



# ONDULACIÓN INTERIOR

de la endometriosis, el útero, la  
naturaleza y la ciclicidad

Gabriela Vega Moreno

2024

# Ondulación Interior

**Gabriela Vega Moreno**

*Ondulación Interior: de la endometriosis, el útero, la naturaleza y la ciclicidad*

Trabajo de grado para optar al título de Maestra en  
Artes Visuales

Asesora: Slenka Botello Gil

Artes Visuales

Escuela de Ciencias Sociales y Humanidades

ECHSAH

Universidad Nacional Abierta y a Distancia - UNAD

**Bogotá, febrero de 2024**

# CONTENIDO

<b>NOTA A QUIEN LEA Y PALABRAS CLAVE.....</b>	<b>7</b>
<b>DIARIOS.....</b>	<b>8, 27, 100, 160</b>
<b>CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>11</b>
<b>PROPÓSITOS .....</b>	<b>22</b>
<b>CAPÍTULO II: LOS TENTÁCULOS DEL PULPO: UN PROYECTO MULTISISTÉMICO .....</b>	<b>25</b>
Las púas y los nudos	
La endometriosis como asunto sociopolítico	
En un contexto feminista	
Es asunto de salud pública	
Huellas en el arte: Georgie Wileman y Solomon Kammer	
La ciclicidad: ondulaciones y palpitations	
Simbologías del útero	
El linaje	
Huellas en el arte: Shigeko Kubota	
La obra autoreferencial	
Huellas en el arte: Silvia Ramos	
Las púas, los nudos y las huellas	
Huellas en el arte: Cecilia Vicuña	
Huellas en el arte: Mariana Matija	
<b>CAPÍTULO III: ÚTERO CREADOR, ÍNTIMO PORTAL DEL ARTE .....</b>	<b>99</b>
Brújula de mi espíritu	
Una especie invasora	
La mística fase lútea	
Ondulación Interior en La Verbena: montaje y exhibición	
Huellas en el arte: Natalia Castañeda	
<b>CAPÍTULO IV: CONCLUSIONES .....</b>	<b>165</b>
Anexos	
<b>BIBLIOGRAFÍA .....</b>	<b>172</b>

## Nota a quien lea

*Ondulación Interior* profundiza en la experiencia poética, personal, artística y política que resulta de vivir con endometriosis. Esta investigación-creación explora dicha enfermedad desde las diversas aristas (médicas y sociopolíticas) que la atraviesan en su naturaleza multisistémica. Se trasciende la endometriosis al examinar las raíces culturales de la experiencia femenina a partir de la simbología del útero y del linaje ancestral.

En una conjunción de lenguajes literarios y académicos, cada capítulo está acompañado por una selección de las artistas que nutrieron este proceso -Huellas en el Arte-, al igual que de diarios personales que fueron cimiento de la construcción del proyecto desde la vivencia cotidiana de la endometriosis.

De aquí surge una instalación compuesta por escultura, pintura y escritura creativa que parte de simbologías sintomáticas, de la naturaleza, de la ciclicidad y del útero. A través de la obra, me encuentro con mi cuerpo y con mi voz, dando lugar a una expresión que se vale del arte como medio para sanar mi experiencia y reclamar mi propia narrativa. Se rompe el silencio que tanto ha caracterizado esta enfermedad y a quienes la padecemos, al crear un espacio de reflexión sobre el vínculo profundo entre la experiencia individual y la naturaleza.

**Palabras clave:** Endometriosis, autorreferencialidad, útero, simbología, instalación, feminismo, ciclicidad.

5/9/23

Hoy es martes, el cuarto día de mi ciclo. Desde que hice el taller de Útero Sagrado, o sea, hace un mes, he menstruado dos veces. Y ambas las sentí distintas. No sé si esa vez tuvo que ver el naproxeno que tomé para la migraña que llegó con la regla, o si fue la movilización energética de lo que viví en ese taller, o una mezcla de los dos; el caso es que fue diferente: hubo menos dolor. Y esta vez, también. En general fue un ciclo distinto, en todas las cuatro fases. Más sutil, aunque siempre presente.

Ya hoy, hasta ahora que siento que se fue la sangre –o se va–, puedo reflexionarlo. No es que no estuviera presente, lo estuve, pero registrarlo todo fue muy difícil (aunque tomé notas siempre que pude). Lo que sí sucedió chévere fue el experimento plástico: una impresión de sangre de mi copa menstrual.

El atardecer está bello. Estoy cansada de todos modos, porque igual dormir mal me debilita y el peso del final del día es mayor. Es una tarde fría, y los demás colores se acaban de ir justo cuando veo algo mágico y hermoso sin mis gafas, porque todo se ve más magenta cuando me las quito. En los ecos de los pájaros están los últimos colores.

La impresión de mi mancha me gustó mucho, la guardé. Llevaba rato viéndolas en el papel, cada vez que me limpio, cuando voy al baño. Pero no logro hacer las paces con guardarlos, siento que ya es demasiado escatológico. Quiero repeler un poco esta necesidad de crear una obra-archivo porque no quiero caer en ese cliché, pero voy a hacer una especie de bitácora-archivo que nutre la obra.

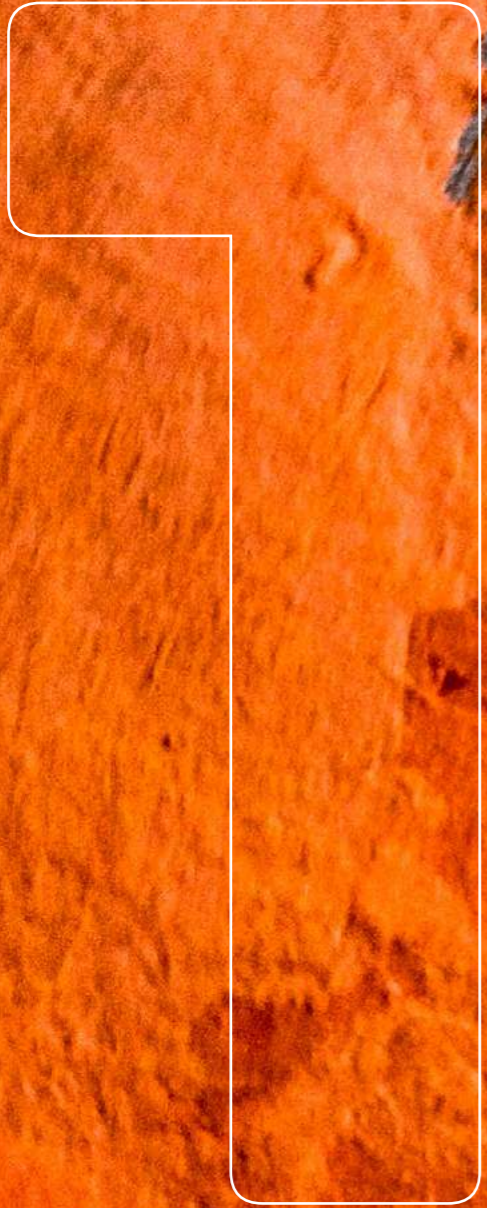
Quedó muy bella, la manchita, entonces ahora me debato entre si debo tener las impresiones genuinas que salgan los próximos tres ciclos o si debo

hacer algo más práctico, menos ritual, con la copa vieja y la sangre que he recogido. (Spoiler desde el futuro, ganó la mancha ritual). No termina de gustarme el proceso de recoger mi sangre, es incómodo y doloroso, pero esta mancha surgió de ahí. De reposar mi copa en el papel mientras atendía la situación que casi se vuelve reguero (que por nada del mundo quería tener que limpiar); afortunadamente no lo hubo. Todo el momento comienza a sentirse ceremonial; el baño, íntimo portal del arte. Y, entonces, cuando puse atención vi una imagen bella (igual de cliché), del lavamanos con el frasquito de sangre. Le saqué foto ♥. Una de estas noches también tuve la sensación de palpitación, que se alinea con toda la parte de mi salud mental vs. cómo se ha presentado la vida en los últimos meses. Este proyecto está latente.



G.





# INTRO DUCCIÓN

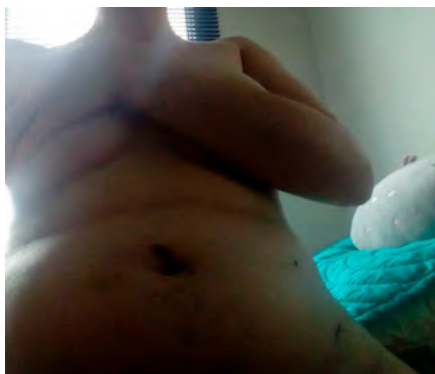


**La endometriosis**, una enfermedad crónica que afecta a una de cada diez personas con útero (Maddern et al., 2020), se caracteriza por la adhesión de un tejido similar al del endometrio a distintos órganos del cuerpo, principalmente, en la zona pélvica y abdominal. Esta condición, además de ser común y debilitante, carece de una causa conocida, como también de cura y a menudo no es tomada en serio por el personal médico, lo que conlleva diagnósticos tardíos. La falta de especialistas y tratamientos efectivos, sumado a la variedad de impactos en cada individuo, agrava la situación de las más de 176 millones de personas en el mundo que padecen esta condición invisible, cuyo diagnóstico suele retrasarse entre siete y diez años (Murnane, 2021, p. 16), debido a **factores socioculturales arraigados en tabúes sobre la salud menstrual y la ciclicidad<sup>1</sup>, que no encajan en el sistema heteropatriarcal capitalista al que estamos supeditadas.**

Vivir con endometriosis implica una experiencia transversal activa, ondulatoria y cambiante; en la cual, además, cabe la incoherencia. Estoy compuesta de muchas realidades y todas convergen en mí: de ahí que no me sea posible separar una de la otra, porque en el ser todo se interconecta. Por eso, este proyecto de investigación-creación se compone de las reflexiones que la endometriosis me suscita; la manera en la que aprendo del mundo al hacer parte de este contexto —o estadística—. Al interiorizar el hecho de que la realidad se compone de muchos factores, se hace evidente en mí que estos no se pueden compartimentar; al contrario, hay que asimilar la flexibilidad que permite existir de manera diversa y balanceada con las necesidades imperantes de la sociedad (poder subsistir) y las del cuerpo (saber escuchar qué necesito hacer para lograrlo).

En un proceso largo de auto observación que ha transcurrido durante más de cinco años —desde que fui diagnosticada con endometriosis—, me he descubierto habitando mi relación

→ [1]  
Con este concepto aludo al ciclo menstrual.



con ella. Es probable que haya vivido con ella muchos años más de los que acumula mi diagnóstico. Fue sorprendente encontrar que los médicos del sistema de salud sabían muy poco al respecto o estaban desactualizados. Por esto, tuve que recurrir a investigar por mi cuenta, para complementar la vaga información que me había sido dada por varios médicos —que en varias ocasiones era contradictoria—. Pasé por muchos exámenes de sangre, ecografías, salas de urgencias y finalmente una cirugía por laparoscopia, en la que me quitaron dos quistes del tamaño de limones, uno en cada ovario y gracias a la cual me diagnosticaron endometriosis grado IV, o sea, severa. Sin embargo, durante la intervención quirúrgica y según los residentes que acompañaron al gineco-oncólogo que me operó, únicamente me fueron extirpados los quistes porque mis zonas pélvicas y abdominal están supuestamente muy invadidas por las adherencias o focos endometriales que, quitarlos todos era ya demasiado invasivo con mi cuerpo. Desde entonces he transitado varios caminos y tratamientos, tratando de encontrar de nuevo un balance en mi vida. Ha sido necesario replantearme mis objetivos de vida, conocerme, aprender a escuchar mi cuerpo, entender mis necesidades, priorizar mi salud por encima de todo.

De esta forma, por necesidad y por definición, me volví más lenta, pero también más reservada y solitaria. Me marginé de la vida social, rechacé trabajos porque eran inflexibles con respecto a las necesidades de mi condición, renuncié y perdí otros porque no me comprendieron o porque no me pude adaptar al ritmo de producción capitalista. También decidí explorar caminos paralelos a la medicina alopática y su propuesta únicamente química (hormonal) y, por lo tanto, de la manera en que la medicina occidental segmenta a las personas para tratar la enfermedad. Esta opción, evidentemente, dejaba por fuera las soluciones integrales necesarias para mí, que cobijan mi cuerpo, pero también mi mente y mis emociones, todo ello afectado por la endometriosis. En esta ruta, el cuidado de la salud mental es importante para sobrellevar la pesada carga emocional de un cuerpo adolorido y debilitado de manera crónica. Meses después de mi diagnóstico en 2019, encontré un camino de vida alternativo gracias a la puerta que me abrió un tratamiento de medicina bioenergética.

Resulta necesario revisarse continuamente y lograr entablar una relación dialógica con el cuerpo, en tanto que construir una buena calidad de vida se compone de hábitos diarios que, en un todo, hacen soportable la experiencia. Foucault (1987) recalca

que “la instauración de [la] relación con uno mismo como enfermo es tanto más necesaria cuanto que las enfermedades del alma —a diferencia de las del cuerpo— no se anuncian con sufrimientos que se perciban” (p. 40). Esto implica también el cuidado de la salud mental, pues sobrellevar una carga emocional tan pesada como la de un cuerpo enfermo de manera crónica, que duele y debilita constantemente, tiene consecuencias tangibles que pueden ser evitadas con una atención integral a la situación. Yo las percibo y las padezco. Es un reto abordar esta vivencia como si fuera un capítulo cerrado, como una experiencia paralela a mi cotidianidad, cuando la realidad es que todos los días me enfrento a ella porque está activa. He empezado a **transitar un proceso de sanación a través de la autorreferencialidad artística**: busco crear puentes entre mi experiencia y los demás y, así, hablar por fin con firmeza de aquello que diversas personas habitan en silencio y que muchas otras pueden estar viviendo sin conocerlo.

La autorreferencialidad ha estado presente en el arte en distintos momentos de su historia. Desde las formas más tempranas de creación con las *Venus* que han sido encontradas en varios rincones del planeta, pasando por el autorretrato de Diego Velázquez en *Las Meninas* (1656), hasta la historia del arte contemporáneo en donde se diluyen los límites de autorrepresentación y autorretrato que terminan desembocando en arte autorreferencial. El descubrimiento de la fotografía les dio espacio a los artistas para hacer una exploración profunda del ser, más allá de la representación figurativa: ya no se trataba solamente de plasmar cómo se veían sino también quiénes eran y hacerlo, además, de la mano de la exploración de nuevos medios que se alejaban de la pintura tradicional y academicista. Se puede entender el arte autorreferencial como una metáfora visual, cuyo fin no solo es la obra terminada, sino también el proceso de creación, que es experiencial.

Ya que este componente trasciende la sola representación física del ser, se entiende que una obra autorreferencial no necesariamente es un autorretrato, no necesariamente implica mostrar el cuerpo. De pronto sí imitarlo, transformarlo o asignarle otro valor. En este caso, se hace posible entonces abordar la enfermedad crónica y la condición de enferma para favorecer la creación; esta me interesa como catarsis y facilita un proceso de autoconocimiento con el cual, de manera paralela y valiéndome de mi historia, mi cuerpo y los caminos que me han construido en los últimos años, puedo acercarme al dolor y a la enfermedad

← Una breve serie de fotos del día en que me operaron y los primeros días en casa.

para visualizarla y comprenderla. Así, aunque este proceso ha sido sobre todo introspectivo, al crear puentes entre mi experiencia y los demás, necesariamente interpelo una alteridad. Es decir: aunque este es un proceso autorreferencial que ocurre en soledad e introspección, no deja de aludir a una experiencia que sucede de manera colectiva.

Este proyecto de investigación-creación<sup>2</sup> resulta de la aprehensión del balance de mi ciclicidad, pues no solo es la enfermedad como síntoma físico, sino lo que implica vivir con ella en tanto ser integral. Y en esa búsqueda, en ese aprendizaje aparecen el arte autorreferencial y la creación como guías que señalan cómo simbolizar algo que vive en mí; también para aprovechar, a lo largo de mi proceso, este contexto que me atraviesa y, de tal forma, construir una obra que me represente y que abra la posibilidad de un diálogo entre mi experiencia individual como paciente y la colectividad en la que encuentro un vacío de información y de herramientas acerca de esta condición crónica inherente a tantas personas.

El impacto del patriarcado en quienes padecemos esta patología establece la importante relación entre la endometriosis y el feminismo, pues al ser una enfermedad tan común, se vuelve un asunto sociopolítico y de salud pública. El mundo sigue siendo dominado por un sistema capitalista, capacitista, heteropatriarcal y la visión machista de la salud invisibiliza y silencia la experiencia de las pacientes. Esta postura occidental hiperproductiva de la sociedad ignora, rechaza y no abre el espacio para buscar formas de existencia distintas, pues no admite disidencias ni diferencias sino únicamente aquello que se adscriba a sus métodos. Esto quiere decir que tampoco admite otras necesidades. Tasia Aranguren (2018) afirma que la endometriosis “es una enfermedad de género, vinculada a los estereotipos que recaen sobre las mujeres y al tópico de que es normal que la menstruación duela [con lo cual se naturaliza] el dolor de la mujer relacionado con la menstruación y lo reproductivo” (pp. 15, 31). Nuestra sociedad occidentalizada está organizada en torno a la producción, y menstruar (y peor aún, menstruar con dolor) es un obstáculo para la eficiencia en estos “tiempos de una economía que impone la superproductividad destructiva y en el que pesan cada vez más sobre el individuo las restricciones burocráticas” (Sontag, 1977, p. 35). Así pues, el sistema problematiza un suceso cíclico y natural para la mitad de la población, un evento que, además, es la razón de la existencia de la humanidad. El juicio moral ancestral

sobre las mujeres, signo del machismo, arrecia con respecto a las afecciones que se cuecen en una intimidad forzada, que este proyecto busca deconstruir.

La metáfora es uno de los instrumentos cardinales en la creación de la obra. A partir del estudio minucioso de una bibliografía previamente recopilada (que reúne diversas posturas acerca del arte autorreferencial, estudios sobre la endometriosis, ensayos, obras, procesos de creación y artistas que inspiran la investigación), desarrollo esta obra, un espacio de autoconstrucción y sanación personal, que tiene lugar en el proceso de creación: es la simbiosis del recorrido y el destino. La obra, entonces, consiste en una instalación con varios elementos y sigue la postura que establece la endometriosis como una enfermedad multisistémica. Por eso la componen una urdimbre de pequeñas vasijas de barro intervenidas con pita y metal —metáforas de los focos endometriales adheridos a mi cuerpo y del dolor que me causan—, huellas del impacto en mi vivir de cinco años con este diagnóstico; y una serie de pinturas que aluden a la naturaleza, que complementan los cuentos alegóricos a mi ciclicidad y a la aprehensión de los síntomas que más me afectan.

Abordar este proceso desde la autorreferencialidad hizo posible la comprensión de esta urgencia inherente a mí de crear a partir de mi historia, o mi esencia, o algún componente mío que en este caso es la endometriosis. De ahí que este sea el fundamento teórico, especialmente teniendo en cuenta que los procesos creativos permiten “una cierta capacidad de transformación del ser, a partir del conocimiento de sí mismo, y en esta medida podremos afirmar que la investigación-creación podría proporcionar conocimiento para otros” (Daza Cuartas, 2009, p. 77). Para lograrlo he aludido a varias fuentes que se refieren a la autorreferencialidad en el arte, bien sea como experiencia estética, bien como discurso, o como postura de resistencia. Asimismo, he profundizado en diversas teorías sobre la endometriosis. Por un lado, la descripción clínica de la enfermedad: sus síntomas, su repercusión en la vida de las pacientes. Por el otro, su impacto en nuestra sociedad. La enfermedad como un asunto sociopolítico y de salud pública que concierne a los gobiernos. Aprovechando los diversos avances en políticas públicas que se han adelantado en algunos países iberoamericanos —incluyendo la Ley Endometriosis (Ley 2338 de 2023) que fue sancionada Congreso colombiano en octubre de 2023—, pretendo aterrizar la problemática a la que me enfrento. Es decir, hacer un análisis del estado del arte de la

[2]←

Este método académico en las artes toma en préstamo herramientas de investigación de las ciencias sociales y que se fundamenta en la relación que se da entre artista, público y obra: “dependen los unos de los otros para poder ser, no hay obra sin creador, no hay obra sin espectador pero no hay creador sin obra” (Daza Cuartas, 2009, p. 74).



endometriosis, si se quiere.

*Ondulación Interior* tiene antecedentes en obras mías como *Endome... ¿qué?* —una serie de autorretratos fotográficos—, *Puntos de Vista Internos* —fueron tres instalaciones—, y *Cartas Adentro* —otra instalación—, además de ilustraciones sueltas que acompañaron el proceso de exploración plástica que ha transcurrido paralela a mi formación artística. Este ha sido un aprendizaje de más de cuatro años que, como todo, ha tenido movimiento ondulatorio<sup>3</sup> en mi vida y por eso se ha manifestado con más o menos fuerza en determinados momentos. Gracias a la experiencia cosechada en este tiempo, he logrado entrar en sintonía con mi cuerpo a lo largo de los meses de producción activa de la investigación. No es un proceso fácil y, como todo, tiene altibajos. Lo anterior ha sido posible gracias a las herramientas que facilitan el tratamiento holístico de mi enfermedad: la alimentación a base de plantas donde prima una dieta antiinflamatoria, priorizar el sueño y el movimiento corporal —que exploro mediante el yoga—, abrir espacios de reposo para los días de mi menstruación; estos son algunos de los hábitos que he implementado a lo largo de los años para hacer mi vida más fácil.

Para desarrollar mi proyecto ha sido fundamental entrar en sintonía presente y consciente con mi cuerpo. Darle espacio a su voz y tener la escucha abierta para comprender no solo lo que necesita de mí —o sea, lo que necesito—, sino la manera en que estos requerimientos ondulan en cada momento de mi ciclo y cómo me puedo adaptar a ellos, dado que vivo adscrita a un sistema social que tiene, a su vez, sus propias exigencias. Entonces, la autoescucha ha resultado fundamental para relacionarme con mi ciclicidad y entender la manera en que la endometriosis se manifiesta a través de ella.

Por eso en la exploración consciente de mi relación con la tierra he encontrado el camino que hace posible esta obra. El estudio de la ciclicidad —de las mujeres y de otros seres y otras expresiones de la tierra que cumplen ciclos— ha sido esencial. Agudizar los sentidos para percibir estas manifestaciones que percibo como vestigios que voy encontrando y enlazando con mi propia experiencia. De aquí nace esa parte de la instalación que explora la pintura: imágenes que surgen de este vínculo

→ [3]  
Cíclico.

←  
Arriba a la izquierda: *Endome... ¿qué?*  
Arriba a la derecha: *Punto de Vista Interno*.  
Abajo a la izquierda: autorretrato. *En un proceso de autorreconocimiento, mis cicatrices se vuelven estrellitas.*  
Abajo a la derecha: *Adentro*.

consciente con la tierra, a partir de la escritura creativa. En esta búsqueda de sentido de la que soy parte intrínseca, estudio las diferentes maneras en que se ha representado el útero a través de la historia del ser humano: su simbología y ritualidad dentro de distintas culturas ancestrales que convergen cuando se entiende que la humanidad deviene útero. Para ello, comprender las diferentes conceptualizaciones de este órgano fundamental, desde entenderlo como fuego, motor y raíz hasta contenedor universal. En la simbología uterina, la tierra y el barro cumplen un papel esencial, pues es el elemento que posibilita la vida, de la misma manera en que el útero es el lugar de gestación de los mamíferos. Así, gracias a la exploración de la representación simbólica del útero y aprehendiendo su concepto base de contenedor, surge el otro componente de la instalación: la urdimbre de vasijas de arcilla sin cocer<sup>4</sup>. Las diferentes intervenciones que se adhieren a ellas (nudos que las recubren, púas que las perforan) son entonces metáfora de cómo la endometriosis —y sus síntomas— cooptan este y otros órganos ejerciendo una dinámica de poder sobre el cuerpo.

[4] ←

Para los uwás en el Cocuy y los tanimukas en el Caquetá, la cerámica cruda conserva su pureza y es la que se utiliza en ceremonias. Las mujeres no deben acercarse a ella cuando están menstruando ni embarazadas porque la pueden contaminar. Mis vasijas se apropian de ese concepto de pureza del barro, pero lo resignifican pues entran a formar mi ritualidad, soy mujer menstruante y les doy forma con mis manos.

La estructuración de la obra surge a partir de la comprensión de la endometriosis como una enfermedad multisistémica. Esta postura ha sido adoptada por varias médicas, estudiosas y activistas que argumentan que el impacto y los síntomas de la enfermedad trascienden su —supuesto— origen en el sistema reproductivo, y se expanden al resto del cuerpo (especialmente en la zona pélvica y abdominal pero que también puede llegar a otras partes más alejadas del útero, como los pulmones e inclusive el cerebro). De este modo, se siente apenas natural que la creación que brote de esta investigación sea, también, multisistémica; esto es, que la resolución plástica abarque diversas miradas a la enfermedad y al impacto que ésta ha tenido en mi vida. La instalación, la escritura creativa, la práctica de archivo (que inherente e inconscientemente he llevado durante cinco años) y la pintura, componen mi obra en un solo cuerpo. Y yo busco exhibir las obras que surgen de mí en un espacio que permita y potencie un diálogo íntimo con el público.

La metodología de creación ha implicado leerme casi como si mi vida fuera una ficción, para así encontrar la poesía que me habita para poderla dejar fluir en otros idiomas que no sean solo teclas que golpean mis dedos, o tinta que rasga el papel, sino algo más metafórico y universal: imágenes. Han salido de mí las imágenes y las formas y otros lenguajes que permitan comunicar

lo que siento y para lograr eso es necesario tomar una distancia prudente de la academia. Leer mucho. Ver mucho cine. Buscar encuentros fortuitos. Encontrar allá donde se pueda aquel estímulo que me hace sentir el arte, que no se compara con los análisis *estético-filosófico-antropológico-sociológicos* y demás interpretaciones de señores bigotudos y de corbata, que no sé cómo describir porque solo sé sentirla y cuando la siento se asemeja a cuando la gente dice *tengo fuego por dentro*. Ese “fuego” que estoy sintiendo ahora viene después de un rato de consentir y consentir mi mente y mi espíritu con uno de los libros más hermosos que he leído —*Niñapájaroglaciár* (2023)— y que hace posible este párrafo. Entonces, por un lado, me sumerjo en la academia y en la teoría para entender por qué sale ese fuego, por qué el fuego me conduce a mí y a mis lenguajes poéticos y cuáles son esos lenguajes y qué es la endometriosis y por qué existir me duele físicamente... Y por el otro, debo darle la espalda, despojarme de la academia y encontrarme en el arte. Y crear. La investigación-creación no solo es la más grande contradicción sino la más perfecta unión de dos polos.

## Propósito general

Explorar mi relación personal con la endometriosis a partir de una instalación que permita generar y activar un proceso de sanación y reconciliación con mi cuerpo y mi enfermedad crónica.

## Propósitos específicos

1. Reconocer analogías o metáforas de la endometriosis y la ciclicidad en otras manifestaciones de la naturaleza.
2. Comprender la necesidad y la importancia de la autorreferencialidad en el arte para incentivar el diálogo alrededor de la endometriosis, mediante la producción de una instalación, una serie de pinturas y dos cuentos.
3. Reconstruir la experiencia vital de la endometriosis a través del arte y desde una postura feminista.

An aerial photograph of a coastal landscape, showing a mix of blue and green terrain, likely representing water and land. A large, white outline of a question mark is superimposed on the left side of the image. The text is positioned on the right side, overlaid on a dark, silhouetted area that appears to be a person or a structure.

**LOS TENTÁCULOS  
DEL PULPO: UN  
PROYECTO  
MULTISISTÉMICO**

29/9/23

Comunicación, sincronía y confianza con la cuerpecita que me sostiene. Este fin e inicio de ciclo estaban destinados a ser diferentes porque coincidieron con un proyecto que demandaba energía creativa, presencia y fuerza. El mayor miedo era que hoy (viernes) iba a empezar a menstruar y los días más importantes e intensos del proyecto son hoy, mañana y pasado, lo cual habría querido decir que coincidiría con los días más pesados, dolorosos y difíciles de mi ciclo: los dos primeros. (Spoiler: igual el domingo me dio una migraña de muerte que me tumbó ese y varios días después).

Entonces le hablé a mi cuerpo desde que me enteré de que fui seleccionada en la convocatoria, para que la menstruación me llegara antes, un par de días. Que no estuviéramos enfermas hoy ni mañana. Le pedí a mi útero que comenzara a palpitar con anticipación. Tomé aguas y menjurjes que supuestamente la llaman. Y confié y solté y me entregué a lo que fuera a suceder y funcionó: hoy es mi tercer día de sangrado, el tercer día de mi ciclo y ya estoy bien. Podré trabajar (seguir trabajando) con la tranquilidad de que ya pasó lo peor (spoiler: pobre Gabi del pasado, no sabía que los siguientes cuatro días estaría en cama recibiendo las consecuencias del ritmo tan arduo). Y lo peor también fue atípico, porque igual tuve que trabajar, pero menos grave que antes.

