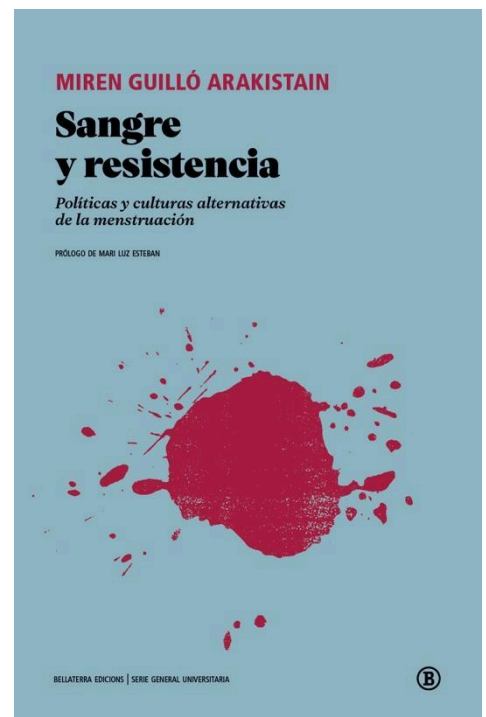




RESENHA

**Políticas e culturas alternativas da menstruação: resistências contra-hegemônicas a partir dos corpos que sangram**

Marina Dutra Soncini, *Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)*  
Miriam Pillar Grossi, *Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)*



O livro *Sangre y Resistencia* se centra no estudo das relações entre as políticas da menstruação e as configurações corporais e de gênero. A autora Miren Guilló Arakistain é antropóloga e professora do departamento de Filosofia dos Valores e Antropologia Social da Universidad del País Vasco UPV/EHU. Fruto da pesquisa doutoral da autora, cuja tese está originalmente escrita em euskera<sup>1</sup>, o trabalho foca, através dos itinerários corporais dos participantes<sup>2</sup>, em como alguns coletivos e pessoas desafiam as culturas hegemônicas e propõem novas concepções para o ciclo menstrual.

O livro está dividido em sete capítulos, mais introdução e epílogo, tem prólogo escrito pela autora Mari Luz Esteban e foi publicado pela editora Bellaterra no ano de 2023. Os dois primeiros capítulos são dedicados às aproximações teóricas feitas pela autora e à metodologia empregada na pesquisa. Estes são seguidos de cinco capítulos de análise da pesquisa de campo, realizada através de uma etnografia, divididos pelas dimensões de análise: iniciativas e tecnologias feministas; práticas feministas de saúde; menstruação, identidade de gênero e dimorfismo sexual; performatividade do asco como estratégia feminista; prazer e conhecimentos coletivos para a transformação social.

Explorando as experiências dos corpos que vão aparecendo ao longo dos capítulos, Miren Guilló Arakistain constrói o que são, para ela, as políticas e culturas alternativas da menstruação. Com bases teóricas na antropologia da saúde e na antropologia feminista, e também utilizando as aproximações biomédicas e sociais sobre o ciclo menstrual, o trabalho se desenrola evidenciando práticas, percepções e conceitos contra hegemônicos nas trajetórias menstruais compartilhadas.

Entretanto, antes de adentrar propriamente nas narrativas corporais trazidas pela autora, cabe ressaltar alguns conceitos e metodologias utilizados e propostos por ela para a construção e compreensão do livro, principalmente desde uma perspectiva feminista crítica.

Miren Guilló segue a proposta analítica conceituada por Nancy Scheper-Hughes e Margaret M. Lock (1987) das três dimensões do corpo: o corpo individual, o corpo social e o corpo político. A partir da

<sup>1</sup> Idioma falado no País Basco (comunidade autônoma do Estado Espanhol).

<sup>2</sup> A linguagem não binária é utilizada nesse texto para incluir todas as identidades de gênero do coletivo estudado, subvertendo o masculino genérico.

ideia de que o “corpo menstrual” (tanto aquele que menstrua como aquele que não menstrua) como um corpo político, a autora cria o conceito de “corpo político menstrual”. Para isto segue a proposta conceitual de Mari Luz Esteban (2004), da relação entre o corpo individual e o corpo social da menstruação: uma representação coletiva que permite uma visão analítica das relações de poder, e também das resistências e transgressões desses corpos. Para Miren Guilló Arakistain, o “corpo político menstrual” é produto das políticas que tratam de contestar a hegemonia da menstruação.

Essas políticas contra-hegemônicas, por sua vez, são denominadas nesse estudo como “políticas menstruais”, constituídas pelas práticas e pelas ideologias que se relacionam com o controle dos corpos e da saúde, ou que se conformam como processos de resistência individuais ou coletivos. Em resumo, a autora conceitualiza as “políticas menstruais” como os processos de significação e administração tanto do ciclo como da saúde sexual e reprodutiva, que são desenvolvidos tanto por instituições, como por pessoas e coletivos.

