de estigma social que va a condenar a todos aquellos que no estén dispuestos a autosacrificarse, a la invisibilidad social y el rechazo colectivo» (Medina-Vicent, 2020b: 42).

De esta manera, a través de ambos procesos, el de psicologización y el de medicalización, se personaliza el malestar, reduciéndolo a aspectos físicos y

biológicos, y se lo despoja de cualquier dimensión socioeconómica, política, cultural, de raza, de clase y de género (Del Monaco y Epele, 2020: 12). Efecto concomitante de esto será la conversión del sujeto y su cuerpo «en un proyecto asintótico de gestión continua, regulado por parámetros de eficiencia inestables y cambiantes» (Landa y Córdoba, 2020: 62). Si las condiciones de producción de la etapa fordista se han modificado, y el «nuevo espíritu del capitalismo» definido por Boltanski y Chiapello (2002) ya no es tanto el hacer como el ser, se entiende entonces que nos enfrentamos a un escenario en el que las modulaciones que operan en las formas tradicionales de disciplinamiento corporal se entrelazan con el despliegue de una serie de dispositivos orientados a configurar un sujeto con «voluntad de salud» (Rose, 2001, en Landa y Córdoba, 2020: 60), que del mismo modo que se siente con libertad para reclamarla, no duda en autorresponsabilizarse por los estilos de vida que elige en su anhelo de conseguirla.

## 2.1. El giro saludable

La salud, en este nuevo régimen, se sitúa en el centro de toda consideración, incluso de la propia vida, que pasa a comprenderse «como una realidad física, corporal, centrada en su subsistencia y permanencia, y considerando la salud como lo que es preciso atender para su óptimo mantenimiento» (Blázquez Rodríguez y Cornejo Valle, 2014b: 4232-4233). A través de los artefactos comunicacionales y de consumo, proliferan imágenes y narrativas que instalan una «forma de vida saludable» como nuevo imperativo moral (Landa y Córdoba, 2020: 63).

Para comprender esta predominancia, se hace necesario recordar el impacto que generó la configuración de la salud como derecho, algo que la promulgación de la OMS vino a consolidar a finales de los años cuarenta del siglo XX. Al afirmar que «La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de enfermedades», se produjo una ampliación del campo de acción de la salud, de una esfera reactiva —es decir, aquello que combate a la enfermedad, la dolencia o la patología— a una proactiva —recogiendo el principio subjetivo del *bienestar* como significante positivo (Blázquez Rodríguez y Cornejo Valle, 2014b: 4221). Al mismo tiempo, posibilitó un desplazamiento de los actores involucrados en su cuidado: de las instituciones biomédicas a la población activa, así como de las perspectivas de abordaje de la misma: de un higienismo dominante la primera mitad del siglo XX a un integralismo calificado de *biopsicosocial*.



El hecho de que esta definición no haya vuelto a ser revisada da buena cuenta de la pregnancia que ha tenido en las tramas socioculturales contemporáneas, donde incluso podemos leer cómo es recuperada y resignificada por movimientos como el activismo menstrual en expresiones como la que da título a este trabajo. Un breve recorrido por la genealogía de este último nos permite comprender el por qué: como heredero directo de las pedagogías sanitarias propuestas por el movimiento de la salud de las mujeres de la segunda mitad del siglo XX en el norte global (Calafell Sala, 2019, 2020, 2021 y 2022), el activismo menstrual retoma y amplía una retórica salubrista emergente en esos años marcados por el surgimiento de grandes movimientos sociales que reclamaban un mayor protagonismo de la ciudadanía en las políticas públicas frente al papel del Estado (Blázquez Rodríguez y Cornejo Valle, 2014b: 4221).

Uno de estos fue el feminismo en su corriente más radical, el cual dio un marco conceptual, epistémico y metodológico al activismo menstrual, al promover los *grupos de concientización* en los que las mujeres se reunían a hablar de sus experiencias vitales y reflexionaban en torno a las situaciones de desigualdad y opresión que las atravesaban. Bajo premisas de escucha atenta, horizontalidad, legitimación de saberes y cocreación de conocimiento, en estos espacios se aprendía que «lo personal es político», pues lo que le acontecía a una también le acontecía a las demás (Felitti, 2019: 154). Asimismo, se construía una noción del cuerpo como *superficie* sobre la cual se inscribían las experiencias subjetivas y se reivindicaba su carácter emancipador (Felitti, 2021: 155).

Si bien es cierto que en Argentina estos movimientos no tuvieron el mismo impacto que en otros países de habla hispana, como México o España (Tarzibachi, 2017; Calafell Sala, 2021), trazar una genealogía compartida se hace necesario para comprender, por ejemplo, la emergencia de los círculos de mujeres como forma de organización para muchas activistas y educadoras menstruales argentinas (Felitti y Abdalá, 2022). También para problematizar la articulación de los conceptos *salud* y *bienestar integral* con una moralidad ligada a cierta identidad de clase (Del Mónaco y Epele, 2020: 13). En el caso español, los estudios previos de Cornejo Valle y Blázquez Rodríguez (2013) y de Blázquez Rodríguez y Cornejo Valle (2014a y 2014b) evidencian que, en efecto, quienes participan de este tipo de propuestas suelen pertenecer a una clase media urbana, cisheterosexual, blanca, con un grado de formación elevado (universitario o terciario) y con un dominio bastante bueno de las nuevas tecnologías digitales.