Ay. Bueno, y gracias a las dos nuevas impresiones de copa que he hecho, surgió una nueva idea: una visión gráfica que integra imágenes de la sangre y metáforas de mi experiencia. Usar el contorno de las impresiones para crear dentro de ellas, que sean un marco; la próxima semana lo intentaré. Espero, más adelante, encontrar más inspiración y fluidez en mi texto, pues hoy mi cabeza está en otra parte y debo honrarlo y ponerme 'manos a la obra'.

G.



## Las púas y los nudos

La endometriosis es una

condición inflamatoria en la cual un tejido similar al del endometrio (el tejido que recubre el interior del útero y que es expulsado durante la menstruación) se adhiere a otras partes del cuerpo. Generalmente compromete los ovarios, el intestino, o el tejido que recubre la pelvis, aunque a veces puede esparcirse más allá de la zona pélvica incluyendo, pero sin limitarse al apéndice, el diafragma y los pulmones. (Murnane, 2021, pp. 78, 79).

Las adherencias del tejido endometrial a diversos órganos y partes del cuerpo se conocen como focos o lesiones de endometriosis o endometriales. Desafortunadamente, tanto la etiología como la patología de la enfermedad tienen definiciones bastante mediocres y todavía no son muy claros sus orígenes ni sus causas (Maddern et al., 2020; Mehedintu et al., 2014, p. 349). A pesar de ser una enfermedad tan común, el promedio en los largos tiempos de diagnóstico se debe a varios factores entre los cuales se encuentra el machismo, la desinformación y la violencia dentro del sistema médico, que implica el menosprecio de los síntomas que aquejan a las pacientes y la cultura de negacionismo y tabú que hay alrededor de la menstruación. Con todo, la endometriosis afecta la calidad de vida de las pacientes. Entre sus síntomas<sup>5</sup> se encuentran el dolor pélvico crónico, dismenorrea (uno de los principales motivos de consulta y el más desestimado), menstruaciones abundantes e irregulares, migrañas, dolor en la espalda baja, depresión, dolor en las articulaciones, estreñimiento, ansiedad, dolor en el nervio ciático, diarrea, dispareunia, fatiga crónica e infertilidad, por nombrar algunos de los más comunes; además, muchas de las pacientes tienen comorbilidades como síndrome del intestino irritable o el de vejiga hiperactiva.

¿Por qué si las teorías más populares indican que esta es una enfermedad cuya raíz se encuentra en la menstruación, la

→ [5] Muchas pacientes pueden no experimentar todos los síntomas, e incluso ser asintomáticas.

endometriosis tiene síntomas tan disímiles y se ven afectadas tantas otras partes del cuerpo? Si bien no es posible confirmar dichas teorías, sí es evidente que, cuando mínimo, la enfermedad está relacionada con el ciclo menstrual. Personalmente, he asistido varias consultas médicas<sup>6</sup> que las reiteran. Sin embargo, es necesario repetir nuevamente que se desconoce la causa de la endometriosis, del mismo modo que no existe una cura definitiva.

La realidad es que “de manera similar a una enfermedad autoinmune, tener endometriosis significa que el cuerpo experimenta una sensación constante de inflamación” (Murnane, 2021, p. 38). La postura de Jessica Murnane permite acercarse al cuerpo e interpretarlo como un sistema integral, un todo. La medicina alopática occidental se ha empeñado en separar todos los sistemas del cuerpo y cada uno tiene su propio especialista. Esto, sin duda, es muy valioso y ha significado un enorme avance en el cuidado de la salud de los humanos. Sin embargo, muchas veces se desprecian, desestiman, o inclusive se ignoran las relaciones que tiene esta enfermedad con varias partes del cuerpo por fuera del sistema reproductivo. Por eso, un sector de la medicina la clasifica como enfermedad multisistémica; varias personas que hacen activismo sobre la enfermedad adoptan esta manera de catalogarla y, como paciente que la experimenta a diario, me adscribo a ella. Esta característica fundamental de la enfermedad sirve de base para este proyecto y es la raíz de la multisistemicidad del que surge la obra.

Diversas categorías establecen el grado de la enfermedad de acuerdo con la severidad, cantidad, profundidad, tamaño y ubicación de los focos endometriales (Mehedintu et al., 2014, p. 349) así: grado I, II, III y IV, siendo el último el más agudo. Empero, esta clasificación no determina, por ejemplo, el nivel o ausencia —si la hay— de dolor en las pacientes. Cada cuadro es diferente, cada cuerpo es diferente, cada caso tiene una sintomatología particular que afecta la vida de cada una de manera determinada. “Esta clasificación no tiene éxito en la predicción de los resultados clínicos, incluyendo la sintomatología o el dolor” (Mehedintu et al. 2014, p. 349): se puede tener endometriosis grado I (que en teoría es la menos invasora) y tener cuadros de dolor crónico agudo y severo que no correspondan con la definición; a su vez, se puede haber sido diagnosticada con endometriosis severa —grado IV— y nunca haber experimentado dolor. Es, en efecto, una enfermedad muy compleja.

Asimismo, es considerada una de las más dolorosas del

mundo y puede llevar a situaciones de incapacidad que resulten en faltar o renunciar al trabajo. Está catalogada como “una enfermedad benigna, cuyo cuadro clínico es, sin embargo, el de una enfermedad maligna” (Goḡab, 2021, p. 90), pues las afectaciones que tiene sobre la salud y la calidad de vida son alarmantes. De hecho, Ágata Goḡab (2021) indica que la endometriosis se conoce coloquialmente como cáncer blanco pues, aunque los focos de endometrio que crecen a lo largo del cuerpo no sean cancerígenos ni impliquen, a primera vista, un riesgo para la vida, sí se comportan de manera muy similar a los tumores malignos, por su proliferación, reaparición, crecimiento y la manera en que pueden comprometer varios órganos. Por eso, uno de los tratamientos estrella suele ser la cirugía de escisión por laparoscopia, en donde se eliminan (cortando) de raíz los focos endometriales, buscando así prevenir que reaparezcan. Hasta hace poco este método era considerado como el único válido para emitir un diagnóstico, e incluso así,

**debido a la naturaleza quirúrgicamente invasiva de esta prueba diagnóstica, así como a la comprensión limitada de la patología, la progresión y los factores de riesgo de la endometriosis, a menudo hay diagnósticos erróneos frecuentes y una demora consiguiente para determinar el diagnóstico correcto. (Maddern et al., 2020)**

Sin embargo, este tipo de cirugía<sup>7</sup> no supone una cura para la enfermedad, es una manera de “limpiar” el cuerpo del tejido invasor; ni elimina la enfermedad ni evita su reaparición.

La información confusa, las fuentes contradictorias y los estudios desactualizados son consecuencia directa del lugar social que se le ha otorgado a la endometriosis, relegada por considerársela un mal menor, concerniente a las mujeres (o sea, una forma más de opresión); por ello, entonces, se le asignan bajos presupuestos que resultan en insuficiente investigación. Como paciente, mi estrategia ha sido recurrir a testimonios de otras pacientes y al trabajo de las activistas, lo que me ayuda a entender mejor mi enfermedad; cobra sentido la afirmación de Goḡab (2021), quien asegura que entre nosotras nos sentimos “comprendidas y seguras compartiendo [nuestras] vivencias personales con otras mujeres que sufren las mismas dolencias” (p. 93). La endometriosis, que se ha caracterizado por ser habitada en silencio, adquiere un carácter colectivo.

“La enfermedad vivida como invasión despiadada y secreta”

[6]←

Consultas de medicina y ginecología general, porque la especialidad en endometriosis en Colombia está directamente relacionada al privilegio adquisitivo y no es fácil acceder a ella. La clínica especializada en endometriosis a la que he tenido la fortuna de asistir una sola vez -Endomed-, es más minuciosa en su definición y aproximación a la enfermedad.

→[7]

También se utiliza la cirugía de ablación, igual de invasiva pero menos recomendada porque es ineficaz en la eliminación completa de los focos: el láser que los quema deja su raíz adherida al tejido, por lo cual pueden reaparecer.

(Sontag, 1977, p. 8) carcome la cotidianidad, consume el tiempo y las emociones y obliga a replantearse. El autoconocimiento resulta una herramienta fundamental si se quiere crear una obra que ponga de manifiesto lo que es vivir con una condición crónica cuyos síntomas abarcan una esfera diversa de complicaciones, en varias áreas de la vida, tanto personal, como profesional. Al respecto, Michel Foucault (1987) argumenta que

**se puede caracterizar brevemente ese ‘cultivo de Sí’, por el hecho de que el arte de la existencia [...] se encuentra dominado aquí por el principio de que hay que ‘cuidar de uno mismo’; es el principio de la inquietud de uno mismo el que funda su necesidad, gobierna su desarrollo y organiza su práctica. (p. 30)**

En su libro *La enfermedad y sus metáforas. El sida y sus metáforas*, Susan Sontag (1977) señala que “el contacto con quien sufre una enfermedad supuestamente misteriosa tiene inevitablemente algo de infracción; o peor, algo de violación de un tabú” (p. 8). En la endometriosis, el dolor en distintas partes del cuerpo es permanente; crónico, cuando menos, pero quienes lo padecemos nos vemos constreñidas al silencio. Además, describirlo es difícil. Entonces, las metáforas constituyen una forma de verbalizarlo, pues “el pensamiento metafórico es el resultado de nuestras experiencias cotidianas” (Goñab, 2021, pp. 91, 94).

Así, se hace inevitable buscar comparar el dolor —que es invisible— con situaciones que sí se observan y que resulten muy dolorosas, ya que

**el pensamiento metafórico es el resultado de nuestras experiencias cotidianas. [...] El concepto del dolor abarca múltiples y heterogéneos aspectos. Es polifacético. [...] Buscando formas de describir el dolor o los dolores, los protagonistas de nuestro estudio han empleado varias expresiones metafóricas. (Goñab, 2021, pp. 91, 94).**

Por eso, tantas activistas y pacientes recurrimos a metáforas que permitan una más fácil comprensión del dolor que padecemos, ya que es una experiencia imperceptible. El cuerpo puede parecer normal, sin signos que evidencien el dolor agonizante. Esta enfermedad puede sentirse muy solitaria, por la manera en que permea la cotidianidad y por la incompreensión e impaciencia que puede provocar (incluso en el sistema de apoyo).



## La endometriosis como asunto sociopolítico

### En un contexto feminista

En términos generales, es posible afirmar que el sistema médico está teñido de machismo y de tabúes porque en nuestra sociedad patriarcal menstruar es un obstáculo, a pesar de que es un proceso natural que vive la mitad de la población y que es, literalmente, la razón por la cual existe la humanidad. Pero resulta siendo un obstáculo de diversas índoles: laboral, familiar, sexual, entre otros campos, porque interrumpe la linealidad supuesta por el sistema patriarcal para desarrollar las actividades que posibilitan la existencia de nuestra sociedad occidental capitalista. Por eso, la endometriosis “es una enfermedad de género, vinculada a los estereotipos que recaen sobre las mujeres y al tópico de que es normal que la menstruación duela” (Aránguren, 2018, p. 15); pues no lo es y esta normalización sucede por encima del bienestar de quienes menstruamos. De hecho, el dolor incapacitante durante la menstruación es un signo de alarma y de existir, se debe acudir al médico. Si bien estos estereotipos suelen aparecer en el proceso durante el cual las mujeres buscan respuestas para tratar su condición y mejorar su calidad de vida, también hacen parte de un silenciamiento que sucede de manera estructural. Este surge a raíz de los tabúes sociales que envuelven a la menstruación y a la opresión del género femenino, condenado por el heteropatriarcado a existir en dolor desatendido.

Aunque no es tan común, es importante saber que “la endometriosis puede provocar situaciones de emergencia médica que llegan a causar la muerte” (Aránguren, 2018, p. 11); esto sucede especialmente en los casos de mayor negligencia médica, cuando se han ignorado los síntomas de la paciente por mucho tiempo, cuando la enfermedad avanza e invade el organismo. Por esto es tan importante que existan diagnósticos oportunos. Si se tomaran en cuenta y con seriedad los reclamos y descripciones de las pacientes, sería más fácil detectar a tiempo esta enfermedad. En cambio, y por culpa de la violencia médica y de la manipulación psicológica (o *gaslighting*<sup>8</sup>) del que somos víctimas, el tiempo de

→ [8]

Es una forma de abuso emocional mediante el cual se induce a una persona a pensar que lo que vive o siente no es real. Por lo tanto, la víctima lo minimiza, lo ignora y duda de su cordura.

diagnóstico promedio es de entre siete y diez años. En este lapso, por supuesto, los síntomas empeoran, la enfermedad avanza y se agrava. De esta forma, el comportamiento multisistémico e integral de la endometriosis podría compararse con los efectos que puede tener el hecho de ser constantemente ignoradas por el aparato de salud y de recibir tratamientos y cirugías poco efectivas. Generalmente, los casos de muerte relacionadas con endometriosis podrían haber sido fácilmente evitados: una atención integral, horizontal y enfocada en el bienestar de las pacientes garantizará una mejoría significativa en su calidad de vida.

En el prólogo de Ana Ferrer para el libro de Tasia Aránguren *¿Por qué la endometriosis concierne al feminismo?* (2018), Ferrer indica que “esta enfermedad la sufre un 10% de la población mundial femenina, en torno a 176 millones de [personas], que están olvidadas por una sociedad a la que aún le queda mucho por aprender en materia de igualdad” (Aránguren, 2018, p. 11). Es importante revisar todas las esferas sociales que inciden en esas cifras; para efectos comparativos y para aterrizarlas un poco, hay más personas que padecen de endometriosis que aquellas que han sido diagnosticadas de SIDA, diabetes, asma y epilepsia juntas (Aránguren, 2018, p. 15). Aunque la enfermedad no tiene cura y se desconocen las razones que la causan, si se estudia como un problema social integral se pueden destinar presupuestos adecuados para su investigación (y no las cifras pírricas asignadas hoy en día). No solo es importante entender la enfermedad, sino también diseñar tratamientos adecuados no invasivos de los cuerpos y de las vidas de las pacientes. Si, además de eso, se elaboran leyes con protocolos de atención para las entidades de salud, diseñados para brindar una atención adecuada y enfocada en la enfermedad, las pacientes tendrán mejor cuidado, no solo en los casos de urgencia (como está comenzando a suceder en Colombia).

El hecho de que todavía no se conozca la etiología —no hay una explicación causal— de la endometriosis, de que no haya una cura aún sino únicamente tratamientos para los síntomas (casi siempre poco efectivos) y que haya tanta dificultad en el proceso de diagnóstico, supone un obstáculo en la mejoría de la salud de las pacientes. Como consecuencia, alternativas más allá de la medicina alopática para aliviar nuestros síntomas y mejorar nuestra calidad de vida. Por ejemplo: hacer cambios en los hábitos alimenticios (que influyen directamente en la inflamación del cuerpo), o buscar un estado de consciencia del cuerpo que permita escuchar

las necesidades que los síntomas comunican. Estas son algunas de las herramientas paralelas a los tratamientos que ofrecen los médicos —o que muchas veces los sustituyen—.

Sin embargo, es importante resaltar que estos procesos ni son lineales ni son fáciles de atravesar, y generalmente vienen acompañados de problemas adicionales de salud mental. En los casos en que la enfermedad ha sido clasificada en los grados “severos, la solución es amputar [los órganos con una histerectomía], hormonal y vivir una vida de dolor crónico y de enfermedades asociadas a la patología. Todo, por ser mujer y menstruar” (Aránguren, 2018, p. 12). Es muy complicado obtener una postura alternativa a estas medidas “oficiales” que brinda la medicina alopática occidental, y generalmente sólo las ofrece una persona que se haya especializado en endometriosis y que además tenga mucha experiencia con ella. Encontrar especialistas en la enfermedad es muy difícil pues son escasos y, además, acceder a ellos en Colombia es generalmente un privilegio. Es decir, no todas las personas pueden pagar especialistas en consulta privada y el Plan de Beneficios en Salud (anteriormente Plan Obligatorio de Salud, POS) no los contempla —todavía—. Lo demás, que se obtiene casi como si fuera el guion de una película, es el discurso que yo llamaría ‘oficial’: el modo de acción por excelencia que no solo invisibiliza y silencia la experiencia de las pacientes, sino que les impide la búsqueda de una alternativa a una vida llena de químicos y trauma. Por eso, el movimiento feminista acompaña de manera activa los procesos que conlleva esta patología, pues ayuda a darle visibilidad a la condición y, por tanto, a la consecución de derechos “en un mundo en el que el hombre sigue siendo el centro” (Aránguren, 2018, p. 12).

### Es asunto de salud pública

Enfrentarse a un tema de salud pública sin perspectiva de género supone desafiar un sistema enorme. La

**naturalización del dolor de la mujer relacionado con la menstruación y lo reproductivo también ha tenido históricamente un correlato en el ámbito de la investigación, donde no se han destinado los fondos, recursos y esfuerzos que corresponderían a una patología con la extensión epidemiológica y de carga de enfermedad y menoscabo de la calidad de vida que supone la endometriosis en nuestra sociedad. (Aránguren, 2018, p. 31)**

Incluir esta clase de miradas y de análisis es relevante a la hora de construir las políticas públicas que buscan mejorar la calidad de vida de las pacientes, darle la importancia y el espacio que se merece una enfermedad tan común y que fácilmente podría haber sido más estudiada y analizada. Al abordarla como un asunto que concierne la salud pública, deja de estar enmarcada en la intimidad, en la privacidad y en el silencio y, además, se vuelve “un ejercicio de **‘extimidad’**, que tiene como fin politizar su malestar. Un malestar generado por los dispositivos —culturales, religiosos, políticos, médicos, etc— que determinan el comportamiento y la gestión del cuerpo” (Negre y Catalozella, 2021, p. 170) en el momento en que pasa a ser responsabilidad ya no solo de la paciente, sino de aquellos otros organismos y entidades públicas o privadas que también acompañan y hacen parte de la experiencia.

Y es que la sociedad jamás se ha pensado desde los cuidados, aunque estos sean inherentes a ella. Se dan por sentado (por eso en su gran mayoría no están remunerados). Es como si hicieran parte del —o de algún— deber ser. Después de todo, las pacientes no somos las únicas involucradas en estos procesos; lo están también nuestros familiares, parejas, amistades y demás personas de nuestro círculo cercano que deben entender la enfermedad y que asumen, en muchos casos, roles de cuidado para acompañar nuestras vivencias.

El lema ‘The personal is political’ de

**Carol Hanisch en su artículo “Personal is political” (1969) [abordado también por] Kate Millet en su libro Sexual Politics (1970), [...] señalaba que las problemáticas que afectaban a cada una de las mujeres en el ámbito privado —sexualidad, reproductividad, relaciones familiares, violencia, situación laboral, etc— solo se podían solucionar si eran tratadas como cuestiones estructurales de nuestra sociedad (Negre y Catalozella, 2021, p. 167).**

Cincuenta años después, estos reclamos mantienen su vigencia. Si bien sí se habla más abiertamente del tema y ya existen movimientos feministas que se encargan de proponer y supervisar políticas públicas sobre estos asuntos, sigue siendo una lucha con barreras sistemáticas a la hora de proponer y salvaguardar el bienestar integral de las mujeres<sup>9</sup>.

Por eso es tan importante la Ley Endometriosis en Colombia, que a finales de marzo de 2023 fue aprobada en el Congreso

luego de cinco debates, y poco más de seis meses después, sancionada por el presidente. Gracias a ello, ahora la ley considera la endometriosis una enfermedad crónica, incapacitante y discapacitante. La ley 2338 de 2023 contempla que se establezcan protocolos específicos de atención en centros de salud, hospitales y clínicas para así reducir los tiempos de diagnóstico y obtener tratamientos integrales, con el fin de mejorar la calidad de vida de las pacientes. No obstante lo anterior, el camino para implementarla permanece intransitado y es retador. Para lograr su aplicación, será necesario capacitar al personal médico, así como educar y sensibilizar a la ciudadanía sobre esta enfermedad. Este es un avance sin precedentes en la legislación colombiana y una promesa de cambio para nuestra sociedad. Aunque todavía estamos en una etapa muy temprana —han pasado escasos dos meses a la fecha de elaboración de este texto—, el equipo que hizo posible este sueño trabaja incesantemente para una implementación exitosa de la ley.

[9] ←

Los cuidados aún recaen mayoritariamente en mujeres y, sobre todo, todavía se asocia a las mujeres inherentemente a los cuidados “una labor que, sin ser valorada, es uno de los pilares en los que se asienta la economía actual” (Negre y Catalozella, 2021, p. 167). Sí se han diversificado, no digo que no. Pero es difícil borrar la huella histórica que dejan cientos y miles de años de cimentación de un estereotipo. No, borrar no; no se debe borrar, hay que honrar nuestra historia y entender de dónde venimos para poder tener el poder y las capacidades de hacer cambios conscientes, sustanciales. En términos del sistema patriarcal: avances y progresos. Porque como seguimos inscritas en este sistema opresor, no nos queda más que encontrar caminos que permitan sortear los obstáculos del sistema y hacerle frente dentro de él. *Hackearlo* desde adentro para poco a poco desmontarlo, si acaso se puede, a través de nuestros cuestionamientos y reclamos. Hay que ajustar aquellas cosas que ya no van a lugar.

# HUELLAS EN EL ARTE

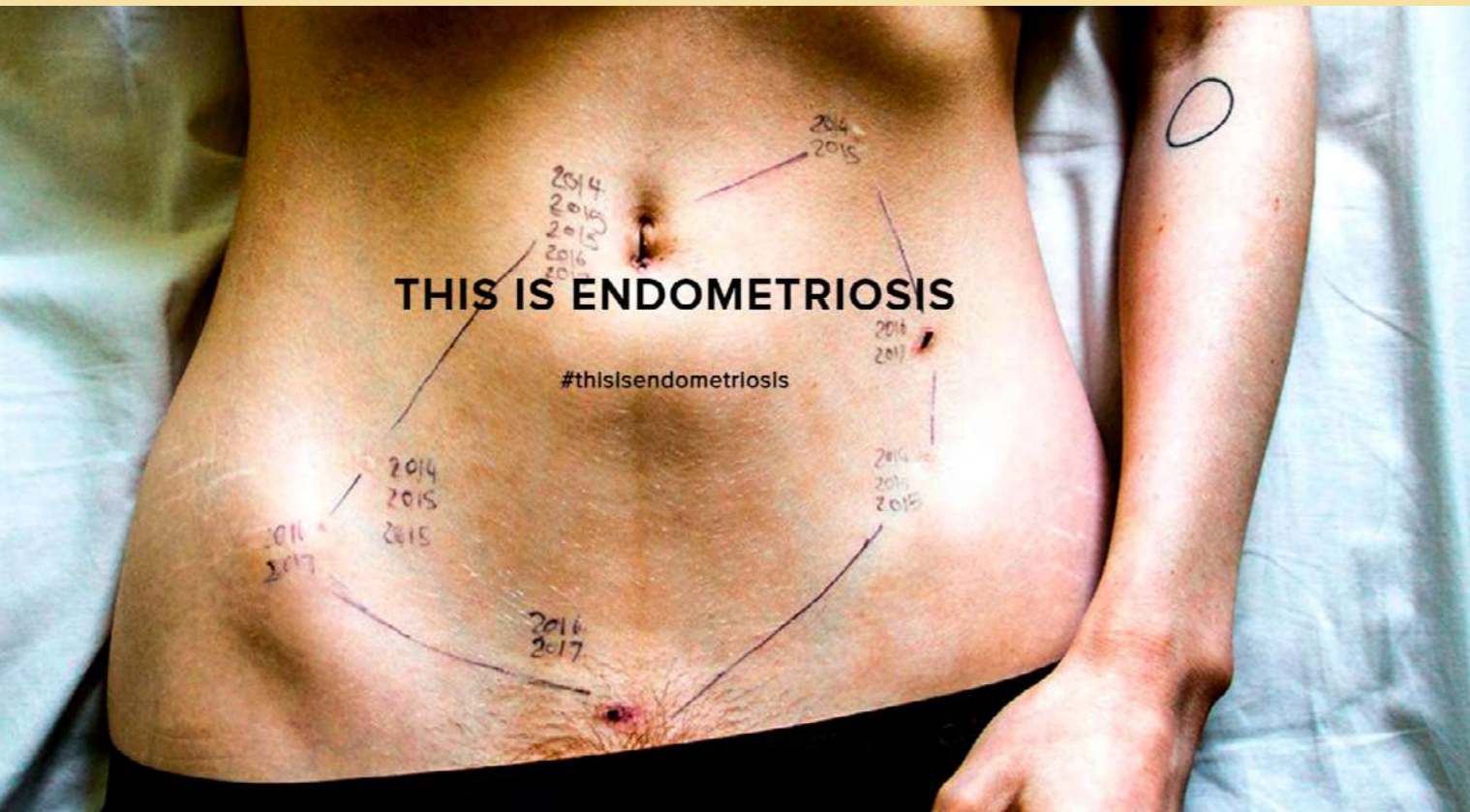
# HUELLAS EN EL ARTE

GEORGIE WILEMAN

## EL DOLOR SE VE

Georgie Wileman es fotógrafa, realizadora, paciente y activista de endometriosis. Radicada en Londres, su ciudad natal, Wileman explora a través de las imágenes historias que no suelen ser representadas en los medios masivos. Su serie fotográfica *This is Endometriosis* (2016) evolucionó a un documental con el mismo nombre. Tanto el ensayo fotográfico como el documental retratan las experiencias de ocho personas que conviven con esta enfermedad. Para alguien que no la vive (ya sea porque no acompaña a quien sí, o no la conoce), puede ser complicado aterrizar un dolor invisible. Tanto la serie fotográfica como el documental buscan contestar estas preguntas e ilustrar estas experiencias, no solo para otorgarles voz a todas las personas que se sienten solas y aisladas por culpa de la endometriosis, sino para que esas voces sean escuchadas y, por fin, validadas. Ambas piezas han sido reconocidas internacionalmente en medios como Forbes, pero sobre todo por pacientes alrededor del mundo. Personas que se sienten identificadas, como yo, con las imágenes y el discurso que Wileman construyó.

El abdomen manchado, la piel oscurecida, parece dormida luego de soportar horas de calor para aliviar horas de dolor. El calor es un arma de doble filo, un delgado umbral fácil de cruzar que en un par de minutos puede transformarse y herir. Estas fotografías están diseñadas para incomodar a quien las mira, procurando crear consciencia de los diferentes retos



Wileman, G. (2016). *This is Endometriosis* [fotografía]. <https://www.georgiewileman.com/this-is-endometriosis-1>

# HUELLAS EN EL ARTE

que enfrentan quienes padecen esta enfermedad. Impactante, hipnotizante, quienes la admiran parecen absorbidos por aquellas manchas dibujadas en la piel. Wileman busca, ante todo, construir empatía alrededor de las vivencias de quienes padecen esta enfermedad. Esa sensación incómoda provoca ganas de irse y, al mismo tiempo, impide desviar la mirada. El dolor, por fin, se ve.

Esta artista es muy importante para mí. Supe de ella antes de saber que tenía esta enfermedad. Recuerdo que vi la fotografía que le tomó a Lena Dunham (artista, escritora, directora de cine), en la que ella relataba su experiencia como paciente y pensar 'qué difícil vivir con algo así, menos mal no me toca a mí'. Qué ingenua: sí me tocó y no ha sido fácil. Entonces el trabajo de Wileman ha servido como inspiración, como compañía, como maestra, como guía, en un recorrido que ya suma varios años, en el que no solo me he aprendido a conocer como humana que padece esta condición, sino como artista que quiere también visualizar una condición a personas de habla hispana. En pocas palabras, tanto Wileman como este proyecto puntual están intrínsecamente relacionados y casi son culpables de que exista este interés en mí, que exploro a través de mi formación como artista.

Georgie Wileman visibiliza la enfermedad y *This is Endometriosis* fue mi primer punto de contacto con ella fue incluso antes de saber que me habitaba. Documenta la intimidad del dolor, de los cambios corporales, de aquello que sí se alcanza a percibir en esta enfermedad invisible. Documenta también la colectividad de una enfermedad que se vive en solitario pero que es común, tan común, y tan disímil. Sobre su obra me interesa la manera en que se acerca a la enfermedad, como paciente y como creadora del proyecto. La vivencia autorreferencial que sirve también como motor para la búsqueda de otras historias (una faceta del proyecto que me interesaría explorar más adelante), la documentación fotográfica (diarios de campo visuales), y la confrontación con el ser que implica aceptar que se padece una enfermedad que a la vez es problemática social, y que es un privilegio aprovechar la voz que se tiene para difundirlo.