Partindo das “políticas menstruais” e do “corpo político menstrual”, a autora chega na proposta das “políticas e culturas alternativas da menstruação”, que é o último conceito a ser explicado e também o que dá título ao livro. Ela o define como algo mais amplo e dinâmico, que abarca iniciativas que não podem ser assumidas de forma rígida. Essas iniciativas seriam compostas por valores e práticas - principalmente coletivas, ainda que também individuais - que aparecem em contraposição à visão hegemônica da menstruação, tratada aqui principalmente como a visão biomédica.

Através desses conceitos, a linha que Miren Guilló Arakistain traça é a do corpo que percebe, sente e representa as relações de poder e as transgressões, gera significado através dessas representações e, como consequência, produz ações para se contrapor ao controle dos corpos imposto pelo estigma biomédico e social da menstruação. Adentrar o “corpo político menstrual” acaba sendo uma estratégia metodológica para a investigação de um corpo ativista que é também um corpo político feminista na sua agência e na sua materialidade.

Para avaliar as políticas e culturas alternativas da menstruação, a autora utiliza a metodologia etnográfica feminista, com bases na antropologia corporal, teoria social do corpo e das emoções, a teoria dos afetos, os estudos da ciência, tecnologia e gênero e os estudos pós coloniais e decoloniais como um mapa de estratégias e recursos teóricos. Realiza o que chama de uma etnografia corporal, através de entrevistas

em profundidade, que se constituíram em itinerários corporais. Complementa o estudo momentos de observação participante em projetos e encontros ligados ao ciclo menstrual no território espanhol.

A partir das experiências e transformações corporais das pessoas entrevistadas, reforça a análise das políticas e culturas alternativas como centrais na construção corporal das resistências e ressignificações às representações sociais estigmatizantes da menstruação. Quase todos os itinerários começam no relato da menarca, em geral percebida como negativa, que marca, ainda que silenciosamente, o ponto inicial da vida do corpo menstruante.

Falta de informação, medo, vergonha, entre outros significados são atribuídos à primeira menstruação pelos participantes do estudo. Nesse sentido, o caminho das políticas e culturas alternativas segue em ressignificar algo que era negativo em algo positivo. E é inegável que esse caráter e esse princípio aparecem em muitos itinerários, mas a autora tenta contemplar, em suas contribuições a partir do que foi relatado, nuances e críticas que surgem a partir do que parece ser uma grande mistura das dimensões que compõem essas políticas.

Começando pelas tecnologias e dispositivos para a coleta do sangue menstrual, que figura o primeiro capítulo da análise, estes parecem ser uma porta de entrada para o processo de repensar o ciclo e a menstruação, muito relacionados com o movimento feminista. O coletor menstrual, referido por muitas, foi talvez o dispositivo que mais ganhou notoriedade e mais foi popularizado como uma alternativa aos absorventes tradicionais. A investigação de Miren Guilló Arakistain aponta que tanto esse como outros dispositivos tiveram papel central não só na vivência do ciclo, mas na perspectiva geral do que seria a menstruação e o menstruar. O coletor menstrual, que é referido como comercializado inicialmente quase que de forma exclusiva por coletivos feministas, trazia consigo uma crítica ao modelo higienista reprodutor de tabus sobre a menstruação, mostrando que romper com o estigma poderia ser possível.

Muites des participantes, após conhecerem outras tecnologias para além do absorvente comercial, começaram a construir e a implementar oficinas, rodas de conversas, fanzines, entre outros espaços, desde diferentes âmbitos políticos e ideológicos. Fabricação de absorventes reutilizáveis, de esponjas, oficinas de sangramento livre, autoconhecimento do ciclo e etc., que ajudam a construir o que seria o

corpo social da menstruação. A autora afirma que nas últimas décadas houve um grande aumento desse movimento questionador e propositor de novas culturas menstruais no território espanhol - e que estes podem também ser chamados de contraculturas menstruais.

Entretanto, a diversidade de propostas e iniciativas parece também representar uma diversidade de posições políticas defendidas nesses espaços, como lembra a autora quando aponta que o coletor menstrual -antes fator de mobilização social- agora se via apropriado pelo mercado e perdendo seu objetivo político inicial. O uso pela praticidade e não pela ideologia, a facilidade de acesso para alguns e a dificuldade para outros por questões financeiras são algumas das questões que envolvem os discursos e práticas menstruais feministas com o próprio mercado neoliberal, e que é trazido no livro como um lembrete questionador. Miren Guilló Arakistain comenta que se faz difícil medir acertos e erros ou perdas e ganhos desse processo, principalmente porque cada contexto cultural e social é específico. Esses matizes são o que a autora localiza como as expressões da reconfiguração do corpo menstrual, que parece estar muito presente nos dias de hoje, principalmente considerando uma apropriação das pautas e práticas feministas pelo capitalismo neoliberal.