En el caso argentino, podemos decir que se da un patrón subjetivo similar, lo que cobra sentido si consideramos que una de las principales consecuencias del despliegue del precariado como estado y no como coyuntura es que los modos de enfermarse y de encontrar respuestas varían entre los distintos sectores sociales: mientras que en los más marginalizados se da una frágil gestión del sufrimiento, entre las limitaciones de un sistema de salud público y las exigencias de cuidado de sí y del otro bajo condiciones de extrema precarización (Del Mónaco y Epele, 2020: 13), en la clase media se observa una tendencia creciente hacia la privatización y la individualización de la atención de la salud (Del Mónaco y Epele, 2020: 12), lo que redundará en el despliegue de complejas técnicas y saberes que no solo nutren y se nutren de un mercado terapéutico en constante expansión, sino que refuerzan una cultura *managerial* —donde todo puede ser mejorado porque se parte de la base de que hay algo que está mal— que coloniza y produce subjetividades para una ciudadanía libre, con voluntad de salud y con derechos para ejercerla (Landa, 2017).

## 2.2. Nuevas femineidades predilectas

En este escenario, la frase «sana una, sanamos todas» se repite en charlas, formaciones, talleres y marchas, adquiriendo lecturas muy dispares: por un lado, hay quienes entienden que verbaliza el proceso de politización de la salud al que activistas y educadoras menstruales se adhieren, al colectivizar una demanda histórica dentro del feminismo y los movimientos de la diversidad sexual y corporal (Felitti, 2019: 150). Pero, por el otro, y atendiendo a lo dicho hasta ahora, puede interpretarse también como una reducción un poco ingenua de la lucha por la igualdad, al defender y sostener la creencia de que los logros individuales automáticamente impactarán en la vida de todas las mujeres (Medina-Vicent, 2020a: 66). Todo esto sin olvidar que detrás de ese *todas* suele esconderse un modelo de sujeto único: el occidental, blanco, urbano, formado y capacitado, de apariencia diversa y contemporánea, pero fetichizado en una identidad femenina que es norma, aspiración y privilegio *relativo* (Martínez-Jiménez, 2021: 378).

De manera generalizada, se puede decir que el activismo menstrual en Argentina está mayoritariamente protagonizado por este modelo de mujer con un pequeño margen de maniobra para el ejercicio de la autonomía y para la búsqueda de justicia social y de equidad. De ahí que, además de asistir a las grandes marchas y paros feministas reivindicando sus narrativas como activistas menstruales, muchas de ellas realicen talleres sobre salud y educación

menstrual en cárceles, instituciones públicas de enseñanza o dispensarios de atención primaria. A su vez, su activa participación y presencia en redes sociales —acrecentada y asentada durante la pandemia— ha favorecido que algunas de estas activistas hayan empezado también un lento recorrido por la política pública y las instituciones gubernamentales, donde han sido convocadas a participar tanto de la formulación de proyectos de ley como de la creación de cursos de extensión universitaria. La línea ascendente que este camino está adquiriendo ha hecho que se aglutinen en torno a distintas redes (@redcirculadorxs, @amred.org, ambas con una fuerte presencia en la provincia de Buenos Aires), con el objetivo de disputar sentidos desde una colectividad, más allá de las singularidades que la conforman.

Por otro lado, y precisamente por ocupar este lugar de privilegio relativo, son quienes representan con más fuerza la posibilidad de ser interpeladas por la política cultural que propone el (pos)feminismo neoliberal a través de semánticas que aluden al emprendedurismo como salida laboral, a la autogestión de la salud, al deseo, al goce y al bienestar. Esta ambivalencia genera un tipo de subjetividad activista muy heterogénea, en la cual conviven prácticas y narrativas que, *a priori*, pueden parecer contradictorias, pero que resultan fundamentales para comprender cómo en su cotidiano estas mujeres resisten a o negocian con los discursos y los imaginarios que siguen construyendo un modelo idealizado del *ser mujer* y, además, ahora también, del *ser activista (feminista) menstrual*.

En esta línea, desde hace aproximadamente unos cinco años han comenzado a proliferar una serie de emprendimientos menstruales o *sostenibles*, como algunas de ellas los denominan, cuya principal característica es que ensamblan, de maneras muy diversas, la esfera económica de todo emprendimiento dedicado a la compra-venta de productos de gestión y difusión de la cultura menstrual, con el componente más bien social que aporta la sutura subjetiva en una posición activista. *Emprender*, entonces, no solo tendrá que ver con el intercambio económico (aunque este se considera fundamental para el reconocimiento y la valorización del tiempo invertido y, por ende, colabora con el proceso de mercantilización de todas las esferas de la vida), sino con la producción de su propia subjetividad activista y crítica. Por eso, no sorprende que Slobodjanac Parisí trace una línea de continuidad entre su proyecto laboral y su proyecto formativo, y hable de su «emprendimiento-escuela». Como nos recuerda María Medina-Vicent, «la lógica de mercado se ha convertido en la lógica de las relaciones sociales, haciendo que la cultura de empresa sea inculcada a la ciudadanía desde la educación hasta los medios de comunicación»

(Medina-Vicent, 2020b: 47), y de eso no quedan exentas estas activistas. No obstante, es interesante destacar que en este entrecruzamiento con la lógica neoliberal también se amplían algunos de los marcos que determinan este estilo de vida empresarial. Así, los emprendimientos menstruales pueden ser *sostenibles* porque articulan la crítica feminista a los modos patriarcales de vincularse con el dinero y el trabajo, con lo espiritual o místico, lo terapéutico, lo ambiental y lo cultural.

