



UNIVERSITAT DE  
BARCELONA

ANÀLISI DEL  
CONEIXEMENT I LA  
PERCEPCIÓ DE LA  
MENSTRUACIÓ DE  
L'ALUMNAT DE SISÈ DE  
PRIMÀRIA

Una mirada al coneixement de la  
menstruació, als productes  
menstruals i a la dismenorrea

**Universitat de Barcelona**

Facultat d'Educació

Grau de Mestre d'Educació Primària

**Autor/a:** Elena Satué Siles

**Tutora:** Dra. Ilaria Bellatti

**Treball Final de Grau**

Curs 2020-2021

## RESUM

A partir d'una anàlisi dels mites mensuals, la present investigació tracta de mostrar els estereotips de gènere i la percepció de la menstruació de l'alumnat de sisè de Primària. En resum, es confirma la presència de mites en el coneixement de l'alumnat, i aquests varien segons el gènere. La percepció femenina és notablement més negativa que la masculina.

Paraules clau: Educació Primària, sisè de primària, menstruació, equitat menstrual, mites, feminisme de la diferència.

## ABSTRACT

From an analysis of the menstrual myths, this investigation wants to show the presence of gender stereotypes and, the menstrual perception of sixth graders. To sum up, it is confirmed the presence of myths in the knowledge of the students, and they vary depending on the gender. Feminine perception is remarkably more negative than masculine.

Keywords: Primary education, sixth of Primary, menstruation, menstrual equity, myths, difference feminism.

**ÍNDEX**

<b>ÍNDEX DE TAULES.....</b>	<b>3</b>
<b>ÍNDEX DE GRÀFICS.....</b>	<b>3</b>
<b>1. INTRODUCCIÓ .....</b>	<b>5</b>
1.1. JUSTIFICACIÓ I PLANTEJAMENT DEL PROBLEMA .....	5
1.2. OBJECTIUS GENERALS I ESPECÍFICS.....	6
<b>2. MARC TEÒRIC .....</b>	<b>6</b>
2.1. SITUACIÓ DE LA DONA MENSTRUANT EN LA NOSTRA SOCIETAT .....	6
2.1.1. <i>Invisibilització de la menstruació en l'àmbit social i de la salut.....</i>	<i>6</i>
2.1.2. <i>Equitat menstrual.....</i>	<i>8</i>
2.2. CREENCES RELACIONADES AMB LA MENSTRUACIÓ.....	9
2.2.1. <i>“El pas de la nena a la dona” i “ja pots tenir fills” .....</i>	<i>9</i>
2.2.2. <i>“Només les dones tenen la menstruació” .....</i>	<i>10</i>
2.2.3. <i>“La menstruació és una malaltia” .....</i>	<i>11</i>
2.2.4. <i>“La sang menstrual és un rebuig del cos” .....</i>	<i>12</i>
2.2.5. <i>“La menstruació fa mal” .....</i>	<i>13</i>
2.2.6. <i>“La menstruació és una senyal de brutícia” i “no pots banyar-te”.....</i>	<i>14</i>
<b>3. METODOLOGIA I TÈCNiques PER A LA RECOLLIDA DE DADES .....</b>	<b>15</b>
<b>4. PRESENTACIÓ DE RESULTATS I DISCUSSIÓ.....</b>	<b>18</b>
4.1. PERCEPCIÓ DE LA MENSTRUACIÓ .....	19
4.2. CONEIXEMENT DE LA MENSTRUACIÓ.....	21
4.2.1. <i>Mites menstruals.....</i>	<i>22</i>
4.2.2. <i>Coneixement dels òrgans sexuals femenins .....</i>	<i>29</i>
4.2.3. <i>Fonts d'informació i de coneixement.....</i>	<i>29</i>
4.3. CONEIXEMENT SOBRE PRODUCTES MENSTRUALS.....	32
4.4. CONEIXEMENT DE LA DISMENORREA.....	33
<b>5. CONCLUSIONS.....</b>	<b>34</b>
<b>6. INDICACIONS PER A POSSIBLES APLICACIONS EN UN CONTEXT EDUCATIU .....</b>	<b>36</b>
<b>7. LIMITACIONS DE L'ESTUDI.....</b>	<b>37</b>

8.	FUTURES LÍNIES DE RECERCA.....	37
9.	ANNEXOS/ ANEXOS .....	39
1.1.	ANNEXE 1. MODEL D'ENQUESTA .....	39
1.2.	ANNEXE 2. PRESENTACIO DE DIAPOSITIVES DE L'ENQUESTA.....	41

## ÍNDIX DE TAULES

<b>Taula 1.</b>	<i>Descripció dels objectius emprats en aquest treball.....</i>	15
<b>Taula 2.</b>	<i>Relació de preguntes de l'enquesta amb les àrees d'investigació.....</i>	19
<b>Taula 3.</b>	<i>Respostes de la pregunta 7 de l'enquesta.....</i>	20
<b>Taula 4.</b>	<i>Respostes de la pregunta 12 de l'enquesta.....</i>	20
<b>Taula 5.</b>	<i>Respostes de la pregunta 1 de l'enquesta.....</i>	21
<b>Taula 6.</b>	<i>Mencions en l'enquesta sobre el mite de la dona i de la visió reproductivista de la pregunta 1.....</i>	23
<b>Taula 7.</b>	<i>Mencions en l'enquesta sobre el mite de la dona i de la visió reproductivista de la pregunta 2.....</i>	23
<b>Taula 8.</b>	<i>Mencions en l'enquesta sobre el mite de la dona i de la visió reproductivista de la pregunta 5.....</i>	24
<b>Taula 9.</b>	<i>Total de mencions en l'enquesta sobre el mite de la dona i de la visió reproductivista.....</i>	24
<b>Taula 10.</b>	<i>Percentatges totals de noies i nois que mencionen el mite de la dona i fan referència a la visió reproductivista.....</i>	24
<b>Taula 11.</b>	<i>Mencions a la prohibició de tocar l'aigua en la pregunta 5 de l'enquesta.....</i>	26
<b>Taula 12.</b>	<i>Mencions a la prohibició de tocar l'aigua en la pregunta 5 de l'enquesta.....</i>	28
<b>Taula 13.</b>	<i>Respostes de les preguntes 3 i 4 de l'enquesta.....</i>	29
<b>Taula 14.</b>	<i>Respostes de la pregunta 9 de l'enquesta.....</i>	30
<b>Taula 15.</b>	<i>Respostes de la pregunta 11 de l'enquesta .....</i>	30
<b>Taula 16.</b>	<i>Detall de subjectes que afirmen haver parlat a classe sobre la menstruació però no amb mestres.....</i>	31
<b>Taula 17.</b>	<i>Respostes de la pregunta 8 de l'enquesta.....</i>	33
<b>Taula 18.</b>	<i>Resposta a la pregunta 6 de l'enquesta referent a la dismenorrea.....</i>	34

## ÍNDIX DE GRÀFICS

<b>Gràfic 1.</b>	<i>Esquema sobre la configuració de l'experiència menstrual de Hennegan et al.....</i>	9
------------------	--	---

**Gràfic 2.** *Mapa conceptual sobre les respostes de les noies a la primera part de la pregunta 5 de l'enquesta.....24*

**Gràfic 3.** *Mapa conceptual sobre les respostes de les noies a la segona part de la pregunta 5 de l'enquesta. ....25*

**Gràfic 4.** *Mapa conceptual de les respostes dels nois a la primera part de la pregunta 5 de l'enquesta.....25*

**GRÀFIC 5.** *Mapa conceptual de les respostes dels nois a la segona part de la pregunta 5 de l'enquesta.....25*

## 1. INTRODUCCIÓ DE LA TEMÀTICA DEL TFG

Cada cop són més les noies que tenen la seva menarquia (primera menstruació) durant l'etapa de cicle superior de Primària. Aquesta vivència, lluny de ser normalitzada, és viscuda encara avui en dia entre tabús, mites i dolor.

L'estigma i la cultura masclista que embruta el concepte de menstruació fa que sentim rebuig de la pròpia naturalesa, ens crea la necessitat d'amagar la sang menstrual i, ens fa sentir culpables per menstruar. Conseqüentment, les diferències biològiques entre dones i homes són viscudes com una inferioritat femenina i com una càrrega.

A Catalunya, l'educació menstrual sovint s'imparteix en el transcurs de l'educació secundària obligatòria, i la menarquia és presentada com un capítol en el marc de la reproducció. Aquest treball vol demostrar com el coneixement i la percepció de la menstruació de l'alumnat està influenciat pels mites des de la menarquia.

Per tal de fer-ho, el treball s'estructura en quatre parts; la primera presenta algunes problemàtiques que afecten a les dones menstruants: el biaix de gènere en la medicina, la invisibilització social i cultural de la dona i, la inequitat menstrual; la segona part es centra en els mites menstruals, fent èmfasi en els mites sobre el coneixement menstrual, els mites sobre la percepció de la menstruació, els relacionats amb la dismenorrea (dolor menstrual) i amb els productes de gestió menstrual; la tercera part analitza els resultats d'una enquesta sobre la menstruació realitzada en una escola de dos grups de sisè de primària, tot analitzant la presència de mites en el seu coneixement i mesurant la seva percepció sobre la menstruació; la quarta part presenta les conclusions d'aquest treball.

### 1.1. JUSTIFICACIÓ I PLANTEJAMENT DEL PROBLEMA

L'associació cultural i social entre menstruació i negativitat ha provocat, i provoca encara, en dones joves i adultes la negació de l'arribada de la menstruació i la vivència de la menarquia com una experiència traumàtica. Aquesta perspectiva pot arribar a acompanyar-nos durant els, aproximadament, 40 anys que menguem.

La manca de coneixement i/o la construcció d'aquest en base a la visió social, provoca que la idea del cos femení es basi en mites i idees marcades per una cultura masclista. L'acceptació d'aquests mites a nivell biopsicosocial poden afectar la salut i la qualitat de vida de la nena i de la futura dona que esdevindrà.

Abans de començar la lectura d'aquest treball, es vol destacar que al llarg del treball s'usa la paraula "dona" o "nena" per descriure aquelles persones que tenen un aparell sexual femení i que menguen. En tot moment es té en compte la diversitat d'identitat però, aquest treball ha volgut centrar-se en la dona i la seva experiència menstrual.

## 1.2. OBJECTIUS GENERALS I ESPECÍFICS

L'objectiu general del treball és analitzar el coneixement i la percepció sobre la menstruació de l'alumnat de sisè de primària, diferenciant la informació entre noies i nois, mitjançant la realització d'una enquesta i la seva posterior anàlisi que inclourà la seva opinió sobre menstuar, el seu coneixement sobre la menstruació, sobre els productes de gestió menstrual i sobre la dismenorrea. Com la temàtica de la menstruació està connectada amb diversos coneixements, caldrà acotar les dimensions que s'hi relacionaran en aquest treball. En concret, són objectius específics del treball:

*Objectiu 1.* Elaborar un llistat de mites i constructes socials sobre el coneixement de la menstruació, els productes de gestió menstrual i la dismenorrea, que permeti fonamentar una pauta d'observació i anàlisi del coneixement i les percepcions de l'alumnat.

*Objectiu 2.* Contrastar les respostes de l'alumnat entrevistat amb el llistat de mites i constructes socials descrits en el marc teòric, tot diferenciant els resultats per gènere.

*Objectiu 3.* Valorar la quantitat i la qualitat del coneixement i la percepció sobre la menstruació de l'alumnat entrevistat tot diferenciant els resultats per gènere.

## 2. MARC TEÒRIC

### 2.1. SITUACIÓ DE LA DONA MENSTRUANT EN LA NOSTRA SOCIETAT

#### 2.1.1. Invisibilització de la menstruació en l'àmbit social i de la salut

Actualment, la menstruació és present en els mitjans de comunicació majoritàriament per la publicitat de productes de gestió menstrual i, cada cop són més nombroses les referències a la menstruació en el marc de la lluita contra les desigualtats que menstuar en aquesta societat ens suposa. Són últimament notícia la pobresa menstrual i la proposta de llei que per primera vegada contempla en l'àmbit laboral la baixa per dolor menstrual incapacitant.

Tot i així, el cicle menstrual i la menstruació són invisibles en altres àmbits de la vida pública com el personal, social i cultural ja que en una realitat androcèntrica, un procés que és viscut per les dones queda totalment apartat de la vida pública, i les referències cap a aquest procés vital són carregades i viscudes amb culpa i rebuig (Irusta, 2018).

