

¡Estás muy hormonal!

escrito por María Antonia Rincón

Así nos dicen a las mujeres cuando pretenden desacreditarnos. Y ni ellos ni nosotras deberíamos asumir eso como un insulto. Es más, no “estamos”, ¡somos muy hormonales! Y es maravilloso. Pero, hay que reconocerlo, el desconocimiento no es solo de ellos.

Aún no tenemos muy claro cómo funcionan algunos sistemas del cuerpo humano y, particularmente, sobre la biología de las mujeres hay mayor ignorancia. Un ejercicio sencillo para ejemplificar esto es pedirles a hombres y mujeres que dibujen un pene y un clítoris. Me atrevo a concluir que, como tendencia, abundarán las obras de arte del primero y brillará el desconcierto sobre el segundo.

La medicina, la anatomía, la psiquiatría, y demás áreas de la salud en nuestro contexto, están fundadas en la experiencia del cuerpo masculino y se ubican en una orilla muy occidentalizada del conocimiento. La ciencia ha sido, tradicionalmente, un terreno bastante fértil para el patriarcado.

Mucho hemos avanzado en los últimos años para romper esa estructura, sin embargo, el proceso es frágil y vive amenazado por la inercia, por la tentación de muchos de volver atrás. Del clítoris conocimos su anatomía en 2005; de las hormonas apenas estamos aprendiendo.

Lo que sí sabemos es que “hormonal” no es sinónimo de “incapaz”: hormonales somos hombres y mujeres, en tipos, cantidades, ciclos y potencias distintas. Y sabemos también que el viejo discurso que asocia mujer con “debilidad” no tiene fundamento biológico sino político.

Si conociéramos más de nuestras hormonas comprenderíamos, por ejemplo, que los horarios laborales tradicionales están diseñados por y para hombres: ellos tienen ciclos hormonales que duran un día; nosotras ciclos de 28 días (más o menos). Eso implica que, en las mujeres, procesos como el sueño, la digestión, la agudeza mental, la velocidad, las ganas de vivir, el deseo sexual, la memoria y la atención sean significativamente distintos de una semana a otra.

Saber esto, lejos de seguir poniéndonos a las mujeres en el lado desfavorable, tendría que ayudarnos a rediseñar las estructuras productivas y organizacionales; a generar políticas públicas que nos permitan, a todos, vivir sin mutilarnos.

Estamos muy lejos de eso. Pero, por algo hay que empezar. Pensemos en la cantidad de problemas y malentendidos que evitaríamos a diario si fuéramos más conscientes de nuestros procesos internos y de la influencia de las hormonas en las emociones, decisiones y formas de relacionarnos.

La invitación es a que hablemos de estos temas, a que hagamos de las hormonas la fuente de nuestro bienestar común: contarles a las niñas, ¡y a los niños!, que la menstruación no es sinónimo de dolor ni de vergüenza. Conversar entre adultos de cómo las hormonas pilotean procesos vitales tan bellos. Hablar con las mamás y con las abuelas; con amigas, cuñadas y colegas, sobre sus propios ciclos y sus aventuras hormonales antes, durante y después del embarazo o de la menopausia. Ponerlo en la agenda, informarnos, comprender. Saber que sí, que somos hormonales, y eso es extraordinario. ¿Qué dicen las columnistas de No Apto? “La llevan” Juana Botero, que bastante ha pensado, sentido y vivido sus hormonas; y Amalia Uribe, que está transitando por el maremágnum del embarazo.

Otros escritos de este autor: <https://noapto.co/maria-antonia-rincon/>