### 3. LA SALUD MENSTRUAL DESDE EL DISCURSO DEL BIENESTAR INTEGRAL

En el campo de la salud, la incorporación de esta forma de inteligibilidad empresarial, ha supuesto la emergencia y la expansión de un «nuevo saber (bio)médico» en el que circulan y se ensamblan tecnologías médicas y de otras *expertises* de la salud —popularizadas en el discurso social de manera simple y pragmática (Papalini, 2014)— con dispositivos terapéuticos y pedagógicos que son inmediatamente introyectados y accionados por los individuos, sin que sea necesaria la intervención de ninguna autoridad externa que coaccione su autonomía o libertad (Landa y Córdoba, 2020: 60).

Esto ha generado interesantes transformaciones en los modos de atender y entender la salud, en especial en lo que refiere a su economización, mejoramiento u optimización. También en los modos de posicionarse y *comportarse* de la ciudadanía ante la precarización progresiva de su existencia (Del Mónaco y Epele, 2020: 13). Como ya fuera adelantado, entre los sectores medios y urbanos de sociedades como la argentina se desarrollan complejas técnicas y saberes de (auto)vigilancia, (auto)control y (auto)cuidado de sí, favoreciendo el crecimiento de un mercado *terapéutico-managerial* en el que la oferta y la demanda de terapias y narrativas terapéuticas se nutre de una lógica gerencial exitista, cuyo objetivo es la subjetivación de la gestión de uno/a mismo/a a través del discurso y de distintas prácticas corporales.

Si bien es fundamental señalar que todas las narrativas aquí analizadas se inscriben en un recorrido de fuertes cuestionamientos a los dispositivos de control y regulación de la biomedicina tradicional, así como a los que promueven la industria farmacéutica y la publicidad al instalar una vivencia dolorosa y patologizante del ciclo menstrual (Bobel y Kissling, 2011; Tarzibachi, 2017), resulta llamativo que muchas de las propuestas que se dan en la

esfera individual dentro del marco general de los emprendimientos menstruales tienen un encuadre terapéutico, en muchos casos orientado a la autorresponsabilización, el autocuidado y la autogestión de la salud.

En relación, podemos ver que la bibliografía que circula se presenta como *guía* o *manual* para *acompañar* o *mejorar* —con *apoyos amorosos* o *respetuosos de una misma y del entorno*—<sup>2</sup> algunas de las prácticas que se impulsan. Títulos del estilo *Cómo mejorar tu ciclo menstrual. Tratamiento natural para mejorar las hormonas y la menstruación* o *Cómo mejorar tu salud hormonal. Una guía para tener hormonas sanas después de los 40*, ambos de la médica naturópata canadiense Lara Briden, o del tipo *Las 4 fases de la luna roja. Cómo sacar el mejor partido a cada fase de tu ciclo menstrual*, de la autora del no menos famoso *Luna Roja*, Miranda Gray, forman parte de una *biblioteca roja* en la que este tipo de textos conviven con recetarios, herbolarios, fanzines y guías autoeditadas por las propias activistas y educadoras en un lenguaje lo suficientemente claro y ameno para llegar al mayor público posible.

Algunos de ellos son, por ejemplo, los que ha publicado en formato papel o en formato electrónico Anabela Musante desde su propia editorial, Útera Ediciones, con títulos tan sugerentes como *Escritos para el cuidado propio: hacia la salud, el placer, la fuerza y la sabiduría de los ciclos* (2022) o *Guía introductoria para la gestión de la salud ovárica uterina* (s.f.). También los dos fanzines digitales de Sofia Slobodjanac Parisí sobre *Soberanía de la sexualidad. Un fanzine sobre salud y placer* (2021) o su último libro *Anatomía del placer. Salud integral, sexualidades y tantra* (2023).

A grandes rasgos, lo que comparten todos estos textos es una mirada lo suficientemente amplia de la salud como para no solo abarcar la dimensión corporal, mental y emocional, sino acompañar los complejos procesos de producción de una persona de bienestar (Sointu, 2006: 210), es decir, una persona que, a pesar de sus condiciones de existencia, es capaz de responder con flexibilidad y creatividad a situaciones desafiantes. Por eso, más allá de que sean narrativas que se mueven en un ambiente alternativo, alejadas en su gran mayoría de los grandes circuitos editoriales, y más allá también de que su tono procure generar resonancia con el público lector, dando espacio para las reflexiones de corte más bien social o político, corren el riesgo de reproducir el *ethos* prescriptivo y modulador propio de la cultura en la que están insertas.

---

<sup>2</sup> Se utilizan las cursivas para delimitar aquellos términos nativos que han ido apareciendo en el trabajo etnográfico.