L'àmbit de la salut, tampoc és una excepció d'aquesta realitat, ja que la invisibilització de la dona no ha sigut únicament com a personatge actiu de la medicina, sinó també com a protagonista d'estudi (Sau, 2000).

D'acord amb Valls-Llobet (2021) el primer model d'estudi de la Medicina occidental s'ha basat en la idea que les malalties no tenen sexe, i que afecten igual a dones i a homes, amb l'única diferència que hi ha patologies que tenen major freqüència en el sexe masculí i, d'altres en el sexe femení. D'acord amb l'autora, aquest model de medicina s'ha basat en opinions filosòfiques esbiaixades pel gènere i, no tant en l'atenció a la realitat. És per això que la única diferència entre dones i homes que es tenia en compte era la referida a l'embaràs, atorgant un paper passiu en la reproducció a la dona (Laquer, 1994). Lluny d'incloure la dona en l'estudi de la biologia humana, aquesta visió ha englobat a les dones en un coneixement construït a partir de l'observació i l'estudi de subjectes exclusivament masculins (Valls-Llobet, 2021).

Des de la mirada feminista existeixen diferents opinions al voltant de la reivindicació de les diferències entre dones i homes. Aquest fet s'explica ja que al llarg de la història, les diferències han sigut usades com arguments per devaluar i situar la dona en una posició d'inferioritat respecte a l'home (Irusta, 2018) i, és precisament per això que algunes corrents feministes com el feminisme liberal o científic, han reclamat la manca d'evidències biològiques entre el cervell i els òrgans dels sentits de dones i homes, per tal d'argumentar la igualtat entre ambdós sexes (Schiebinger, 2004).

Actualment, d'acord amb Valls-Llobet (2021) "el repte de les ciències de la salut i biològiques és reinventar els objectius de la investigació, la metodologia, i evitar el biaix de gènere en els resultats, sense abandonar la investigació de les diferències de la salut i de les malalties, ja que abandonar-les podria perjudicar-nos i esbiaixar encara més els resultats de la ciència actual".

Aquesta invisibilització de la dona tant en l'àmbit social com de la salut, afecta directament a l'experiència del cicle menstrual i al grau de coneixement sobre el propi cos, que sovint es limita (Salvia, 2021). D'una banda, la manca d'informació lliure d'estereotips de gènere fa que les dones participin de la transmissió d'aquest fals coneixement, transmetent aquest coneixement de generació en generació i entre iguals (Botello, 2020), així com afecten a la qualitat de vida de les dones i limiten l'autoconeixement i l'estima cap a la pròpia naturalesa (Hennegan et al., 2019) (Salvia, 2021).



### 2.1.2. Equitat menstrual

L'equitat, d'acord amb el Centre de Terminologia de Catalunya, és el principi segons el qual totes les persones han de tenir les mateixes oportunitats i ningú no s'ha de trobar amb desavantatges que es puguin evitar. A diferència de la igualtat, estableix diferències a partir de la individualització -en aquest cas del grup dones-, ja que té en compte les necessitats personals per així compensar les desigualtats socials. Per tant, l'equitat és considerada una forma de justícia social (TermCat, 2022).

Arrel d'aquest terme, s'utilitza l'expressió "inequitat menstrual" per emmarcar segons Holst et al. (2022) les disparitats sistemàtiques i evitables entre les diferents poblacions en l'accés a la salut menstrual, l'educació menstrual i els coneixements, els productes, els serveis i les instal·lacions per a la gestió menstrual, les experiències d'estigma i discriminació relacionades amb la menstruació i les barreres a la participació social, comunitària, política i econòmica.

En primer lloc, respecte a la manca de formació, un estudi pioner en inequitat menstrual realitzat a Catalunya l'any 2021 per l'Institut Jordi Gorina, confirma que l'educació menstrual rebuda fou "generalment insuficient i impartida massa tard" i, un 57,8% de les participants "no va rebre educació menstrual o aquesta fou parcial abans de la primera menstruació" (Holst et al., 2022).

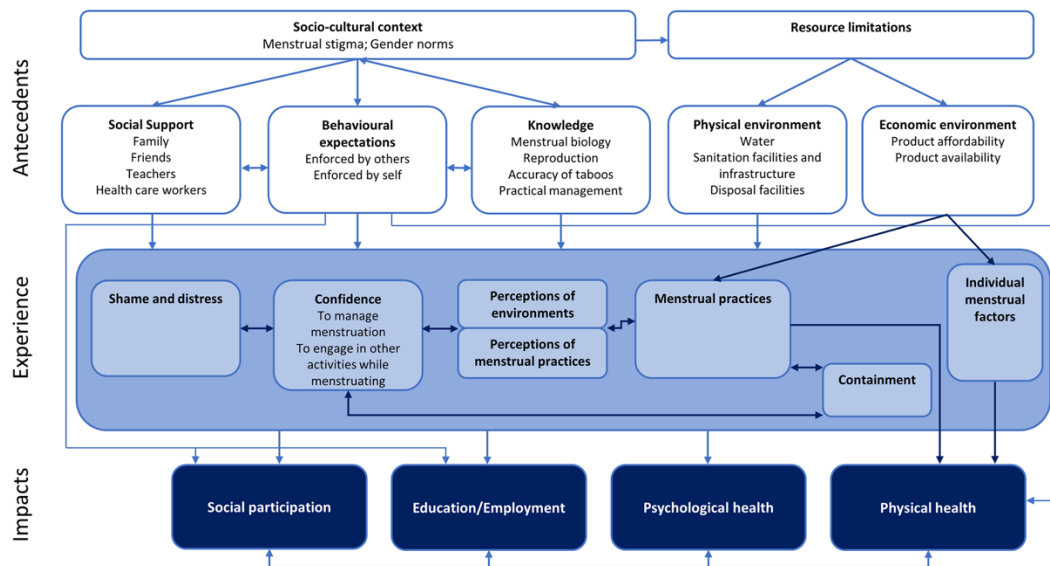
La manca d'informació en l'àmbit familiar i/o escolar, d'acord amb Botello (2020) provoca que moltes noies recorrin al grup d'iguals per extreure la informació que no han obtingut d'altres àmbits. Un altre font d'informació alternativa als possibles tabús familiars i escolars és internet. D'acord amb l'informe SESPAS del 2014, un elevat nombre de noies i dones que busquen informació menstrual a internet, es troben amb informació errònia (Botello, 2020). D'aquesta manera, el panorama per accedir a una educació menstrual de qualitat es veu limitat.

En segon lloc, referent a la pobresa menstrual cal especificar que la pobresa menstrual no implica únicament no poder accedir a un producte de gestió menstrual per manca de recursos econòmics, sinó poder triar el producte menstrual de la pròpia elecció, poder canviar-lo amb la regularitat recomanada i, poder accedir a un espai íntim per canviar-se i, tenir accés a una brossa i a un punt d'aigua per poder netejar-se les mans o per rentar el producte menstrual (Holst et al., 2022)

D'acord amb (Hennegan et al., 2019) els impactes de l'experiència menstrual viscuda conjuntament amb els antecedents personals (incloent tant el context socio-cultural com les limitacions de recursos) creen un impacte en les noies a 4 nivells: a nivell de participació social, a nivell d'educació i de futur en el món laboral, sobre la salut

psicològica i finalment, sobre la salut física. El fet d'entendre la menstruació com un fet vergonyós, actuar per tal d'amagar-la juntament amb la manca de recursos econòmics per poder comprar productes menstruals impacten en les nenes en absentisme escolar (fins al 56,6% recollit per l'estudi de IJG) i que en alguns casos, les portarà a abandonar els estudis i la possibilitat de formar-se per accedir a una feina (Hennegan et al., 2019).

**Gràfic 1.** Esquema sobre la configuració de l'experiència menstrual de Hennegan et al.



## 2.2. CREENCES RELACIONADES AMB LA MENSTRUACIÓ

Existeixen un gran nombre de mites relacionats amb la menstruació: des de les seves característiques fisiològiques; referents al dolor que pot o no ha de procurar; sobre les activitats quotidianes que es poden o no s'han de realitzar; i, fins i tot, sobre els hàbits d'higiene dels òrgans externs i interns sexuals femenins; així com el coneixement i l'ús i funcionament dels productes de gestió menstruals. Tots aquests mites són senyals d'alerta que es poden detectar ja des de la menarquia. És per això que conèixer les característiques reals de la menstruació, no només aportarà coneixement a les joves i/o dones que menstruen, sinó que també permetrà conèixer-se millor, estimar el propi cos i, acabar amb la perpetuació de molts mites - presents en la majoria de cultures del món- que es transmeten de mares a filles (Botello, 2020).

A continuació, s'ordenen una selecció de mites relatius la menstruació.

### 2.2.1. “El pas de la nena a la dona” i “Ja pots tenir fills”

Sovint, les noies que comuniquen a la família i/o a les treballadores de la salut l'arribada de la menarquia (primera menstruació) escolten com aquestes li comuniquen que han passat de ser una nena a una dona. La paraula “dona” implica ser una persona adulta però si, segons la llei del nostre Estat, l'edat per considerar una persona adulta és a

partir dels 18 anys, perquè a les noies menàrquiques (10-11-12 anys) se'ls comunica que ja són adultes?

Per a considerar una persona adulta, cal que aquesta sigui, segons Sau (2000), capaç de valer-se per si mateixa i capaç d'interactuar de forma adulta amb els demés i, una preadolescent, no compleix aquests requisits.

A més a més del missatge sobre l'arribada de la maduresa, un dels comentaris més escoltats a la menarquia ha sigut el de "ja pots quedar-te embarassada" i/o "ja no pots ajuntar-te amb nens". Aquest argument, demostra a la nena menàrquica que la senyal del pas de la nena a la dona no és la menstruació en sí mateixa, sinó que ho és la fertilitat (Sau, 2000)

L'associació entre menstruació-dona-embaràs, correspon a una visió reproductivista, que té com a eix vertebrador la fertilitat de tots els períodes vitals de la dona (Esteban, 2004), l'època fèrtil: l'època de crear una família, i l'època no fèrtil (a partir de la menopausa) una època segons Sau (2000) considerada com "d'atròfia" del metabolisme de la dona perquè ja no és fèrtil.

D'acord amb Bodoque Puerta (2001) aquesta visió reproductivista indueix a les dones a seguir "determinades pautes de comportament" en cada etapa vital, ja que aquestes són més que senyals de salut o malaltia, són etapes carregades de significat social i cultural.

En canvi, si les etapes de les dones fossin mesurades com les dels homes adults, una nena no seria considerada adulta pel fet d'haver viscut la menarquia, sinó que seria considerada adulta per la seva maduresa mental i emocional i per factors que es relacionen amb els adults com ara la feina i no pas la maternitat (Coria et al., 2005). Amb l'arribada de l'espermaquia (primera ejaculació masculina) els nois (normalment arriba sobre els 12-14 anys, un parell d'anys més tard que la mitjana de l'edat de la menarquia) no són advertits per la seva família o pel personal mèdic que ja poden ser pares, en canvi, les noies menàrquiques sí.

### **2.2.2. "Només les dones tenen la menstruació"**

La menstruació és presentada com una característica biològica femenina i d'acord amb Barone (2019) aquesta visió s'expressa en termes binaris tot exclouent diferents identitats transsexuals, travestis, transgènere, queer, etc. Per això, cal tenir present la diferència entre l'aparell sexual i la (no) identificació de gènere de cada persona. Definir una dona amb una mirada únicament biològica, oblida altres dimensions que ens caracteritzen: la dimensió social, cultural i política (Tarzibachi, 2017).

