

### **Text: Menarquia i espermarquia**

L'espermarquia és la primera ejaculació en els barons, que es produeix generalment entre els 12 i els 14 anys, encara que pot ocórrer abans, sobre els 10, o després, cap als 16, sense que això supose cap problema per al desenvolupament del xiquet. En les xiques, la primera regla s'anomena menarquia i sol esdevindre entre els 11 i els 15, tot i que també és perfectament normal que passe un poc abans o després d'aquesta edat. En la nostra societat, tindre la regla s'ha d'ocultar i, si no, mirem els intents d'una marca de compreses d'acabar amb l'olor encara que, per sort, hi ha també simpàtiques reaccions. Per oposar-se a aquesta ocultació, la fotògrafa Emma Arvida Bystrom es va decidir a fer una exposició titulada "There will be blood" (Hi haurà sang), on presentava imatges de dones menstruants mentre feien activitats quotidianes com córrer, llegir en un bar, etc. amb l'objectiu de trencar l'associació entre menstruació i vergonya, ja que tacar-se la roba tenint la regla sol ser viscut com un fet socialment humiliant.

### **Qüestions:**

1. Què ocorre al voltant d'un jove o d'una jove amb la menarquia o l'espermarquia? Com es comporta la família, les amistats...?
2. Per què hi ha tanta vergonya i ocultació al voltant de la menstruació?
3. Què us sembla l'exposició fotogràfica d'Emma Arvida Bystrom?
4. Penseu que si els hòmens tingueren la regla aquesta estaria socialment vista d'una altra manera?
5. Quins sistemes de recollida menstrual coneixeu? Quin us sembla millor?

Font: *Els nostres cossos, els nostres drets* (Guia d'Educació Sexual). 2018, Generalitat Valenciana. Conselleria d'Educació, Investigació, Cultura i Esport. Direcció General de Política Educativa. Servei d'Innovació i Qualitat.