El hecho de que todas ellas manifiesten una crítica activa frente a muchos de estos discursos, con afirmaciones del tipo

[l]a salud quizás no sea ese lugar idílico al cual tenemos que llegar, y la sanación de las heridas sexuales y uterinas (y de todas las heridas) merece ser llevada a cabo, no desde la exigencia ni desde el consumo voraz de todas las técnicas sanadoras que hoy encontramos en el ámbito espiritual, sino con amabilidad, compasión, paciencia, escucha y presencia (Musante, 2022: 115),

problematiza aún más, si cabe, todas estas cuestiones y reafirma la necesidad de hacer uso de la ambivalencia como categoría para acercarnos a las mismas.

Estas narrativas se distinguen por ensamblar críticas a la excesiva medicalización y patologización de la biomedicina sobre los procesos fisiológicos de los cuerpos feminizados desde la lectura integralista del concepto de *salud* como fundamento legitimador. Como consecuencia de ello, nos encontramos con textos que hibridan valores como la creatividad, la vitalidad o la sanación, con saberes legos de la medicina y de la psicología y las creencias propias de esta (nueva) espiritualidad —y, en menor medida, de la autoayuda— que ellas mismas ponen en duda en opiniones como la anterior.

### 3.1. De afuera hacia adentro: la episteme experiencial

Especialmente relevante es el lugar que ocupa el cuerpo en todas estas hibridaciones. Definido como un *faro*, una *guía* o un *mapa* que guarda saberes —ancestrales y contemporáneos—, estos textos van configurando una suerte de cuerpo palimpsesto (Asensi Pérez, 2008), esto es, un cuerpo que se sabe atravesado por prescripciones, significaciones, regulaciones e imposiciones socioculturales, pero al que se lee y reivindica en la materialidad de sus procesos fisiológicos. Desde este punto de vista, podemos entender la reescritura de la sangre menstrual como «signo de salud» (Musante, s.f.: 4), cuya presencia visual, olfativa y táctil se vuelve «indicadora» de una (buena) regulación física, hormonal, emocional y energética (Musante, 2021). Algo parecido nos encontramos también cuando leemos que «la ovulación es necesaria para la salud física, emocional y mental» (Slobodjanac Parisí, 2021: 5).

Menstruar y ovular se convierten, así, en metonimias de una posible cartografía del cuerpo menstruante, el cual es visto como un *entramado* de esferas interconectadas, donde, si una se *desequilibra* o *desregula*, afecta al buen funcio-

namiento del resto. Asimismo, ambos procesos adquieren una significación metafórica cognoscitiva y heurística (Maffía, 2016), pues se construyen como conceptos que habilitan un «transporte de sentido» (Kristeva, 2004), una transferencia de conocimiento entre lo que viene de *afuera* —argumentos biomédicos y publicitarios que alientan a la ocultación y a una no vivencia del ciclo menstrual-ovulatorio a partir de operaciones de adecuación a los regímenes de visibilidad que dominan los escenarios sociales (Tarzibachi, 2017)— y lo que viene de *adentro*, esto es, una experiencia personal que se reivindica en su potencial *vital* transformador.

El cuerpo, entonces, se resignifica en clave experiencial, mientras que la experiencia adquiere características epistémicas (Ramírez Morales, 2019a y 2019b). Si, como nos recuerdan Maribel Blázquez Rodríguez y Mónica Cornejo Valle,

el sujeto —en nuestro presente precarizado y precarizante— se convierte en alguien interesado y preocupado por su dimensión corporal, que se plantea en términos de salud, conforme a los términos adoptados y facilitados en gran medida por estos discursos salubristas y holísticos, y que lo ayudan a posicionarse, entender e intervenir en su forma de estar, pensar, sentir y actuar ante la vida según estos principios (Blázquez Rodríguez y Cornejo Valle, 2014b: 4233),

se entiende que este sea el eje articulador sobre el que se fundamentará toda una resignificación de la salud, de manera general, y de la salud menstrual-ovulatoria, de manera particular.

Así, en la *Guía introductoria para la gestión de la salud ovárica uterina* nos encontramos con reflexiones como la siguiente: «la salud es un poco todo eso: el cuerpo emocional, mental energético y las capas y capas de información sensible que lo atraviesan» (Musante, s.f.: 28); mientras que en *Escritos para el cuidado propio* leemos:

[e]n nuestros cuerpos y en los cuerpos de nuestras ancestras hay años y años de adoctrinamiento, de represión, de control. Desde los ámbitos educativos, médicos, culturales y sociales han ido condicionando nuestro saber, nuestra sexualidad, nuestra ciclicidad por miedo a todo el poder que saben, guardamos dentro (Musante, 2022: 16).

Ambas citas reproducen tres de los ejes sobre los que se erige esta episteme experiencial: por un lado, la configuración de un cuerpo informacional, flexible, adaptable y modulable, sobre el que es posible intervenir indefinidamente con la ayuda de los dispositivos de gestión que ellas ofre-

cen a través de largas listas de consejos sobre alimentación, herbolaria, actividad física «y otros apoyos» (Musante, 2019). Por otro lado, la importancia de estar en contacto permanente con él, reconociéndolo a través de prácticas constantes y diarias como las que nos propone el registro lunar o la autoexploración: «El aprendizaje y registro de todas esas variables [se refiere a “[...] reconocer cómo somos, qué partes tienen nuestros órganos sexuales, qué nos enciende, qué nos molesta”] es una manera de *crear salud*», se nos dice en *Anatomía del placer. Sexualidad integral, sexualidades y tantra* de Slobodjanac Parisí (2023: 87, la cursiva es de mi autoría). Y, por último, el distanciamiento respecto a esos discursos ajenos —educativos y biomédicos— que condicionan y «adiestran» (Slobodjanac Parisí, 2021: 3) el saber/poder interno de estos cuerpos.