### 2.2.3. “La menstruació és una malaltia”

A l'arribada de la menarquia són moltes les noies que desconeixen què és la menstruació i que mai n'han escoltat a parlar (Salvia & Torrón, 2022). No és doncs estrany que aquelles noies que no tenen informació prèvia sobre la menstruació, d'acord amb Botello (2020), visquin experiències de por i angoixa a l'arribada de la menstruació. Un estudi de diverses investigadores, recull el testimoni de noies de diferents països i de diferents continents, que descriuen la seva experiència amb la menarquia:

“I was so scared actually I thought it was a disease that had attacked me. I thought I was going to lose my life at any moment because it was really scary to start bleeding from down there. I thought I was going to die” (participant; Miiro 2018)

“When I first started menstruating, I was shocked because I had not learned about it before...I was too embarrassed to tell my parents because I knew that they would not accept me and would say that I had bad behaviour. I could not tell them because they would say that I shamed the family and would shout at me” (participant; Sommer 2015)

Aquests testimonis confirmen que la menarquia és viscuda amb por i angoixa (Botello, 2020) i també és viscuda com una malaltia (Hennegan et al., 2019), fruit del desconeixement de la menstruació i, de confondre el flux menstrual amb sang fruit d'una hemorràgia interna. Aquest fet, es podria relacionar amb la terminologia que algunes dones a Espanya usaven (i usen) per referir-se a la menstruació i a la menarquia.

Aquests termes es relacionen amb dos accions diferents: la primera és “estar malalta” i, la segona, “haver-se caigut d'algun lloc alt” (Botello, 2020). Les dones que han usat i usen aquestes expressions són dones que, com les noies presentades en l'estudi de Hennegan, no han rebut una formació sobre el cicle menstrual abans de l'arribada de la menarquia i que per tant, es refereixen a l'experiència d'aquesta com una malaltia o com un accident.

La vivència de la menstruació com una experiència traumàtica no és únicament fruit de la desinformació, sinó que té una explicació relacionada amb la visió social, cultural i moral. Aquesta visió s'explica, d'acord amb (Al Adib Mendiri, 2019), per la patologització o medicalització de la vida, que tracta els esdeveniments vitals com problemes de salut que cal tractar mèdicament. Quan, a més a més, aquests processos són viscuts per dones, la patologització incrementa ja que històricament el model de salut de la medicina s'ha basat en l'estudi de l'home i no pas en el de la dona (Valls-Llobet, 2021).

#### 2.2.4. “La sang menstrual és un rebuig del cos”

Existeixen múltiples connotacions negatives al voltant de la sang menstrual al llarg de la història i d'acord amb De Beauvoir (2008) les connotacions únicament negatives només es construïen en societats patriarcals, ja que en societats matriarcals la menstruació era ambivalent i, tant tenia aspectes negatius com positius.

Els textos religiosos de les tres principals religions monoteistes parlen de la dona menstruant com “impura”:

“La mujer que tiene el flujo menstrual estará siete días en impureza. Quién la tocara será impuro hasta la tarde” (Levítico, Antic Testament)

“La menstruación es un mal. Manteneos apartados de las mujeres hasta que se vuelvan pures.” (Alcorà)

En altres cultures que també s'han basat en un sistema patriarcal, seguim trobant referències a les prohibicions de les dones durant la menstruació i al perill que del contacte amb aquestes podria sorgir. L'escriptor romà Plini El Vell recull en la seva famosa obra *Historia Naturalis* la visió del poble roma sobre la menstruació:

“El contacto con el flujo menstrual de la mujer amarga el vino nuevo, hace que las cosechas se marchiten[...] y causa un terrible mal olor en el ambiente. [...] El Mar Muerto, espeso por la sal, no puede separarse excepto por un hilo empapado en el venenoso fluido de la sangre menstrual. Un hilo de un vestido infectado es suficiente”  
(Plinio Segundo, 1995)

D'aquesta idea d'impuresa, d'acord amb Douglas (2007) sorgeix la idea de brutícia i de rebuig amb més freqüència en la nostra societat, que no pas la idea d'impuresa, que ha quedat latent en la visió cultural (Botello, 2020). Actualment, la visió de rebuig i brutícia, s'argumenta amb termes biològics, donant arguments de pes relacionats amb la biologia humana per tal de ser més convincents. En la societat actual, les dades científiques tenen la qualitat de ser innegables, ja que el paradigma de la certesa es construeix sota dades científiques (Valls-Llobet, 2021; Al Adib Mendiri, 2019 ).

Paradoxalment a aquests arguments, la medicina no s'ha interessat per la composició de la sang menstrual ja que ha sigut considerada com quelcom inútil (Valls-Llobet, 2021) i no ha sigut fins les últimes dècades, que investigadores han estudiat la composició de la sang menstrual i han descobert que està composta per la sang de les arteries de l'endometri, secrecions vaginals i cèl·lules de la paret endometrial (Yang et al., 2012). Al contrari del que popularment es creu, la sang menstrual no és doncs l'òvul no

fecundat, sinó que és amb paraules de Salvia (2019), “el niu que el cos prepara -a l’úter- per rebre l’embrió”.

Un altre anàlisi sobre el contingut de la sang menstrual dut a terme recentment per investigadores de la Universitat de Granada afirma que la sang menstrual està composta d’aigua, cèl·lules mortes de l’endometri, lípids, proteïnes, hormones com la progesterona i, també de cèl·lules mare (Iribarne-Durán et al., 2020)

Aquesta descoberta ha contribuït a canviar la percepció de la sang menstrual ja que lluny de ser un “rebuig” que s’hagi d’eliminar, és un fluid molt ric en proteïnes i, que conté una gran quantitat de cèl·lules mare, cèl·lules que són usades per crear fàrmacs per curar malalties greus com ara el càncer (Iribarne-Durán et al., 2020)

### **2.2.5. “La menstruació fa mal”**

Sovint, una de les característiques que les joves associen a la menstruació és el dolor tant abans de la menstruació, com durant aquesta (Botello, 2020). Tot i així, d’acord amb la doctora Carme Valls-Llobet (2021) “la normalitat [...] (en la menstruació) consisteix en una menstruació que no fa mal, que no té síndrome premenstrual i que dura pocs dies”.

La normalització del dolor ve donada per diferents factors: el primer, el de la pròpia experiència de les noies, que com s’ha comentat, creuen que el dolor és implícit en la menstruació (Botello, 2020). Donat que la principal font d’informació sobre la menstruació és la família (concretament, les dones), si les noies menstruen amb dolor, en la seva unitat familiar, aquest fet pot ser tractat amb normalitat ja que la dismenorrea (dolor pèlvic que apareix immediatament abans de la menstruació o a la vegada que aquesta) té un caràcter genètic que es transmet a través de l’herència genètica (Carmona, 2019). El segon factor està estretament relacionat, d’acord amb Valls-Llobet (2021), amb el punt de vista de la medicina actual sobre allò que es considera “normal”: “La superficialidad en atender la diferencia entre lo normal y lo patológico y el desconocimiento de la ciencia de la diferencia, unido a la relación de poder que se establece en el acto medico [...], hacen que muchas veces, más que buscar los entresijos de la “verdad biológica” dentro de los resultados, el profesional de la medicina dicte la “norma” como sentencia.” (Valls-Llobet, 2021). D’aquesta manera, són molts els professionals de la salut que normalitzen el dolor menstrual pel fet que, d’acord amb Carmona (2019), un 50% de noies pateix dolor menstrual i per tant es considera com un fet comú.

El perill de no investigar sobre l’origen d’aquest dolor afecta a la qualitat de vida de les noies. Segons un estudi de Hadjou et al. (2022) realitzat a un grup de 953 estudiants de secundària, el dolor menstrual provoca dificultats per assistir a classe (un 74,9% de les

enquestades), absència escolar (un 43,3% de les noies afirmen haver faltat a classe pel dolor), així com afecta a la seva vida social i física, dificultant la pràctica d'esports (un 77,2% així ho afirma). També, la normalització del dolor provoca la manca d'estudi i diagnosi d'una possible malaltia sexual femenina, fent que es diagnostiqui una malaltia amb més de 6 anys de retard (Carmona, 2019), quan els primers símptomes ja apareixen entre els 6 mesos fins als 2 anys després de la menarquia (Hadjou et al., 2022).

Atendre el dolor menstrual significarà per a les noies que el pateixen viure amb una bona qualitat de vida, així com tractar les malalties necessàries ja que moltes de les malalties de l'aparell reproductor femení no estan prou estudiades com per saber què les causen i quina és la seva cura (Sanz, 2021).

#### **2.2.6. “La menstruació és una senyal de brutícia” i “No pots banyar-te”**

Tal com s'ha descrit en apartats anteriors, sovint la menstruació és considerada com a quelcom “brut”, “que crea rebuig” i “que fa pudor” (Botello, 2020). Com a conseqüència, s'ha creat al voltant tot un conjunt de creences que busquen la híper higienització dels òrgans sexuals femenins, no només per a recollir el sagnat menstrual, sinó també per netejar els òrgans sexuals femenins que, com la menstruació, adquireixen una concepció de brutícia i que per tant, cal netejar diàriament (Botello, 2020).

Aquest conjunt de creences es transmet a través de la publicitat dels productes denominats “d'higiene femenina” amb missatges que indueixen a pensar que la menstruació fa pudor i és bruta i, que per tant, cal usar productes que recullen el flux i neutralitzen “l'olor desagradable”, així com productes per netejar diàriament els òrgans sexuals femenins, tant interns com externs (Mejia et al., 2020)

En primer lloc, cal desmentir l'olor desagradable del flux menstrual, d'acord amb Sanz (2021), aquest no ha de tenir una olor desagradable i, en el cas que així fos, cal acudir a la ginecòloga ja que molt possiblement la pudor sigui una senyal d'infecció. D'aquesta manera, el mite sobre la pudor de la menstruació pot posar en risc la salut de les dones ja que normalitza una senyal d'infecció que en comptes de tapar amb perfums, cal tractar amb la ginecòloga (Torrón & Torrón, 2021)

En segon lloc, els productes destinats a una higiene diària de la zona genital femenina com els sabons íntims i les tovalloletes, són pràctiques mèdicament innecessàries ja que la vagina crea de manera natural una mucosa que elimina bacteries, virus i altres substàncies nocives (Women's voices, 2017). Concretament l'ús de sabons pot alterar la flora bacteriana vaginal, propiciant l'aparició de malalties ja que els sabons íntims

femenins tenen un pH neutre que fa que el pH genital, que és naturalment àcid, canviï a neutre (Mejia et al., 2020).

Altres productes menys comuns en el nostre país, i que també poden provocar una infecció vaginal, són els desodorants vaginals, que apliquen aerosols amb substàncies químiques nocives i innecessàries com ara fragàncies, parabens i clorur de bencetoni i, les dutxes vaginals, que consisteixen en irrigar amb aigua la vagina i/o aplicar preparats que contenen vinagre i bicarbonat de sodi o yode dins la vagina. Alguns investigadors relacionen la pràctica de les dutxes vaginals amb el desenvolupament del càncer ovàric per la introducció de fталats en el tracte reproductiu. (Mejia et al., 2020).

Contràriament al pensament sobre la híper higienització de la vulva, existeix la creença popular que afirma que les noies no es poden banyar o dutxar quan tenen la menstruació. Aquesta creença ha sigut molt forta a Espanya i actualment, encara que no s'ha erradicat aquesta creença, no és tant popular entre les generacions més joves (Botello, 2020).

Aquesta creença es basa d'acord amb Douglas (2007) en utilitzar el deteriorament de la salut com a amenaça per tal de controlar a les dones. D'aquesta manera, el testimoni de diverses dones de diferents edats i nacionalitats en l'estudi de Botello (2020) afirmen que el tocar l'aigua amb diferents parts del cos (peus, cap...) té conseqüències perilloses per la seva salut com ara: que la menstruació es talli i torni, provocant dolors, que es creïn quists o tumors per la sang que ha quedat dins del cos i, la possibilitat de quedar-se estèril. Altres perills que anomenen les entrevistades és por a "quedar-se tonta" si es renten el cap, por a tornar-se boja i, por a patir una embòlia i quedar-se paralítica.

Les explicacions que les dones donen a la prohibició de tocar l'aigua són el pensament que la sang menstrual és incompatible amb l'aigua o bé que cal mantenir l'estat de calor que el cos té durant els dies de la fase menstrual.