# HUELLAS EN EL ARTE



Wileman, G. (2016). *This is Endometriosis* [fotografía]. <https://www.georgiewileman.com/this-is-endometriosis-1>



# HUELLAS EN EL ARTE

Kammer, S. (2018). *Endometriosis (Coagulate)* [pintura]. Colección privada. <http://solomonkammer.com/portfolio>

## SOLOMON KAMMER

Solomon Kammer (1991) es una artista australiana que explora, a través de sus pinturas, su existencia como persona enferma y discapacitada. Sus representaciones figurativas de la endometriosis ilustran, de manera poética, la enfermedad. La artista se vale de su pintura para expresar preocupaciones y elevar protestas sociales mediante imágenes impactantes. Rompe con aquel deber ser bello de los cánones clásicos pues no busca la belleza ideal de los cuerpos sino la belleza de su realidad tal y como es; se torna entonces en una representación fiel de los sentimientos, sensaciones y otros eventos internos que ocurren más de manera emocional que física, pero que le otorgan al cuerpo una veracidad mayor que si buscara aquella perfección tan alabada por los artistas clásicos que imitaban a los griegos.

Kammer exterioriza la endometriosis en el cuerpo de su pintura. Se explora y abre sus propias heridas en el lienzo. Se mancha el torso de su cuerpo-tela-pintura con más pintura para decir *tengo esta enfermedad, mi cuerpo es diferente, aunque se vea normal*. ¿Normal? Cumple con la norma. Pero la artista se sale de la norma a través de su cuerpo dándole espacio a sus diagnósticos; la manera en que su cuerpo opera demuestra, una vez más, cómo el sistema solamente está diseñado para un tipo de persona. Habla de sí misma, se observa a sí misma, se retrata a sí misma y su obra interpela una alteridad informe, compuesta por disidencias corporales como nosotras, por pacientes de endometriosis y de adenomiosis<sup>10</sup>, por adultos que, como ella, hacen parte del espectro autista o de la neurodivergencia<sup>11</sup>. Sus pinturas suelen ser crudas, pues pinta el cuerpo cubierto en sangre en representación del dolor. La sangre impresiona, interpela,

→ [10]

Al igual que la endometriosis, la adenomiosis es una enfermedad sin causa ni cura conocida. Consiste en que el tejido endometrial crece y se desarrolla de manera invasiva en la pared muscular del útero.

→ [11]

Con una neurología atípica.

# HUELLAS EN EL ARTE

transmite un mensaje directo. Entonces, la melancolía, el misterio, la nostalgia y el desnudo en *Endometriosis (Consanguinity)* construyen un diálogo diferente con quien la aprecia.

Y es que el desnudo que Kammer pinta no es aquel que se revuelve en el morbo sino uno que traspasa la desnudez de la piel y se adentra en la vulnerabilidad de los cuerpos y en la lucha emocional que conlleva la enfermedad. Las manchas de sangre en el abdomen, hipotéticas, representantes de un dolor que está ahí pero que no se ve, impactan por su realismo, e impiden desviar la mirada. La expresión serena del rostro es misteriosa y el cuerpo acomodado en una tabla evoca la soledad: la suavidad de la piel sobre la dureza de la madera. Esta es una pintura que invita a la reflexión, que provoca a quien la observe y abre puertas a la empatía, a la simpatía y a la necesidad de cuidar.

La obra de Kammer conmueve al público; inspira, y genera vínculos entre aquellas personas que atraviesan la misma situación de vida que se da en torno a la endometriosis. Deshace la soledad, aunque la mujer de la pintura se vea en soledad. Y representa en un cuerpo hipotético el cuerpo de todas aquellas personas que han sentido sus propios cuerpos sangrar internamente, que se sienten como la mujer de la pintura, desnudas sobre una tabla fría, lejos de un mundo que no las entiende, que no las apoya.



Kammer, S. (2018). *Endometriosis (Consanguinity)* [pintura]. Colección privada. <http://solomonkammer.com/portfolio>

# HUELLAS EN EL ARTE



Kammer, S. (2018). *Endometriosis (Nexus)* [pintura]. Colección privada. <http://solomonkammer.com/portfolio>



## La ciclicidad: ondulaciones y palpitations

Por su diversidad de síntomas y gracias a la experiencia en carne propia, podemos atrevernos a afirmar que la endometriosis trasciende el sistema reproductivo y la menstruación, y que se expande prácticamente a todo el cuerpo, de distintas formas y en diversos momentos. Y, sin embargo, aunque la enfermedad los trasciende, la endometriosis —y su vivencia— es una enfermedad del cuerpo supeditada a la ciclicidad intrínseca de la menstruación, porque además resulta que, como somos un solo animal, un solo cuerpo, pues todo sucede aquí mismo. Por lo tanto, este proyecto se ocupa de habitar el ciclo.

El ciclo menstrual ovulatorio está dividido en fases: la fase folicular (o preovulatoria) que incluye la menstruación y la fase lútea (o premenstrual) que incluye la ovulación. Estas etapas suelen ser, para el imaginario colectivo de nuestra sociedad, punto de partida de metáforas que, por asociación, explican lo que supone atravesar cada una de ellas. Las comparaciones, no sobra aclarar, surgen de las ciclicidades de la naturaleza; el vínculo entre el ciclo femenino con la madre tierra es innegable. Con la comparación que yo he tenido más contacto, es cuando se lo equipara con las estaciones. Cada momento del ciclo equivale a una estación (aquellas que corresponden a las latitudes más al norte y al sur del planeta), de acuerdo con los niveles energético-hormonales del cuerpo.

Está compuesto de dos fases: la folicular (que contiene la ovulación) y la lútea (que culmina con la menstruación). Estas fases se definen a partir de la actividad que sucede en los ovarios. Así, la **menstruación** se asocia con el invierno, época de recogimiento, descanso, introspección, reposo, silencio y cuidado. La **preovulación** es la primavera: la reaparición paulatina de la energía en un cuerpo que ha estado en quietud. La **ovulación** se relaciona con el verano, tiempo de fertilidad y cosecha; es el momento con mayor energía creativa. La fase **premenstrual**, cuando el óvulo comienza a descender y el cuerpo a prepararse para expulsarlo, es el otoño:

bajan los niveles de energía y se avecina, nuevamente, el recogimiento, la contracción (pero aquí me adelanto).

Esta asociación es muy popular. Personalmente, me parece acertada y, en general, coincido con relacionarlas. Sin embargo, para mí —y por lo tanto para efectos de este proyecto—, siempre ha habido algo que encaja, pues jamás he experimentado las estaciones. Nací, crecí y habito en un país tropical, sin estaciones, en donde los cambios climáticos y de temperatura están supeditados a los pisos térmicos y no tanto a la posición y distancia del sol con respecto al hemisferio, pues habito el centro del planeta, el trópico. Y por más que la colonización eurocéntrica se haya encargado de empujarnos las estaciones y las latitudes más australes y septentrionales, por más que eso sea lo que aprendí en el colegio, los árboles en mi país —y en mi ciudad— no cambian de color con respecto a la época del año, no se deshacen de todo su follaje para enfrentar meses de frío y nieve, y por eso no vuelven a renacer cada año. Renacen constantemente, retoñan todo el tiempo, siempre verdes y frondosos. Los animales con los que comparto este ecosistema que habito no hibernan. Los días y las noches duran más o menos lo mismo todo el año, no más de media o una hora de diferencia. No sé lo que son los días largos y mucho menos los días oscuros. No conozco las estaciones.

Por eso resolví buscar otra asociación metafórica para describir simbólica, y quizá formalmente, mi ciclo, y la manera como este rige mi enfermedad. De pronto más parecido a aquella otra comparación con las fases de la luna: menguante es la fase premenstrual, luna nueva es la menstruación, luna creciente la preovulación y llena, la ovulación. Aunque a partir de aquí se desprenden una serie de arquetipos y asociaciones más y más detalladas sobre cada fase del ciclo, nunca pude reconocerme en ninguno. Y con la luna sí tengo un vínculo directo: hace parte de este planeta como las mareas, los vientos y yo misma.

Me enfoqué en simplificar esta asociación para lograr una descripción gráfica, a partir de lo que siento en cada momento de mi ciclo, de mi propia manifestación energética. Desde ahí identifiqué los dos grandes opuestos: la menstruación, expulsión del óvulo, comienzo del ciclo, bajón energético; en contraposición con la ovulación, fase fértil, mitad del ciclo, pico energético. Ambos son momentos de dolor —aunque sean dolores y experiencias ligeramente distintas—. Son las dos etapas de mayor actividad orgánica en el cuerpo. Dicho en términos sencillos, las trompas “llaman” al óvulo y el ovario lo expulsa; el útero se contrae, *palpita* y excreta el

endometrio con el óvulo. Un pico y un valle, es decir, una onda que se forma gracias en el tránsito entre ambos momentos:



Mi ciclo menstrual ondulatorio es una ondulación interior. Como la marea que ondula gracias al magnetismo de la luna, así he logrado entenderme dentro de mi ciclo. Así he entablado un diálogo con mi menstruación y con mi enfermedad. Menstrúo y necesito contraerme, recogerme, “hacer cuevita” y cuidarme y consentirme mientras mi útero hace lo mismo: se contraer y se expande (o sea, repite el movimiento cíclico de manera fractal; *palpita*) para expulsar el óvulo e iniciar otro ciclo. Y llegar a este momento es descender la cresta de la onda, que termina siendo circular. Luego ovulo y, a pesar del dolor y del esfuerzo para mi cuerpo, me expando: mis hormonas me preparan para la fertilidad y con ella llega el fuego creativo, el pico, la expansión, la necesidad de socializar. Una vez liberado el óvulo ocurre una expansión energética en mí a la cual llegué ascendiendo del valle, en mi onda cíclica, circular.

Percibo el ciclo menstrual como un movimiento ondulatorio. Y en esa ondulación, que si se viera desde arriba tendría una forma circular, encuentro también una expresión tridimensional: la palpitación. Contracción y expansión. Es un movimiento repetitivo y que produce, tras de sí —y nuevamente fractal—, una ondulación. Es decir que la palpitación es la expresión tridimensional de la ondulación circular.

Como el corazón, el útero también palpita. ¿Palpita para dar vida, al igual que el corazón? Al fin y al cabo, toda la humanidad proviene de un útero. Entonces el ciclo se puede entender también como la expresión de este movimiento: con la menstruación me contraigo y con la ovulación me expando. A veces ocurre al revés, a veces contraigo y expando en otros momentos, pero no dejo de contraer ni expandir. Ni mi energía ni mi cuerpo dejan de ondular: no dejo de palpitar. Mi cuerpo repite este movimiento de diversas maneras: por ejemplo, con la inflamación de mi abdomen que, por supuesto, también es ondulatoria. Este movimiento se hace más tangible durante mi fase lútea, porque es cuando se manifiesta con más fuerza uno de los síntomas de

la endometriosis: la fatiga y el cansancio crónico, combinación aplastante (literalmente), que llamo *sopor*.

La paradoja es que, como buena figura circular, perenne e infinita, no logro encontrarle el inicio. A veces es este, el sopor, el que anuncia la sangre y el momento más retador y difícil: menstruar. Pero al sopor suele precederlo la energía, por lo cual los inicios y los finales se confunden. Por ahora me he dedicado a entender esta poética para explorarla plásticamente.

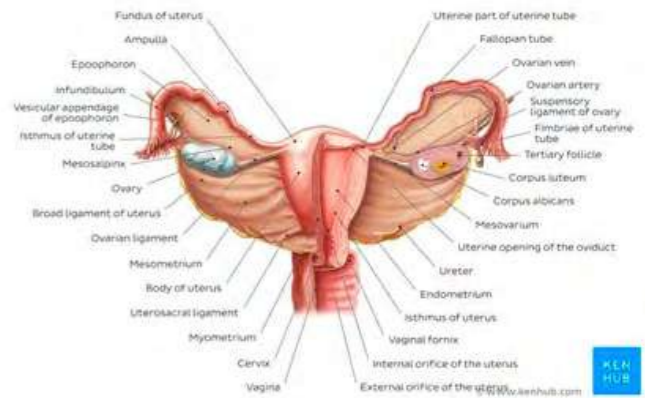


## Simbologías del útero

La endometriosis me demuestra que su naturaleza multisistémica se puede abordar en una diversidad de aristas que facilitan su comprensión. Una de ellas, primordial, está en el útero. Si bien no se conoce la causa de la enfermedad, ni el tejido que se adhiere al cuerpo es el endometrio en sí, ni muchos de sus síntomas se perciben en el sistema reproductivo, es innegable su relación intrínseca con este. No mirar el útero ni buscar comprender su poder, es obtuso. Muchas culturas, a lo largo de la historia y del planeta, han representado el útero y le han dado un espacio de relevancia espiritual dentro de los orígenes de nuestra especie.

Entonces, ¿cómo se habitaba el ciclo en la antigüedad, cuando se vivía en una relación más consciente y activa con el resto de la naturaleza, cuando había mayor comunicación con el ser íntegro? Cuando no estábamos presas del capitalismo y la eterna producción, cuando la supervivencia se obtenía de otros modos y podía una detenerse y se habitaba la tierra y había sentidos y propósitos más grandes y sabidurías profundas y diálogo activo con la tierra.

La simbología del útero es amplia, compleja, ancestral y aun así suele converger en un mismo punto: que la humanidad proviene del útero. Que el útero es creación —creatividad—. Y que la fertilidad es abundancia —no necesariamente asociada a la fertilidad física y biológica que resulta en reproducción—; “fertilidad también es ecología y equilibrio” (Godínez, 2022, p. 40). El útero es “la condición femenina creativa” (Serrano, 2006, p. 172). En Colombia, los pueblos originarios le han atribuido una extensa simbología al útero, como centro de poder y de creación divina. Los símbolos son elementos que guían el camino del ser consciente y como “la Madre es sinónimo de vida y está personificada



Uterus and ovaries [diagrama ilustrado]. (s.f.). [https://www.kenhub.com/thumbor/wKczZfWu0Jg8-2CcnOwLJTloWkU=/fit-in/800x1600/filters:watermark\(/images/logo\\_url.png,-10,-10,0\):background\\_color\(FFFFFF\):format\(jpeg\)/images/article/es/utero-es/Wx4xsnGNJz0G5IjNKhXiA\\_uterus-and-ovaries\\_english.jpg](https://www.kenhub.com/thumbor/wKczZfWu0Jg8-2CcnOwLJTloWkU=/fit-in/800x1600/filters:watermark(/images/logo_url.png,-10,-10,0):background_color(FFFFFF):format(jpeg)/images/article/es/utero-es/Wx4xsnGNJz0G5IjNKhXiA_uterus-and-ovaries_english.jpg)

en todas las mujeres, en el agua, en los orificios de la tierra, la casa ceremonial, las mochilas, las ollas de barro y los recipientes de calabazo” (Uribe Villegas, 2005, p. 81).

Parte de la brújula de esta obra se encuentra en artistas olvidadas, sin nombre, cuyo trabajo ha permitido la reivindicación de la sexualidad femenina, pruebas de otros tipos de sociedades donde la mujer no está oprimida —que Casilda Rodrigáñez llama ginecocráticas—. Mujeres que dejaron huellas impresas en cántaros de barro llenas de simbología. De sus manos brota el simbolismo que, aunque provenga de culturas falocráticas no occidentales, exalta a la mujer como creadora de vida, que adora a la Madre Tierra y le rinden tributo y la simbolizan en su cotidianidad. El útero como contenedor: mochilas, vasijas, canastos, malocas, hamacas... El útero como tierra sostenedora: lagunas, volcanes, montañas, cuevas. A continuación, un recuento que resume de manera muy breve algunas de las varias formas y símbolos que se le han atribuido al útero en distintas culturas.

### Maloca

En las culturas indígenas suramericanas (y colombianas) la maloca es un centro ritual, espiritual, político y social. Su estructura varía de acuerdo con las distintas cosmogonías. Su valor en cada una suele ser similar, y su carácter sagrado radica en una síntesis del universo: “para los Kogui simboliza el útero de la Madre Universal, para los Ufaina, la maloca simboliza el útero de la Madre Tierra” (Manzano Vega, 2020, p. 37). Los indígenas se reúnen en estas construcciones, las habitan y celebran rituales y ceremonias; “los uitoto ven en la maloca, o gran casa comunal, el cuerpo de la Madre Ancestral en posición de parto, quien por su puerta frontal, ubicada hacia el Oriente, da a luz a la humanidad” (Uribe Villegas, 2005, p. 82). La maloca es también el lugar en el que se urden los hilos que, a su vez, representan el cordón umbilical. Estos tejidos se transforman en otras representaciones del útero: hamacas y mochilas.

### Hamaca

Así como la maloca —o casa ceremonial— representa el útero de la Madre Tierra, cuando los humanos se reúnen dentro de ella y se acuestan en las hamacas están personificando el habitar la matriz: la hamaca es la placenta que les envuelve (Trillos, 1986).

De todos modos, las hamacas no necesariamente están siempre en la maloca principal y muchos indígenas de todo el territorio —y por lo tanto de diferentes comunidades—, duermen en ellas en su cotidianidad. La hamaca remite al útero materno y el hilo que la compone es símbolo del cordón umbilical: en un nivel metafísico, los humanos permanecen ligados a la madre —la biológica y la cósmica; la deidad—.

### Mochila

Al igual que la hamaca, la mochila es otro objeto que simboliza la placenta, el útero y el cordón umbilical (y la fertilidad) para varias culturas, como los wiwas o los koguis (que descienden de los tayronas). Para estos últimos, además, es una extensión literal del útero, pues es utilizada para cargar a los recién nacidos: estas mochilas son tejidas por los padres y entregadas a sus hijos al nacer.

### Rombos y ranas

Los muisca elaboraban tejidos en los que integraban la figura del rombo como representación del útero y de la creación. Este elemento gráfico es una simplificación, a su vez, de otra representación importante: la rana. Estos animales simbolizaban la relación del pueblo muisca con el agua, que se consideraba su guardián. Lagunas, páramos y humedales eran considerados lugares sagrados, madres, que representan la fertilidad y la vida —o el universo—. Una rana en un cuerpo de agua es imagen del ser humano en el cosmos (Comba González, 2018). El rombo sintetiza la relación que surge entre rana y cuerpo de agua —humano y útero—. Paralelamente, para la cultura wiwa, las ranas también guardan relación con el útero y la sexualidad: son la representación de los órganos sexuales femeninos en el reino animal.

### Poporo

Este artefacto está compuesto por varios elementos que, por separado, tienen diferentes significados; sin embargo, juntos representan la unión de hombres y mujeres. Así, la parte inferior —que en su forma más sencilla se construye a partir de una calabaza o totumo— representa el útero, la Pacha Mama; el cuello, entonces, se asimila al pene. También se interpreta el poporo



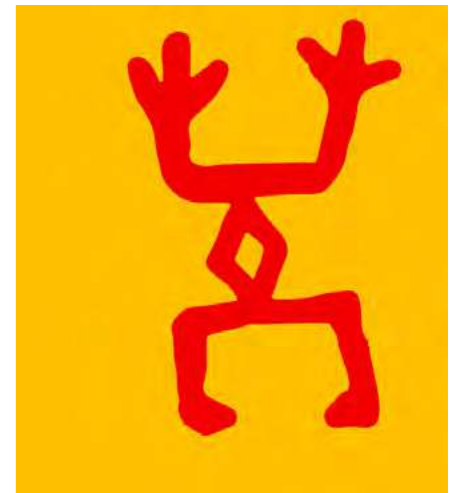
Echeverri, S. (2012). *Maloca indígena* [fotografía]. <https://locationcolombia.com/locacion/maloca-indigena/>



*Hamaca San Jacinto* [fotografía]. (s.f.). <https://www.casachiqui.com/interna-productos/hamaca-san-jacinto-negra>



*Mochila Arhuaca Kunsamana A'mia* [fotografía]. (s.f.). <https://feriaartesanal.esariri.com/artesania/mochila-arhuaca-kunsamana/>



Comba, J. L. (2018). *La rana y el rombo* [ilustración]. Suamox: símbolos visuales. [https://digitk.areandina.edu.co/bitstream/handle/areandina/797/2018\\_06\\_06\\_Suamox\\_digital.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://digitk.areandina.edu.co/bitstream/handle/areandina/797/2018_06_06_Suamox_digital.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

como el órgano femenino y el palillo que se inserta para recoger la coca, el masculino, y toda la acción simboliza el sexo. Para los kogi, el rito del mambeo con poporo, solo empleado por hombres, “es la manifestación del pensamiento masculino” (Mell, 2013, p. 24), de su pureza y del compromiso con su pareja. Pero en el poporo converge la analogía del sexo, es decir, de la creación y la fertilidad. En su parte inferior, redonda y uterina, es donde se almacena la hoja de coca.



**Poporo de calabaza de la Sierra Nevada.**  
 Sáez, A. (2018). *Una masa amarillenta se forma sobre la parte superior del poporo* [fotografía]. Pacifista! [https://pacifista.tv/wp-content/uploads/2018/09/arhuacos\\_serie\\_2-1024x683.jpg](https://pacifista.tv/wp-content/uploads/2018/09/arhuacos_serie_2-1024x683.jpg)

### Totumos, calabazas y canastos

Aunque el calabazo y el totumo son el origen del poporo, este no es el único elemento alegórico surgido de ellos. Muchas veces, todos los recipientes creados a partir de estos frutos son manifestaciones y hacen parte de la simbología uterina, femenina. Según Acevedo (s.f.) “los indígenas han asociado las calabazas como símbolo de la mujer, la fertilidad y la vida”. El pensamiento indígena de nuestro territorio está atra-

vesado por signos que emergieron de los calabazos, auyamas, totumos y demás frutos que pueden ser aprovechados como contenedores y que de alguna manera trascienden al canasto.

Un ejemplo de eso se puede ver en la cultura wiwa, donde “todos los calabazos representan el útero de la Madre [Tierra] y por lo tanto el de todas las mujeres” (Trillos, 1986); los kogi comparten este pensamiento. Como ya se mencionó, este fruto es utilizado para hacer poporos. También en la cultura quimbaya — como en general diferentes culturas originarias de América—, se establece esta asociación entre calabazos y totumos con la figura de la mujer, al igual que con otros frutos y contenedores, como los canastos. Menciones e imágenes con esta simbología uterina han sido halladas prácticamente a lo largo y ancho del territorio colombiano. Es una muestra de que comparten este pensamiento pueblos originarios como los muisca, los uwa, los paeces,

los uitoto, los embera-chamí, los makuna, por ejemplo. Para estos últimos, las vasijas que se elaboran a partir de calabazos —llamadas *cuyas* (Uribe Villegas, 2005, p. 81)— contienen la esencia de la vida —*yurupari*—; el útero es concebido como una *cuya*. En síntesis, aquellos recipientes que son de origen vegetal, cuya naturaleza per se es contener, y que son emulados en otros materiales — como ollas de barro o canastos—, son poderosos dispositivos que aluden al útero de la Madre Tierra.

### Temazcal

En las culturas mesoamericanas prehispánicas, el temazcal se concibe como el útero donde se gesta el hijo. En náhuatl quiere decir “casa de vapor”. Es una de las representaciones más literales del útero: la matriz donde se crea vida. Se asocia con cuevas naturales y evoca la montaña, cuya imagen, igualmente, se vincula con la simbología uterina. En estas construcciones de barro se originan tradiciones medicinales ancestrales para limpiar el organismo y regenerar el ser; los mayas lo consideraban el espacio terapéutico de mayor relevancia (Aparicio Mena, 2012, p. 220). Entre sus usuarias se hallaban las mujeres púerperas que usaban los baños rituales en el temazcal como limpieza simbólica y física después del parto. El rito ancestral del temazcal ha sido adoptado a lo largo de Latinoamérica debido a su poder simbólico y medicinal.

El fuego y el agua son sus elementos esenciales, pues producen calor, vapor y sudor, además de las hierbas medicinales, componente fundamental en la ceremonia, pues activan los procesos de limpieza y sanación. El temazcal permea el ser en diversos planos, de manera integral: lo físico, lo emocional, lo espiritual, lo simbólico. Por lo tanto, es un elemento fundamental en la restauración del equilibrio en cada persona. La exposición prolongada al calor y a los vapores, junto con su naturaleza ritual sagrada, activa procesos profundos dentro de quienes participan en las ceremonias de limpieza. Como el útero, el temazcal “tiene el poder de regular, de equilibrar, de sacar, de extraer, de purificar, de limpiar, de reenergizar, de calentar (en el sentido de revitalizar), de sanear” (Aparicio Mena, 2012, p. 221).



*What is a Temazcal and what are the benefits?*  
 [ilustración]. (s.f.). Dune Escapism Hotel. <https://dunehotelatum.com/temazcal-tulum/>



Giang, B. (2007). Stone yoni found in Cát Tiên sanctuary, Lam Dong, Vietnam [fotografía]. National Museum of Vietnam History. [https://en.wikipedia.org/wiki/Yoni#/media/File:Cat-tien\\_stone\\_yoni.png](https://en.wikipedia.org/wiki/Yoni#/media/File:Cat-tien_stone_yoni.png)

## Yoni

La palabra *yoní* —o *ioní*— en sánscrito significa templo sagrado, vientre, vulva o útero; hace referencia a toda la zona pélvica femenina, externa e interna. Puede interpretarse como una de las raíces de la palabra universo. Esta relación útero-universo no solo existe en las culturas antiguas de India; para los wíwas, de la Sierra Nevada de Santa Marta, “el universo es el útero de la madre” (Trillos, 1986). En la meditación grupal que hice durante un taller de Útero Sagrado, que tomé recientemente, al pensar en mi útero vi un universo: espacio lleno de galaxias y estrellas. *Yoni* ha sido asociada a las diosas Kali (o su útero) y Shakti; de hecho, el *yoní* se considera la representación abstracta de esta última).

## Montañas y volcanes

La montaña es el elemento sagrado por excelencia en las culturas originarias de América Latina. Para los uwas, de la Sierra Nevada del Cocuy, la montaña representa el útero de la Madre Tierra, el epítome de la matriz de la tierra, la madre. Algunas culturas de Mesoamérica han hecho también esta asociación, añadiendo el volcán. La imagen que se crea aquí, a mi parecer, es doblemente poderosa pues se conecta con el fuego creativo vinculado hoy al útero. Esta simbología volcánica, además, se relaciona también con el temazcal, que ya se describió más arriba. Otra acepción del volcán es vagina terrestre, ya que su cráter es una abertura a las entrañas de la tierra-útero.

## Obsidiana

Es un cristal negro mineralizado de origen volcánico que se forma en las profundidades del magma —es lava que se cristaliza con el choque de temperaturas—. Es conocida también como piedra de los abismos. La alta carga simbólica de esta piedra proviene de varias culturas en diferentes momentos históricos: por ejemplo, ancestralmente ha sido considerada una piedra de protección; también como elemento místico adivinatorio. Además, ha sido utilizada como herramienta, pues los antiguos se valían de ella para crear lanzas y cuchillos afilados.

Actualmente, la obsidiana se utiliza en terapias físicas, energéticas y emocionales: una piedra tallada en forma de huevo —completamente lisa— se introduce en la vagina en terapia de



Vilchenko, A. (2023). La obsidiana es una de las rocas más poderosas entre todos los cuarzos y minerales. [fotografía]. AD Magazine. <https://www.admagazine.com/articulos/obsidiana-propiedades-energeticas>

suelo pélvico, en enfermedades como la endometriosis o en sanación espiritual profunda. Habiéndome referido ya a la simbología uterina asociada al volcán, se puede entender la relación que surge entre la vagina humana y la vagina terrestre: el cráter del volcán y el cráter del útero.

## Agua

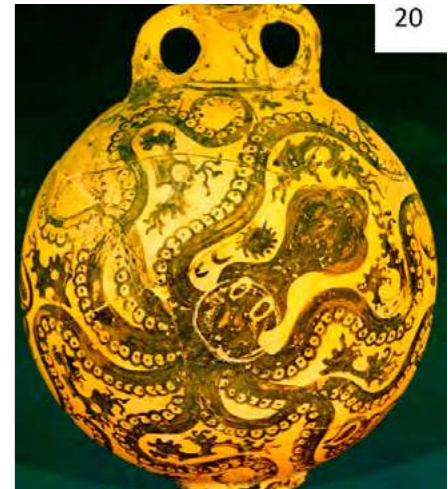
Varias culturas han representado a la mujer —y por lo tanto al útero y a la fertilidad— con el agua: los muiscas, como ya se enunció más arriba, los wíwas, para quienes los cuerpos de agua (el mar, las lagunas, las quebradas y los ríos, la lluvia) son sagrados y venerados, pues son la personificación de la feminidad. Los uwa comparten esta asociación: la laguna es el útero de la naturaleza.