Respecto a esta última cuestión, es importante señalar que no se trata de ir en contra, sino de disputar la omnipotencia de estos discursos a la hora de prescribir qué cuerpos son más habitables y, por ende, más vivibles y deseables. Por eso, lo que se observa de manera general en estos textos son referencias explícitas a un saber científico (de la endocrinología y de la psicología, por ejemplo) entremezcladas con saberes alternativos y de otras matrices culturales como pueden ser la medicina china (Musante) o el tantra (Slobodjanac Parisí).

Asimismo, cada vez es menos extraño encontrarnos con escritos que validan esas emociones o estados de ánimo que aluden a un malestar. Como resume Flor Carba en el prólogo al último libro de Anabela Musante: «Nos subjetivamos a partir de la herida de formas impensadas. Encontramos oro, ahí donde se suponía que había mierda» (Carba, 2021: 19), y eso se expresa en la visibilización y verbalización de «[...] los desbalances, los dolores e irregularidades» (Musante, 2021: 27), pero también en su lectura en clave de *información* o *manifestación*. Es decir, en clave positiva y significativa. Sin negar el carácter disruptivo que esta reivindicación del malestar puede llegar a tener en un contexto de normatividad menstrual patologizante y excluyente (Guilló Arakistain, 2022: 2), se hace necesario recordar que estamos inmersos/as en un escenario donde la pregnancia de un pensamiento positivo puede difuminar las fronteras entre el bienestar y el malestar, promoviendo una idea de salud siempre mejorable para ciertas corporalidades (blancas, urbanas, tonificadas y capaces) y fomentando un férreo control emocional de los individuos (Medina-Vicent, 2020b).



### 3.2. De adentro hacia afuera: la colectivización de las experiencias

En relación, la pregunta *¿cómo llevar al terreno de las luchas sociales lo que se expresa a nivel de lo personal?*, escuchada en talleres y formaciones, cobra especial relevancia, pues habilita la necesaria politización de algunas de estas cuestiones. Una posible respuesta es la que ofrecen organizaciones como Ecofeminista y Amred, al trabajar conjuntamente en una definición de la salud menstrual que no solo tenga en cuenta esta dimensión más corporal y experiencial, sino que la encuadre en un contexto social, político, cultural, ambiental y económico.

De acuerdo a esta mirada, la salud menstrual es, además de una vivencia y una responsabilidad propia y exclusiva de cada individualidad, una cuestión de salud pública y comunitaria. Por eso, su abordaje no puede quedar circunscripto al ámbito de lo personal, sino que debe involucrar a los distintos agentes sociales.

En primer lugar, los de la salud, para lo cual se denuncia la existencia de una «violencia ginecológica» que se manifestaría «[...] mediante prácticas, conductas, acciones y omisiones que el personal de salud ejerce directa e indirectamente en el ámbito público y privado, sobre los procesos sexuales de los cuerpos menstruantes» (@amred.arg, 12 de mayo del 2021). En esta línea, también se cuestiona la naturalización de la sintomatología o los desequilibrios y desregulaciones del ciclo, como pueden ser la endometriosis o los fuertes dolores pélvicos, sumándose a un recorrido de debates en torno a la falta de interés por parte de la biomedicina por investigar y abordar aquellos procesos fisiológicos que atañen a los cuerpos femeninos o feminizados (Valls Llobet, 2020). No se trata tanto de visibilizarlos y nombrarlos, como hemos visto en el apartado anterior, sino de llamar la atención sobre el vacío de información y acompañamiento que enfrentan las subjetividades menstruantes ante este tipo de situaciones.

En segundo lugar, y en relación a este último punto, a «los organismos de investigación» se les exige «que determinen si los productos de gestión menstrual contienen tóxicos que representan riesgos para la salud» (@amred.arg, 12 de mayo del 2021). De esta manera, se va interconectando la salud menstrual con la salud ambiental, y a esta con la diversidad de condiciones de existencia dentro de un marco político-cultural marcado por el precariado. Como nos recuerdan desde Ecofeminista (2021), para alcanzar una buena salud menstrual es necesario que quienes menstrúen puedan acceder, como mínimo, «a méto-

dos de gestión menstrual asequibles, así como a instalaciones y servicios, incluyendo agua potable, que sean aptos para el lavado del cuerpo y las manos, cambiar el producto de gestión menstrual y desecharlo o lavarlo». Teniendo en cuenta que esta es una de las primeras organizaciones sociales en luchar por la exención del IVA en productos de gestión menstrual, así como en procurar que todos estos —descartables y no descartables— formen parte de la canasta de Precios Cuidados (Ministerio de Economía, Jefatura de Gabinete de ministros, 2021), podemos dimensionar mejor estas demandas y ubicarlas en un contexto mucho más amplio de disputas feministas por más igualdad y equidad.