### 3. METODOLOGIA I TÈCNiques PER A LA RECOLLIDA DE DADES

**Taula 1.** *Descripció dels objectius i les respectives preguntes de recerca i els respectius instruments i procediments de recollida emprats en aquest treball.*

Què saben i què en pensen sobre la menstruació l'alumnat de sisè de Primària?		
Objectius	Preguntes de recerca	Instruments i procediment de recollida de dades



<p>Objectiu 1. Analitzar el coneixement i la percepció sobre la menstruació de l'alumnat de sisè de primària, diferenciant la informació entre noies i nois, i mitjançant la realització d'una enquesta que reculli la seva opinió sobre menstrar i, el seu coneixement sobre el cicle menstrual, la menstruació, els productes de gestió menstrual i la dismenorrea. Com la temàtica de la menstruació està connectada amb diversos coneixements, caldrà acotar les dimensions que s'hi relacionaran en aquest treball</p>	<p>1.1. Quines són les principals problemàtiques socials que afecten a les dones que menstruen? 1.2 Com afecten a les dones aquestes problemàtiques? 1.3 Quines són les causes d'aquestes problemàtiques?</p>	<p>Recerca i anàlisi documental</p>
<p>Objectiu 2. Elaborar un llistat de mites i constructes socials sobre el coneixement del cicle menstrual, la menstruació, els productes de gestió menstrual i la dismenorrea, que permeti fonamentar una pauta d'observació i anàlisi del coneixement i les percepcions de l'alumnat.</p>	<p>2.1 Quina és la percepció social sobre la menstruació? 2.2 Quins són els principals mites sobre les característiques de la menstruació? 2.3 Quins són els principals mites referents al dolor menstrual? 2.4 Quins són els principals mites sobre la higiene menstrual?</p>	<p>Recerca i anàlisi documental</p>
<p>Objectiu 3. Contrastar les respostes de l'alumnat entrevistat amb el llistat de mites i constructes socials descrits en el marc teòric, tot diferenciant els resultats per gènere.</p>	<p>3.1 Quina visió té l'alumnat sobre la menstruació? 3.2 Què sap l'alumnat sobre la menstruació? 3.3 Coneixen el cicle menstrual? 3.4 Viuen amb dolor la menstruació? Creuen que la menstruació és dolorosa? 3.5 Quins productes de gestió menstrual coneixen? 3.6 Coneixen els òrgans sexuals interns i externs femenins?</p>	<p>Reflexió sobre la recerca i l'anàlisi documental  Enquesta dirigida a l'alumnat de sisè de Primària</p>

	3.7 Quins mites i constructes socials té l'alumnat? 3.8 Les noies creuen els mateixos mites i constructes socials que els nois?	
Objectiu 4. Valorar la quantitat i la qualitat del coneixement i la percepció sobre la menstruació de l'alumnat entrevistat tot diferenciant els resultats per gènere.	5.1 Té l'alumnat un coneixement i visió de la menstruació lliure de mites i estereotips? 5.2 Quines dimensions són les que contenen més falses creences?	

Per tal de realitzar la recollida de dades, inicialment es va plantejar realitzar diferents tallers amb grups de 10-12 alumnes dividits en grups estratègics: un grup compost únicament per noies, un compost únicament per nois, i un grup mixta en el que s'ajuntessin tant noies com nois de diferents orígens culturals. En l'elaboració d'aquests tallers es pretenia fer una avaluació qualitativa de les respostes a cada dinàmica de grup tant verbals com no verbals per tal de poder contrastar les diferències entre cada grup. Finalment, els tallers no es van poder realitzar per manca de temps i, es va crear una enquesta individual amb la qual, no es van poder recollir les dades que inicialment m'havia proposat.

L'escola on es van realitzar les entrevistes va acceptar donar un període breu de temps (10 minuts per grup classe) per a poder entrevistar l'alumnat de sisè de Primària. Per això, es va dissenyar una enquesta individual amb 13 preguntes per a que l'alumnat pogués realitzar-la amb la mínima direcció i interacció entre alumnes. Per tal de projectar imatges i les preguntes de l'enquesta, així com per resoldre qualsevol dubte que pogués sorgir sobre l'enquesta, es va preparar una presentació visual.

Els subjectes entrevistats van ser dos grups classe de sisè d'una escola pública de Primària de la comarca de Cerdanya. Tot i que finalment a l'enquesta no s'ha analitzat i comparat els diversos orígens culturals de l'alumnat, val a dir que l'escola escollida té una diversitat cultural prou representativa de la societat catalana actual. El nombre total de subjectes són 40, de les quals 21 són noies i 19 nois. A l'enquesta es dona a escollir entre tres gèneres que puguin representar a l'alumnat: dona, home i no binari. Cap dels subjectes ha escollit l'última opció.

Per tal d'assolir els objectius d'aquest treball s'ha realitzat una recerca de bibliografia especialitzada en l'explicació de la menstruació, el cicle menstrual, els mites mensuals, els productes de gestió menstrual, la dismenorrea amb una mirada feminista. També s'han consultat llibres didàctics per un públic preadolescent i adolescent sobre la

menstruació, per tal d'acotar aquells coneixements i percepcions que aquest grup d'edat té envers la temàtica. També, s'han consultat llibres de caire mèdic en el que s'expliquen el paper de la dona dins el món de la medicina com objecte d'estudi i finalment, també s'han consultat estudis recents de caire social en el que es recullen creences, mites i percepcions relacionats amb l'experiència menstrual. A més a més, s'ha indagat en l'experiència de la menstruació en diversos contextos tot visionant pel·lícules i documentals al respecte, així com llegint articles d'opinió i notícies relacionades.

Pel que fa al procediment de la recollida de dades, en primer lloc es va contactar amb el centre per tal de demanar si es podia fer un taller per recollir els coneixements i les percepcions de l'alumnat de cicle superior. L'escola va acceptar la proposta però reduint-la únicament al curs de sisè de primària i demanant abans permís a les famílies per poder realitzar-lo. Un cop donat el consentiment per part de les famílies, l'escola va accedir a cedir un espai per dedicar al taller, dotant-lo de 10 minuts per grup classe. Per tal d'ajustar-se al temps del que disposava es va redissenyar el taller grupal per convertir-lo en una breu enquesta individual escrita que es va realitzar a les aules dels dos grups classe en el temps estipulat.

Les dades han sigut analitzades seguint una metodologia mixta ja que les dades s'han analitzat segons un mètode quantitatiu per tal d'exemplificar la representació de cada resposta, i també usant mètodes qualitius per tal de poder comparar les respostes i relacionar-les amb la teoria pertinent. Les dades que es presenten de manera quantitativa es presenten usant percentatges i les taules amb les respostes de cada pregunta. Les dades qualitatives en canvi, es presenten en únicament dues preguntes de l'entrevista en forma de mapa mental, tot presentant el sistema de codis que s'ha usat per comparar les respostes dels subjectes amb les teories que expliquen mites i creences sobre la menstruació.

#### **4. PRESENTACIÓ DE RESULTATS I DISCUSSIÓ**

En aquest apartat, es presenten els resultats extrets de les entrevistes. Aquest resultats s'organitzen en dos grans blocs: el bloc sobre el coneixement i el bloc sobre la percepció.

En el primer bloc, s'esmentaran aquelles respostes que es relacionin amb: el coneixement de la menstruació; amb els mites sobre la menstruació; el coneixement sobre el cicle menstrual; el coneixement referent als productes menstruals, el dolor com a característica menstrual; el coneixement dels òrgans sexuals femenins i, les fonts de coneixement.

En el segon bloc, s'analitzarà la percepció que les persones entrevistades tenen sobre la menstruació i la percepció del dolor menstrual.

A continuació, es detallen les preguntes de l'enquesta que s'usaran en cada bloc. Val a dir que algunes preguntes s'usaran per diferents blocs, i d'altres com la pregunta 13 s'usaran com a dades que poden condicionar les respostes (p.13 *Has tingut la teva primera regla?*).

Les respostes s'analitzaran diferenciant i comparant les respostes dels subjectes femenins dels masculins per tal de realitzar un anàlisi crític amb perspectiva de gènere.

**Taula 2.** Relació de preguntes de l'enquesta amb les àrees d'investigació

ÀREES D'INVESTIGACIÓ	PREGUNTES DE L'ENQUESTA
1. <b>Percepció de la menstruació</b>	p.1 "Descriu la regla amb dues paraules" p.6 "Menstruar fa mal?" p.7 "Menstruar és positiu, negatiu o ambdós" p.12 "Parlar sobre la menstruació a classe em fa sentir..."
2. <b>Coneixement sobre la menstruació</b>	p.1 "Descriu la regla amb dues paraules" p.2 "Quines coses pots fer quan tens la regla? Quines no pots fer?" p.3 "Escriu el nom d'aquests òrgans sexuals interns" p.4 "Escriu el nom d'aquests òrgans sexuals externs" p.9 "He parlat de la menstruació a ..." p.10 "He parlat de la menstruació amb..."
3. <b>Coneixement sobre als productes menstruals</b>	p.8 "Quins productes menstruals pots identificar?"
4. <b>Dolor com a característica menstrual</b>	p.1 "Descriu la regla amb dues paraules" p.2 "Quines coses pots fer quan tens la regla? Quines no pots fer?" p.6 "Menstruar fa mal?"

#### 4.1. PERCEPCIÓ DE LA MENSTRUACIÓ

Un 55% de les noies considera que menstruar és tant positiu com negatiu i un 40% considera que és només positiu, finalment, un 5% no respon, tal i com es comprova a la taula 3. Cap de les participants considera que menstruar és negatiu i, això sembla indicar que totes les noies viuen de manera positiva la menstruació, però cal tenir en compte que la majoria no considera menstruar totalment positiu. De fet, és major el nombre de

participants que considera positiva i negativa la menstruació 55%, que no pas les participants que la consideren únicament positiva: 40%.

**Taula 3.** Respostes de la pregunta 7 de l'enquesta

Pregunta 7: Menstruar és positiu, negatiu o ambdues coses?				
Respostes	Noies		Nois	
Positiu	8	40%	11	57,9%
Negatiu	0	0%	1	5,26%
Ambdues coses	11	55%	7	36,84%
No respon	1	5%	-	-

D'altra banda, referent a com es senten al parlar de la menstruació a classe, a la taula 4, es comprova que un 16,7% es sent còmode (cap participant es sent "súper còmode" ni "molt còmode" parlant-ne), mentre que la majoria de participants es sent més aviat incòmode, amb un 68,4%, sent el grau d'incomoditat més popular el "d'una mica incòmode". També, un 15% es sent indiferent a parlar aquest tema i un 5% no respon la pregunta.

**Taula 4.** Respostes de la pregunta 12 de l'enquesta

Respostes	Noies		Nois	
Súper còmode	-	0%	-	0%
Molt còmode	-	0%	-	0%
Còmode	3 + 0,33*	16,7%	3	15,8%
Una mica incòmode	10 + 0,33*	51,7%	5	26,3%
Incòmode	2 + 0,33*	11,65%	3	15,8%
Molt incòmode	-	0%	0,5*	2,6%
Súper incòmode	1	5%	1	5,3%
Indiferent	3	15%	5+0,5*	28,9%
Em molesta	-	0%	-	0%
No contesta	1	5%	-	0%

Una participant respon 3 opcions: es calcula la part proporcional a cada resposta.  
 Un participant respon 2 opcions: es calcula la part proporcional a cada resposta.

En canvi, pel que fa als nois, el 57,9% considera que menstuar és positiu, un 36,8% considera que tant és positiu com negatiu i, a diferència de les noies, un 5,3% opina que menstuar és negatiu. Pel que fa a com es senten al parlar de la menstruació a classe, un 15,8% es sent còmode, envers un total del 50% de sensació general d'incomoditat amb els matisos que es troben a la taula 4. El percentatge total de nois incòmodes és del 50% envers el 65,1% de les noies.

La possibilitat de permetre a les participants explicar els seus motius podria ajudar a analitzar aquests resultats amb més profunditat. Tot i així, aquests resultats ens demostren que la majoria de noies es sent incòmode al parlar de la menstruació a classe i només un 16,7% es sent còmode fent-ho. També, és major el nombre de noies que consideren la menstruació positiva i negativa, que no únicament positiva. Pel que fa als nois, és destacable el fet que siguin els únics que considerin obertament la menstruació negativa.

## 4.2. CONEIXEMENT DE LA MENSTRUACIÓ

En només una ocasió respectivament una noia i un noi defineix la menstruació com "normal" i com, cito textualment, "salut". També algunes noies afirmen que es pot seguir una quotidianitat mentre es menstua. A la vegada que indica que aquests subjectes han rebut una educació que normalitza i celebra la menstruació, és un nombre molt reduït de subjectes: un 5% en les noies i un 5,3% en els nois com es pot veure en la taula 5 on es detallen les respostes de la primera pregunta de l'enquesta. Cal seguir educant per viure la menstruació com a quelcom positiu.