Na sequência, a autora apresenta uma análise sobre saúde, já que uma das grandes dimensões que parecem ter guiado os itinerários corporais relacionados à menstruação foi a relação menstruação-saúde, numa visão holística comum nos relatos e trechos presentes no livro. Após experiências de menarca consideradas ruins justamente pela falta de informação disponível, muitas começaram a questionar e a culpar, de alguma maneira, também o modelo biomédico.

Ainda que essa posição pareça muito marcada em grande parte dos itinerários, de recusa ao modelo médico tradicional e a busca por um caminho mais “holístico”, a autora salienta uma contraposição entre um discurso feminista que volta a atenção ao corpo e a desmistificação de processos fisiológicos como a menstruação, e a narrativa neoliberal da felicidade compulsória e da veneração ao corpo.

Miren Guilló Arakistain comenta que tanto as narrativas biomédicas, como as feministas e as do mercado capitalista influenciam em como as pessoas veem e se relacionam com a saúde, assim como nos projetos que elas criam para uma saúde dita disruptiva. Essa perspectiva torna difícil a compreensão e análise de se essas propostas podem ser consideradas ferramentas e tecnologias feministas ou não nos seus fins, considerando que, ao que parece, nenhuma prática está isenta da influência de outros discursos. A preocupação aqui está ao pensar uma

narrativa que se espalha com princípios aparentemente feministas e contra hegemônicos, mas que está também a serviço de uma cultura neoliberal do corpo, e que pode reforçar ou mesmo criar novos estereótipos, como por exemplo o de uma menstruação bonita, correta e libertária.

A menstruação não acontece em todos os corpos com útero, e isso pode se dar por diversos fatores como abordado no capítulo do livro destinado ao dimorfismo de gênero influenciado pela menstruação. Ao mostrar os itinerários corporais de uma mulher cis que nunca menstruou e de um homem trans que menstruava, o texto demonstra a ideologia da normatividade menstrual, que na visão da autora é muito vinculada ao modelo biomédico, e que dificulta a vivência da corporalidade.

É colocado em evidência, através dos itinerários presentes, o quanto é esperado que um corpo lido como feminino menstrue, e neste sentido, a menarca pode ser um fator imponente de incômodo, quando o menstruar revela o dimorfismo em relação a um corpo que não se identifica como feminino pois o esperado do corpo com útero entra em conflito com o que é considerado ser homem e ser mulher na sociedade. Somando a isso, outros discursos que reforçam a dicotomia homem-mulher, como a religião católica cristã, também são fortes pontos de marcação da diferença biológica que transpassam para o social. A diferença biológica se transforma em justificativa da diferença social, como bem define a autora, que defende que os hormônios são utilizados como dispositivos biopolíticos de poder, e que tudo fora da norma é considerado patológico. Es próprias participantes da pesquisa questionam o quanto a própria visão feminista não é essencialista nesse quesito. No relato de Unai, homem trans, se evidencia o quanto a distorção corporal em relação a menstruação vem pelo social, quando comenta que não seria um problema para ele menstruar sendo homem, mas que a sociedade dificulta. Obviamente essa experiência, também, não pode ser universalizada, porque as intersecções de raça e classe, por exemplo, vão acrescentar outros pontos a serem considerados e significados dentro das experiências menstruais de homens, mulheres e pessoas não binárias. O livro não apresenta um perfil de participantes para além da identidade de gênero, mas deve-se levar em conta que todes as entrevistas e a etnografia foram feitas na Europa, em território espanhol, realidade muito diferente da latinoamericana e brasileira. A análise é extremamente útil para pensar construções através das

vivências corporais relacionadas à menstruação, mas não podem ser traduzidas na sua literalidade.

A autora dedica os últimos dois capítulos de análise para a relação da menstruação com o nojo ou asco e o prazer, trazendo um aspecto de subversão para a forma que as participantes que menstruam escolheram viver seus ciclos, através de fanzines, performances e ações de rua.

Segundo Miren Guilló Arakistain, o nojo menstrual se relaciona diretamente com o fato de ser um sangue que sai somente dos corpos denominados como femininos, sendo o corpo menstrual um corpo abjeto. Ela faz isso através da análise das experiências que brincam com o nojo e o asco em relação ao sangue menstrual, subvertendo as lógicas da política do asco.