## CONCLUSIONES

En este artículo me propuse reflexionar en torno al concepto de *salud menstrual* y la manera en que este se configura discursivamente en una serie de textos enmarcados en el activismo y la educación menstrual argentina. Mi hipótesis fue que la resignificación y la ampliación del concepto se da en un contexto complejo en el que la pregnancia de la cultura neoliberal impacta en las estrategias de resistencia activistas y feministas. Si, por un lado, potencia figuraciones ligadas a un sujeto emprendedor con voluntad de salud, por el otro favorece posicionamientos críticos respecto a ciertas cuestiones enquistadas como pueden ser la vivencia patologizante y sobremedicalizada de la ciclicidad menstrual-ovulatoria.

En los textos analizados a modo representativo se pudo reconocer, en un contexto de activismo y educación menstrual individual, la configuración de una episteme experiencial que cartografía el cuerpo menstruante desde una perspectiva multidimensional e informacional muy propia de las culturas terapéuticas dominantes (Calafell Sala y Landa, 2022). Entendido como una superficie sobre la cual se inscriben prescripciones, significaciones, regulaciones e imposiciones socioculturales, se reivindica el componente fisiológico como una línea de fuga para disputar la omnipotencia del saber/poder biomédico y, al mismo tiempo, validar ciertas emociones fuertemente generizadas. Esto produce una compleja hibridación entre saberes de corte más bien científico (con referencias explícitas al campo de la endocrinología o de la psicología) y saberes propios de otras matrices culturales como pueden ser la medicina china o el tantra. También posibilita que, al mismo tiempo que se visibiliza un universo emocional y psíquico generalmente infravalorado o ninguneado por este mismo saber/poder biomédico y

por la sociedad en general, se lo resignifique en clave positiva como una *manifestación* y una *oportunidad*. En esta línea, resulta clave el uso ampliado del concepto de *salud* como *bienestar integral* tanto para despatologizar y desmedicalizar el ciclo menstrual-ovulatorio como para reproducir lógicas de autovigilancia y autorregulación.

Por otro lado, en la voluntad de colectivizar muchas de estas cuestiones se pudo advertir una demanda concreta por interpretar la salud menstrual como cuestión de salud pública. Se denuncia, así, la existencia de una *violencia ginecológica* que degrada y humilla a las usuarias de la salud (pública y privada) y se hace hincapié en la falta de interés en desarrollar investigaciones sólidas en torno a los productos de gestión menstrual descartables o aquellas dolencias históricamente normalizadas como la endometriosis. El hecho de que tanto Ecofeminista como la Amred hayan llegado a debatir en el Senado de la Nación (@amred.org, 21 y 25 de julio del 2022) augura una ampliación interesante de la agenda pública.

## BIBLIOGRAFÍA

- @amred.org (12 de mayo de 2021). La salud menstrual es una deuda del sistema médico hegemónico: ¿Por qué? [Instagram]. Recuperado de: [https://www.instagram.com/p/COyYg24tO5h/?img\\_index=1](https://www.instagram.com/p/COyYg24tO5h/?img_index=1) [Consultado el 18 de julio de 2023].
- @amred.org (21 y 25 de julio de 2022). Somos la Red Federal de Activismos Menstruales de Argentina [Instagram]. Recuperado de: <https://www.instagram.com/p/CgSP7Iwjak2/> y de <https://www.instagram.com/p/CgcoqLojQk1/> [Consultado el 18 de julio de 2023].
- Asensi Pérez, Manuel (2008). El poder del cuerpo o el sabotaje de lo construido. En Torras, Meri y Acevedo, Noemí (eds.). *Encarna(c)iones. Teorías de los cuerpos* (15-30). Barcelona: UOC.
- Banet-Weiser, Sarah (2018). *Empowered: Popular Feminism and Popular Misogyny*. Durham: Duke University Press.
- Banet-Weiser, Sara, Gill, Rosalind y Rottenberg, Catherine (2019). Post-feminism, popular feminism and neoliberal feminism? *Feminist Theory*, 0(0), 1-22. doi: 10.1177/1464700119842555.

- Blázquez Rodríguez, Maribel y Cornejo Valle, Mónica (2014a). Empoderamiento de género en las medicinas alternativas y complementarias (MAC) de influencia *new age*: ¿es el holismo feminista? En Cairo Carou, Heriberto y Finkel Morgernsten, Lucila (coords.). *Crisis y cambio: propuestas desde la Sociología. Actas del XI Congreso Español de Sociología (1377-1385)*. España: Universidad Complutense de Madrid.
- Blázquez Rodríguez, Maribel y Cornejo Valle, Mónica (2014b). ¿Nuevas perspectivas con respecto al riesgo? La promoción de la salud y el bienestar desde la salud holística. En Zafra Aparici, Eva y Larrea Killinger, Cristina (eds.). *Las fronteras del cuerpo: salud y riesgo. Actas del XIII Congreso de Antropología de la Federación de Asociaciones de Antropología del Estado Español: Periferias, Fronteras y Diálogos (4218-4238)*. Tarragona: Universitat Rovira y Virgili.
- Bobel, Chris y Kissling, Elizabeth Arveda (2011). Menstruation matters: introduction of representations of the menstrual cycle. *Women's Studies*, 40, 121-126.
- Boltanski, Luc y Chiapello, Éve (2002). *El nuevo espíritu del capitalismo*. Madrid: Akal.
- Briden, Laura (2020). *Cómo mejorar tu ciclo menstrual. Tratamiento natural para mejorar las hormonas y la menstruación*. Buenos Aires: Ginecosofía.
- Briden, Laura (2022). *Cómo mejorar tu salud hormonal. Una guía para tener hormonas sanas después de los 40*. Buenos Aires: Ginecosofía.
- Calafell Sala, Núria (2019). La ginecología natural en América Latina: Un movimiento sociocultural del presente. *Sexualidad, salud y sociedad*, 33, 59-78. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/1984-6487.sess.2019.33.04.a>
- Calafell Sala, Núria (2020). Menstruación decolonial: la ginecología natural en Abya Yala. *Revista Estudios Feministas*, 28 (1), 1-13. doi: [10.1590/1806-9584-2020v28n157907](https://doi.org/10.1590/1806-9584-2020v28n157907).
- Calafell Sala, Núria (2021). La Educación Menstrual como proyecto feminista de investigación/acción. *Revista Pedagógica*, 23, 1-22.