També, apareix la sexualitat, encara que només per part de subjectes masculins, concretament de dos, un 10,5%. Aquesta aportació es pot entendre donat que l'arribada de la menarquia desperta també el desig sexual i, que si la menstruació s'enten com la possibilitat de quedar-se embarassada, l'alumnat pot entendre que és el moment idoni en el qual ja es poden començar a tenir relacions sexuals. Això, potser lliga la idea de sexe amb finalitats únicament reproductives, en comptes d'entendre el sexe com un acte de plaer en sí.

**Taula 5.** Respostes de la pregunta 1 de l'enquesta

Respostes	Noies		Nois	
No respon	6	28,6%	4	21,1%
Sang	15	71,4%	10	52,6%
Gotes	1	4,7%	-	0%
Dolor	6	28,6%	1	5,3%
Còlics	1	4,7%	1	5,3%

Menstruació	3	14,3%	2	10,5%
Dona	2	9,5%	5	26,3%
Nena	-	0%	1	5,3%
Compresa	2	9,5%	1	5,3%
Molèstia	1	4,7%	1	5,3%
Incòmode	1	4,7%	-	0%
Normal	1	4,7%	-	0%
Regla d'estudi / de medir	1	4,7%	2	10,5%
Recte	-	0%	1	5,3%
Òvul	-	0%	4	21,1%
Desfet	-	0%	1	5,3%
Salut	-	0%	1	5,3%
"Una cosa que li venen a les dones quan estan madurant"	-	0%	1	5,3%
Muntanya	-	0%	1	5,3%
Goma	-	0%	1	5,3%

#### 4.2.1. MITES MENSTRUALS

##### Mite de la menstruació com a senyal d'entrada al món adult i com a visió reproductcionista

Les noies, tal i com veiem a la taula 6 i 7, es refereixen en diverses preguntes de l'enquesta al mite en que la nena es converteix en dona amb l'arribada de la menstruació, sumant un total de 4 esmenes a aquest mite, tal i com podem veure a la taula 9, i resultant en un total d'un 20% de les participants que creuen aquest mite, tal i com es pot veure en la taula 10.

Els nois són més propensos a creure en el mite de la menstruació com a senyal de pas entre la nena i la dona, tal i com podem veure a les taules 6, 7, 8 i 9. D'aquesta manera, són més els nois que creuen en aquest mite, en comparació amb les noies: un 53,6% dels entrevistats creu en aquest mite, tal i com s'expressa en la taula 10.

Pel que fa a la visió reproductcionista, 3 participants esmenten aquest mite, com es pot comprovar en la taula 6,7 i 8, resultant en que el 15,8% dels entrevistats creuen en aquest mite, veure taula 10.

En general, el nombre de nois que creu en aquests dos mites és major en comparació amb les noies, concretament, el mite que és més estès entre els nois és el del pas de la nena a la dona, amb una mica més de la meitat de subjectes que ho creuen (taula 9). D'altra banda, d'aquets dos mites, el més estès entre les noies és el del pas de la nena a la dona, tal i com es mostra a la taula 10 amb un 20% de representació entre les noies. Tot i que és un percentatge que no arriba a incloure a la meitat de les participants, el

més important és que es detecta que existeixen aquestes creences, amb major o menor mesura, i que per tant, cal contrarestar-les amb educació menstrual.

**Taula 6.** Mencions en l'enquesta sobre el mite de la dona i de la visió reproduccionista de la pregunta 1

Noies		Nois	
Número de Subjecte	Menció al mite	Número de Subjecte	Menció al mite
Subjecte 1	"dones"	Subjecte 27	"dona"
Subjecte 18	"dones"	Subjecte 29	"dona"
		Subjecte 30	"dones"
		Subjecte 31	"dona"
		Subjecte 35	"dona"
Total de mencions al mite de la dona	2	Total de mencions al mite de la dona	5
Total de mencions a la visió reproduccionista	-	Total de mencions a la visió reproduccionista	-

**Taula 7.** Mencions en l'enquesta sobre el mite de la dona i de la visió reproduccionista de la pregunta 2

Noies		Nois	
Número de Subjecte	Menció al mite	Número de Subjecte	Menció al mite
Subjecte 2	"El cicle menstrual es quan una nena està començant a ser una dona"	Subjecte 33	"El cicle menstrual és quan les dones tenen l'òvul per tenir fills"
Subjecte 15	"Crec que és quan la noia està començant a ser una dona"		
Subjecte 18	"[...] és que ja pots tenir fills etc."		
Total de mencions al mite de la dona	2	Total de mencions al mite de la dona	1



Total de mencions a la visió reproductorista	1	Total de mencions a la visió reproductorista	1
--	---	--	---

**Taula 8.** Mencions en l'enquesta sobre el mite de la dona i de la visió reproductorista de la pregunta 5

Noies		Nois	
Número de Subjecte	Menció al mite	Número de Subjecte	Menció al mite
Subjecte 20	"Pots tenir fills en el futur"	Subjecte 22	"Poden tenir fills"
		Subjecte 25	"Quan tens la regla tens la possibilitat de tenir fills"
Total de mencions al mite de la dona	-	Total de mencions al mite de la dona	-
Total de mencions a la visió reproductorista	1	Total de mencions a la visió reproductorista	2

**Taula 9.** Total de mencions en l'enquesta sobre el mite de la dona i de la visió reproductorista

Noies		Nois	
Total de mencions al mite de la dona	4	Total de mencions al mite de la dona	6
Total de mencions a la visió reproductorista	2	Total de mencions a la visió reproductorista	3

**Taula 10.** Percentatges totals de noies i nois que mencionen el mite de la dona i fan referència a la visió reproductorista

Noies		Nois	
Percentatge de noies que mencionen el mite de la dona	20%	Percentatge de nois que mencionen el mite de la dona	53,6%

Percentatge de noies que mencionen la visió reproduccionista	10%	Percentatge de nois que mencionen la visió reproduccionista	15,8%
--	-----	---	-------

### “Només les dones tenen la menstruació”

Aquest mite es podria analitzar usant els mateixos resultats que amb el mite del “pas de la nena a dona” tot analitzant les taules 6, 7, 8 i 9. Tot i així, de la mateixa manera que s’ha especificat en l’apartat de la descripció de les respostes de les noies, val a dir que aquests resultats no són prou significatius ja que ni al marc teòric s’ha aprofundit en la diferència entre sexe i gènere, ni amb l’enquesta s’ha pogut identificar si vertaderament l’alumnat creu en aquest mite. Per tal de fer-ho s’hauria d’analitzar si aquestes creences es relacionen amb el sexe o amb el gènere “dona”.

### “La menstruació és una malaltia”

D’acord amb (Al Adib Mendiri, 2019) com a conseqüència de la medicalització de la vida, alguns esdeveniments vitals, en aquest cas la menstruació, es tracten com problemes de salut que cal tractar mèdicament. Prova d’això són les respostes de les entrevistades que especifiquen a la pregunta número 5 de l’enquesta aquelles coses que poden i no poden fer quan es menstrua, s’adjunten les imatges 2 i 3 per tal de representar les respostes dividint-les per gènere.

En el cas de les noies, es recullen un gran nombre d’activitats quotidianes que no es poden fer o que és millor no fer. Aquestes recorden a les activitats que una persona malalta no pot fer: “fer força”, “riure”, “saltar”, “esternudar”, “no es pot córrer tant”, “aixecar coses pesades”, “fer esport”, “banyar-te”, “caminar molt” i, “es pot fer tot però amb compte”. Algunes de les activitats que sí es poden fer quan es menstrua es refereixen a tractar símptomes com ara: “posar coses calentes”, “prendre una pastilla”, “dir-li a algú per a que t’ajudi”.

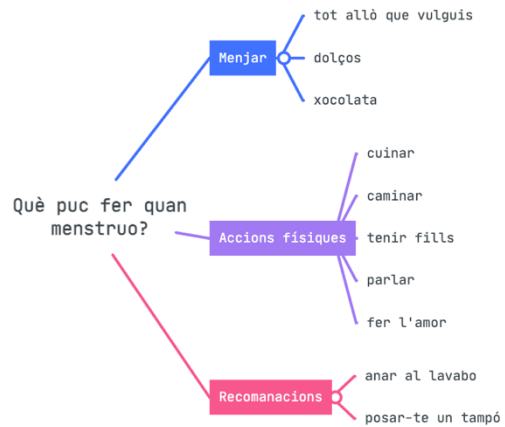
En el cas dels nois, el nombre de respostes referents a les activitats que es poden o no fer són molt més escasses, però tot i així també trobem accions típiques d’una persona malalta: “estàs molt malament i et sents apagada” “no poden sortir”, “fer esforços”, “anar al lavabo”, “avisar”.



**Gràfic 2.** Mapa conceptual sobre les respostes de les noies a la primera part de la pregunta 5 de l'enquesta.

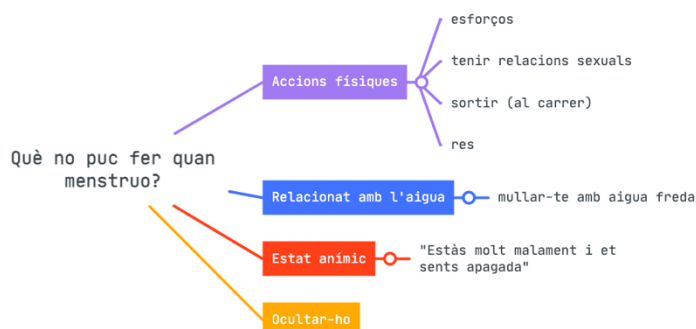


**Gràfic 3.** Mapa conceptual sobre les respostes de les noies a la segona part de la pregunta 5 de l'enquesta.



**Gràfic 4.** Mapa conceptual de les respostes dels nois a la primera part de la pregunta 5 de l'enquesta

**Gràfic 5.** Mapa conceptual de les respostes dels nois a la segona part de la pregunta 5 de l'enquesta



### “La sang menstrual és un rebuig del cos”

De les entrevistades, un 74,1% de les noies pensa en sang quan escolta la paraula menstruació, tal i com es pot veure a la taula 5, un 5% es refereix a la sang menstrual com “la sang que el cos ja no necessita”. Un 52,6% dels nois descriuen la menstruació amb la paraula “sang” i un 5,3% es refereix a la sang menstrual com “la neteja dels òrgans sexuals”.

D’aquesta manera, el mite de la menstruació com a rebuig del cos és present tant en nois com en noies, i una mica més popular entre els nois.

Pel que fa als nois, com es pot comprovar en la taula 5 un 21,1% usa la paraula “òvul” per descriure la menstruació. D’aquesta manera, es pot afirmar que un 21,1% creu que amb la menstruació s’expulsa l’òvul i per tant, desconeixen la vertadera composició de la sang menstrual. Referent a la composició de la menstruació, no hi ha cap noia que en parli d’ella. Caldria analitzar en més profunditat aquest coneixement per extreure’n conclusions rellevants.

### “La menstruació és una senyal de brutícia” i “No pots banyar-te”

El 38,1% de les noies afirma que no poden tocar l’aigua mentre menstruen, d’acord amb Botello (2020) aquest és un mite que encara avui en dia les generacions joves creuen. Hi ha diferents accions que les noies afirmen no poder fer mentre menstruen, es presenten en la taula 11 i 12: “anar a la piscina”, “dutxar-me”, “dutxar-me amb aigua calenta”, “banyar-me”, “ficar-se a l’aigua”. Aquests mites responen a la idea del perill que pot tenir en les noies entrar en contacte amb l’aigua (Botello, 2020).

D’altra banda, existeixen diferents creences sobre la temperatura que és nociva mentre es menstrua ja que algunes enquestades afirmen no poder “menjar coses fredes”, mentre altres no poden “dutxar-me amb aigua calenta”. Existeix una creença que afirma que la temperatura del cos mentre es menstrua és elevada i un canvi de temperatura pot “tallar” la menstruació, creant coàguls i possibles afectacions severes a la noia.

Pel que fa als nois, només un 5,3% creu en el mite de la prohibició de tocar l'aigua, amb la particularitat que la temperatura prohibida és freda. Aquest mateix subjecte que creu en aquest mite, afirma haver parlat amb la seva cosina i amb la seva mare sobre la menstruació, és per això que és probable que aquesta informació s'hagi transmès per la seva mare i per la seva cosina.