## Aves y peces

Ya que el útero era un órgano misterioso, oculto (a diferencia de los órganos sexuales de los hombres), las mujeres antiguas acudieron a diversas representaciones simbólicas que mostraban su forma y su volumen. Entre ellas, las aves y los peces. En la mitología antigua egipcia y europea, la fauna marina tuvo un importante papel simbólico en este sentido. Desafortunadamente, el pensamiento evolucionó negativamente conforme creció el dominio y poder masculino sobre las mujeres, y algunas de las figuras de animales marinos asociados a la fertilidad, a la sexualidad y a la feminidad fueron condenadas.

El movimiento del útero en general lo representaron nuestras antepasadas con imágenes del movimiento voluptuoso de animales como la serpiente, pulpos, ranas, medusas, pájaros y peces. Al ser el útero un órgano interno, no visible, recurrían a la imagen de ciertos animales que tenían a la vista para representarlo, lo cual era normal viviendo como vivían en contacto permanente con la naturaleza. Nuestras antepasadas puede que fueran analfabetas pero representaron perfectamente el latido del útero que sentían, las olas de placer, con líneas onduladas que insertaban o mezclaban con imágenes zoomorfas, cuyos movimientos identificaban con el movimiento del útero. (Rodríguez, 2022, p. 11)

Como con las olas en el agua, la simbología del útero se puede encontrar también en las imágenes de peces alados que las



Kalathos ibérico  
Lucentum. Tossal de Manises  
Finales s.I a.C.



Rodríguez, C. (2022). Ilustraciones de simbología uterina ancestral en la península ibérica. <https://drive.google.com/file/d/1GlyA1rOXuq-9FrpUzY1XpPmfpMBmPVYXp/view>

mujeres antiguas de Europa plasmaban en los cántaros de barro: la cadencia de las palpitations uterinas era usualmente comparada con el aleteo de los pájaros. Los peces alados son el encuentro de estas dos metáforas: la forma y el sentir. La forma de los peces, su textura, asociada a la del útero; el movimiento de las alas de los pájaros vinculado a su movimiento.

### Tierra

Para los wixwas todas las perforaciones y cavidades en la tierra —cuevas, grietas o abismos— concentran la simbología uterina y por eso tienen un carácter sagrado. Además, en la acción de labrar la tierra, perforarla —o penetrarla— para sembrar en ella la semilla que traerá alimento, se entiende esta analogía asociada directamente a la fertilidad y la concepción humana. “La tierra, Pachamama, simbolizada como cuerpo, algo así como una configuración uterina” (Carrasco y Gavilán, 2009). Por ejemplo, en las islas Canarias se han encontrado, dentro de cuevas, paredes cubiertas de grabados rupestres con formas que evocan el pubis —o el útero—; triángulos invertidos con una incisión en el centro que fueron realizados por “una civilización de origen amazigh, proveniente del norte de África, que evolucionó en total aislamiento desde principios de la era hasta el siglo XIV, cuando se registraron las primeras visitas de europeos a las islas” (Godínez, 2022, p. 31).

### Luna

La luna ha estado históricamente ligada a lo femenino y su ciclicidad; ya hemos visto como asociamos sus fases con las del ciclo menstrual ovulatorio. En muchas culturas originarias americanas, la luna es asociada con la fecundidad; sus fases también impactan la fertilidad de la tierra. Por otra parte, la palabra “luna” es un eufemismo de la menstruación.

En los últimos cuatro elementos mencionados, la simbología trasciende los objetos creados con las manos y se traslada a la naturaleza. Sucede así también, por ejemplo, con el maíz en la cultura muisca, en la cual la semilla contiene la memoria del pueblo. Preparar la chicha en un totumo resulta el epítome de simbología, pues las abuelas que la hacen cierran ese círculo formado en el totumo-útero, maíz-útero, mujer-útero.

.....

Al reconocimiento de estas simbologías diversas lo sucede una asociación concluyente: que el útero es contenedor; es vasija y “la vasija misma es una metáfora de un útero —el contenedor— que cocina su propia transformación” (Pineda Camacho, 2005, p. 66). Los recipientes tampoco carecen de significado: como en el útero, en las ollas ocurren transformaciones. Varias culturas establecen este vínculo también con los canastos, en los cuales se almacenan los alimentos y las ofrendas. El círculo —otra forma sagrada para la humanidad— es una simplificación formal de esta imagen elaborada a partir de la unión de los elementos arriba descritos. En general, las distintas simbologías del útero configuran una red de metáforas femeninas y suelen coincidir en “tres aspectos fundamentales: [son] contenedores de vida, lugares de transformación y [tienen] formas de vientres curvos” (Uribe Villegas, 2005, p. 80). Este recuento ratifica el enunciado que establecí al principio: que la humanidad es útero. Y que a lo largo de nuestra historia hemos sabido, en distintos momentos espaciotemporales, adorar y darle el lugar necesario a este concepto, honrar la matriz y extrapolarla, también, a la Madre Tierra, que continúa conteniéndonos y sosteniéndonos, a pesar de que algunos sectores de la sociedad se hayan desconectado de ella.



Volante de huso. Muisca. Cordillera oriental



## El linaje

El útero es la primera casa; es centro de poder. Como dije antes, se lo considera el segundo corazón: palpita, se contrae, se expande y tiene enorme capacidad emocional. O sea: no solo sentimos con el corazón; también sentimos con el útero. Pero “nacemos en un orden simbólico en el que el latido del útero no existe y sobre el que planea una falocracia excluyente de la pulsión sexual femenina” (Rodrigáñez, 2022, p. 1). Cuando fuimos feto, tuvimos glánde. Antes de que el sexo biológico se ‘definiera’ en la etapa gestacional, nuestros órganos reproductores se formaron a partir del mismo conjunto de células. Al estudiar y comparar las partes de los órganos sexuales masculinos con los femeninos, nos damos cuenta de que son las mismas, pero con distribución diferente. Muy a grandes rasgos, los masculinos se desarrollaron hacia afuera; los femeninos, hacia adentro. Este cambio biológico es la raíz de la opresión heteropatriarcal. A partir de este se erige el símbolo de poder: los órganos masculinos son causa de orgullo y exhibición porque están hacia afuera —son visibles—. Los femeninos son motivo de vergüenza, de pudor y entonces, de debilidad —están ocultos—. En la antigüedad, eran un misterio: por eso existe tanta simbología alrededor del útero. Una abstracción del sentir, porque nuestras antepasadas percibían su útero casi como se percibe al corazón, en su naturaleza palpitante; hoy, luego de haber sido arrancadas de este nivel de consciencia durante miles de años, el útero “es casi tan abstracto como tratar de imaginar [los] intestinos. Sabemos de su existencia gracias al dolor, pero no lo podemos tocar. Dentro y oscuro, intangible e invisible” (Cadena y Mendoza, 2016, p. 53). En el pasado, se necesitaba poderlo representar, entender su forma y su volumen. Casilda Rodrigáñez (2022) lo expresa a la perfección:

La ocultación del sexo femenino, junto con la represión del deseo sexual de la mujer a lo largo de los siglos ha abocado a una socialización de la mujer basada en el desconocimiento de su pulsión sexual.

**Por eso es tan importante este legado de nuestras antepasadas, que puede ayudarnos a recuperar nuestra sensibilidad uterina y nuestra sexualidad. (p.7)**

En ese sentido, a lo largo de los siglos ha subsistido una producción artística significativa que gira en torno a esta simbología — ahora oculta, para nosotras— del útero y que ha sido brevemente descrita con anterioridad. En Europa, estas imágenes perduraron como “la expresión de la resistencia de las mujeres a la represión de su sexualidad” (Rodrigáñez, 2022, p. 10). Adentrarse en este apartado oscuro de nuestra historia como especie es similar a despertar (¿de la *matrix*?), sobre todo cuando la sociedad que habitamos es herencia de un sistema de una sola cultura<sup>12</sup> que se encargó activamente de oprimir a las mujeres; se abren las puertas de una verdad que se manifiesta a gritos pero que no podemos o no sabemos escuchar con facilidad porque el adoctrinamiento ha sido exitoso durante —ya— miles de años. Siglos y siglos de dominio patriarcal, de infamia hacia el ser mujer a pesar, nuevamente, de siempre provenir de una mujer. Violaciones, esclavitud, culpa, violencia, dolor, miedo, silencio, vergüenza, ignorancia, yugo. Siglos y siglos de trauma que se ha impuesto por encima de la sabiduría ancestral que en algún momento habitó la superficie, nuestra superficie como especie. Según Corbera (2019) “nuestro inconsciente guarda la información que nos pueda ser útil, sea la que sea”. Entonces durante generaciones y generaciones las mujeres nos hemos transmitido el peligro que corremos solo por ser mujeres. La herencia que surge de aquí hace parte de nuestra más primitiva configuración, alojada en el inconsciente colectivo y en el ADN, pues nuestros cuerpos se han ocupado de recordar en colectividad. Aunque el trauma sin procesar signifique más trauma en el cuerpo, mientras se comprende. Una vez identificado y aclarado, esta información se vuelve fuego poderoso y potenciador.

A mí me ha servido, por un lado, observar y aprehender el trauma colectivo de las mujeres y, por el otro, el trauma colectivo de mi propio linaje, para así darle nombre a estas herencias y entender un poco más a fondo mi contexto. Empiezo por decir que el trauma colectivo es una realidad. Como género tenemos un linaje de trauma enorme de miles de años. Como individuos también lo heredamos de nuestras antepasadas. Es importante considerarlo al buscar una respuesta, si acaso se está en esa pesquisa, al origen de la endometriosis: “la forma de

percibir nuestras experiencias viene determinada por tres factores: el inconsciente colectivo, el inconsciente familiar y las primeras experiencias de vida en el útero de la madre hasta, aproximadamente, los seis años” (Corbera, 2019). La epigenética muestra un camino que se adapta a los requerimientos ‘racionales’ que podría suscitar poner en duda este precepto. La sensación de pérdida está asociada a la aparición de la endometriosis: duelos sin procesar, hogares difíciles, experiencias de abuso y de violencia sin tramitar, por ejemplo. Es como si aquellas cosas que se viven en silencio y que no tienen un cierre ni un espacio, que el cuerpo no puede gestionar, quedaran almacenadas en la información genética y se manifestaran como enfermedad bien sea en la persona que lo vivió directamente, o en su descendencia.

**Hoy en día ya se ha demostrado que heredamos también los problemas emocionales y estresantes de nuestros ancestros, no solo lo que comieron o bebieron, sino incluso los traumas, los sufrimientos y los secretos. En resumen, los grandes impactos emocionales que recibieron nuestros abuelos y nuestros padres. A la ciencia que estudia esto se le llama epigenética. [...] La epigenética —más allá de la genética— asegura que, si hay situaciones donde un miembro del clan ha temido por su vida, este estrés se guardará y se transmitirá a la siguiente generación para prevenir a los descendientes de cualquier peligro para la existencia. (Corbera, 2019)**

Entonces, reconocer patrones, similitudes, diferencias o hitos —huellas— en mi linaje me permite vislumbrar un camino que recorrer. ¿Hacia dónde va ese camino? Tampoco lo sé con claridad, porque todo este aprendizaje es simultáneo al autodescubrimiento... pero puedo conjeturar que me conduce a la fuerza de mi cuerpo y a la paz en mi espíritu. Desmontar preceptos heredados, sobre todo de este sistema, como el habitar tanto la mente, darle toda la voz y toda la razón, también es un proceso retador.

Para mí fue muy difícil entender cómo era eso de que mi cuerpo estaba enfermo por mis emociones. Como si fuera mi culpa que mis células se enloquecieran y quisieran reproducirse sin control y pegarse al tejido mejor postor. Y viví con mucha rabia de pensar que este suplicio que habito fuera un cuchillo creado por mí, apuntando a mi propio cuello. Poco a poco fui entendiendo cómo las emociones sin procesar enferman el cuerpo. Toda la tensión que se recoge, todo aquello que no logramos soltar, busca una salida por donde sea porque es que no somos

[12] ←  
Nuestra cultura occidental-capitalista es herencia blanco-europea de los preceptos patriarcales cultivados en la cultura grecoromana.

varias personas distintas en un solo cuerpo —una persona/cerebro, otra persona/emociones, otra persona/espíritu...—. Todo, absolutamente todo, sucede aquí, en el cuerpo: los pensamientos, las dudas, los miedos, el amor, la furia, la enfermedad, el gusto... lo cual genera respuestas físicas en nuestro organismo: terminaciones nerviosas, conexiones neuronales, secreción de hormonas, por ejemplo. A esta revelación le he llamado 'mi animalidad', porque sucede en tanto soy un animal de la tierra. Ahora creo que no ser conscientes de nuestra animalidad ha conducido a enormes desbalances de salud. No niego, sin embargo, que, además, hay otro montón de factores genéticos y de más índoles que influyen en la enfermedad.

Pero como la endometriosis no tiene una causa conocida, no se ha establecido la razón por la cual aparece, entonces quienes vivimos con ella nos preguntamos por qué. Bueno, al menos yo me he preguntado por qué. Y la verdad, las posibles respuestas me han ido llegando y no porque las haya buscado. Resulta que "la represión emocional es un hábito que se transmite de generación en generación" (Cepeda, 2021, p. 22): el gran inconsciente colectivo, a través del trauma impreso en el ADN. Este es un proceso abierto, largo y profundo que, además, hasta ahora comienza. Hay otros indicios: señales que me guían hacia el entendimiento de cómo puedo vivir mejor y, quién sabe, de pronto cómo sanar mi endometriosis. Así he aprendido que los posibles abortos familiares (aquellos que hubieren podido tener mi mamá o mis abuelas) influyen en la aparición de endometriosis y luego constatar que, efectivamente, unos años antes de que yo naciera mi mamá tuvo un aborto espontáneo, o mi abuela parió un bebé que nació muerto y al que no le pudo hacer un duelo, fue para mí habitar la serendipia.

Si las emociones sin procesar tienen efectos en el cuerpo (secreción de hormonas, tensión en los músculos, etcétera), y el cuerpo se compone de células y en las células está el ADN, ¿no es obvio que esas cosas se escriben en el ADN? Todo sucede desde el útero: durante la gestación, el tiempo que vivimos antes de nacer, en el útero estamos recibiendo información de nuestras madres. No solamente cómo se alimentan para alimentarnos a nosotras, sino también qué sienten, qué viven, cómo cada uno de esos aspectos impacta su cuerpo; estamos dentro de su cuerpo, hacemos parte de su cuerpo, recibimos toda la información de su cuerpo. Y a ella le pasó igual cuando estuvo dentro del útero de su madre y así sucesivamente hasta que regresamos al precepto

universal que tanto he esgrimido en esta investigación: que la humanidad es útero. Esta gran cadena de úteros nos enlaza; es el linaje.

**Debido a esto, es posible que dentro nuestro tengamos información inconsciente de nuestras ancestras que probablemente hoy en día nos estén limitando, bloqueando o generando alguna especie de síntoma, ya que todas estas mujeres, en mayor o menor medida, han vivenciado historias de dolor, de sufrimiento, de tristeza, de sometimiento, de violencia, etc, que hoy se manifiesta en nosotras. (Cepeda, 2021, p. 18)**

La energía uterina es fuerte y decodificar aquello que encierra puede ser muy poderoso. No solo se descubren los traumas que queremos resolver, también se pueden encontrar otras herencias que potencien nuestro ser. No es, como yo creía, que ahora me toque entrar a sanar dolores y dolencias que no me atañen. En cambio, sí me corresponde sanarme a mí y es posible que ese proceso esté atravesado, ahí sí, por legados que mis antepasadas no pudieron sanar. Conocer mi historia me permite entender cuáles son las heridas y sus causas y que, eventualmente, pueda repararlas. Yo no estoy en ese momento: hasta ahora estoy desentrañando y entendiendo cómo llegué aquí, literalmente. Qué sucedió antes de que yo naciera, qué decisiones y vericuetos tomaron mis padres y sus padres y así sucesivamente. No es una historia bella y esplendorosa, es dura y enfrentarla es un reto. Es consecuencia también de un sistema: nuevamente aparece el capitalismo cisheteropatriarcal que me (nos) rige, porque este es el momento histórico-sociopolítico en el que nací. El trauma individual se vuelve colectivo.

# HUELLAS EN EL ARTE



Kubota, S. (1965). Vagina painting [acción performática]. <https://www.ahmagazine.es/shigeko-kubota/>

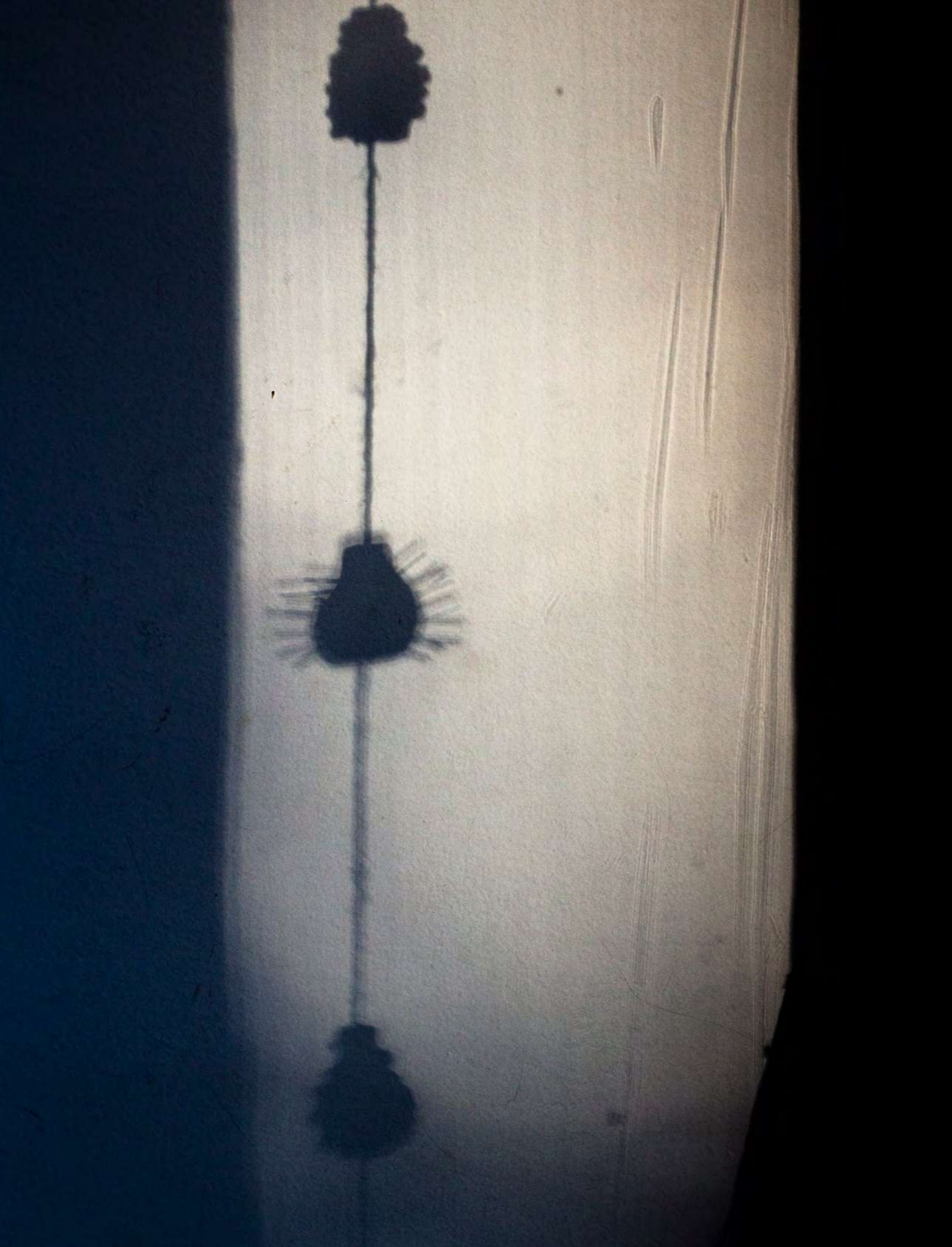
# HUELLAS EN EL ARTE

## SHIGEKO KUBOTA

*Vagina Painting* es una obra provocativa y pionera creada por la artista japonesa Shigeko Kubota (Niigata, Japón, 1937) en 1965. La artista, que hacía parte del movimiento Fluxus, utilizó una brocha atada a su ropa interior en la entrepierna, con la cual pintó con pintura roja sobre un papel que estaba en el suelo valiéndose del movimiento de su cuerpo. La obra no solo desafió las convenciones sociales y culturales de la época, sino que también planteó un diálogo sobre la gestualidad y la creatividad femenina (Warr y Jones, 2000). La elección de utilizar su propio cuerpo como medio artístico y el énfasis en el cuerpo femenino desafiaron las normas de la sociedad patriarcal de la década de 1960, sentando un precedente feminista a través de esta acción.

Kubota presentó la obra como parte del evento Perpetual Fluxfest, que tuvo lugar en la Cinematheque de Nueva York, el 4 de julio de 1965. *Vagina Painting* se convirtió en un hito significativo en la historia del arte feminista, cuestionando y desafiando la objetivación del cuerpo de la mujer y su papel en el arte. La pieza destaca la idea de la autorrepresentación femenina y nuestra capacidad para reclamar poder y autonomía en un mundo dominado por las narrativas masculinas. A pesar de la controversia inicial, *Vagina Painting* se ha consolidado como una expresión valiente y significativa del arte feminista y una contribución importante a la exploración del cuerpo y el género, retando los preceptos patriarcales en el arte y en la sociedad occidental.

La obra de Kubota logra destacar el poder femenino de creación asociado al útero y emerge como un acto de afirmación, reivindicando el linaje históricamente silenciado por el patriarcado. También desafía la tradición artística dominada por narrativas masculinas al usar su propio cuerpo y sus funciones fisiológicas como medio de expresión; una respuesta, por ejemplo, a las "heroicas pinturas eyaculatorias pollockianas" (Warr y Jones, 2000, p. 62). Kubota no solo desafía los límites físicos del arte, sino que se convierte en una declaración audaz sobre la autonomía de la mujer en la creación artística. *Vagina Painting* es un acto de resistencia, una afirmación del poder creativo inherente a la feminidad, y una voz que busca dismantelar las estructuras opresivas que han marginado la expresión femenina en el ámbito artístico.



## La obra autorreferencial

La autorreferencialidad en el arte puede ser entendida como la representación de alguna cualidad del ser —del artista— a través de la creación de una obra. Aquellas obras que hacen referencia al ser del autor —biografía, experiencia, esencia— y que no necesariamente muestran su rostro; obras donde el artista hace referencia a sí mismo. Es decir, no son únicamente autorretratos porque van más allá de la representación física del rostro y del cuerpo y se enfocan en aquellas características que trascienden y atraviesan la experiencia de vida. En ese orden de ideas, el arte autorreferencial no está supeditado a ninguna técnica y, al contrario, puede valerse de cualquier medio para expresar su concepto. Lo importante, entonces, es el concepto que engloba la obra, la historia que se quiere contar. Así, esta postura puede ser la exaltación del precepto popular según el cual toda obra tiene algo de autobiográfica.

Será importante definir, entonces, cómo interpretamos el ser —aquello que es sujeto artístico en una obra autorreferencial—. La filósofa Nahid Steingress-Carballar (2019) construye una definición del ser partiendo del

interaccionismo simbólico<sup>13</sup>. El *self* [(ser)] es el concepto de sí mismo (resultado de la reificación y comprensión del sujeto de sí mismo como objeto), construido a partir del pensamiento reflexivo sobre sí mismo y, sobre todo, a partir de los significados que los otros transmiten sobre su persona. Es, por lo tanto, dentro del proceso comunicativo donde se fragua el *self* a partir de la producción y concesión de sentido a este yo-reflejo-social, un *self* que es observable y manipulable por el sujeto (yo), pero que es también observable y evaluable por los demás participantes de la interacción social comunicativa. Se comprende así el *self* no como una entidad inmutable y esencial de la persona, sino como el producto de una serie de procesos que se dan en la interacción social. [...] el *self* se desarrolla como resultado de la interacción, en la cual nuestra percepción de nuestro *self* se forma en

→ [13]  
Corriente de pensamiento que se basa en la comprensión de la sociedad a través de la comunicación.

conjunción con nuestra percepción de la evaluación que la sociedad hace sobre nosotros. (pp. 125, 126)

En este proyecto, se considera la autorreferencialidad como fenómeno artístico cuyos sus orígenes se remontan a la sociedad postindustrial. La llegada de la fotografía marca otro de tantos puntos de quiebre en la historia del arte y del autodescubrimiento personal, si se quiere —aunque es importante subrayar, de todas maneras, que en esta época predominaba la mirada hacia el paisaje, hacia fuera—. Sin embargo, para el tema que nos atañe, la fotografía abrió también la posibilidad de explorar la propia imagen y, además, de utilizarla como recurso artístico y narrativo. No solamente se puede explorar el propio rostro y cuerpo, también se pueden crear ficciones a partir de imágenes: Hippolyte Bayard, en 1840, se hizo un autorretrato que pasaría a la historia: *El ahogado*.



Bayard, H. (1840). El ahogado [fotografía]. <https://filth.com.mx/el-ahogado-de-h-bayard-el-autorretrato-como-performance-y-ficcion/>

En esta obra, Bayard crea una ficción de sí mismo a partir de esta imagen al sugerir su propia muerte. Esto sucedió apenas un año después de la presentación de los daguerrotipos ante la Academia de Artes y Ciencias francesa; es un claro ejemplo del potencial de la fotografía como nuevo medio para explorar las realidades internas y externas. Además, todo sucede en convergencia con los demás cuestionamientos del siglo XIX:

**visto desde la perspectiva de la evolución de la fotografía y el arte en el último siglo, podría añadirse, al sentimiento de angustia, el dramático avance de una sensación de crisis identitaria generalizada y amplificada por otra gran crisis: la de la representación. (Pardo, 2012, p. 77)**

Muchas obras autorreferenciales tituladas *Autorretrato* no suelen representar el rostro ni el cuerpo del autor de forma directa; son otra clase de imágenes. Aquí entra entonces esta categoría en la que se representa el ser —que no es exclusivamente el rostro—, y que trasciende precisamente la búsqueda de una imagen fiel a los rasgos físicos. Se enfoca en aspectos sustanciales y profundos que engloban la experiencia de vida.

A finales del siglo XIX, el retrato ya no persigue la mera necesidad de plasmar el rostro de alguien —incluyendo el del propio artista—. Aunque, como dice Cintia Mezza (s.f.), si persistía la representación figurativa, ésta se trascendía al buscar que el retrato fuera fiel no solo al físico de la persona, sino a su esencia. Se llamó *retrato psicológico* y su surgimiento coincide, además, con el auge de la fotografía. Este punto de quiebre en nuestra historia reciente marca definitivamente un antes y un después frente a cómo era interpretada la necesidad del arte. Aunque en ese momento se cuestionaba el fin de la pintura —dada la fidelidad de representación que tiene la imagen fotográfica—, asunto que casi 200 años después es fácil de refutar, sí es claro que hubo una transición en la búsqueda artística que supuso esta nueva competencia técnica. A fin de cuentas, la posibilidad de capturar —literal y metafóricamente— una imagen, un pedacito de realidad, abrió las puertas para cuestionamientos profundos del ser, que fueron más allá, precisamente, de la representación puramente figurativa. Ahora bien, esto no quiere decir en ningún momento que los retratos y autorretratos entendidos como “tradicionales” e incluso academicistas cesaran de existir; únicamente se abrió un nuevo espacio, se expandieron las posibilidades de interpretación

y representación del ser al trascender la imagen puramente física —y fiel— del rostro y del cuerpo. Es decir, al contrario de implicar que se disuelve esa “noción tradicional del retrato” que plantea Mezza (s.f., p. 4), la autora propone en cambio que se amplíen y expandan sus límites: “en la medida en que las manifestaciones artísticas se vuelven más autorreferenciales, el autorretrato, se reacomoda, redefine sus límites y especificidad, negocia terreno y sobrevive” (Mezza, s.f., p. 4).