- Calafell Sala, Núria (2022). Los cuerpos (visibles) en prácticas de Educación Menstrual. *Revista de Educación*, 25(2), 53-75.
- Calafell Sala, Núria y Landa, María Inés (2022). Las semánticas diferenciales de la sexualidad holística en narrativas pedagógico-divulgativas de la Educación Menstrual Integral. *Revista del Laboratorio Iberoamericano para el Estudio Sociohistórico de las Sexualidades*, 8, 36-55. doi: <https://doi.org/10.46661/relies.6849>.
- Carba, Flor (2021). Prólogo. En Musante, Anabela. *Algo que nos devuelve el fuego o cómo desterrar la crueldad de nuestros cuerpos* (15-21). CABA: Útera.
- Cornejo Valle, Mónica y Blázquez Rodríguez, Maribel (2013). La convergencia de salud y espiritualidad en la sociedad postsecular. Las terapias alternativas y la constitución del ambiente holístico. *Revista de Antropología Experimental*, 13, 11-30.
- Del Mónaco, Romina y Epele María E. (2020). Introducción. En Del Mónaco, Romina y Epele María E. (comps.). *Tecnologías y técnicas en investigaciones socioantropológicas de la salud* (9-23). CABA: Estudios Sociológicos Editora.
- Ecofeminita (2021). Salud menstrual: definiciones hacia una idea integral de la salud Recuperado de: <https://ecofeminita.com/salud-menstrual-definiciones-hacia-una-idea-integral-de-la-salud/?v=5b61a1b298a0> [Consultado el 18 de julio de 2023].
- Felitti, Karina (2019). Brujas de la Nueva Era. La salud de las mujeres en calve espiritual y feminista. En Fundación Soberanía Sanitaria (ed.). *Salud feminista. Soberanía de los cuerpos, poder y organización* (147-160). Argentina: Tinta Limón.
- Felitti, Karina (2021). «Unidas en un gran conjuro»: espiritualidad y feminismos en la Argentina contemporánea. En Bárcenas Barajas, Karina y Delgado-Molina, Cecilia (comps.). *Religión, género y sexualidad: entre movimientos e instituciones* (141-171). México: Universidad Nacional Autónoma de México, Instituto de Investigaciones Sociales.

- Felitti, Karina y Abdalá, Leila (2022). Salud sexual y reproductiva en círculos de espiritualidad femenina (Argentina, 2014-2021). *Revista Cultura y Religión*, XVI(2), 56-82.
- Gago Verónica (2014). *La razón neoliberal. Economías barrocas y pragmática popular*. Buenos Aires: Tinta Limón.
- Gill, Rosalind (2007). *Gender and the media*. Great Britain: Polity.
- Gill, Rosalind (2008). Empowerment/Sexism: Figuring Female Sexual Agency in Contemporary Advertising. *Feminism & Psychology*, 18(1), 35-60. doi: 10.1177/0959353507084950.
- Gómez Nicolau, Emma y Marco Arocas, Elisabet (2020). Desafiando las reglas: articulaciones políticas del activismo menstrual. *Revista Española de Sociología*, 29 (3-sup 1), 155-170. doi: <https://doi.org/10.22325/fes/res.2020.62>.
- Gray, Miranda (s.f.). *Luna Roja*. Córdoba: Flor de Luna editorial para nosotres.
- Gray, Miranda (2014). *Las 4 fases de la Luna Roja. Cómo sacar el mejor partido de cada fase de tu ciclo menstrual*. CABA: Grupal/Gaia.
- Guilló Arakistain, Miren (2022). Transformaciones y retos epistemológicos, políticos y sociales en las culturas alternativas menstruales. *Recerca. Revista de pensament i anàlisi*, 27(1), 1-24. doi: <http://dx.doi.org/10.6035/recerca.5762>.
- Guilló Arakistain, Miren (2023). *Sangre y resistencia. Políticas y culturas alternativas de la menstruación*. Manresa: Bellaterra.
- Kristeva, Julia (2004). *Poderes de la perversión. Ensayo sobre Louis Ferdinand Céline*. México D.F./Buenos Aires: Siglo XXI.
- Landa, María Inés (2017). Emprendedores/emprendedoras: la vida activa y saludable en clave de género. En Castro, Ana Lucia de y Landa, María Inés (eds.). *Corpos, poderes e processos de subjetivação: discursos e práticas na cultura contemporânea* (11-33). São Paulo: Cultura Acadêmica Editora.
- Landa, María Inés y Córdoba, Marcelo (2020). Cuerpos moldeables y vidas modulables: la invención del estado holísticamente saludable como bienestar (integral). *Arxius. Arxius de Ciències Socials*, 42, 59-74.