En general el mite de la prohibició de tocar l'aigua és present en el 40% de les participants i només en el 5,3% dels nois. Aquest mite afecta directament en la salut i l'experiència de les noies que el porten a la pràctica d'acord amb Hennegan et al. (2019).

**Taula 11.** Mencions a la prohibició de tocar l'aigua en la pregunta 5 de l'enquesta

Noies		Nois	
Número de Subjecte	Menció al mite	Número de Subjecte	Menció al mite
Subjecte 1	"ficar-se a l'aigua (piscina i mar)"	Subjecte 28	"mullar-te amb aigua freda"
Subjecte 10	"bañarte"		
Subjecte 12	"dutxar-te amb aigua calenta"		
Subjecte 16	"anar a la piscina (millor no)"		
	"anar a la platja (millor no)"		
Subjecte 17	"dutxar-me"		
Subjecte 18	"aigua"		
Subjecte 19	"banyar-me"		
Total de mencions a la dismenorrea per part de les noies	8	Total de mencions a la dismenorrea per part dels nois	1

**Taula 12.** Mencions a la prohibició de tocar l'aigua en la pregunta 5 de l'enquesta

Noies		Nois	
Total de mencions al mite de la prohibició de tocar l'aigua	8	Total de mencions al mite de la dona	1
Percentatge de noies que creuen en aquest mite	40%	Percentatge de nois que creuen en aquest mite	5,3%

#### 4.2.2. CONEIXEMENT DELS ÒRGANS SEXUALS FEMENINS

Els resultats de les preguntes sobre el coneixement dels òrgans sexuals femenins recollits en la taula 12, demostren que només un nombre molt baix de participants (entre un 5% i un 5% en el cas de les noies; i entre un 5,9% i un 17,6% en el cas dels nois) coneixen els noms dels òrgans sexuals femenins.

L'òrgan que més coneixen les noies és la vagina amb un 15% d'encerts, seguit dels ovaris, l'uretra i el llavi exterior amb un 5% de respostes respectivament. Els òrgans que són desconeguts per totes les participants són l'úter i l'entrada de la vagina. En general, el desconeixement dels propis òrgans sexuals és preocupant, sobretot pel que fa a l'úter, ja que a través d'aquest s'explica el procés fisiològic de la menstruació, i, de l'entrada de la vagina, per on s'expulsa el flux menstrual o es col·loca un producte menstrual d'ús intern. Això, s'explica per la manca d'autoexploració i per el propi rebuig que moltes noies senten al pensar en tocar-se la vulva (Torrón & Torrón, 2021).

En canvi, tot i que les respostes dels nois són també escasses, és notori que els nois coneixen més òrgans sexuals femenins que les noies. L'òrgan que més coneixen amb un 17,6% de respostes correctes és l'úter, seguit dels ovaris amb un 11,8%. La vagina i la seva entrada són els altres òrgans que coneixen amb un 5,9% de respostes respectivament. Els òrgans que no coneixen són la uretra i els llavis exteriors.

**Taula 13.** Respostes de les preguntes 3 i 4 de l'enquesta

Pregunta 3 i 4: Escribe el nom d'aquests òrgans sexuals interns i externs				
Òrgans interns	Noies		Nois*	
Úter	-	0%	3	17,6%
Vagina	3	15%	1	5,9%
Ovaris	1	5%	2	11,8%
Òrgans externs	Noies		Nois*	
Uretra	1	5%	-	0%
Entrada de la vagina	-	0%	1	5,9%
Llavi exterior	1	5%	-	0%

\*2 nois realitzen l'enquesta a posteriori i no poden veure les imatges

#### 4.2.3. FONTS D'INFORMACIÓ I DE CONEIXEMENT

La principal font d'informació de les participants és en l'àmbit familiar amb un 95% de noies que n'han parlat a casa, es destaca, tal i com podem veure a la taula 13 que una noia diu no haver-ne parlat a casa. Contrastant aquests resultats amb els de la taula 14, veiem que la mateixa participant afirma haver parlat amb la seva mare, com el 100% de les participants. El fet que la Subjecte 1 no hagi marcat l'opció d'haver parlat sobre la

menstruació en l'àmbit familiar, pot tenir a veure amb el fet que com un 65% de les participants, no hagin parlat de la menstruació amb el seu pare. D'aquesta manera, s'entén que el fet de parlar només amb la mare no impliqui poder parlar-ne lliurement en l'àmbit familiar, sinó en converses privades amb la mare. D'acord amb Salvia (2021), la majoria de pares segueixen sense parlar de la menstruació amb les seves filles, delegant l'educació sexual a les mares. Per això, podem afirmar que per un 65% de les participants parlar en l'àmbit familiar sobre la menstruació és un tabú.

**Taula 14.** Respostes de la pregunta 9 de l'enquesta

Respostes	Noies		Nois	
A Casa	19	95%	11	57,9%
A classe	17	85%	14	73,7%
A la consulta mèdica	9	45%	0	0%
Altres llocs:	3	15%	1	5,3%
Enlloc	-	0%	3	15,8%

**Taula 15.** Respostes de la pregunta 11 de l'enquesta

Respostes	Noies		Nois	
La mare	20	100%	8	42,1%
El pare	7	35%	2	10,5%
La mare i el pare	7	35%	1	5,3%
Un familiar	8	40%	4	21,1%
Amb noies	12	60%	4	21,1%
Amb nois (no és el seu pare)	1	5%	4	21,1%
Amb una mestra	12	60%	8	42,1%
Amb un mestre	6	30%	-	0%
Amb mestre i mestra	2	10%	-	0%
Amb cap mestra/e	-	0%	11	57,9%
Amb la doctora	10	50%	-	0%
Amb el doctor	4 (l amb doctora)	20%	-	0%
Altres (no especifiquen)	2	10%	1	5,3%

Amb ningú	-	0%	4	21,1%
-----------	---	----	---	-------

Pel que fa als nois, el 57,9% dels participants n'ha parlat a casa, d'aquests, el 72,7% ho ha fet amb la seva mare, el 18,2% amb el seu pare i, un 9,1% amb ambdós. D'aquest 57,9%, el 63,6% n'ha parlat a casa i amb un familiar així que el fet que n'hagin parlat pot veure's influenciat per tenir una germana o una cosina en edat de la menarquia, ja que alguns d'aquest 63,6% indiquen que han parlat amb "la meva germana" o "la meva cosina" o amb noies. També, les mares són més presents com a transmissores de coneixement de la menstruació que no pas els pares, un 42,1% versus un 10,5%. Només un 5,3% n'ha parlat amb ambdós progenitors.

Pel que fa a l'àmbit escolar, les respostes de l'enquesta diuen que només un 85% de les noies n'ha parlat a classe tal i com s'especifica a la taula 13, però aquestes dades no són certes si es comparen amb les respostes a la pregunta 11 de l'enquesta, descrites en la taula 14, ja que d'aquestes, només dues participants afirmen no haver-ne parlat a classe ni amb cap mestre. Tot i així, es té constància que la i el tutora de cada grup n'ha parlat amb totes les noies i, precisament per aquesta dada s'arriba a la hipòtesi que la pregunta no és prou clara i, per tant no pot ser contada com un instrument vàlid. A més a més, una situació semblant passa amb els nois, ja que un 73,7% diu haver-ne parlat a classe, però només un 42,1% n'ha parlat amb una mestra. El cas dels nois, es veu influenciat pel fet que el grup del tutor no ha parlat amb els nois sobre la menstruació, només ho ha fet amb les noies. D'aquesta manera, el 31,6% de la resta de participants no es sap amb qui han pogut parlat a classe. A la taula 15 s'ha analitzat amb qui han parlat aquells subjectes que diuen haver parlat a classe però no amb cap mestre i, tot i que alguns n'han parlat amb noies, i això podria explicar que diguin haver-ne parlat a classe, la suma dels participants que han parlat amb una mestra i els que han parlat a classe i amb noies, no sumen el 73,7%. D'aquesta manera, aquestes dades tampoc seran tingudes en compte.

**Taula 16.** *Detall de subjectes que afirmen haver parlat a classe sobre la menstruació però no amb mestres*

Nois	
Número de Subjecte	Amb qui ha parlat de la menstruació
Subjecte 34	<i>Amb ningú</i>
Subjecte 31	<i>Amb noies</i>
Subjecte 30	<i>Amb la mare i una familiar (la seva germana)</i>



Subjecte 29	<i>Amb noies ; amb la mare i una familiar</i>
Subjecte 28	<i>Amb la mare ; amb una familiar (la seva cosina); amb noies i altres</i>
Subjecte 21	<i>Amb noies</i>
Total amb parlat amb noies	4

Pel que fa a l'àmbit de la salut, les dades que s'extreuen dels resultats de la pregunta 9 i 11, presents en la taula 13 i 14, són contradictoris ja que el 45% de les entrevistades afirma haver parlat de la menstruació a la consulta mèdica, i d'aquestes, el 22,2% diu que no n'ha parlat amb cap doctora/o. És per això que ens basarem en les dades més restrictives per analitzar aquest àmbit. Així, es tindran en compte les respostes de les 8 participants que ni han parlat a la consulta mèdica ni han parlat amb una doctora/o. Així, podem afirmar com a mínim, el 40% de les entrevistades no ha parlat de la menstruació a la consulta mèdica, fet rellevant tenint en compte que el 50% considera dolorosa la menstruació i ja han tingut la menarquia.

### 4.3. CONEIXEMENT SOBRE PRODUCTES MENSTRUALS

En general, tant noies com nois coneixen més productes d'un sol ús que no pas de reutilitzables. Aquestes dades coincideixen amb l'estudi de Holst et al. (2022) en el que es recull l'ús de productes menstruals d'un sol ús o de reutilitzables. Aquest estudi es centra en dones i persones menstruants des dels 18 anys fins els 55. Existeixen algunes diferències entre els resultats d'aquest estudi i el realitzat, principalment per les diferències d'edat, les experiències menstruals i el coneixement sobre la menstruació de les participants.

És per això que alguns resultats obtinguts, recollits en la taula 15 coincideixen amb els resultats de l'estudi de Holst et al. (2022): els productes més coneguts entre les participants són els d'un sol ús i d'aquests, el producte més reconegut és en ambdós casos la compresa 100%. Les diferències entre ambos estudis són que l'estudi aquí presentat situa el tampó com el tercer producte més conegut amb un 75%, i la copa menstrual com el quart amb un 50%. En canvi, en l'estudi de Holst et al. (2022) la copa és el tercer producte més conegut i el tampó, el quart. Els productes menys reconeguts són la compresa de tela, reconeguda per només un 5% de les enquestades i, la calça menstrual, reconeguda per un 20%.

Taula 17. Respostes de la pregunta 8 de l'enquesta

Productes	Noies		Nois*	
	N	%	N	%
Tampó	15	75%	11	64,7%
Copa menstrual	10	50%	5	29,4%
Compresa	20	100%	7	41,2%
Compreses de tela	1	5%	-	0%
"Protegeslip"	2	10%	-	0%
Calça menstrual	4	20%	2	11,8%
No respon	-	-	4	23,5%
"Bolquers de nit"	-	-	1	5,9%

\*Dos nois realitzen l'entrevista a posteriori i no poden veure les imatges.

Els resultats obtinguts dels nois entrevistats són semblants pel que fa als 3 productes més coneguts, però en varia l'ordre: el tampó és el producte més reconegut amb un 64,7%, seguit per la compresa amb un 41,2% i, en tercer lloc la copa menstrual amb un 29,4%. El seu coneixement de les calces menstruals és força dubtós ja que tot i que un 11,8% dels participants les reconeixen, no semblen distingir entre la roba interior i les calces menstruals: les seves respostes són "bragas", "calcetes grans" i "panyals de nit". La identificació dels "panyals de nit" podria explicar-se d'acord amb l'estudi de Holst et al. (2022) per l'ús de bolquers com a productes menstruals pel 0,5% de les entrevistades. És possible que la família d'aquest alumne visqui una situació de pobresa menstrual i que a casa s'usin aquests productes. D'altra banda, també podria explicar-se per falta de coneixement d'aquest alumne sobre els productes menstruals, caldria aprofundir en aquest aspecte en un altre entrevista per poder extreure conclusions.