A autora salienta que, ao longo da sua pesquisa, houve um aumento do uso do sangue menstrual como estratégia performativa dentro das políticas alternativas da menstruação, estimuladas tanto pela raiva, tristeza, dor, ira, cansaço, como pelo prazer, curiosidade e paixão. Em continuidade, assim como o asco aparece como uma sensação a ser ressignificada para diferentes objetivos, o prazer surge também como uma dimensão das políticas alternativas, que a autora coloca como a dimensão afetiva. A perspectiva de prazer relacionada ao ciclo se repete em diferentes itinerários, de diversas formas. Em muitos relatos a presença das amigas, da mãe ou das avós, durante o processo de transformação, se mostrou importante, tanto como rede de redescobrimto como de companhia na formação de projetos e ações ativistas relacionadas à menstruação.

Durante todo o livro, foram evidenciados espaços de saber colaborativo onde, de maneira mais ou menos coletiva, se articulam, se desenvolvem e circulam os saberes. Esse movimento de construção, por si só, gerava uma vontade de se juntar em grupos, exemplificando uma afetividade na construção das práticas alternativas. As trocas coletivas e o empoderamento sobre um processo fisiológico próprio, relatado por muitos participantes foi retratado como prazeroso.

As políticas do asco, da subversão dos corpos e as performances que põe o sangue menstrual como objeto público também foram apontadas como um possível local de deleite dentro dessa forma de ativismo. Segundo a autora, todas essas vivências, dentro das dimensões do empoderamento, da coletividade e da subversão, ajudam a complexizar a releituras do prazer que estão sendo feitas desde a perspectiva feminista, trazendo novos focos para o debate.

Por fim, o epílogo do livro traz uma espécie de síntese das temáticas abordadas ao longo dos cinco capítulos de análise. Para Miren Guilló Arakistain, as políticas e culturas alternativas da menstruação estão em crescimento, mas não necessariamente essa ascensão significa uma mudança das ideologias sociais na mesma velocidade.

A práxis feminista é mais complexa do que a teoria segundo a autora, que também opina que os processos de empoderamento e resistência não teriam porque passar pelo ciclo menstrual (ou só por ele) desde um lugar tão identitário. Ainda que com depoimentos que reconhecem as possíveis diversidades das experiências, coube a autora reforçar em sua discussão o aparente caráter romantizador do ciclo menstrual, que corrobora com a dicotomia homem e mulher da sociedade patriarcal. Questões de raça e classe social também foram pouco abordadas.

Ainda que a autora aponte as práticas e culturas menstruais como perspectivas feministas, foram encontradas na etnografia posicionamentos diversos e misturados, como bem salienta a mesma, o que dificultou uma classificação estrita de posicionamento dos participantes. Dentro desse contexto encontrado, Miren Guilló Arakistain pensa algumas perguntas que entendo pertinentes de serem trazidas e às quais acrescento outras para seguir aprofundando na questão: como se pode construir em coletividade de forma crítica a partir das contribuições do bem estar? Como se constrói em coletivo aquilo que não se pode medir a partir dos parâmetros ocidentais e capitalistas? Como conjugar o desejo de transformação social com as necessidades que o neoliberalismo faz nossas? Será possível classificar esse aparente ativismo menstrual como feminista? Quais as possibilidades de retomada da perspectiva crítica dentro das tecnologias e dos discursos tomados pelo capitalismo?

### **Referências:**

ESTEBAN GALARZA, Mari Luz. **Antropología del cuerpo: género, itinerarios corporales, identidad y cambio**. Barcelona: Bellaterra Edicions, 2004.

GUILLÓ ARAKISTAIN, Miren Sangre y Resistencia. **Políticas y culturas alternativas de la menstruación**. Manresa: Bellaterra Edicions, 2023.

SCHEPER-HUGHES, Nancy; LOCK, Margaret M. The Mindful Body: A Prolegomenon to Future Work in Medical Anthropology. **Medical Anthropology Quarterly**, v. 1, n. 1, p. 6–41, 1987.

**Marina Dutra Soncini,**

*Universidade Federal de Santa Catarina.*

*Doutoranda pelo Programa de Pós-Graduação Interdisciplinar em Ciências Humanas - UFSC; Mestre em Estudos de Mulheres, Gênero e Cidadania - Universitat de Barcelona; Farmacêutica especialista em Saúde da Família - modalidade Residência Multiprofissional UFSC/PMF.*

<https://orcid.org/0000-0001-9113-9021>

**Miriam Pillar Grossi,**

*Universidade Federal de Santa Catarina. Professora do Programa de Pós-Graduação do Doutorado Interdisciplinar em Ciências Humanas (UFSC).*

<https://orcid.org/0000-0002-4399-6544>

*Recebido em: 21/10/2025*

*Aprovado em: 30/11/2025*