- Maffía, Diana (2016). Contra las dicotomías: feminismo y epistemología crítica. En Korol Claudia (comp.). *Feminismos populares. Pedagogías y políticas* (139-157). CABA: El Colectivo/Chirimbote/América Libre.
- Martínez-Jiménez, Laura (2021). Postfeminismo neoliberal: una propuesta de (re)conceptualización desde los estudios culturales feministas. *Investigaciones Feministas*, 12(2), 371-181. doi: <https://dx.doi.org/10.5209/infe.73049>
- McRobbie, Angela (2004). Post-Feminism and Popular Culture. *Feminist Media Studies*, 4(3), 255-264. doi: 10.1080/1468077042000309937.
- Medina-Vicent, María (2018a). Feminisme neoliberal: ¿un oxímoron? *Quaderns de Filosofia*, 2, 75-101.
- Medina-Vicent, María (2018b). Cuerpos y mercado en la era de la precariedad. *Asparkia*, 33, 13-26. doi: <http://dx.doi.org/10.6035/Asparkia.2018.33.1>
- Medina-Vicent, María (2020a). *Mujeres y discursos gerenciales. Hacia la autogestión feminista*. Granada: Comares.
- Medina-Vicent, María (2020b). La difusión del lenguaje terapéutico a través de la literatura gerencial y de autoayuda. *Agora*, 39(2), 33-58. doi: <http://dx.doi.org/10.15304/ag.39.2.5910>.
- Medina-Vicent, María, Reverter-Bañón, Sonia y Strazzeri, Irene (2019). Feminismos en torsión. *Recerca. Revista de pensament i anàlisi*, 24(2), 1-14. doi: <http://dx.doi.org/10.6035/Recerca.2019.24.2.1>
- Ministerio de Economía. Jefatura de Gabinete de ministros (2021). *Justicia menstrual. Igualdad de género y gestión menstrual sostenible*. Recuperado de: [https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/justicia\\_menstrual\\_version\\_digital.pdf](https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/justicia_menstrual_version_digital.pdf)
- Musante, Anabela (s.f.). *Guía introductoria para la gestión de la salud ovárica uterina*. CABA: Útera.
- Musante, Anabela (s.f.). Quién soy. Recuperado de: <https://utera.com.ar/bio/> [Consultado el 5 de febrero de 2024].
- Musante, Anabela (2019). *Curanderas/curanderxs*. CABA: Útera.
- Musante, Anabela (2021). *Algo que nos devuelva el fuego o cómo desterrar la crueldad de nuestros cuerpos*. CABA: Útera.

- Musante, Anabela (2022). *Escritos para el cuidado propio: hacia la salud, el placer, la fuerza y la sabiduría de los ciclos*. CABA: Útera y Avati.
- Papalini, Vanina (2013). Tecnologías del yo: entre la gubernamentalidad y la autonomía. En Rodríguez Freire, Raúl (ed.). *El gobierno del presente. Materiales críticos*. Chile: Instituto de Literatura y Ciencias del Lenguaje (1-18). Valparaíso: Pontificia Universidad Católica de Valparaíso.
- Papalini, Vanina (2014). Culturas terapéuticas: de la uniformidad a la diversidad. *Methaodos. revista de ciencias sociales*, 2(2), 212-226.
- Ramírez Morales, María del Rosario (2019a). Ciberactivismo menstrual: feminismo en las redes sociales. *Pakaat. Revista de Tecnología y Sociedad*, 17, 1-17.
- Ramírez Morales, María del Rosario (2019b). Espiritualidades femeninas: el caso de los círculos de mujeres. *Encartes*, 3, 144-162.
- Reverter, Sonia y Medina-Vicent, María (2020). *El feminismo en 35 hashtags*. Madrid: Catarata.
- Slobodjanac Parisí, Sofía (s.f.). Sofía + Colab. Recuperado de: <https://sofiasloboparisi.com/sofiacolab/> [Consultado el 5 de febrero de 2024].
- Slobodjanac Parisí Sofía (2021). *Soberanía de la sexualidad (1 y 2). Un fanzine sobre salud y placer*. Fanzine.
- Slobodjanac Parisí, Sofía (2023). *Anatomía del placer. Salud integral, sexualidades y tantra*. Córdoba: Flor de Luna ediciones para nosotres.
- Sointu, Eeva (2006). Healing Bodies, Feeling Bodies: Embodiment and Alternative and Complementary Health Practices. *Social Theory & Health*, 4, 203-220.
- Tarziabachi, Eugenia (2017). *Cosa de mujeres, Menstruación, género y poder*. Buenos Aires: Sudamericana.
- Valls Llobet, Carme (2020). *Las mujeres invisibles para la medicina. Desvelando nuestra salud*. Madrid: Capitan Swing.