Les grans diferències entre noies i nois són: la manca d'unanimitat per part dels nois en el coneixement de les compreses (100% vs 41,2%); el coneixement per part de totes les participants (incloses les premenàrquiques) d'algun producte menstrual, en comparació amb la manca de coneixement de productes de gestió menstrual per part del 23,5% dels participants tal i com es pot comprovar en la taula 15.

#### 4.4. CONEIXEMENT DE LA DISMENORREA

En la taula X, es recullen les respostes a la pregunta 1: la descripció de la menstruació amb dues paraules. D'aquestes respostes, la paraula "dolor" apareix un 30%; també, la paraula "còlics" amb un 5%; i, la paraula "molèstia" amb un 5%. Així, les paraules que les noies usen i que s'assimilen al dolor sumen un total d'un 40%.

Per tal de contrastar aquestes dades, també s'analitza la pregunta 6, recollida en la taula número 16 en la que es qüestiona a les participants si menstruar és dolorós. D'aquestes,

un 65% ho afirma i així, d'acord amb Botello (2020) és confirma que més de la majoria de les noies creuen que menstruar és dolorós. Pel que fa als nois, fins a un 81,6% creu que menstruar és dolorós, tal i com es representa a la taula 18.

Així, els resultats obtinguts afirmen que qui més creu que menstruar és dolorós són els nois, amb un 81,6% de creences envers el 65% de noies que ho creuen.

**Taula 18.** Resposta a la pregunta 6 de l'enquesta referent a la dismenorrea

Noies		Nois	
Número de Subjecte	Menció al mite	Número de Subjecte	Menció al mite
Fa mal	13	Fa mal	15
No fa mal	6	No fa mal	3
No respon	1	No respon	-
Ambdós	-	Ambdós	1
Percentatge noies que afirmen que la menstruació és dolorosa	65%	Percentatge nois que afirmen que la menstruació és dolorosa	81,6%

## 5. CONCLUSIONS

Aquest treball va néixer del neguit personal i de les ganes de saber més sobre la menstruació, no únicament amb objectius en l'àmbit escolar, sinó en l'àmbit personal. Les dimensions que s'han tractat dins de la menstruació han sigut fruit de la meva visió sobre la menstruació i, precisament per això un dels grans protagonistes d'aquest treball ha sigut el dolor menstrual. L'objectiu del treball ha sigut el de donar veu a les noies (pre) menàrquiques i, també posar de manifest les diferències en la percepció i el coneixement que tenen sobre la menstruació noies i nois.

L'estudi dut a terme mostra la percepció de la menstruació: majoritàriament positiva i negativa entre les noies (55%) envers la visió positiva (40%). La visió dels nois és positiva (57,9%) envers la visió positiva i negativa (36,84%); també demostra la presència de mites i mancances en el coneixement de la menstruació; esmenta els productes mensuals més coneguts per les noies i pels nois; i finalment, demostra la creença en la dismenorrea com a característica de la menstruació i, la vivència de la dismenorrea per part de les noies menàrquiques.

En primer lloc, l'anàlisi de les enquestes demostra que les noies perceben la menstruació com quelcom positiu i negatiu a la vegada, així com un 68,4% es sent incòmode al parlar-ne a classe. També, demostra que més de la meitat de les participants descriu la menstruació com si fos una malaltia i, la mateixa quantitat la considera de naturalesa dolorosa.

En segon lloc, les enquestes també confirmen la forta presència de mites mensuals en el coneixement de les noies, destacant la presència en un 40% de les participants del mite de la prohibició de tocar l'aigua, el mite del dolor menstrual i la creença que la menstruació és una malaltia.

En tercer lloc, les dades extretes demostren que la percepció dels nois cap a la menstruació presenta lleus contradiccions: d'una banda, la visió d'aquesta és positiva amb un 57,9% davant d'un 36,84% que creu que és tant positiva com negativa, d'altra banda, un 5,26% afirma que la menstruació és negativa, la meitat dels participants es senten incòmodes al parlar-ne a l'aula i, alguns d'ells en els graus més elevats d'incomoditat.

En quart lloc, les dades extretes també demostren que els percentatges més alts de creences en alguns dels mites mensuals són els dels nois, sent els més populars el mite del dolor seguit pel del "pas de la nena a la dona".

També, amb els resultats de les enquestes es comprova que un 23,5% dels nois no coneix cap producte de gestió menstrual.

Finalment, s'ha detectat la necessitat de treballar l'educació menstrual amb l'alumnat de sisè de Primària, detectat el gran nombre de mites mensuals presents en el seu coneixement, i donada la seva percepció sobre la menstruació.

L'objectiu general del treball ha sigut constatar el coneixement i la percepció sobre la menstruació de l'alumnat, tot diferenciant la informació entre noies i nois i mitjançant la realització d'una enquesta que reculli la seva opinió sobre menstruar i, el seu coneixement sobre la menstruació, els productes mensuals i el dolor menstrual. Pel que fa a aquest objectiu, tot i que en l'enquesta realitzada a l'alumnat s'han contemplat totes aquestes dimensions, ha sigut difícil extreure'n conclusions ja que les preguntes han sigut massa tancades per poder detectar la quantitat de falses creences presents en el coneixement de l'alumnat. Si el mètode per recollir les dades hagués sigut un grup de debat, les dades extretes serien molt més rellevants. També, és important destacar que la presència de tantes dimensions a analitzar, ha fet que el grau de profunditat amb el que s'analitzava cada una d'elles minvés.

*Objectiu 1.* Elaborar un llistat de mites i constructes socials sobre el coneixement de la menstruació, els productes de gestió menstrual i la dismenorrea, que permeti fonamentar una pauta d'observació i anàlisi del coneixement i les percepcions de l'alumnat. Aquest objectiu s'ha complert amb la realització del marc teòric, tot resumint algunes problemàtiques que pateixen les dones en la nostra societat i presentant alguns mites mensuals. Val a dir que la redacció d'aquestes dimensions podria haver sigut molt més extensa, ja que hi ha moltes dades que, tot i haver sigut llegides, no han arribat a formar part d'aquest treball. En qualsevol cas, aquestes informacions sí han inspirat la resta del treball.

*Objectiu 2.* Contrastar les respostes de l'alumnat entrevistat amb el llistat de mites i constructes socials descrits en el marc teòric, tot diferenciant els resultats per gènere. Aquest objectiu s'ha pogut complir en l'apartat de la presentació de resultats, en el qual s'han analitzat les respostes de les i els alumnes tot tenint en compte els principals mites al voltant de la menstruació. Per tal de poder complir aquest objectiu ha calgut afegir més informació al marc teòric.

*Objectiu 3.* Valorar la quantitat i la qualitat del coneixement i la percepció sobre la menstruació de l'alumnat entrevistat tot diferenciant els resultats per gènere. Amb els resultats de les enquestes s'ha pogut detectar el coneixement i la percepció de l'alumnat, però amb un altre instrument per recollir les dades s'hagués pogut aprofundir molt més en aquesta valoració.

Desitjo que aquest treball pugui contribuir a respondre la pregunta: "Cal parlar sobre educació menstrual a la Primària?" El testimoni d'aquestes noies i nois que tot just han parlat sobre la menstruació a l'aula, ja demostra un coneixement i una percepció marcada pels mites i la visió androcentrista. Així doncs, està en les nostres mans, redefinir l'experiència menstrual des d'una mirada que posi a l'avant eines i recursos per què la menstruació es deixi de viure com una experiència limitant.

## **6. INDICACIONS PER A POSSIBLES APLICACIONS EN UN CONTEXT EDUCATIU**

Amb aquest treball es pretenen recollir les raons per les quals cal començar a parlar sobre educació menstrual ja a la Primària. Sovint el propi personal docent desconeix com tractar la menstruació a l'aula, i la manera com s'expliqui la menstruació tindrà conseqüències en com les noies la viuran i com els nois la veuran. Tractar a l'aula la menstruació amb perspectiva de gènere és clau per començar a eliminar falses

creences, pors i vergonyes i, per parlar amb naturalitat sobre la menstruació. L'educació menstrual pot contribuir a construir una societat més equitativa i feminista.

D'aquesta manera, aquest treball no crea cap disseny didàctic per tractar la menstruació a l'aula, sinó que és el pas previ: és el conjunt de motius i necessitats que demostren que cal parlar sobre menstruació a l'aula de Primària, mitjançant un recull de les falses creences, i situacions de desigualtat que ja des de nenes, les dones viuen.

A quest estudi també recull aquells temes que cal tractar quan parlem d'equitat menstrual. En primer lloc, cal donar a les noies l'oportunitat d'accedir a informació verdadera i significativa sobre els processos que viu el seu cos, tractant la menstruació com un signe de salut i dotant a l'alumnat del coneixement del cicle menstrual, així com dels propis òrgans sexuals interns i externs, i de les opcions de productes de gestió menstrual.

En aquest aprenentatge tant és important el paper de les noies com dels nois. En primer lloc, el paper de les noies és crucial ja que són les protagonistes d'aquest procés. En segon lloc, l'actitud envers la menstruació per part dels nois és de gran importància ja que, d'una banda, han d'entendre i interessar-se pel cicle menstrual: encara que no sigui una característica masculina ja que es tracta d'aprendre i celebrar la diferència entre noies i nois. També, la formació dels nois és de vital importància ja que la falta d'empatia i comprensió influeix en l'opinió social sobre la menstruació, i perpetua la vergonya i el secretisme.

## **7. LIMITACIONS DE L'ESTUDI**

La primera dificultat d'aquest treball ha sigut la d'acotar les temàtiques relacionades amb la menstruació de les que es parlaria en aquest treball. Existeixen un gran nombre de temàtiques que s'entrellacen amb l'experiència menstrual i parlar-ne de totes en aquest TFG ha sigut inviable.

També, un altre limitació del treball ha sigut l'ús d'enquestes per tal de recollir la informació. En un primer moment l'instrument de recollida de dades es plantejava amb tallers grupals amb l'alumnat. Si l'instrument d'aquest estudi hagués sigut el taller, les conclusions serien molt més nombroses i es podrien fer més reflexions sobre el coneixement i la percepció de l'alumnat.

## **8. FUTURES LÍNIES DE RECERCA**

Precisament en el fet d'acotar la temàtica d'aquesta investigació, hi ha diverses dimensions que no han sigut estudiades i que també són necessàries d'investigar per

tal de tenir una visió més holística de la menstruació. Aquestes temàtiques són: el cicle menstrual i els canvis a nivell físic i psíquic que es viuen; els canvis físics que s'experimenten abans de l'arribada de la menarquia; el despertar sexual i l'autoexploració del cos; el mite de les hormones com a principal argument per afirmar que les dones no dominem el nostre cos i, el disseny de la vida social, laboral, acadèmica d'acord amb una visió androcèntrica i lineal, en comptes d'una visió cíclica i femenina, entre molts d'altres.

Un altre possibilitat d'aprofundir en la investigació d'aquesta temàtica seria realitzant tallers participatius en els que es pogués recollir el testimoni de l'alumnat i es pogués fer un estudi que tingues en compte les diferents realitats de l'alumnat, diferenciant els resultats no únicament entre noies i nois, sinó també tenint en compte la diversitat d'identitat (persones no-binàries, transsexuals...), així com tenint en compte les influències culturals, el nivell socio-econòmic i les característiques de la unitat familiar (monoparental: mare o pare, nombre de germanes i edats, convivència amb altres membres de la família, entre d'altres).

Un altre perspectiva que cal tenir en compte és la de les famílies, que tal i com s'ha explicat tenen un paper molt important en l'educació menstrual. Un altra línia de recerca seria investigar l'experiència menstrual de les famílies i quin tipus d'educació menstrual imparteixen a les seves filles, així com les repercussions que tenen els diferents tipus d'educació menstrual de l'àmbit familiar en la percepció de la menstruació per part de les joves. Caldria també especificar, el paper que els pares desenvolupen en aquesta educació i les repercussions de la seva (no) implicació.

Un altre perspectiva que seria interessant d'estudiar és la del personal docent: què pensen sobre la menstruació, com la viuen, què en saben i què expliquen a l'alumnat i si diferencien la informació entre noies i nois. No totes les mestres tenen el mateix coneixement i percepció sobre la menstruació i, la pròpia vivència o la falta de vivència, repercutirà en com expliquin aquesta etapa a l'alumnat.