La autorreferencialidad, entonces, supone encarnar al ser fuera de la imagen literal y acudir a recursos que hacen parte de sí para hablar de ello sin mostrarse. Exhibir un aspecto, una característica, una metáfora. Por ello me resulta tan apropiado para abordar toda mi experiencia con la endometriosis. Puede interpretarse como un lenguaje indirecto, si se está buscando la literalidad. A mi parecer, cuando se trascienden las nociones del rostro y del cuerpo, que sí hacen parte del ser, pero no lo encierran ni lo limitan, puede comprenderse como uno de los lenguajes más directos que poseemos los artistas a la hora de apelar a nuestra historia y experiencia como medio plástico:

**no será el rostro lo que encontremos en estos autorretratos, pero serán representaciones que reúnan las características típicas del estilo del artista o de su factura, en lo técnico o en lo matérico, [o de su experiencia humana, en lo conceptual], por lo tanto, la autorreferencialidad se conserva. Es más, se potencia al punto de convertirse en una metarreferencialidad: imagen que refiere al artista. (Mezza, s.f., p. 7).**

Encuentro un punto de disenso con los planteamientos que propone Cintia Mezza, en cuanto a que para ella, las obras autorreferenciales provienen de las características técnicas que definen o representan al artista y a su estilo —su propuesta plástica— y que además están ligadas al título de autorretrato, aunque no lo sean en la definición estricta de la palabra (y que precisamente es lo que la autora refuta en su artículo); también aquellas obras que sugieren algún rasgo físico suyo —bien sean otras partes del cuerpo, o incluso sugerencias del rostro—. Para mí, la obra autorreferencial puede superar estos preceptos y crear una obra que hable del ser sin necesidad de depender de una técnica plástica determinada, ni de una parte del cuerpo, entre otras cosas, precisamente, porque la experiencia humana implica muchos más componentes, como la identidad o la esencia de cada quien, y esto

se puede traducir en obra de diversas maneras. Es a partir de esta reflexión que surge mi propuesta de investigación-creación. Es arte autorreferencial, pues trabaja en mi propia experiencia (en este caso como paciente de endometriosis); y, además, podría extrapolarse a cualquier otro ámbito de mi vida.

La autorreferencialidad también está enmarcada en el proceso creación; no se puede desligar el ser de la pieza que surge. A lo largo de este proyecto me he cuestionado varias veces por qué hablar de mí; por qué siento latente una obra —plástica y reflexiva— que inevitablemente saldrá de mí. Sin embargo, y aunque me entiendo como vocera de una problemática que me atraviesa y me trasciende —vivir con endometriosis—, el proceso de creación necesariamente pasa por mi propia experiencia, que a fin de cuentas es lo que genera todo este proceso. De la obra proviene esta vivencia, tan personal que se siente innecesario nombrarla, pero que resulta siendo todo lo contrario: resuena en colectivo. Y esto me transforma, cambia mi realidad individual hacia una más universal. Hablar de aquello que normalmente se mantiene en silencio es un acto político. En ese sentido el lugar de enunciación es mi perspectiva. Sin embargo, esta reflexión personal necesariamente interpela a otras personas.

Abordar sin tabúes la menstruación y, por tanto, las enfermedades que se asocian a esta condición históricamente silenciada, resulta complejo. Implica hablar con propiedad de problemas sociales que en años y épocas pasadas ni siquiera eran considerados problemas; no se entendía que existiese, pues todo hacía parte de un deber ser más grande que no abre espacio a otras formas de habitar la experiencia humana. El ser es dialógico. Nuestra autorreferencialidad atraviesa necesariamente las relaciones que entablamos con otros seres (que no por fuerza deben ser otros humanos). Respondemos a un modo pendular de relacionarnos. Por eso, este proyecto es también una forma de dar “cuerpo y voz a mujeres que fueron consideradas como el otro y silenciadas durante demasiados años, yendo más allá de las identidades femeninas ‘de manual’ con las que puede ser complicado establecer vínculos” (Pardo, 2012, p. 85). Darles esa voz a través de esta obra autorreferencial es también la forma de reclamar mi propio cuerpo y mi propia voz; sanar mi experiencia. La concepción que tengo de mí y que exteriorizo mediante mi obra, se vuelve un punto de referencia para quien haga parte de esa alteridad —alguien fuera de mí—, resuene o se vincule con mi experiencia a través de mi obra.

# HUELLAS EN EL ARTE

Ramos, S. (2020). Este proyecto lo estoy mostrando en @barcuferia por si quieren chismosearlo en la página de ellos o conocer el [fotografía]. Instagram. <https://www.instagram.com/p/CGTmkR5pPBc/>

## SILVIA RAMOS

La artista bogotana Silvia Ramos aprovecha pulsiones escatológicas que devienen cuestionamientos artísticos para crear su obra *9 meses de tejido y tiempo muerto* (2020). A través de esta creación de retazos de menstruación, la artista pretende dignificar este fluido como método para reencontrarse con el ser, explorar la menstruación como tabú y los procesos de autococimiento y creación para sanar. Ramos aprovecha la sangre recogida en su copa menstrual, para verterla sobre distintos materiales como tela o papel de cocina; la deja secar y la borda en lienzos con retazos de sangre que posteriormente enmarca.

Siento el proyecto de Ramos como el más cercano al mío y como el que más me toca en lo personal. Tal vez porque lo narra en primera persona. También porque es autorreferencial y, especialmente, porque vuelve de manera recurrente y con distintos enfoques y acercamientos a su sangre menstrual. La artista busca desmitificar la menstruación, no solo en una reflexión para el público: también en cuanto a la sangre en sí misma y a la historia que ha tenido con ella. Estos proyectos autorreflexivos resuenan en mí porque cuestionan el ser y la identidad de adentro hacia afuera, y porque plantean problemáticas feministas actuales.

La artista trabaja de manera recurrente con su menstruación, como rito que confronta estereotipos sociales impuestos, de los cuales se quiere desprender. Entonces, la manera en que planteó el cuestionamiento y sobre todo cómo desarrolló los tejidos para *9 meses de tejido y tiempo muerto* me guían para romper barreras obligadas por la sociedad, especialmente cuando se trata de hablar de temas complejos como la salud femenina.



## Las púas, los nudos y las huellas

Primero, surgió la huella.

Los árboles fueron laberintos para ser descubiertos, caminos enramados que me llevaron a divertidas amistades y eternos juegos. Hace mucho tiempo no estoy en un bosque, pienso, y eso me genera culpa y me hace sentir impostora; recuerdo que desde hace un par de años los árboles son mi polo a tierra. Vivir frente a ellos y sobre ellos nos ha conectado intensamente, conexión que además descubro más potente con el tacto<sup>14</sup>. Debe sentirse muy poderoso estar amarrada a la tierra de esa forma en que prácticamente eres una con ella. Porque creo que tener las raíces ahondando esta capa de la tierra es compartir cuerpo con ella. De pronto eso es lo que se siente cuando los abrazo: el palpitar de la tierra o su energía más profunda. En realidad, quiero creer que la tierra palpita por cómo se siente el pecho cuando lo pego contra el tronco y apoyo y entrego todo mi cuerpo y todo mi ser a este brote de la tierra que también me siente a mí.

Extraño mi cuerpo más fuerte y ágil, como cuando era niña, como cuando me podía trepar a los árboles y no percibía la distancia con el piso. Ahora creo que me dan miedo las alturas. Sobre todo, me dan miedo las caídas. En un árbol me sentía segura, porque además podía ver hacia afuera, desde dentro, en una suerte de escondite a campo abierto. Un adentro que no está encerrado, ramas cubiertas de hojas y habitadas por pájaros, invisibles una vez llegan a sus nidos. El árbol era mi casa: ¿será que heredé esta sensación en el ADN desde los tiempos remotos en que los árboles sí eran la casa? Pero en mi juego, la casa era moderna: *aquí es el baño, este es el segundo piso y esta es la cocina; en el tercer piso queda la habitación*. Era otro mundo, un lugar seguro. Una vez me trepé en un alcaparro y al agarrar una rama la mano se me llenó de bichos. Me asusté tanto que grité durísimo y muy agudo y todavía recuerdo sentir el miedo recorriendo mi pecho, desde el estómago hasta la garganta. Piojos de árbol. Entonces no sabía que los árboles también podían tener piojos: ¿les rascaban

→ [14]

Vivo en un cuarto piso y puedo ver la copa de los árboles del andén de mi calle.



las hojas más altas, allá en la copa? ¿O era una comezón general? O peor, interna. Porque estos piojitos, como yo, recorrían el tronco y las ramas y las hojas y se subían unos encima de otros y eran tantos que ya no se veía rama sino una textura extraña y muy bien camuflada que eran las espaldas de los bichos. Ese encuentro marcó un punto de quiebre en mi relación con los árboles y desde entonces disminuí bastante mis visitas (al menos las que hacía yo sola). Y aunque ese recelo hacia los piojos persiste, ahora cada vez que puedo cuando estoy cerca de uno, me gusta pararme lo más pegada al tronco y mirar hacia arriba; la manera en que se desperdigan las ramas en el cielo me parece la máxima expresión de la poesía: fractales en la vegetación. Me gusta saludarlos, consentirles las hojas, si acaso las alcanzo.

Mis papás siempre me llevaron a ellos: bosques, montañas, selvas... Siempre árboles en incontables paseos. Yo era chiquita y necesitaba sentirme normal y hacer cosas que hacían las niñas de mi edad que no me dejaban ser su amiga (probablemente ir al centro comercial), lo cual ciertamente no era caminar por crestas áridas, a veces nubladas, siempre heladas, muchas veces húmedas.

A mí me daba pena todo. Me daba pena ir a la montaña, pero también me daba pena encontrarnos allá con los niños (hijos de los amigos de mis papás), que igual también me molestaban y que además eran más fuertes, ágiles y resistentes que yo. Además, siempre llegábamos de últimas, tarde, y nos tocaba seguir las huellas que el grupo dejaba tras de sí, para nosotros (*nosotras*, porque somos tres mujeres y un solo papá. Y claro, ir tarde era generalmente culpa de él. Aunque ahorita siento que a veces en estos casos, también podría haber sido la mía). Estas huellas eran unos mojoncitos divinos de piedras que, puestas una sobre la otra y de manera piramidal querían decir ¡vengan!, por aquí es, pasamos por aquí y dentro de un rato nos encontramos. Los mojones de piedras hacían el camino de huellas que seguíamos para alcanzar al grupo. Entonces eran caminatas, a veces largas, jartas, y de afán porque íbamos tarde. Pero la mayor parte del tiempo fueron paseos aventureros y llenos de sabiduría, porque mis papás saben todo. Eso sí, sin mis amigos, que se habían divertido montones

en la caminata sin mí (o sea, la que sí era a tiempo, el plan original) y cuando yo llegaba ya ellos habían estado juntos un jurgo de tiempo y era la mitad del juego y se reían de mí y se burlaban por un rato, pero ya luego nos volvíamos a amigar. Yo los perseguía y los quería golpear; ese era el plan, supongo. Al final, pasábamos delicioso, jugábamos, nos reíamos. Con las niñas a veces era más fácil —con estas niñas, al menos—, aunque ellas no siempre iban. Con ellas no tenía que luchar tanto por mi lugar y nos inventábamos mundos y hablábamos sin parar. Todo sucedía en el bosque.

De todos modos, hicimos muchos paseos a la montaña solo los cuatro. Hasta que yo ya no quise ir más y entonces me empecé a alejar, aunque cada tanto regresaba. No sé por qué sería, si me urgía sentirme normal, o me daba pena, o no quería estar allá con ellos, o era pereza, o solo quería ver tele todo el día, o todo eso junto, el caso es que a veces yo me quedaba sola en la casa. La preadolescencia. Bueno, luego crecí más y ahí sí ya era obvio que no quería salir con mis papás, quería estar con amigos, ir de fiesta... De todas maneras, ya los árboles y los bosques estaban grabados adentro mío y es clarísimo que ya no se van de mí. Seguro por eso cuando me rodean me siento en casa.

Recientemente me volví a subir a un árbol y fue lo máximo. Sí, también me dio miedo. Ahora que lo pienso, de pronto la clave es aferrarse al árbol y saber recibir la información de dónde hacerse; él va diciendo hacia dónde ir, aunque muchas veces diga que es mejor no seguir. ¿Son estos recuerdos primitivos de nuestros ancestros que sí vivieron en los árboles? Eso hace parte de las huellas que me están guiando: encontrar mi animalidad, entender la forma en que mi cuerpo funciona y por qué, sumergiéndome en la ondulación que es habitar me.

Hace poco vi un video de una venada que se comía unas hojas que son abortivas y eso quería decir que no era buen momento para reproducirse; para criar. Porque no iba a haber una buena primavera o algo así: la cosecha sería mala por el duro invierno y no podría asegurar alimento para su cría. La naturaleza se autorregula, en un balance ondulatorio entre estados de sí misma... estaciones, sequías, fertilidad, territorios, ecosistemas. Siento que de eso se trata escuchar al cuerpo: saber qué necesita para poder estar bien en ese equilibrio danzante y poder vivir con cierta tranquilidad. Me preguntaba por esas mujeres que vivieron antes de patriarcado, que habitaron su cuerpo, que pudieron percibirse y entenderse. Tanta sabiduría escondida, perdida, esbozada, sugerida a lo largo del tiempo... un camino de huellas,

símbolos, imágenes, que a mí se me presentó en mi propia sangre. “El cuerpo capta las huellas latentes de los sucesos” (Pereyra, 2018). Cuando vi las manchas de mi menstruación en el papel pensé que era como leer la fortuna en la taza del chocolate. Impresiones de copa, como las he apodado cariñosamente. Un mensaje encriptado que sale de mi útero doliente: reconocer mi sangre como huellas de la naturaleza ha sido mágico; encontrar sus trazos naturales y ‘recovecados’ que me enseñan mi ciclo, que se tejen entre sí y me dicen mira: la tierra se nubla como tu cansancio, o existen otros dolores que también son electrizantes, hay cuerpos que habitan otros cuerpos; hay cuerpos que se cohabitan. Píntalos.

En este proceso, **la huella es un sujeto tácito que sugiere indicios** de algo que puede surgir. Al principio pensaba que era la sangre en su materialidad lo que iba a guiar el proyecto, fue en su simplicidad que me abrió un camino visual que no había terminado de entender hasta que me supo encontrar. Porque la mancha me encontró en la cotidianidad y me descubrió, poco a poco; empecé a **reconocer su contorno en otros cuerpos<sup>15</sup> que luego se volvieron pinturas.**

Para aprender a habitar con mi endometriosis necesité mirar hacia adentro, comprender primero este cuerpo y la manera en que cursa ciclos y cómo cada etapa me pone en diálogo con la enfermedad de una forma diferente, pero también cómo cada etapa mía es un reflejo de lo que sucede afuera de mí, expresado en las relaciones que la tierra construye entre sí, de tal forma que la cierva que aborta sepa que mejor ahora no se reproduzca porque no va a haber tanta comida. Que nos contraigamos porque la tierra también necesita contraerse.

La mancha, que se vuelve huella y que conduce a la pintura, sale de mí. Todos estos vestigios que han salido de mi cuerpo soy yo misma. El camino que me autoplanteo está en mí porque solo yo puedo discernir qué es lo mejor para mí (¿será el inconsciente colectivo que me habla?). En el mundo ideal gineocrático que me imagino cuando leo a Casilda Rodríguez, tenemos las herramientas y conocimientos que posibilitan



ciclos menstruales ovulatorios sanos y alineados, por lo tanto, con nuestras necesidades y posibilidades. En el mundo que sí habito encontrar esa sabiduría oprimida hasta el olvido total es algo que está latente y que es preciso buscar. Todavía me impresiona lo efectivo que fue y ha sido y sigue siendo el método del patriarcado para cometer la osadía de subyugar todo nuestro poder<sup>16</sup>. No creo que esa sorpresa se evapore nunca; saber el nivel de violencia que hemos soportado por ¡¡miles!! de años es y siempre será espeluznante. Aunque habitar esta sociedad llena de endometriosis tiene definitivamente unas buenas ventajas científicas, particularmente con esta enfermedad parece funcionar más y mejor<sup>17</sup> acudir a otros métodos (que suelen ser menospreciados) basados en escuchar las necesidades del cuerpo, en nutrirlo, de diferentes maneras para que logre, ojalá y por favor, encontrar un balance.

Para mí todo esto hizo sentido hasta hace poco, e igual siento rechazo injustificado hacia muchísimas de las formas en que se puede abordar un tratamiento más holístico —aunque generalmente la razón principal de esa reticencia suele ser que las mejores opciones hacen parte del privilegio adquisitivo del cual aún no hago parte—. Pero, aunque yo hasta ahora esté asimilando los cambios que he llevado a cabo en mi vida a partir de mi diagnóstico hace cinco años, este conocimiento que he descubierto con la investigación-creación ha abierto en mí una nueva forma de aproximarme a mi enfermedad. Siento que la entiendo un poco más. Siento que soy más compasiva y empática conmigo y mi proceso.

La endometriosis pareciera sugerir una liminalidad<sup>18</sup> en la manera que sigilosamente se encarama en el cuerpo y lo recorre y lo presiona, pero se esconde y juega con la mente. ¿Me está doliendo? ¿sí estoy enferma? ¿estoy lo suficientemente enferma? ¿esta experiencia es real? ¿es válida? Las huellas son las que permiten desenredar la maraña que la endometriosis armó dentro de mí. Volverla

→ [16] El nivel de disociación colectiva que tuvimos ¡y bajo el cuál todavía vivimos! Es impresionante sobre todo al ver los derechos ganados en los últimos 120 años que, aunque sean básicos y fundamentales, igual aún hoy debemos justificar... Aunque siempre haya un despertar colectivo latente.

→ [17] En algunos casos, siempre sin generalizar, porque reitero que cada experiencia es única.

→ [18] Aquello que indica estar en el umbral entre un lado y otro; una postura u otra, diversos estados, etc.

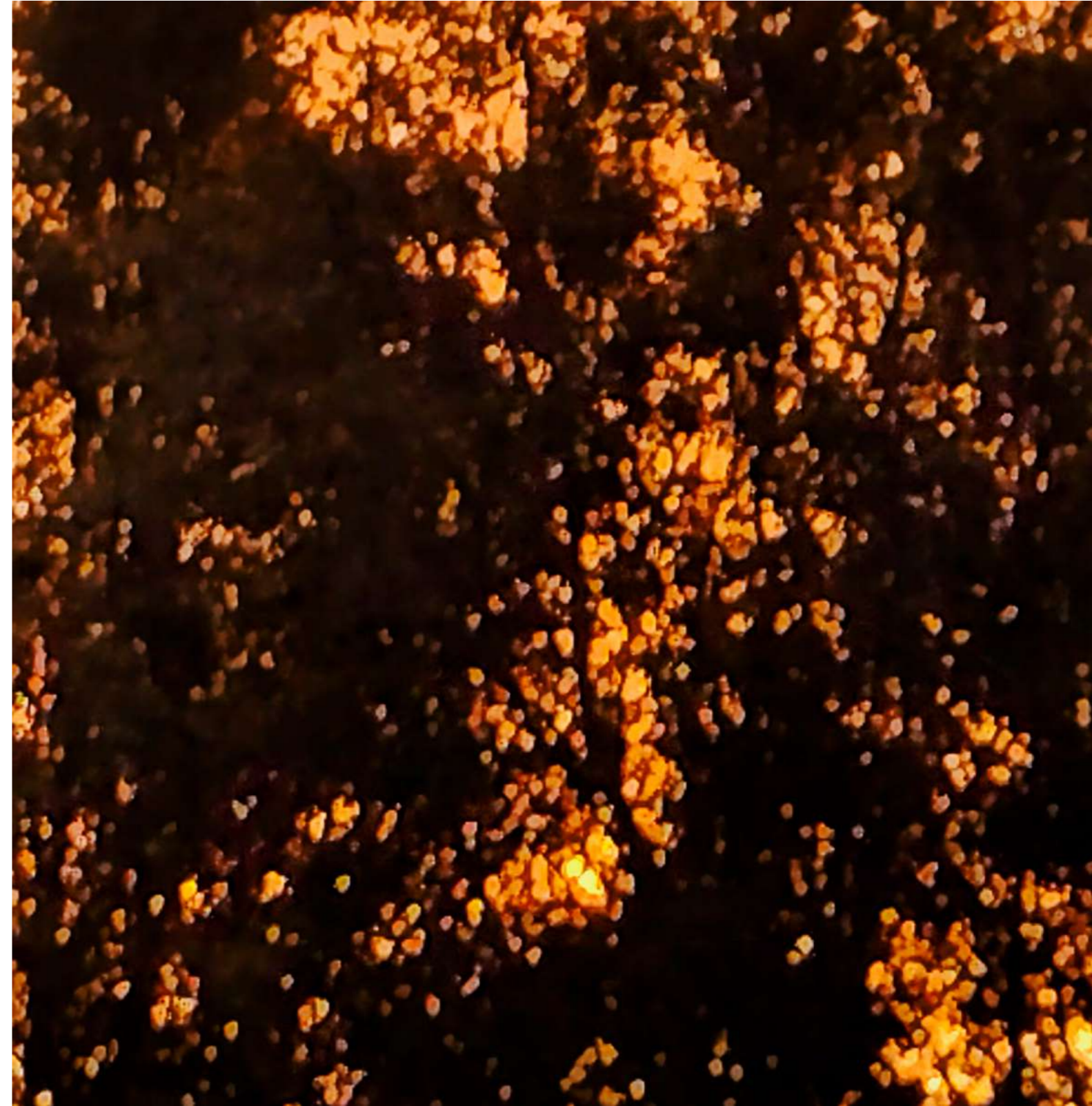
[15] ← La historia de cómo me encontré la mancha está en el primer diario del ciclo que aparece en este libro, en la página 8.

urdimbre, volverla pintura; **en esta ocasión, la huella no es la obra sino el camino que conduce a ella.** En ese sentido es, también, la huella la que urde este proceso. Por eso entiendo a la huella como la presencia —o el atisbo— del artista en el arte autorreferencial. La huella que aparece en la mancha de sangre como vestigio del cuerpo, se manifiesta a través del oficio de observar.

Una urdimbre es el punto de partida que surge a partir de la sucesión de hilos paralelos en un telar que servirá de base para crear una trama; un tejido. El tejido, como pieza y como acción, ha sido potestad femenina durante siglos. Hoy es una de las maneras en que las mujeres y disidencias sexuales y de género reivindican su poder y reclaman su espacio. Es una tradición ancestral global que potencia espacios de sanación, de hermandad, de palabra. No conozco aún a alguien cuya abuela u otra figura matriarcal del linaje no haya tejido (madres, tías, abuelas...). Alrededor del tejido se gestan acciones que trascienden los hilos, las lanas y las agujas: se hilan redes de apoyo, se fortalece el tejido social. Por eso el linaje femenino está albergado en el tejido.

El tejido, como la huella, también llegó a mí. La base fueron las vasijas de arcilla que estoy interviniendo con hilos anudados que las recubren, rodean y abrazan, asemejándose y aludiendo a los focos de endometriosis que se adhieren a mi cuerpo —que está hecho de tejido— y que solo se encuentran de maneras muy específicas (laparoscópicas) pero cuya presencia confirma y valida la experiencia que supone la enfermedad. El cuerpo, ocupado en combatir a sí mismo, se ve envuelto en nudos, horadado y atravesado por el dolor y la incomodidad. Yo simplemente he sido el instrumento de creación de esta obra, la intérprete que traduce y aterriza para una futura alteridad, pero sobre todo para mí, los conceptos, las emociones y las imágenes que la enfermedad —su vivencia, mi vivencia— me transmite. Entonces llegué a la arcilla de manera orgánica, también, luego de buscar el lenguaje material del útero y de la endometriosis. Luego se desprende la seriedad de las vasijas-úteros-cuerpos, que alude a la condición exponencial de esta experiencia: los *díasmesesaños* en que nuevamente duelo, otra vez me aplasta el cansancio, tengo náuseas, me siento débil, cuántas veces he pasado por aquí, cuántas veces me ha dolido el útero, cuántas veces he vivido esto, acaso son reflejo de otros días, acaso lo que siento sigue siendo dolor.

La urdimbre me parece también ese elemento liminar del tejido, aquello que le da inicio, gracias a lo cual se erige un cuerpo en la sucesión de hilos paralelos que aún no son nada y que en su



individualidad tan solo son posibilidad, pero en conjunto son la base del todo. Las vasijas de barro están cubiertas de nudos, tejidas entre sí. Por eso en la instalación son aquella parte del recorrido que hace las veces de antesala de la experiencia sensorial que luego la completa: plantea la situación y antecede las pinturas (analogías que surgieron de las manchas de sangre, al yuxtaponer imágenes de mis paisajes internos que generen “combinaciones emotivas y cadenas de asociaciones psicológicas y

simbólicas” [Rivera García, 2021, p. 102]), aquella segunda parte más íntima que es el reconocerse dentro y a través de la condición. Primero conocí el dolor, primero conocí el malestar, el constante enfermar, el sentirme una avería, el flaquear. Para sortearlo necesité ponerme atención a mí misma: escuchar, aprender, atender mis distintos sistemas, habitar mi ciclo y las diversas manifestaciones de la enfermedad en todas sus fases y luego pude mirar cómo eso se asemeja a otras formas de existencia terrestre. Y ahí encontrar un sosiego y una poética melancólicamente esperanzadora para saber, crear y sentir que mi experiencia humana puede reflejarse en el resto de la tierra. Y que es así como las antiguas mantuvieron su relación con ella después de haberse reconocido como otra especie que ya había dejado de ser mono.

El tejido en mi proceso es tácito y metafórico, pero lo atraviesa completamente. Los focos de endometriosis que se adhieren a mis órganos: nudos de tejido intruso aferrándose a otras partes de mi cuerpo. Todo es tejido humano. El tejido intruso, liminar: la endometriosis; el tejido adecuado: el cuerpo; el tejido reparado: la cicatriz. Mis entrañas uniéndose entre sí, mi cuerpo asiéndose a sí mismo supongo que en un afán de no querernos soltar. Mi obra es la urdimbre de úteros que servirá como base para hilar conversaciones alrededor de la endometriosis, que suscitará preguntas y emociones. En una acción que queda abierta, el tejido latente será entonces una forma de albergar próximas memorias (Gómez, 2023). Tejer implica armar a partir de nudos y en ese sentido pareciera **que la endometriosis me teje a mí misma, se entrecruzan sus focos en mis tejidos**. ¿Pero no somos acaso la misma? Mis focos, mis tejidos. La naturaleza se teje entre sí: los árboles que extienden sus ramas para entrecruzarse con las de otros, las aves que enredan hebras vegetales para construir sus casas, las arañas que llevan el hilo dentro de sí.

# HUELLAS EN EL ARTE



Vicuña, C. (2017). Quipu womb [instalación]. <https://www.tate.org.uk/art/artists/cecilia-vicuna-21412>

## CECILIA VICUÑA

*Quipu*, que quiere decir nudo en quechua, representa un sistema físico de registro mediante cuerdas y nudos. Después de la Conquista del continente suramericano, tanto el quipu, como su equivalente virtual, el *ceque* —que consiste en un sistema de líneas visuales conectando todas las comunidades de los Andes—, fueron erradicados, quemados y destruidos, siguiendo las prohibiciones de la iglesia católica. Las comunidades indígenas andinas se valían de tejidos con nudos para, a falta de otro tipo de escritura, construir poemas textiles y espaciales, pues los quipus habitan el espacio. Sin embargo, su esencia perdura. Para la artista chilena Cecilia Vicuña (2021) “la defensa del conocimiento indígena era la fuerza que activaba el quipu, y es la fuerza que activa el *quipu* al día de hoy”.

Entonces, Vicuña reclama esta herencia indígena a manera de resistencia y lo integra en su obra. La artista ha realizado varios *Quipus* a lo largo de su carrera, incluyendo el *Quipu Menstrual* (2006), que también ha variado de forma con los años. Este *quipu* comenzó como un paralelo entre el deshielo del glaciar El Plomo, en Chile, y la menstruación como acto de reivindicación femenina (no hay que olvidar que Vicuña es activista y feminista). Como si la montaña menstruara, también. La primera instalación, en el glaciar, sucedió durante la posesión de Michele Bachelet como rechazo a la privatización de los recursos naturales; una respuesta a la venta del glaciar, el deshielo, la política medioambiental chilena del gobierno Bachelet en 2006. La obra, entonces, se dio a partir de la exploración de la ecología y la crisis ambiental, que transmita un mensaje sobre la urgencia de preservar los glaciares. Posteriormente, ha sido instalada en diversos espacios más tradicionales, lo que ha

# HUELLAS EN EL ARTE

llevado a Cecilia Vicuña a comparar el quipu con “el mensajero de la rebelión de las mujeres frente a la destrucción de la biósfera, la destrucción de las culturas, las lenguas, todo” (Vicuña, 2021). Ya no tan simbólicamente, el quipu, a su vez, ha reclamado territorio y potestad, pues Vicuña los instala, monumentales, en diversos rincones del planeta como diciendo “no solo no nos pudieron destruir sino que aquí estamos, somos una cultura también milenaria” (Vicuña, 2021).

Vicuña es multidisciplinar, lo cual resulta fundamental en su obra y trayectoria artística, porque sus creaciones se vuelven la unión de diversas sensibilidades: el textil, la ecología, el feminismo y la raíz ancestral. La obra *Quipu Menstrual* (2006) me atrajo hacia Cecilia Vicuña como una excusa para explorar la postura que adopta en su filosofía artística, atrae irremediablemente porque en todos los años de trayectoria que tiene, ha creado un pensamiento artístico reflexivo profundo y admirable. Quiero tener esa conexión con las raíces, esa claridad identitaria que sirve de motor para cuestionar y crear diálogos.

La simbología y la poética detrás de esta obra me parece magnética. Haber estudiado esta obra durante un año me conectó con el nudo. Los nudos son ejes estructurales y en ese sentido sostienen. Siento que mi urdimbre de vasijas podría también pensarse como un quipu de barro. Que cada nudo, cada foco, está compuesto de un mensaje que habla de dolor y de resiliencia, de la presencia del útero en el cuerpo. El dolor siempre actúa como una señal, es uno de los lenguajes con los que el cuerpo se comunica; si los focos de endometriosis se asemejan al nudo adherido al tejido interno, ¿es acaso mi cuerpo un quipu, también?

# HUELLAS EN EL ARTE

*Inauguró Soñar el agua de la artista chilena Cecilia Vicuña [fotografía]. (2023). MALBA. <https://www.malba.org.ar/inauguro-sonar-el-agua-vicuna/>*



# Niñapájaroglaciar —Mariana Matija

Colección Alma | Rey Naranjo Editores



## HUELLAS EN EL ARTE

Matija, M. (2023). *Niñapájaroglaciar*. Rey Naranjo Editores

### MARIANA MATIJA

*Niñapájaroglaciar* (2023) es una novela autorreferencial, o ensayo literario, o colección de cuentos autobiográficos, en la que Mariana Matija relata episodios de su vida pero que sobre todo registra su profunda sensibilidad. El libro es un testimonio del paso por la tierra, una aguda observación de la disociación que hemos tenido como especie. El 5 de agosto de 2023 conocí a Mariana Matija y me sentí como una niña que conoce su heroína. Fui a una charla y luego a un taller que Mariana dictó con Natalia Castañeda en el marco de su exposición *Cuerpos Glaciares* —que fue nominada al Premio Luis Caballero—, en la Galería Santafé. Después de estar todo el día en el mismo recinto, de intercambiar preguntas y respuestas profundas sobre el ser terrestre, Mariana me contó que la editorial que publicó su libro (Rey Naranjo) no supo cómo catalogarlo dentro de sus colecciones existentes así que creó una nueva: Alma. *Niñapájaroglaciar* no es ficción pero tampoco es solo autobiografía, no es poesía aunque esté lleno de ella, no es común encajillarlo en una categoría simple porque engloba la complejidad de la experiencia humana en su más profunda sencillez: la de maravillarse frente al estar vivas, despiertas, con los sentidos atentos a las comunicaciones no verbales que todos los otros seres que no hablan humano pueden emanar.

A diferencia de las demás artistas que acompañan mi proyecto, por ahora este es el único libro-obra de arte que hace parte de mis referencias. La poesía con la que está construido este relato autorreferencial es fuente de inspiración y de estudio constante. Este libro aguzó en mí la percepción que hizo posibles las analogías pictóricas. Mariana Matija construye su

# HUELLAS EN EL ARTE

relación con la tierra, profundiza sus observaciones —que trascienden los ojos y abarcan todos los sentidos— y me permite indagar en la mía propia. Su lectura me llevó a exaltar los sentidos y la percepción del mundo que me rodea y me habita para así lograr encontrarme en otras manifestaciones no humanas del planeta.

Mariana hace un recorrido autobiográfico por los territorios y momentos que componen su paisaje interno, esgrimiendo la más pura y penetrante sensibilidad por el planeta que habitamos. Podría decir que, al ser yo una persona altamente sensible, la manera en que la autora describe situaciones de su infancia, adolescencia y juventud —algunas de las cuales me hicieron sentir muy identificada— abrió la puerta que hizo posible este proyecto. Desde permitirme sentir otros seres vivos y mis relaciones con ellos, hasta despertar de un largo reposo y potenciar mi pulsión escritora, *Niñapájaroglaci* ha permeado cada nivel de mi esencia.

# HUELLAS EN EL ARTE



**ÚTERO  
CREADOR,  
ÍNTIMO POR-  
TAL DEL ARTE**

25/10/23

Con el tiempo, menstruar se ha vuelto el fin de una espera que se cultiva por semanas. 'Fin' en el sentido del 'final' pero también en el de 'meta'. La menstruación parece ser el epítome que aterriza y reúne como punto de encuentro la experiencia de esta enfermedad. Dentro de la lógica de las palpitaciones que estoy planteado, este, el tercer ciclo que acompaña el proyecto de investigación creación en su fase final, parece marcar el fin de una larga contracción y el inicio de una expansión. De hecho, pareciera como si no hubiera dejado del palpitar: primer ciclo, expansión; segundo ciclo, contracción; tercero, expansión y con el cuarto el anhelado regreso de la contracción que en realidad tendré que tratar de postergar y más bien prolongar la expansión porque el reto creativo que se presenta en este momento es grande e inevitable. Es, ahora sí, la cuenta regresiva.

Desde ayer que no puedo dejar de pensar que la ciclicidad es exponencial, fractal. Que cada fase se amplifica hacia su propio ciclo y cada ciclo hace parte de otros más grandes que componen la vida y que son esos que ya trascienden un solo aspecto –ciclo menstrual ovulatorio– y comienzan a permear otros momentos de la vida que también se componen de ciclos –como la carrera profesional, que es uno de ellos–.

He habitado el inicio de este nuevo ciclo, los primeros días de mi menstruación, en la mayor presencia consciente que he podido y de la que he sido capaz. El anterior me demostró que necesito honrar mi cuerpo (sí, mi enfermedad también, porque hace parte de mi cuerpo)

dándole el espacio y cuidado que necesite, honrándome, escuchándome, para que esta primera fase (menstrual, luna nueva, invierno, contracción) anteceda la siguiente de la mejor manera posible (preovulatoria, luna creciente, primavera), y así sucesivamente; fractal. Este ciclo antecede la mayor etapa de creación y aterrizaje de este proyecto, que cada vez se materializa con más fuerza y presencia.

Ya llega la hora de traducir toda esta bitácora, todos mis pensamientos y reflexiones en un texto concreto y compuesto que las formalice (que les dé forma). En una obra que los represente. Que me represente a mí. Que transmita de alguna forma la manera en que siento la endometriosis hacia un público que todavía es informe.

Pero cada día que pasa siento crecer dentro de mí el fuego creativo. Que también es mi útero. El útero como órgano y espacio creador de vida que no necesariamente ha de ser vida humana; también puede ser vida-arte. El útero como centro de poder, polo a tierra, ancla, aterrizaje y motor de la fuerza creativa. El útero palpitante que devino humanidad y que antes de eso devino animalidad. Y mi enfermedad atraviesa todo mi cuerpo.

G.



## Brújula de mi espíritu

El arte abre la posibilidad de crear nuevos imaginarios sobre nuestra relación con la muerte. Permite sanarla y al hacerlo, nos da la oportunidad de reformular la manera en que nos relacionamos con la enfermedad y los cuerpos enfermos. O sea, entender que no estoy perfectamente bien —según los estándares sistemáticos— me permite escuchar y entablar una relación con mi cuerpo que de otro modo no existiría. De otro modo, continuaría habitándome sin conciencia, en ese tan conocido piloto automático que caracteriza tanto al patriarcado porque consiste en solamente escuchar a otros humanos. Abrir los oídos y los sentidos más allá implica entablar conversaciones con mis órganos, con mis necesidades, con mis ritmos y mi ciclicidad. Y al hacerlo inevitablemente se abren los sentidos a otro tipo de comunicaciones planetarias, con otros seres que habitan también este planeta.

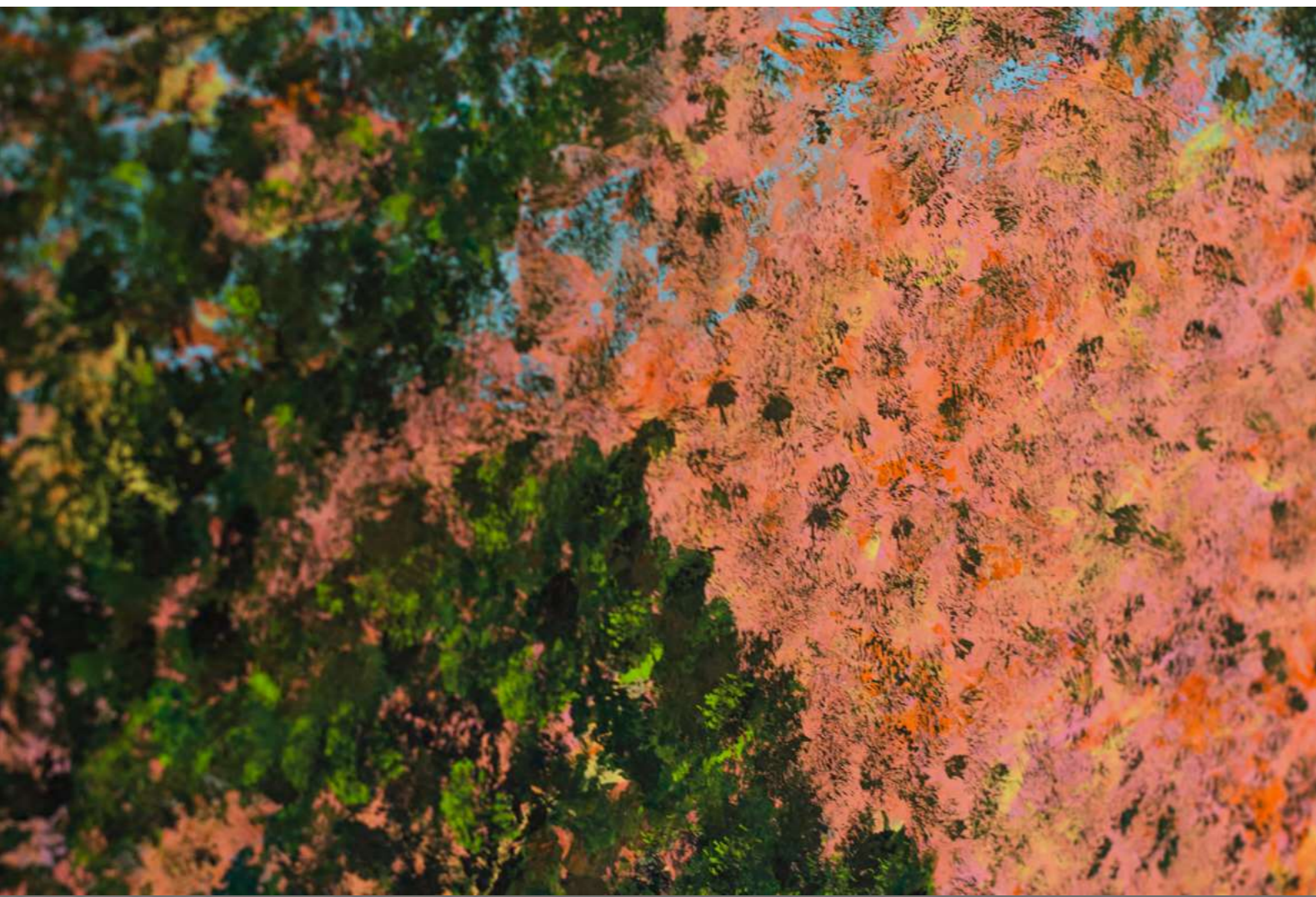
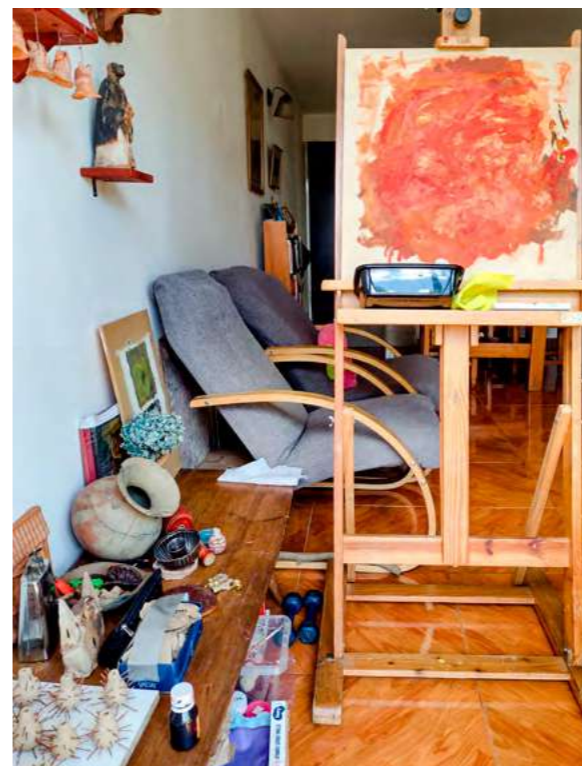
Esta conversación interna despliega ante mí una nueva manera de abordar mi vida. Integrar las necesidades de mi cuerpo enfermo a mi cotidianidad. Sanar la idea negativa de cuerpo enfermo. Estar enferma no me desecha ni me hace menos. Mi condición particular y la manera en que ésta se dio en mí — porque es una experiencia muy diferente para cada persona que la padece— me obligan a replantear la manera en que quiero y puedo, sobre todo, habitar este mundo. Las analogías que la naturaleza me ha mostrado me han llevado a entenderme dentro de este contexto como otro animal que cicla y que encuentra paz en regresar a la tierra como norte y aterrizaje lejos de los discursos hegemónicos humanos; hablar con más que palabras.

En la travesía de la exploración matérica, la simbología uterina emerge como un elemento esencial. La Tierra y el barro se erigen como protagonistas, al ser los pilares que posibilitan la vida, reflejando el papel fundamental del útero como el santuario de la creación en los mamíferos.

Esta revelación profunda acerca de la representación simbólica del útero en la historia ancestral impulsa la creación de la

urdimbre de vasijas de arcilla (sin hornear) en la instalación. Estas vasijas, intervenidas con nudos y varillas, metaforizan de manera impactante cómo la endometriosis, junto con sus síntomas, ejerce una dinámica de poder sobre el cuerpo, cooptando órganos y tejiendo complicadas relaciones.

El estudio centrado en la ciclicidad, tanto de las mujeres como de otras expresiones terrestres, se convierte en un pilar fundamental. Agudizar los sentidos para captar estos vestigios que se entrelazan con la experiencia personal es el punto de partida para la exploración plástica. La pintura y la escritura creativa, derivadas de este vínculo consciente con la Tierra, dan forma a imágenes que expresan esta conexión profunda, son el resultado de la exploración de la relación que he establecido con la naturaleza como un organismo que también ondula, que vive en ciclos. Y la elección de este medio no es aleatorio: mi relación con la pintura surge de manera no lineal y paralela a este proyecto puntual. Desde hace algunos años, mi exploración plástica personal se ha centrado en la gráfica y la pintura. Este ha sido un proceso que he enfocado en no sentir presión, en dejar que se desarrolle a su propio ritmo, y gracias a eso he podido explorar mis propias capacidades de una





forma que me permite crear sin expectativas y sin afanes. Es en este contexto que *Ondulación Interior* se ha gestado y, cuando la mancha de sangre se manifestó como el vestigio de algo más grande, poco a poco fueron invadiendo mi mente las imágenes que de las manchas se desprendían. Después de haber escrito los dos cuentos —*Una especie invasora* y *La mística fase lútea* (pp. 116 - 123)— y cuando menos lo pensé, ya no podía dejar de ver estas manchas hechas pintura en todas partes: en las siluetas de las hojas de los árboles frente al atardecer, en la forma de las plantas que me rodean, en la baba de los caracoles, en las copas de los árboles que están bajo mi ventana, en el cielo con nubes, en las cuevas marítimas llenas de medusas, en el fuego volcánico; y necesité pintarlas. O sea que la elección de la pintura como medio surgió de manera orgánica junto con el resto de proceso de creación, y al tiempo surgió también como necesidad plástica, como respuesta visual a la escritura creativa. Ante su propia insistencia escogí pintarlas y, en el cuerpo multisistémico que es *Ondulación Interior*, son la manifestación de la ciclicidad.

La estructuración de la obra se funda en la comprensión de la endometriosis como una enfermedad multisistémica. Esta perspectiva, respaldada por médicas, estudiosas y activistas, reconoce que el impacto de la enfermedad se extiende más allá del sistema reproductivo, alcanzando diversas áreas del cuerpo. Así, la creación resultante se presenta como multisistémica, pues abarca varias perspectivas de la enfermedad y su influencia en la



vida. La instalación, la escritura creativa, la práctica de archivo y la pintura convergen en una única expresión artística, formando un cuerpo coherente que representa la complejidad de la endometriosis y su impacto.

Vivir con esta enfermedad significa aprender nuevos ritmos de vida y de trabajo, adaptarse a las necesidades del cuerpo por encima de cualquier otra cosa y aprender a soltar. Sobre todo. Soltar sueños, por ejemplo; caminos de vida que no encajan en mis ritmos. Soltar vínculos, relaciones, gustos, hábitos. La endometriosis duele profundamente y no solo en el cuerpo, no solo en los ovarios, el útero o el abdomen: también en el espíritu. Y cuando hay una meta grande que se vuelve prioridad, como estudiar mi carrera y pagar la vida, todo lo demás pasa a segundo plano. La energía, cuando la hay, está puesta en la creación. En la investigación. Y así han sido los últimos cuatro años de mi vida, que además son casi todos los que llevo conviviendo con mi endo. Y así han sido las últimas semanas, consagrada de lleno a la producción plástica de la obra.

Quisiera decir que este ha sido un proceso romántico de creación en donde la artista, como en las películas, se encierra en su estudio por horas y días y crea, crea, crea, en un estado mental elevado. Pero dista de la realidad, excepto en el encierro. Creo que la creación artística es un azar para cada persona. El mío fue un proceso intenso, frenético, accidentado. Escribí un libro sobre mi endometriosis, escribí cuentos sobre ella, la exploré desde varias técnicas que juntas conforman un cuerpo de arte. Esculpí 140 vasijas de barro que intervine con púas (que corté de cincuenta metros de alambre) y con nudos (que tejí de varios metros de cabuya previamente teñida). Creé una serie de cuatro pinturas y cuando empecé a pintar sentí mariposas en el estómago, cosquillas en el pecho y calor en el corazón. El cliché hecho poesía, juro que sentí eso. Crear le da sentido a mi vida. La producción de esta obra se ha convertido en brújula de mi espíritu.

Todo se gestó en una libreta. Surgió gracias al hábito que con mucha disciplina procuro construir para darle un espacio a mi salud mental. Llevo años, muchos años, llenando libretas de tinta con toda mi vida puesta ahí. Entonces consigné toda mi investigación creación en sus páginas: planes, reflexiones, ideas, notas, conceptos y, eventualmente, cuentos. Pequeños relatos que surgieron en mí luego de escarbar rincones de mi memoria y encontrar (¿o inventarme?) coincidencias entre esos recuerdos y mi endometriosis. Luego de crear abundantes puentes entre

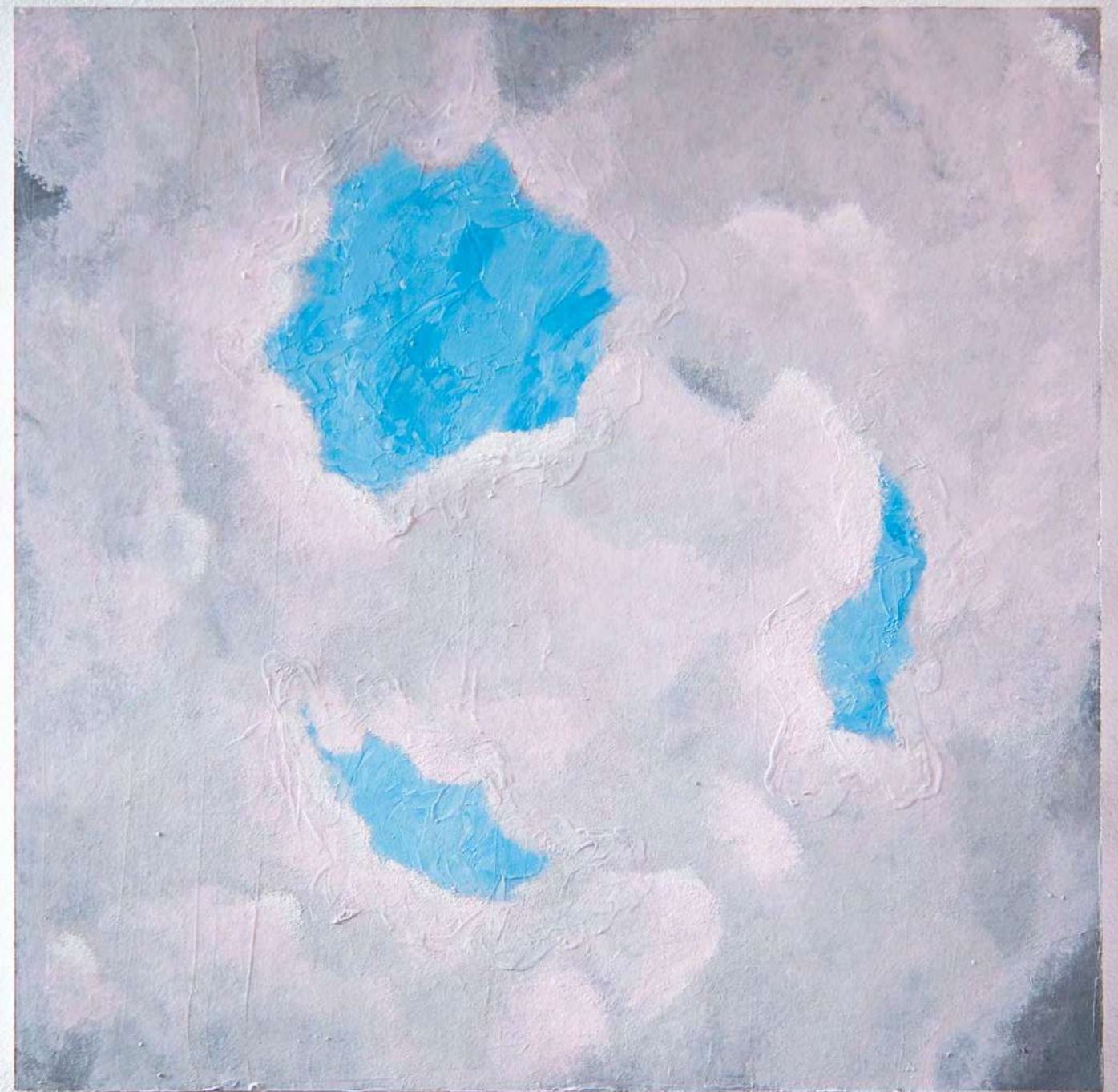
todos mis descubrimientos entablé una relación visual entre el ejercicio de escritura y los experimentos plásticos que hice paralelamente hasta que la huella y la pintura se encontraron; de ese encuentro brotaron las *Analogías*.



Acrílico sobre madera  
50x50 cm

### Arde

Inevitablemente volcán. El cráter ardiente que siento es mi útero.  
Boca del volcán que abre la Tierra. Dolor.



Acrílico sobre madera  
50x50 cm

### Fatiga

Levantar la mirada y sentirme cielo, un cielo que era consumido  
por las nubes. Encontrarme en el espesor de la neblina, sentirme  
día gris.





Acrílico sobre madera  
50 x 50 cm

### Augurio

Hallazgo marítimo gracias al poder comunicativo atemporal de las medusas.

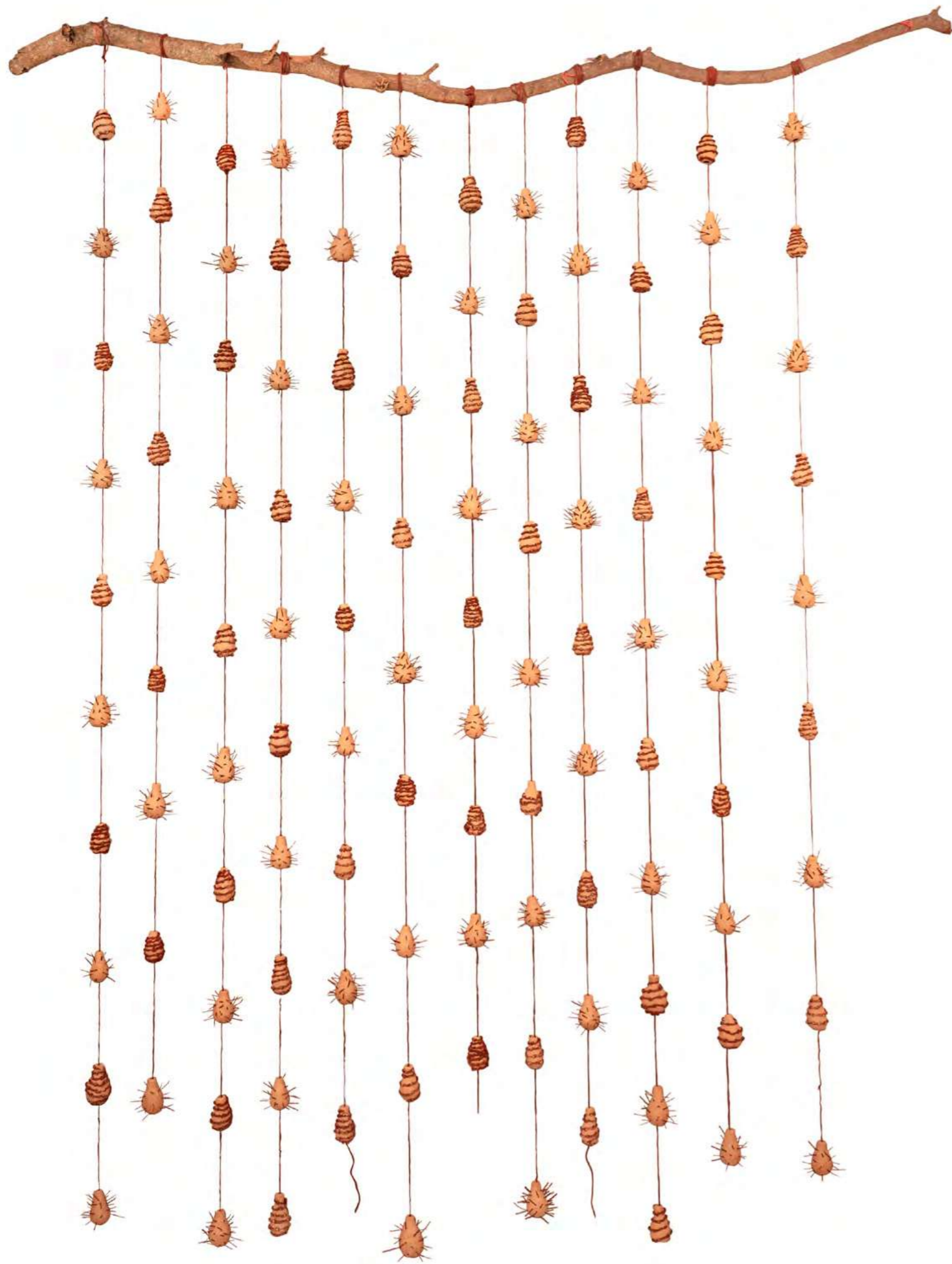


Acrílico sobre madera  
50 x 50 cm

### Destello

Como los árboles y todos los animales que habitan esta Tierra, procuro amar todas mis etapas.





Las vasijas de arcilla, intervenidas con hilos anudados, son el núcleo de la obra como el útero es el núcleo de nuestra especie. Estas vasijas, que imitan los focos de endometriosis que se adhieren al cuerpo, expresan de manera visual y táctil la experiencia de la enfermedad. Simbolizan el dolor, la incomodidad y el constante enfrentamiento del cuerpo consigo mismo, preparan el terreno para las pinturas que siguen. La instalación no solo comunica la situación, sino que también lleva al espectador a reconocerse íntimamente dentro de la condición, explorando la dualidad del malestar y el reconocimiento propio.

Instalación  
Barro, cabuya y metal  
180 x 240 cm

# UNA ESPECIE INVASORA

Escritura creativa

Durante años, observé atentamente las matas de agapantos, siempre buscando caracoles. Me encanta verlos pegados a las hojas, me encanta mirar su cuerpo baboso cuando emerge del caparazón, sus antenitas palpando el exterior. Después de aquella casa con un jardín enorme que compartimos con incontables caracoles —y muchos otros animales—, no volví a encontrarlos en mucho tiempo. Ahora imagino que todos se escondieron de mí y que en Bogotá circuló la leyenda de la niña que masacraba caracoles. Porque eso hice muchas, muchas veces a los cuatro, cinco, seis años. Los perseguía cual exploradora entre las hojas largas, los recolectaba, los aplastaba para escuchar el crujido de su concha al quebrarse, les quitaba el caparazón. Qué horrible y doloroso ¡que te arranquen la piel! Es seguro que tardaron veinte años en reaparecer ante mí, el tiempo que tardé en decantar mis acciones y en cargar con la culpa que todavía acompaña mi crueldad. Pero no, no me impulsaba la crueldad (o al menos me digo ese discurso para amainar la sensación de culpa), sino por una curiosidad infinita y una necesidad de sentir todo el animal.