Les variables que es podrien analitzar serien d'una banda, l'experiència menstrual de cada mestra i, d'altra banda, el missatge que es transmet a l'aula. Finalment, es podria estudiar les connexions entre la pròpia experiència menstrual, i el missatge que transmeten a l'aula sobre la menstruació. Així com la influència d'aquest missatge en l'alumnat, tot diferenciant el resultat entre les diferents identitats de gènere (noies, nois, no binàries, transgènere, etc.) D'una banda, l'experiència dels mestres s'hauria d'analitzar d'acord amb la pròpia percepció i en l'anàlisi del coneixement menstrual, exposant, si és el cas, la influència dels mites exposats en aquest treball. D'altra banda,

caldría analitzar el discurs en clau de gènere d'aquells materials emprats a l'aula per tractar la menstruació. Seria molt interessant donar èmfasi en què saben els homes i com tracten la menstruació a l'aula.

A mode de connexió entre les opcions detallades, es podria realitzar un estudi que unifiques les perspectives tant de l'àmbit familiar, com de l'àmbit escolar com de l'àmbit de la salut. D'aquesta manera, es podria oferir una visió molt més completa de la realitat, i es podrien analitzar com influeixen aquests àmbits en la vivència de la menstruació.

Un altre línia interessant d'investigació seria la d'analitzar els resultats de l'aplicació d'un projecte que es duqués a terme durant l'etapa de la Primària i, que pogués tenir continuïtat a la Secundària, i que eduqués a l'alumnat en l'àmbit del coneixement del propi cos i dels processos naturals des de la diferència entre els cossos biològicament femenins i dels masculins (sense condicionar una identitat de gènere). Mitjançant activitats d'auto-exploració, d'estudi i descobriment de les etapes de creixement, fent èmfasi en els principals canvis que poden notar i en definitiva, fent una tasca de normalització de les diferències per tal d'acceptar-les i respectar-les i així construir un coneixement complet i lliure de visions androcèntriques i falses creences. Seria molt interessant analitzar si aquesta "educació de la diferència" durant l'etapa Primària aconsegueix reduir la inequitat menstrual i contribueix a crear una societat en la que els processos de les dones no siguin viscuts en silenci, amb precarietat, amb dolor i amb rebuig.

## 9. ANNEXOS/ ANEXOS

### 1.1. ANNEXE 1. MODEL D'ENQUESTA

GÈNERE: NOIA – NOI - NO BINARI

1. Descriu "la regla" amb dues paraules:

--	--

2. Saps què és el cicle menstrual?

--

3. Escribeu, si els saps, el nom d'aquests òrgans sexuals interns:

1.	2.
3.	



4. I ara els d'aquests òrgans sexuals externs:

4.	5.
6.	

5. Quines coses pots fer quan tens la regla? Quines no pots fer?

POTS...	NO POTS...

6. Menstruar fa mal? ENCERCLA:      SÍ      NO

7. Menstruar és... ENCERCLA:      POSITIU      NEGATIU  
 AMBDUES COSES

8. Quins productes menstruals pots identificar? Escribeu el nom dels que trobis.

9. He parlat de la menstruació... (pots escollir més d'una resposta)

a) A casa	b) A classe	c) A la consulta mèdica
d) Altres llocs:	e) Enlloc	

10. He parlat del cicle menstrual... (pots escollir més d'una resposta)

a. A casa	b. A classe	c. A la consulta mèdica
d. Altres llocs:	e. Enlloc	

11. He parlat de la menstruació amb... (pots escollir més d'una resposta)

a) La mare	b) El pare	c) Un familiar	d) Amb noies
------------	------------	----------------	--------------

e) Amb nois	f) Amb una mestra	g) Amb un mestre	h) Amb la doctora
i) Amb el doctor	j) Altres:	k) Amb ningú	

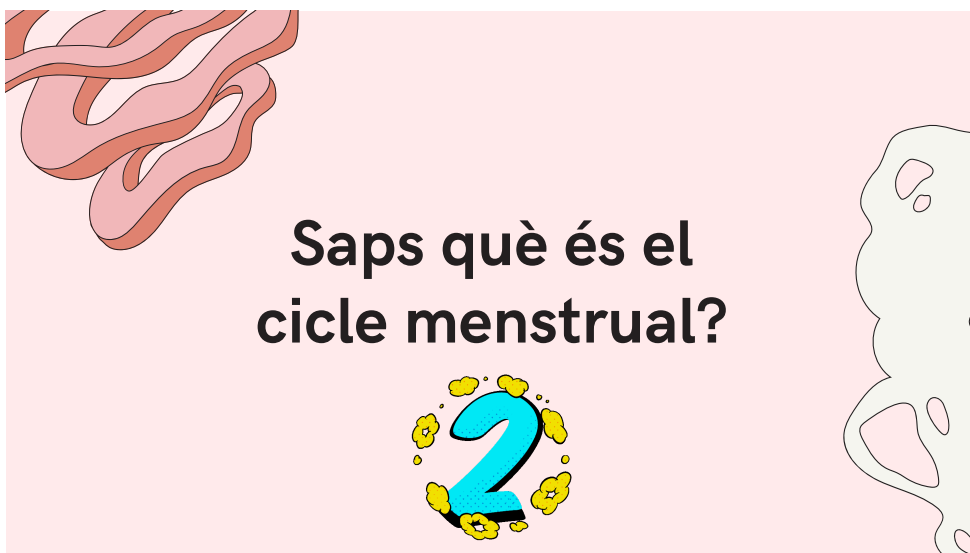
12. Tria: Parlar sobre la menstruació a classe em fa sentir... (Només una resposta)

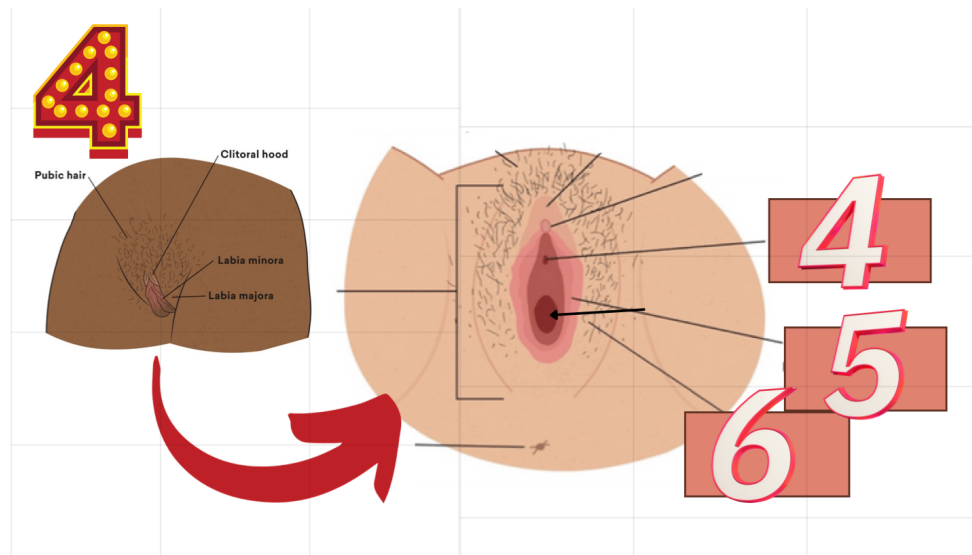
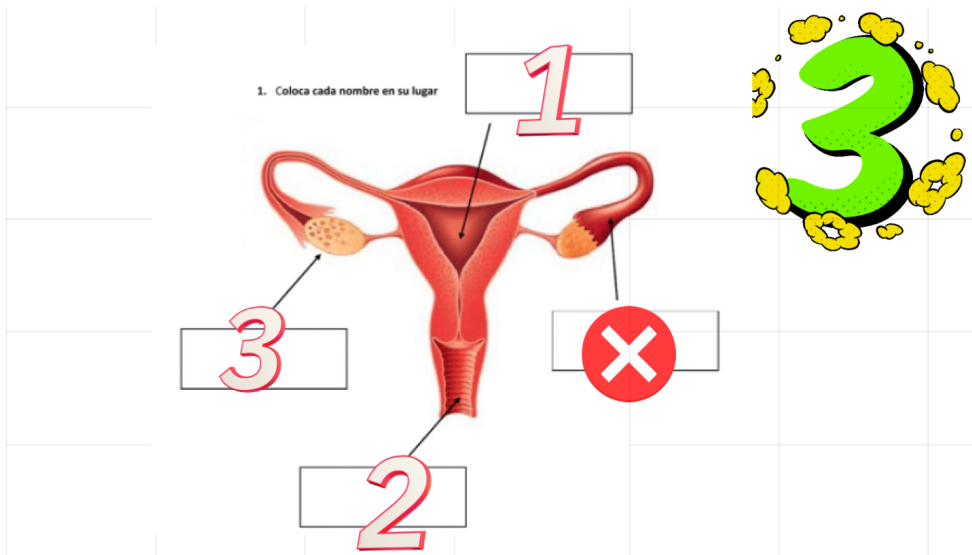
Súper còmode	Molt còmode	Còmode
Una mica incòmode	Incòmode	Molt incòmode
Súper incòmode	Indiferent	Em molesta

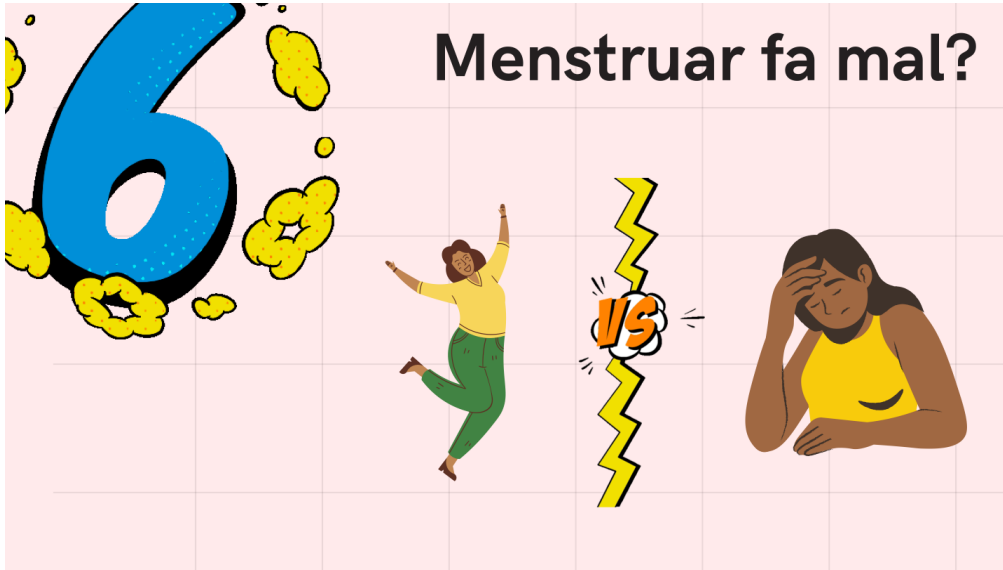
13. Ja has tingut la teva primera regla? Quants anys tenies quan la vas tenir?

### 1.2. ANNEXE 2. PRESENTACIO DE DIAPOSITIVES DE L'ENQUESTA

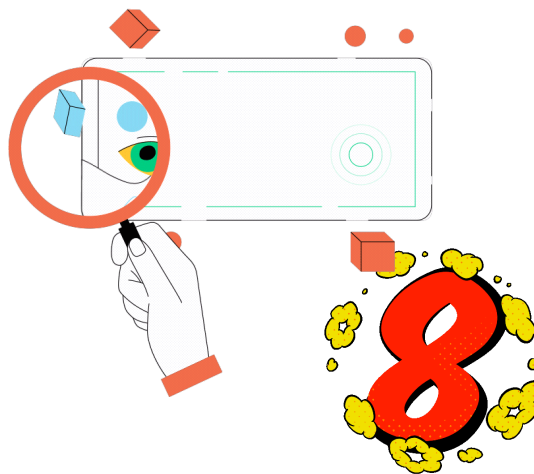








Quins productes menstruals pots identificar?





**NOMÉS QUEDEN  
LES ÚLTIMES 5  
PREGUNTES!**

*Les 3 primeres múltiple resposta  
La quarta només una resposta  
L'última només aquelles persones que ja  
hagin tingut la regla.*