Hace algunas semanas por fin los divisé: en unos agapantos, por supuesto. Estaba menstruando. Mi felicidad al verlos, como reencontrándome con unos viejos amigos, aún no la puedo explicar. Perdón, perdón, perdón. Los amo. Gracias por enseñarme sobre el arrepentimiento —y sobre sus cuerpos, sus texturas, sus sensaciones, su compañía—. Durante los dos días que compartí el espacio con ellos, los visité en su jardín, los observé en silencio, les hablé (con y sin palabras).

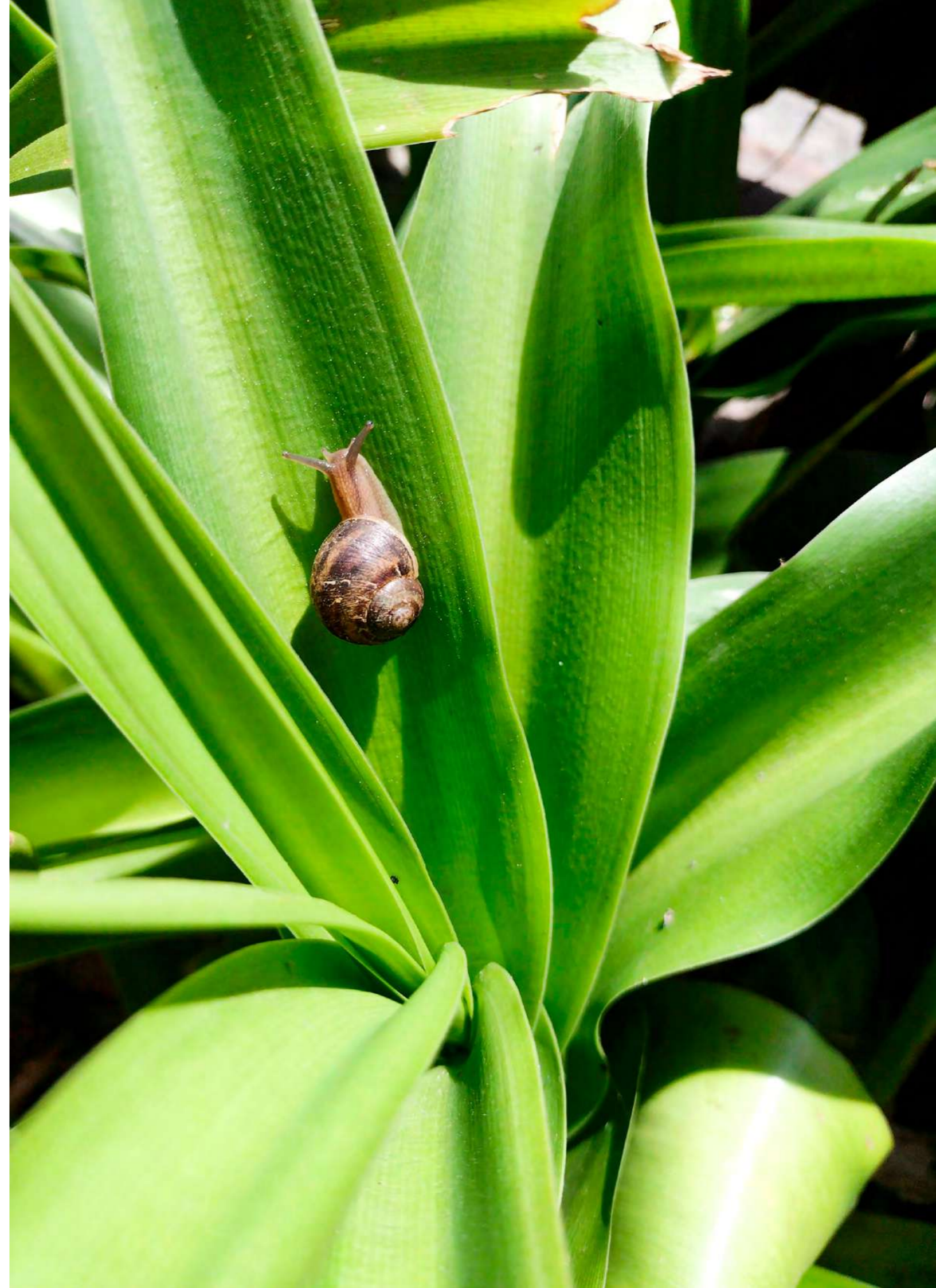
Una de esas tardes fui poseída por una migraña monumental, de esas que vienen con la menstruación (y con la endometriosis) y salí a respirar y a sentirme soportada por ese cachito de jardín que era como un oasis en un lugar totalmente ajeno y extraño a mí, donde el dolor de cabeza, la náusea, el vómito y el mareo me dominaron. Las plantas sostenían mi quietud. En ese momento me habló alguien (¿un hada?) mientras consentía y observaba atentamente otras plantas que también habitan ese espacio. “Esta es medicinal”, me dijo: malva. Comenzamos a conversar sobre las maravillas escondidas tras las hojas y las flores y entonces le pregunté, ávida de compartir mi pasión secreta para todas esas personas desconocidas: “¿te gustan los caracoles?”, y entre el instante que duró el silencio antecesor a su respuesta nos alcancé a ver a las dos explorando los agapantos observando los caracoles, como hice en mi infancia tantas veces. Pero cuando dijo “no tanto, es que son una especie invasora”, me derrumbé. Abrí y cerré la boca tratando de encontrar una respuesta que fue solo

un leve sí, que dije pasito y sintiéndome traidora e injusta.

Hoy todavía resuena esa razón en mi cabeza, aunque sobre todo en mi espíritu. ¿Invasora? Pero son tan especie viva como las plantas que habitan, o como tú o yo, o los árboles; son tan expresión de la tierra como todo lo demás. Una especie repudiada, perseguida, rechazada, que brotó de este planeta igual que el resto de la vida. ¿Qué culpa tienen los caracoles? Si acaso, la tienen los humanos, pero esa es otra discusión. Seguí pensándolos, en silencio, hablándoles con mi espíritu y los amé más, mucho más.

Un par de días después de ese encuentro aparecieron mini-caracoles en mi abrecaminos, planta que cohabita conmigo, en un cuarto piso. ¿Cómo llegaron aquí? ¿Cómo volaron (¡¿vuelan?!!) quince metros hacia arriba y aparecieron en las hojas rosadas? Todavía me lo pregunto. Le pregunté a mi abrecaminos si ella quería alojarlos, después de todo son sus hojas, sus tallos y su tierra, no los míos. Durante un par de semanas tuve una nueva compañía en mi casa hasta que desaparecieron súbitamente, igual que como llegaron.

La endometriosis, que tampoco se sabe cómo ni por qué aparece en el cuerpo, ni cuánto tiempo se va a quedar, es como los caracoles. Podría llamarla una especie invasora de mi cuerpo, aunque también hace parte de mí y no es otro animal sino mi propio tejido que, confundido, crece donde no le toca y se adhiere a cualquier órgano o tejido para seguir existiendo. Y lo hace. Existe en mí, se pega a mí como los caracoles a las hojas, duerme en mí y de vez en cuando —más de lo que puedo soportar—, saca su cuerpo baboso del caparazón y me explora con sus antenitas de ojos, seguramente tratando de encontrar más cuerpo mío que pueda ser su casa. ¿Será que a la abrecaminos le duele el ser habitada por los caracoles, como a mí me duele ser habitada por la endometriosis?



# LA MÍSTICA FASE LÚTEA

Escritura creativa

Mientras aterrizo mis sentidos para enfocarlos en este texto, la luna, que está como en cuarto creciente, brilla sobre mí y su presencia se siente auspiciosa. La luna relleniéndose para la tierra parece un augurio frente a mi propia luna llena —o invierno, o menstruación—, que se viene acercando. Mi contracción, mi valle, en la palpitación/ondulación que describe el ciclo, mi ciclo.

A los cuatro años me picó una medusa. Un dolor punzante, quemante, ardiente, profundo, durante un instante fugaz que luego ya no se fue. Estaba en el mar, cerquita de la playa: como el agua estaba tranquila, podía meterme sola siempre y cuando no fuera muy lejos. Recuerdo gritar, en el agua, agudo. Ahora que le pongo atención al recuerdo, siento impostada la imagen del grito, como si mi mente quisiera corroborar que sí grité. Del dolor y del susto, del susto del dolor —de que no se fuera—, y del dolor, otra vez, porque era mucho.

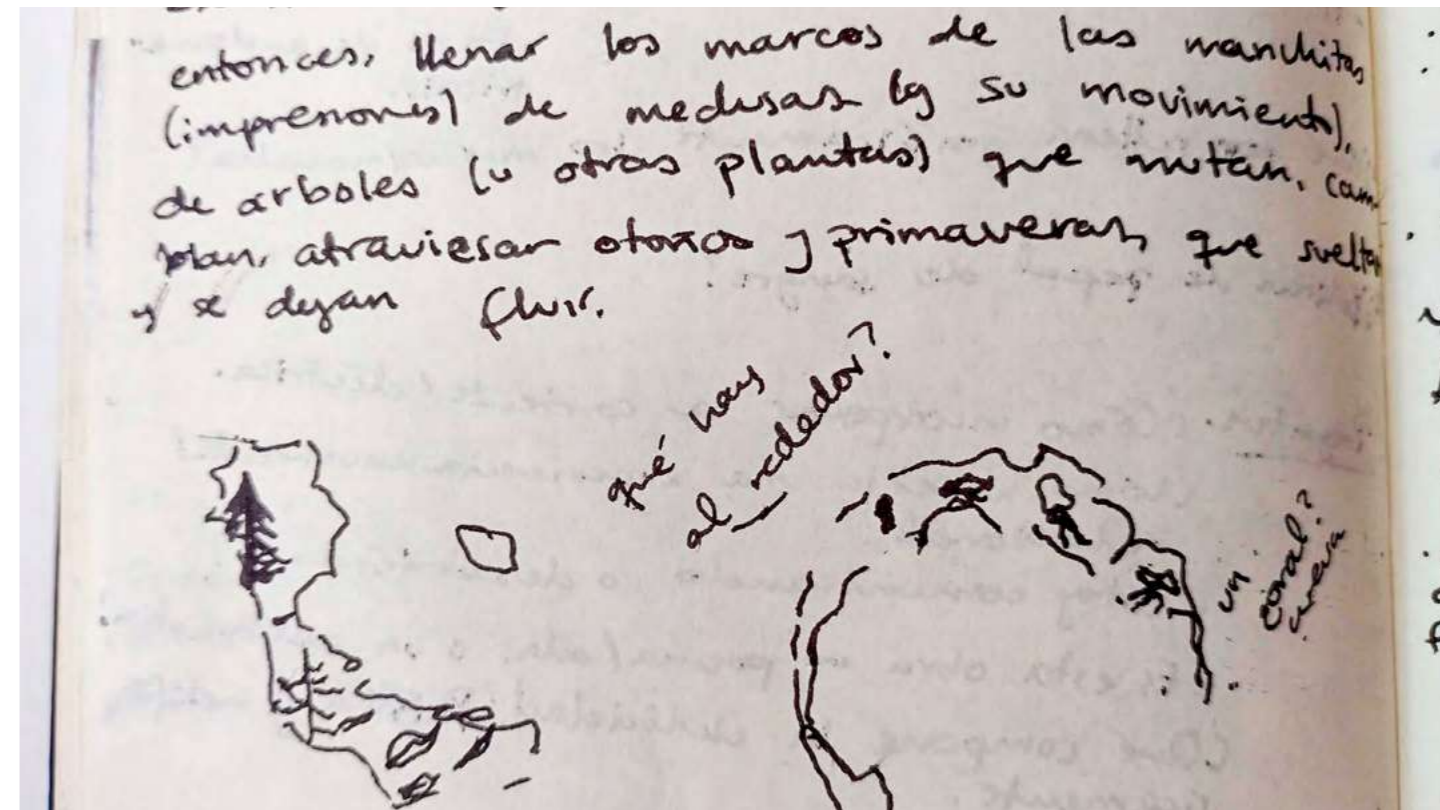
Mi mamá me llevó a un bañito de nada (cuatro paredes de tablones de madera y un inodoro) que quedaba al lado de la playa —estábamos en Playa Blanca, en Córdoba—, y oriné en sus manos para regarme el pipí en la muñeca, donde me picó la aguamala (así les decimos a las medusas en Colombia). Pero el pipí no funcionó. El dolor seguía ahí, ardiente, quizá más intenso. Yo lloraba. Recuerdo mi bikini porque hay muchas fotos de ese paseo. No hay fotos del incidente de la aguamala.

Después del pipí hubo un rato de pánico, supongo, más intentos de calmar el dolor. Incluso me echaron whisky (que no funcionó y quizá de pronto por eso amo y odio el whisky). Ahora me da tristeza darme cuenta de que no recuerdo tantos de los intentos de curarme, de sanarme, aunque percibo como en susurros tener mi brazo cubierto de arena, de agua salada, y que el dolor seguía ahí, hasta que llegó el hielo. No como cuando llegó a Macondo: aquí todos sabíamos qué era el hielo, hasta yo, que tenía cuatro años. El hielo llegó a mi brazo desde el vaso de whisky y me alivió por fin y se sintió como un suspiro.

El miedo a las aguas que pueden albergar aguamalas sigue aquí. La marca que hicieron los tentáculos de la medusa que me abrazó —y me abrasó—, también. Es una manchita ligeramente café, tenue, con un levisimo relieve, que marca mi piel. Me tatuó, la medusa. De pronto este suceso pudo haber sido un augurio de lo que pasó y me tiene aquí, escribiendo este texto: me siento llena de presagios, señales, ¿o huellas? Amo mi cicatriz de medusa, me gusta mirarla, girar mi muñeca, exhibirla como huella de honor de cuando una medusa me quiso abrazar sin saber que nuestros

brazos no eran compatibles y yo grité y sufrí y lloré y ella se debió asustar. O no, quién sabe. De pronto quiso llegar a decirme: *Gabi existe el dolor que quema y que arde y que no se va y te lo voy a dejar tatuado en la piel para que lo recuerdes cuando lo necesites*. Y que las palpitaciones son la representación tridimensional de la ondulación. Ahora pienso, en chiste, que ojalá me lo hubiera dejado tatuado en el vientre, porque con la endometriosis es mi útero —y mi vientre, mis piernas, mi espalda— el que arde y quema y vive presa de un dolor que no se va: el ardor de la medusa se parece al de la endometriosis en su intensidad, en su insistencia y en su permanencia.

# BOCETOS



IDEAS ESTÉTICAS para las mini v

Pendientes vasijas / cavidades (podría ser abiertas de hilos llenos de nudos.

hilos incrustados en el ~~sin~~   
 sirve también para mancha

Hilos rojos.

- Nudos / hilos anudados que conforman la mancha.

- Huellas (?)

de la sim material.

Foc trios

¿Qué tan rellena graficamente los marc

Penso hacer.

Vientre - Nudo

Otro nudo

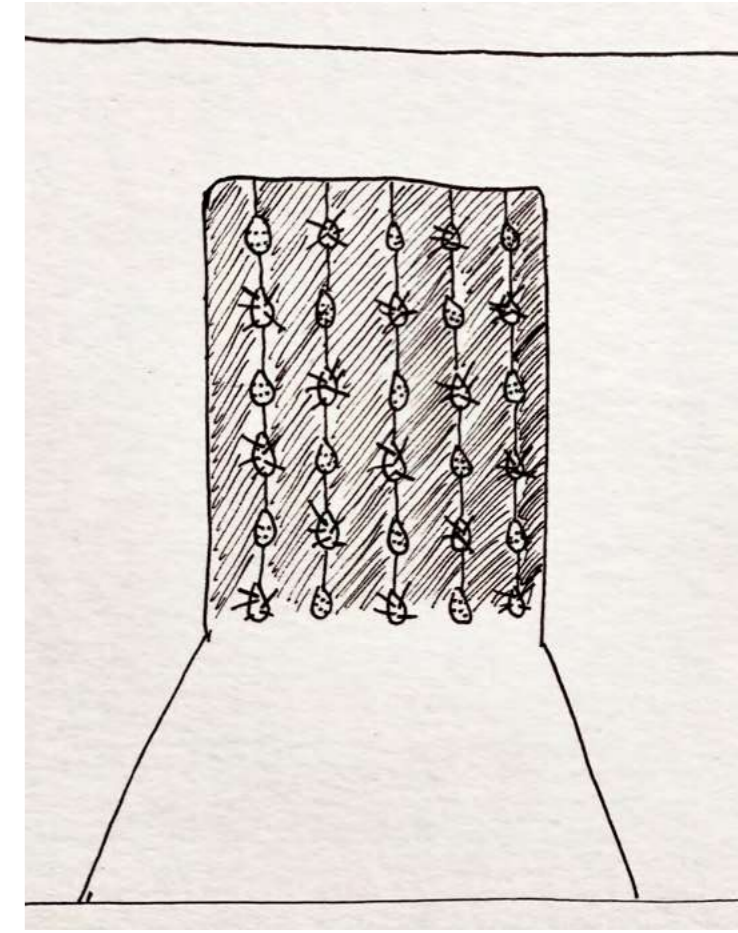
número ?

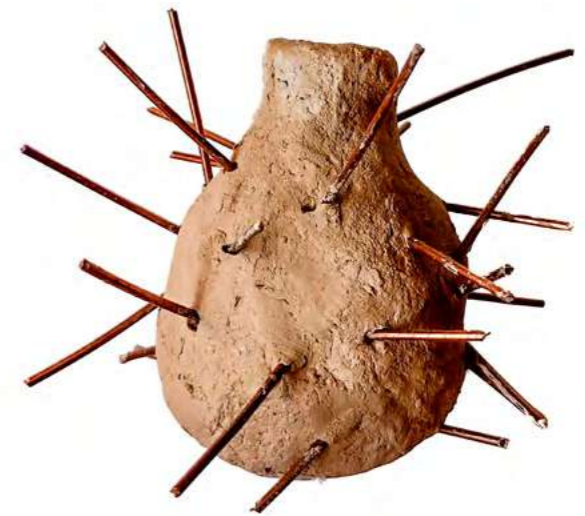
quips

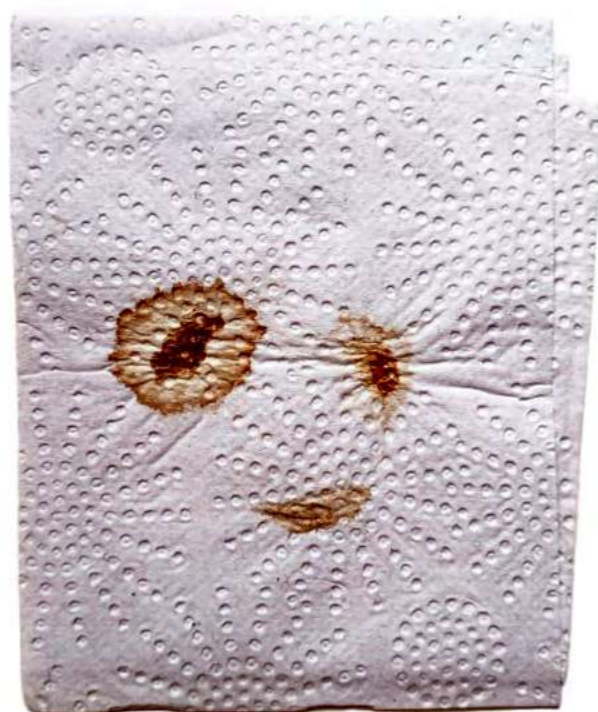
Ago 23/23

Cecilia Vivian

de liana Muñoz: los nudos son necesarios tanto en el bordado como en el lenguaje porque sujetan; sostienen como ojos.







# HUELLAS EN EL ARTE

# HUELLAS EN EL ARTE

## NATALIA CASTAÑEDA

Castañeda, N. (2023). *Cuerpos Glaciares, ancestros hídricos de una extinción futura* [fotografía]. <http://territorioscomunes.com/es/cuerpos-glaciares-ancestros-hidricos-de-una-extincion-futura/>



*Cuerpos glaciares, ancestros hídricos de una extinción futura* es una instalación sobre el cambio y los paisajes efímeros, pues los glaciares tropicales que hacen parte del territorio de los colombianos desaparecen rápidamente. Aunque en su lejanía parecen imperturbables, Natalia Castañeda (Manizales, 1982) se ocupa de mostrar una visión íntimamente poética de su transición —deshielo, huella, transformación en río—.

La artista e investigadora trabaja alrededor de los glaciares, pero en realidad son los glaciares hablando a través de ella; un amor que no la suelta, una necesidad de medirlos pero con el arte, de darles voz con sus imágenes, de volverlos poema con sus trazos. *Cuerpos glaciares* es una obra multisistémica, una instalación que plantea un recorrido desde el archivo y el intercambio de conocimiento con otras disciplinas, hasta la contemplación más poética de los dibujos que transportan hasta estos picos nevados y páramos de las montañas colombianas. Castañeda se vale de la vivencia personal que estableció con la montaña para generar conversaciones a su alrededor y activar el vínculo con una alteridad que necesita hacer consciencia de la vulnerabilidad e importancia de estos ecosistemas que están cambiando y desapareciendo tan rápidamente. La obra de Castañeda alude a la aparente rigidez de unos cuerpos lábiles.

La multidisciplinariedad con la cual Natalia Castañeda construyó su obra *Cuerpos glaciares* ha sido una hoja de ruta increíble a la hora de plantear la técnica como la materialización de un

# HUELLAS EN EL ARTE

tema; es decir, que la técnica se adapte a la necesidad plástica que ocupa la obra. A lo largo de los años, porque es un trabajo que ha desarrollado en su vida desde hace más de diez años, ha recurrido al cine, a la cartografía, el archivo, la pintura, el dibujo, por mencionar algunas, de acuerdo a las necesidades plásticas que va descubriendo en su obra. Casi sin quererlo, *Cuerpos glaciares* se vuelve también un testimonio de este cambio, registro del deshielo y de la transformación de un ecosistema único —glaciares en el trópico— que apela a la sensibilidad humana para comprender una situación que se percibe lejana pero que afecta hasta los más profundos niveles de la individualidad.

# HUELLAS EN EL ARTE



Castañeda, N. (2023). *Cuerpos Glaciares, ancestros hídricos de una extinción futura* [fotografía]. <https://premioluiscaballero.gov.co/project/natalia-castaneda-arbelaez/>



## Ondulación Interior en La Verbena:

### Plan de montaje y exhibición

La autogestión para principiantes también es un azar. Gestionar una exposición es un reto —más como estudiante—. Y el miedo no se va, al menos no se mueve hasta que no se actúa con miedo; luego evoluciona a las siguientes preocupaciones. Había conseguido, con buen tiempo, una pequeñita sala para exponer la obra dentro de una librería indie pero de ahí solo se desprendieron problemas. No poder perforar el techo, por su antigüedad, fue el primero. La comunicación con los dueños del espacio, el segundo. Las condiciones no óptimas de la sala, el precio que me cobraban, las paredes sucias... cambié de lugar. Un par de crisis de ansiedad y una menstruación después, todo empezó a fluir. Cada cosa





a encajar a la perfección. Faltando quince días para la fecha de la inauguración, me reuní con la fundadora de La Verbena, librería y casa cultural. Un espacio precioso. Había tres preguntas fundamentales de las que dependía el éxito de esa reunión: poder colgar la *Urdimbre* del techo, mantener las fechas para las que ya había preparado todo (del 1 al 18 de febrero), y exponer sin costo. Sí, sí, sí. Un sueño hecho realidad. ¿Estoy flotando de la dicha?

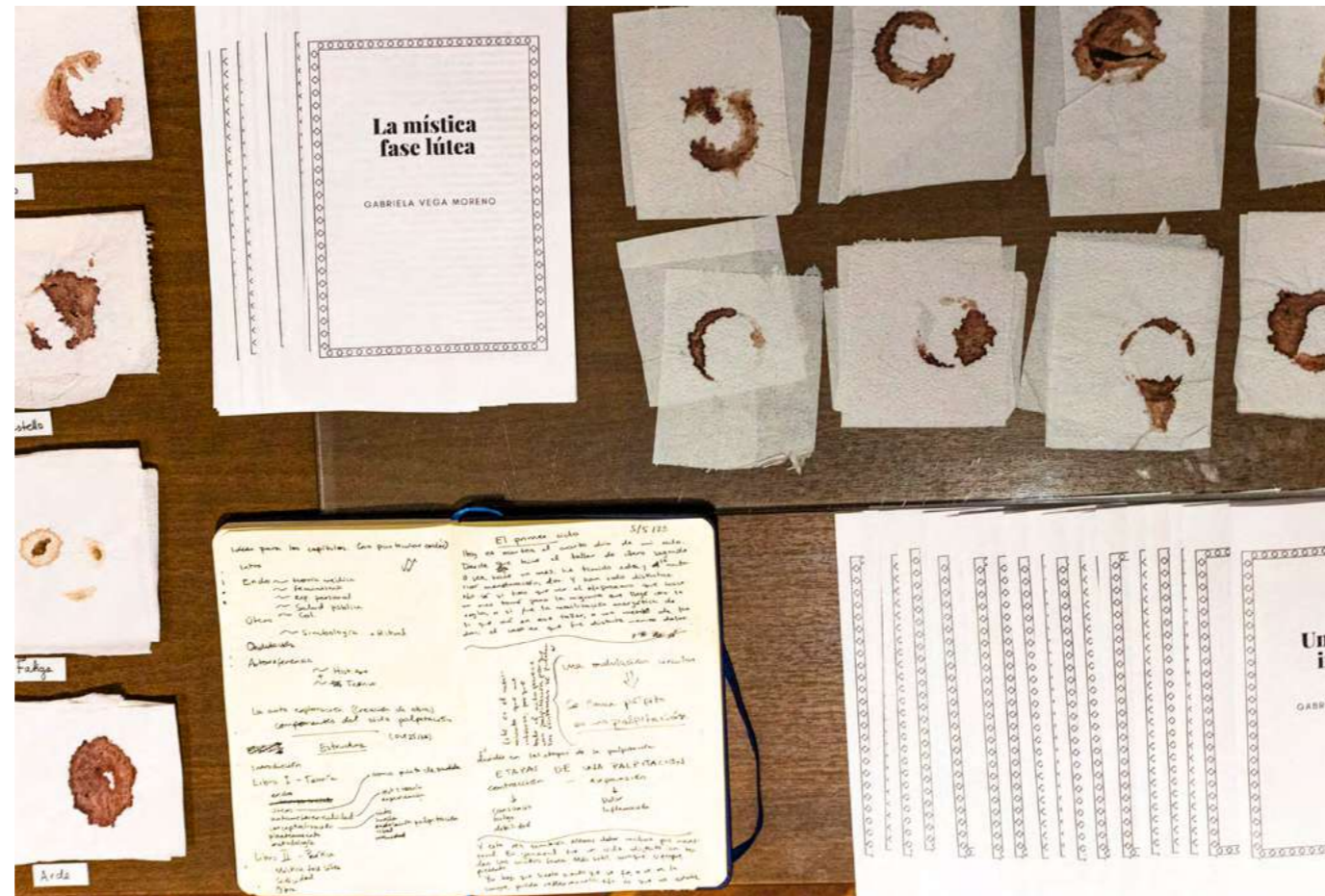


Un par de bailes celebratorios y mucho, mucho, mucho trabajo después, la exposición se hizo realidad. La sensación general es de triunfo al haber logrado un lugar tan especial para exhibir la obra. Mi obra, en una sala que está a su altura. Mi obra, además, entre libros y letras, del mismo modo que fue concebida e igual que yo cuando crecí: en una biblioteca.

La instalación que surge de este proyecto es una metáfora de mi experiencia con la endometriosis, de ahí que insista tanto en la multisistemicidad. Integrar las piezas escultóricas, la pintura y el texto permiten una experiencia integral que aborda varias de las



aristas que supone vivir con esta enfermedad, que afecta tantos aspectos de la vida. Por eso, la exhibición será una invitación para que el público que la visite pueda adentrarse en mi endometriosis. En un guiño a la ritualidad, busco emular la entrada al espacio íntimo que esté compuesto por tres tipos de simbología: una



uterina, una sintomática y una cíclica. Las dos primeras se ven reflejadas en la urdimbre de vasijas de barro intervenidas, que representan úteros-cuerpos atravesados por el dolor e invadidos por la endometriosis. La simbología de la ondulación que permea mi vida está plasmada en las pinturas que aluden a metáforas de la naturaleza cíclica y que también, es, inevitablemente, sintomática. Así, la *Urdimbre* antecede las *Analogías* y entrar a ellas implica sumergirse en los textos en la pintura y entrar en las letras: en la habitación cohabitaron narraciones y abstracciones.

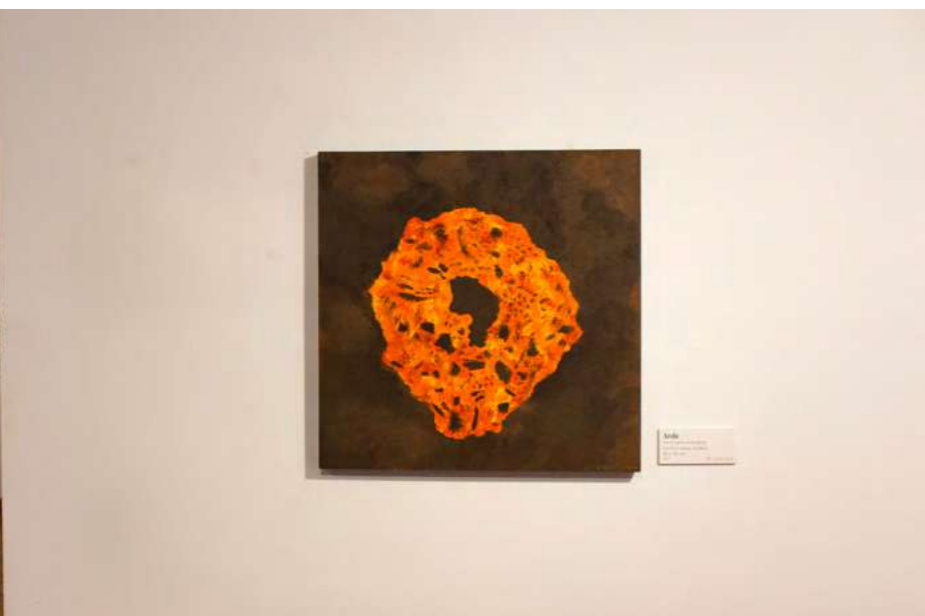
La autogestión novata también acaece un alto nivel de

multitasking. Pintar, tejer, esculpir, escribir, editar, diagramar, registrar, difundir, todo al tiempo. Implica, además, tomar decisiones sobre la marcha que cambian y alteran los planes originales. Así, por ejemplo, luego de evaluar el nuevo espacio, las pinturas crecieron en su tamaño y eso fue un acierto. Adaptar la proyección análoga del contorno de las machas, aumentar el tamaño de las analogías que abstraen los momentos de comunicación mágica que he tenido con la tierra durante los últimos meses. Se trata de emplazar la obra en un espacio que permita, por un lado, dar un cierre a esta primera parte del proceso de investigación

creación y, por el otro, activar el diálogo con un público que de una u otra forma pueda sentirse interpelado con mi vivencia y mis creaciones.

Paralelamente y entre más se acerca el momento culmen de este proyecto, mientras se hace tangible en su creciente magnitud, me pregunto cómo hacer que todo este trabajo no se quede estático, únicamente alojado en el espacio académico. Desde que expuse y entregué el proyecto en una primera instancia, a finales de febrero, la obra ha continuado expandiéndose. Siguiendo su naturaleza abierta, he participado en otros espacios de divulgación y circulación importantes que permiten entablar un diálogo con un público más íntimo. He sido convidada a hacer parte de varios espacios alternativos que han potenciado la obra y el diálogo alrededor suyo. El primero de ellos fue la invitación que recibí para hablar de *Ondulación Interior* y de mi proceso artístico en el podcast Vestales (cuya anfitriona es Silvia Ramos, quien hace parte de las *Huellas en el Arte*, p. 78); este episodio se encuentra en el enlace de **Anexos**, p. 171. Además de eso, también fui invitada por el Museo de la Mujer de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca a presentar mi obra en una ponencia el 22 de marzo, frente a un grupo de lideresas sociales del municipio de Sibaté (Cundinamarca). Este fue un espacio íntimo y supremamente poderoso en donde se descentralizó la obra y el quehacer artístico y se pudo entablar un diálogo catalizador y estimulante con un grupo diverso de mujeres. En ese mismo marco, volveré a presentar la ponencia nuevamente en la UCMC, donde además las piezas estarán exhibidas durante un par de semanas.

Pensando también en las posibilidades que se abren para mi proyecto, está dentro de mis aspiraciones postularlo a varias convocatorias nacionales y distritales que posibilitarán su divulgación en una escala mayor.



## Texto Curatorial

*Ondulación Interior* invita a un diálogo profundo sobre la experiencia poética, personal, artística y política que resulta de vivir con endometriosis. He construido una relación íntima con mi menstruación y mi enfermedad, explorando las diversas aristas que componen su naturaleza multi-sistémica y que resulta en una instalación compuesta por simbologías sintomáticas, de la naturaleza, de la ciclicidad y del útero.

A través de la obra me encuentro con mi cuerpo y con mi voz, dando lugar a una expresión que se vale del arte como medio para sanar mi experiencia y reclamar mi propia narrativa; rompe el silencio que tanto ha caracterizado esta enfermedad y a quienes la padecemos.

La Tierra aparece como una fuente de sabiduría que se revela ante mí, por medio de la sangre menstrual: son huellas con mensajes encriptados. Habitar la endometriosis es como un ritual de construcción del ser y *Ondulación Interior* hace un llamado a los visitantes a explorar y abrazar su humanidad, su animalidad, su ser terrestre y fluctuante. La vida se vuelve un poema visual donde las marcas íntimas se entrelazan con el mundo exterior, creando un espacio de reflexión sobre la conexión profunda entre la experiencia individual y la naturaleza que nos rodea.











Así es mi endometriosis: en un momento estoy perfecta, llena de dicha en la inauguración de la muestra... y al siguiente el dolor me invade, inclemente y desconsiderado



21/11/23

Continúo expandiendo. Le temo mucho a la contracción y, por ahora, debo rechazarla con todas mis fuerzas. Sí, estoy cansada. Y me habita el dolor. Hoy es el segundo día, me llegó ayer (lunes) en la tarde, luego de sentirme cargadísima física y emocionalmente por varios días. Tuve un ataque de ansiedad ayer en la tarde, antes de que me llegara. Una crisis, cuando menos. La explosión; el volcán. Después de la crisis hice yoni mudra un buen rato, en mariposa, y creo que ahí fue que me llegó, porque estaba como atascada. Energizando el útero.

Hace tres ciclos que estoy esperando este momento. Proyectaba tanto que iba a estar aquí... todo se ve diferente a lo que esperaba. Aun así, la obra tomó forma, el proyecto cambió –ese sí se contrajo–, volqué la mirada hacia adentro para poder entender esto que me habita. Cada ciclo profundicé mi poética. Este, el último, me está mostrando cómo armar el texto.

Es curioso cómo a veces se siente que la menstruación y los días difíciles son el cierre de la fase lútea y no el inicio del ciclo, el comienzo de la folicular. A veces, como ayer, me regresa el insomnio y de pronto me acuerdo de lo que eran esas semanas sin dormir, hace un año, cuando todo estaba más descontrolado. Siento que estoy olvidando el paso del tiempo y retengo poco. Siento que llevo toda mi vida en modo supervivencia y de pronto a veces me acuerdo de cosas de mi adolescencia, que me hacen caer en cuenta que han pasado todos esos años. Una infancia traumática pasivamente. Uf, eso se fue de profundo.

Entre más y más se profundice en el pasado, hace sentido todo lo de la biodescodificación. Huellas. Vestigios. Vestigios que han compuesto de a pocos un camino que muestra qué tan poderoso es eso que está inscrito en nuestro ADN y que desemboca en una enfermedad de estas. ¿Cómo ignorar que somos unos animales tan complejos, que existimos en este planeta con los árboles y las caléndulas y las salamandras y los caracoles, hechos de emociones, conexiones eléctricas, ideas infinitas, músculos, órganos, sangre, agua? Evidentemente lo que sentimos afecta nuestro cuerpo porque sentimos en el cuerpo, pensamos en el cuerpo. Dentro suyo. Antes no entendía lo que quería decir. Pero es evidente cómo no procesar emociones se manifiesta en el cuerpo. Todo, eventualmente, sale. Un llanto. Un ataque de ansiedad... Solo llorar ya drena el cuerpo; arden los ojos, la emoción pesa y su salida abrupta deja al cuerpo como abollado.

*I ache.* No sé cómo se traduce esta sensación exacta al español... Duelo. Duelo en mi cuerpo. Estoy doliendo. Tengo volumen y el útero me duele por detrás, por delante y por los lados. A veces me pregunto –¿o me lo cuestiono?– si sí vivo con dolor y sí. Estoy ya tan acostumbrada que no estoy segura si eso califica como sentir dolor, pero sí, es que sí, ahorita me duele el útero, la pelvis, la espalda baja como en el coxis. ¿Qué fue lo que escribí el otro día? Que entendí que mi dolor es tridimensional porque entendí su volumen dentro mío. Sentí y caí en la cuenta de que no tengo dos dolores, tengo uno solo que se irradia en todas las direcciones. Como cuando atravesé las vasijas con las púas. Me siento drenada. Dormí anoche cuatro horas, si mucho, por el insomnio. También duelo en la cabeza y en los dedos y en las piernas; he dolido varios días en distintas partes. *I ache.*

Sí creo que tengo hambre. No sé si tengo que tener un dolor nivel nueve para que sea válido. No sé. No sé si dejar esto. Mientras escribo me doy cuenta cómo sí existen otros dolores demasiado más terribles que el mío. ¿Pensar en esto es un problema? ¿Mi dolor es menos

válido porque no es el nivel diez –que es como perder un brazo (¿pero eso cómo se siente?)–? a veces me siento muy sola. No sé.

Todas estas respuestas las empiezo a vislumbrar cuando dejo de ponerle atención a aquello tan humano –¿el juicio?– y me concentro en lo animal. El animal que produce sustancias en su cuerpo, capaces de generar la consciencia. Es desde lo animal que siento las cosas que resuenan en mi experiencia. La huella de la huella.

Todo esto es el camino. El ser. El cuerpo. El recuerdo. El presente. Pero recordar me cuesta mucho; a veces intento sentir los recuerdos tratando de emular el haber estado ahí habitando ese presente y muchas veces no lo logro pero las demás me despiertan emociones complejas. Muchos de esos recuerdos no me pertenecen, necesariamente, y soy yo tratando de recordar –supongo que el término adecuado sería imaginar–, las vidas de quienes existieron antes de mí. No me pertenecen, pero de alguna manera siguen en mi cuerpo, como el dolor de mi abuela. Beatriz, pariendo un bebé muerto, sin derecho a hacerle un duelo, sin derecho a dolerlo. ¿Condenada? ¿Encerrada? Un trauma que trascendió su propia existencia y quizá habita en mí. No lo sé, tampoco. La humanidad proviene del útero. Alguien nació de alguien, nacimos de alguien. Entonces, ¿por qué las huellas que me guían vienen de la sangre? ¿Es porque sale de mí y por eso carga información? Creo que no terminamos de entender la magia que llevamos dentro, lo maravilloso que significa estar viva.

Recibo la energía poderosa y creativa de este nuevo ciclo, por encima de las dificultades y del dolor de aquel que está terminando. Gracias por este impulso y gracias por el arte que me habita.

G.



**CONCLUSIONES**

Gracias a la naturaleza abierta y continua de este proyecto, aquí reúno algunas de las reflexiones a las que he llegado hasta ahora durante todo el proceso de investigación creación. Este es un texto en constante cambio, con posibilidades de ser alimentado conforme avanza en todas las fases que componen esta creación artística profunda y compleja.

### **Del útero como centro de poder**

La ondulación me permitió encontrarme en otras manifestaciones de la naturaleza y eso es lo que hace posible este proyecto. Para crear necesito escuchar a la tierra que dice *para, respira y siente la maravilla que hace posible que estés escribiendo*. Pensar que nunca había reparado en el volumen de mi útero... siempre lo había sentido plano. Fue gracias a ponerle atención al dolor, porque ya lo había ignorado tanto tiempo (al tratar de existir por encima y a pesar suyo) que empecé a percibirlo órgano dentro de mí. Habitar la endometriosis es como un ritual de construcción del ser, que por supuesto hasta ahora inicia, ni más faltaba. Hasta ahora comienzo a entender qué es lo que me está sucediendo por dentro y cómo debo hacer mi vida para ser viable. Por eso este es el comienzo es un proceso abierto, pulpo de varios brazos que puede seguir indagando.

Al leer a Casilda Rodríguez (2022), he descubierto que la palpación del útero le emite el movimiento ondulatorio del endometrio. Así que la abstracción metafórica que aterricé en medio de una serendipia para poder explicar cómo se sentía la endometriosis dentro de mí, ya no es metáfora sino pura realidad: un movimiento en olas del que se da en el "endometrio (que es la pared interna del útero), movimiento cuya dirección y sentido depende del momento del ciclo ovárico. Por ejemplo, en el momento de la menstruación, el movimiento va de arriba abajo, y en el momento de la ovulación de abajo arriba" (Rodríguez, 2022, p. 7). ¿Quiere decir esto que estoy entrando en conexión con el legado ancestral femenino?

## Del devenir artístico y la autorreferencialidad

Este es un proceso con forma de pulpo que ha tenido muchos brazos explorando caminos simultáneamente. ¿Es porque el útero en toda su dimensión guía las creaciones? Supongo que esa es la consecuencia de orbitar una temática durante tanto tiempo. Mi proyecto me ha atravesado desde su etapa semilla cuando se sentía lejano en mi primer semestre en la universidad. Durante todo este tiempo abordé la endometriosis con varias miradas y técnicas, creo que transité todos los niveles de profundidad que me fueron posibles. Mi carrera estuvo ligada al cuestionamiento poético, personal, artístico y político que significa ser paciente de endometriosis. Y nunca hasta este momento, me sentí artista. Me sentí aprendiz, aunque no creo ni quiero que esa sensación me abandone jamás; me sentí carro de fórmula uno tratando de abarcar todo lo que pude en el menor tiempo posible; pero no me sentía artista. Como tampoco habitaba mis necesidades, fue a través de aprender a escuchar la palpitación que sucede dentro de mí que pude crear. Crear desde el desapego porque todo empezó escribiendo, que es lo que más natural se me da, simplemente depositándolo todo en muchas, muchas libretas. Precisamente, entregada a la escritura fue que el resto de la obra cobró sentido. Las huellas me guiaron por una “cadena de nexos causales de la historia para construir otra relación con el pasado” (Pereyra, 2018), mi pasado, y a partir de lo que me mostraron estoy logrando comprender cómo surgió este —ya no tan— nuevo aspecto de mí mientras yo ponía mi atención en otras cosas (la universidad y el trabajo).

El proceso como arte autorreferencial es un viaje intrincado, un lienzo en constante evolución donde el pensamiento artístico, en su andar teórico, cede espacio gradualmente a la conceptualización. Este proceso, arraigado en la experiencia vivida, es el crisol de los conceptos, una encrucijada donde la autorreferencialidad se erige como un lenguaje. No busco la estricta coherencia; prefiero abrazar mi humanidad, mi animalidad, mi ser terrestre y fluctuante. La *Urdimbre*, hallada como catalizador, despierta una comprensión en ascenso.

## De la humanidad

Nunca había sido tan consciente de la construcción de la sociedad que habito, ni de la cantidad de personas que han existido antes que yo, todos los úteros, corazones, pulmones... esta profunda ancestralidad que trasciende las más antiguas culturas y se trepa a los árboles. Sintióndola dentro de mí. La tierra me vuela la cabeza. Y presenciar toda esta belleza mientras simultáneamente ocurre una guerra de magnitud sin precedentes contra un pueblo entero... tan evidente ante los ojos de millones ¡¡millones!! de personas viéndolo en tiempo real y todo solo empeora<sup>19</sup>. ¿Cómo se habita un mundo así? La belleza coexiste, obviamente, con toda esta destrucción. Pero la humanidad como especie me aterrera, aunque sé que también es absolutamente maravillosa.

El camino de autoconocimiento es áspero y *Ondulación Interior* se erige como un paisaje de incógnitas y posibilidades abiertas, especialmente ahora que en Colombia el discurso en torno a la endometriosis está en su mayor etapa de crecimiento, sembrando precedentes y equilibrando la balanza hacia una vida plena e integral. Lejos de poseer una fórmula precisa, ahora me siento más preparada para definir con mayor certeza lo que experimento y necesito. El arte autorreferencial se convierte así en el vehículo que lleva y trae emociones, una ventana franca hacia el mundo interno. Hoy percibo los contornos de manchas de sangre en la naturaleza: en las nubes danzantes, en las cimas de árboles y arbustos, en las montañas envueltas en neblina, en los charcos, lagunas y ríos. La vida misma se convierte en un poema visual donde las marcas íntimas se entrelazan con el mundo exterior.

## De mi humanidad

El fin de esta investigación-creación me encuentra habitando la paradoja que ha supuesto abandonar todo aquello que me hace bien y que hace sostenible para mí vivir con endometriosis, mientras escribo sobre ello y creo a partir de ello. No quiero ser malentendida, este proyecto ha expandido completamente mi vida. También he tenido que hacer a un lado todo lo que me ayuda a llevar mi enfermedad para lograrlo. He reemplazado escritura matutina con trabajo. Ya no hago yoga, solo llego directo a trabajar. Tengo la mano derecha lesionada. He desatendido tantas cosas que me hacen bien... Y continúo menstruando: siempre, una vez al mes, en cama. Reemplacé todas las rutinas que hacen

→ [19]  
El genocidio del pueblo palestino perpetrado por el gobierno tiránico israelí durante seis meses, hasta ahora. (abril de 2024).

posible mi calidad de vida con creación durante varios meses y de ahí surgió el arte. De arrinconar todo aquello que me condujo a este autoconocimiento y enfocarme en producir. La exposición quedó bellísima y me emociona pensar en ella aunque la extraño y me duele no poderla visitar todos los días.

Toda esta experiencia hizo más evidente aún que tratar la endometriosis continúa siendo, desafortunadamente, un privilegio: no escapa a mi atención el saber que poder reposar durante la menstruación es todavía un sueño para la gran mayoría. Que la atención médica con especialistas en esta enfermedad es accesible tan solo a unas pocas, aquellas cuyo poder adquisitivo les permita invertir millones de pesos en consultas en clínicas especializadas. Por ahora, el sistema de salud público no los ofrece, así que tratar la enfermedad es cuestión de privilegio, como lo es poder escuchar el cuerpo y hacer lo que pide. Tengo muy claro que no todas las personas pueden darse el lujo de trabajar poco, o de ajustar la vida laboral a este tipo de necesidades. Para mí ha supuesto un esfuerzo enorme económicamente hablando y por supuesto que ha tenido un impacto fuerte en mi salud mental, en mis finanzas, en mis proyecciones a futuro. Ojalá esto comience a cambiar pronto cuando se implemente la Ley Endometriosis. La salud es un derecho, la calidad de vida es un derecho. Habitar este planeta plácidamente debería ser un derecho.

## ANEXOS:

Para escuchar el episodio del podcast Vestales al que fui invitada, leer la reseña de mi exposición que fue publicada en Cambio o conocer más de mis procesos artísticos, visita el enlace:

<https://linktr.ee/gabrielavegamoreno>

# BIBLIOGRAFÍA

- Acevedo, D. (s.f.). *Poporos. La unión sagrada entre cielo y tierra*. Google Arts & Culture. <https://artsandculture.google.com/partner/fundacion-aburra?hl=es-419>
- Alcázar, J. (2008). Mujeres, cuerpo y performance en América Latina. *Estudios sobre sexualidades en América Latina*, 331-350. [https://flacsoandes.edu.ec/sites/default/files/agora/files/1215033856.mujeres\\_cuerpo\\_y\\_performance.\\_por\\_josefina\\_alcazar\\_3.pdf](https://flacsoandes.edu.ec/sites/default/files/agora/files/1215033856.mujeres_cuerpo_y_performance._por_josefina_alcazar_3.pdf)
- Alderete Retana, J. L., Escobar Rodríguez, I. L., y Mejía Rodríguez, F. (s.f.). *El discurso autorreferencial*. Universidad Nacional Autónoma de México. [http://conocimientosfundamentales.rua.unam.mx/arte/Text/15\\_tema\\_01\\_1.3.html](http://conocimientosfundamentales.rua.unam.mx/arte/Text/15_tema_01_1.3.html)
- Álvarez Falcón, L. (2010). La "autorreferencialidad" de la experiencia estética. *Fedro, Revista de estética y teoría de las artes*, 9, 30-42. <https://revistascientificas.us.es/index.php/fedro/article/view/12685/10911>
- Aparicio Mena, A. J. (2012). La "regeneración" físico-simbólica del temazcal oaxaqueño. XV Encuentro de Latinoamericanistas Españoles, 219-228. <https://shs.hal.science/halshs-00873734/document>
- Aránguren Sánchez, T. (2018). *¿Por qué la endometriosis concierne al feminismo?* Editorial Dykinson. <https://bit.ly/3fhk6GF>
- Asociación Colombiana de Endometriosis. (2021). *Ley Endometriosis Colombia*. <https://www.endometriosiscolombia.com/ley-endometriosis-colombia/>
- Báez-Jorge, F. (2008). El simbolismo de la vagina terrestre: metáforas de la fertilidad, el nacimiento y la muerte en Mesoamérica. En Medina, A., y Ochoa, Á. (Eds.), *Etnografía de los confines: Andanzas de Anne Chapman*, 137-162. Centro de estudios mexicanos y centroamericanos. <https://books.openedition.org/cemca/1877?lang=es#text>
- Carrasco G, A. M., & Gavilán Vega, V. (2009). Representaciones del cuerpo, sexo y género entre los Aymara del norte de Chile. *Chungará (Arica)*, 41(1), 83-100. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-73562009000100006>
- Castañeda, N. (2023). *Cuerpos Glaciares, ancestros hídricos de una extinción futura*. <https://territorioscomunes.com/cuerpos-glaciares-ancestros-hidricos-de-una-extincion-futura/>
- Cepeda, S. (2021). *Útero Sagrado, taller vivencial*. [https://drive.google.com/file/d/1d1tCDOL1l-7BXZ85UvprDFWes4YUId\\_mZ/view?ml\\_recipient=95360381912876047&ml\\_link=95360381726230201](https://drive.google.com/file/d/1d1tCDOL1l-7BXZ85UvprDFWes4YUId_mZ/view?ml_recipient=95360381912876047&ml_link=95360381726230201)
- CombaGonzález, J.L. (2018). *Suamox: símbolos visuales*. Fundación Universitaria del Área Andina. [https://digitk.areandina.edu.co/bitstream/handle/areandina/797/2018\\_06\\_06\\_Suamox\\_digital.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://digitk.areandina.edu.co/bitstream/handle/areandina/797/2018_06_06_Suamox_digital.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Espeleta Olivera, M. (2015). *Subalternidades femeninas: la autorrepresentación como resistencia* [tesis de doctorado de la Universitat de Barcelona]. Universitat de Barcelona. Departament de Filosofia Teorètica i Pràctica. <http://hdl.handle.net/10803/316773>
- Foucault, M. (1987). *Historia de la sexualidad 3: la inquietud de sí*. Siglo Vientiuno Editores.
- Godínez Rivas, G. L. (2022). Tú eres hija de alguien. Cuevas, cuerpos y archivos. *Investigación Teatral. Revista de Artes Escénicas y Performatividad*, 13(21), 29-46. <https://investigacionteatral.uv.mx/index.php/investigacionteatral/article/view/2697>
- Gołab, A. (2021). Los dolores que matan – la representación metafórica de la endometriosis en los relatos de las mujeres. *Lublin Studies in Modern Languages and Literature*, 45(4), pp. 90-101. DOI:10.17951/lsmll.2021.45.4.89-101

- Gómez Montañez, P. F., y Reyes Albarracín, F. L. (2017). *Capítulo 3. La metáfora de la matriz: la mujer muisca y su rol en la "complementariedad" y reivindicación del poder femenino*. <https://repositorio.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/28258/capitulo3metaforadelamatriz2017pablogomez.pdf?sequence=1>
- Maddern, J., Grundy, L., Castro, J., and Brierley, S.M. (2020). Pain in Endometriosis. *Frontiers in Cellular Neuroscience*, 14. doi: 10.3389/fncel.2020.590823. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fncel.2020.590823>
- Manzano Vega, M. (2020). *El círculo mágico. Geometría sagrada en Ciudad Perdida* [tesis de grado de la Universidad Politécnica de Madrid]. [https://oa.upm.es/58066/1/TFG\\_20\\_Manzano\\_Vega\\_Manuela.pdf](https://oa.upm.es/58066/1/TFG_20_Manzano_Vega_Manuela.pdf)
- Matija, M. (2023). *Niñapájaroglaciár*. Rey Naranjo Editores.
- Mehedintu, C., Plotogea, M. N., Ionescu, S., & Antonovici, M. (2014). Endometriosis still a challenge. *Journal of medicine and life*, 7(3), 349–357. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4233437/pdf/JMedLife-07-349.pdf>
- Mell, H. (2013). *La concepción del fuego como principio femenino en la cosmogonía Kaggaba de la Sierra Nevada de Santa Marta*. <https://premionalcritica.uniandes.edu.co/wp-content/uploads/concepcionFuego.pdf>
- Mezza, C. (s.f.). *El poder de la autorreferencia. Propuestas sobre los límites y las limitaciones del autorretrato en las artes plásticas después de la década del sesenta*. <http://www.caia.org.ar/docs/Mezza.pdf>
- Murnane, J. (2021). *Know your endo*. Avery Publishing.
- Negre, M., y Cantalozella, J. (2021). Exteriorización de la enfermedad y de los cuidados en el arte. En L. Baigorri Ballarín y P. Ortuño (Eds.), *Cuerpos conectados. Arte, identidad y autorrepresentación en la sociedad transmedia*. Universitat de Barcelona. Editorial Dyckinson.
- Papiol, A. (1993). *La autorreferencialidad de la obra de arte* [Doctoral dissertation, Universitat de Barcelona]. Dialnet. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=1666842>
- Pardo, R. (2012). *El otro yo. De la autoficción al turismo identitario en el arte contemporáneo*. *Sans Soleil*, 4, p. 74-93. <http://diposit.ub.edu/dspace/handle/2445/55669>
- Pereyra, G. (2018). El concepto de huella en la filosofía de Walter Benjamin. *Intersticios sociales*, (16), 7-45. [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2007-49642018000200007&lng=es&tlng=es](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-49642018000200007&lng=es&tlng=es)
- Pineda Camacho, R. (2005). El laberinto de la identidad. Símbolos de transformación y poder en la orfebrería prehispánica de Colombia. En *Oro de Colombia, chamanismo y orfebrería*. Museo Chileno de Arte Precolombino. <https://museo.precolombino.cl/wp-content/uploads/2020/10/Oro-de-Colombia-Chamanismo-y-orfebreriapdf.pdf>
- Pradier Sebastián, A. (2019). *Arte visual y autorreferencialidad: genealogía kantiana del concepto*, en R. Piñero Moral y R. Cascales Tornel (Eds.), *Arte, acción, experiencia*, (pp. 173-184). Editorial Síndéresis. [https://www.academia.edu/40044522/Arte\\_y\\_autorreferencialidad\\_genealog%C3%ADa\\_kantiana\\_del\\_concepto](https://www.academia.edu/40044522/Arte_y_autorreferencialidad_genealog%C3%ADa_kantiana_del_concepto)
- Rivera García, M. X. (2021). Tramas y urdimbres: el universo textil en las películas del Archivo Etnográfico Audiovisual. Iztapalapa. *Revista de Ciencias Sociales y Humanidades*, 91(42), 93-119. <http://revistaiztapalapa.izt.uam.mx/index.php/izt/issue/archive>
- Rodrigáñez Bustos, C. (2010). *Pariremos con placer. Apuntes sobre la recuperación del útero espástico y la energía sexual femenina*. Editorial Madreselva.
- Sontag, S. (1977). *La enfermedad y sus metáforas. El sida y sus metáforas*. Titivillus.
- Trillos, M. (1986). *La madre universal. Subjetividades e identidades*. <https://repositorio.unal.edu.co/bitstream/handle/unal/54268/lamadreuniversal>.

pdf?sequence=2&isAllowed=y

Uribe Villegas, M. A. (2005). Mujeres, calabazos, brillo y tumbaga. Símbolos de vida y transformación en la orfebrería Quimbaya Temprana. *Boletín de Antropología Universidad de Antioquia*, 19(36), 61-93. <https://www.redalyc.org/pdf/557/55703604.pdf>

Vignati, G. (s.f.). *El fenómeno autorreferencial*. Fundación Sala Mendoza. <https://www.fundacionsalamendoza.com/post/featured-article-fenomeno-autorreferencial>

Warr, T. y Jones, A. (2014). *El cuerpo del artista*. Phaidon. <https://archive.org/details/artistsbody0000unse/page/10/mode/2up?view=theater>