

CARNE Y  
PRESAGIO

EL  
VALOR  
DE LA  
PIEL



NATALIA ZEDAN

2026



MI FAMILIA.  
MARTHA ERIKA.  
CARLOS ALBERTO.  
MARIA EUGENIA.  
TITO.  
MIS AMIGOS.  
MI CARRERA.  
MI UNIVERISIDAD.  
MIS PROFESORES.  
MIS ASESORES LUCAS Y BEATRIZ.

POR CADA DIA BRINDARME UN APOYO INCONDICIONAL.  
POR SU CONFIANZA.  
POR SU AMOR.  
Y HACER DE MI UN SER HUMANO CADA VEZ MEJOR.

GRACIAS.



# ÍNDICE

<b>PROLOGO</b>	4
<b>GEOGRAFÍAS DEL JUICIO: VALLEDUPAR Y BOGOTÁ</b>	6
<b>EL CUERPO COMO ESPACIO POLÍTICO</b>	10
<b>LAS CADENAS MENTALES: LA INTIMIDAD COMO CAMPO DE BATALLA</b>	12
<b>LA PRESIÓN DEL TIEMPO: EL FANTASMA DE ESTAR "QUEDADA"</b>	22
<b>EL DESEO DEL OTRO Y LA SOSPECHA DE LA VIRGINIDAD</b>	26
<b>LA DESNUDEZ: EL LÍMITE INVISIBLE DE LA VULNERABILIDAD</b>	30
<b>EL COLOR COMO TERRITORIO DE RESISTENCIA</b>	34
<b>HABITAR LA PIEL: RELATOS DE UN CUERPO QUE YA NO PIDE PERMISO</b>	38
<b>EL DERECHO A LA PROPIA CALMA</b>	42
<b>BIBLIOGRAFÍAS</b>	46

# PRÓLOGO

El cuerpo femenino ha sido históricamente percibido y regulado a través de discursos culturales que lo vinculan con el valor personal. En muchos contextos, mostrar la piel o ejercer la intimidad se convierte en un territorio cargado de juicio, donde el cuerpo deja de ser un espacio de experiencia individual para transformarse en un objeto de vigilancia social. Estas narrativas, transmitidas por la familia, la tradición y el entorno cultural, generan miedos e inseguridades que afectan profundamente la relación que muchas mujeres establecen con su propia corporalidad. En este sentido, como señala John Berger (1972)<sup>12</sup>, la mujer no solo es observada, sino que también aprende a observarse a sí misma desde la mirada de los otros, interiorizando así una forma constante de vigilancia sobre su propio cuerpo.

Este proyecto artístico surge de una reflexión personal sobre estas construcciones culturales y sobre la manera en que han influido en mi percepción de la intimidad y de la exposición del cuerpo. Crecer en un entorno donde el cuerpo femenino era constantemente evaluado y asociado con nociones de respeto o desvalorización dio lugar a una relación marcada por la cautela, el miedo y la sensación de que la piel debía resguardarse para preservar un supuesto valor moral.

Esta investigación se materializa en una serie de dibujos a escala humana, donde el óleo pastel, el óleo y el lápiz de color prestan su densidad para construir cuerpos que reclaman su propio espacio. En '**Carne y presagio**', la figura femenina convive con el cuervo: un animal cargado de mitos, juicios y oscuridades, tal como el cuerpo expuesto. Al situarlos juntos, la obra no busca el drama, sino la tensión silenciosa. Mientras las figuras habitan una serenidad casi desafiante, el cuervo permanece como el eco de una cultura que siempre ha intentado leer en la piel un presagio de pérdida o de pecado.

Estas normas no solo operan desde el exterior, sino que también pueden interiorizarse, influyendo en la manera en que muchas mujeres perciben su propio cuerpo y establecen límites en torno a la intimidad. Así, el control cultural deja de ser únicamente una presión externa para convertirse en una experiencia interna, marcada por la cautela y el miedo al juicio.

Mi proyecto artístico, '**Carne y presagio**', surge precisamente de ese choque. Crecer en un entorno donde el cuerpo femenino era evaluado bajo la lupa de la "decencia" o la "desvalorización" generó en mí una relación marcada por la cautela. Durante mucho tiempo, sentí que mi piel debía resguardarse como un tesoro frágil, no por deseo propio, sino para preservar un supuesto valor moral que se nos dice que es finito y fácil de perder.



GEOGRAFÍAS  
DEL JUICIO:  
VALLEDUPAR Y  
BOGOTÁ

Mi historia se mueve entre dos geografías colombianas que, a pesar de ser tan distintas, coinciden en lo mismo: la obsesión por vigilar el cuerpo de la mujer. Nací en Valledupar pero crecí en Bogotá, lo que significa que, aunque vivía en la capital, mi casa siempre fue un pedazo del Caribe. Crecí entre consejos y advertencias que daban por sentado cómo debía comportarme para no 'dar de qué hablar'.

En mi entorno, la sensualidad siempre ha tenido una trampa invisible. Por un lado, el clima y la cultura invitan a mostrar el cuerpo, pero esa libertad es engañosa. Hay una línea muy delgada entre ser 'femenina' y ser 'juzgada', un límite que nadie te explica pero que todas sentimos. Esa herencia me enseñó que, aunque el cuerpo esté a la vista, nunca deja de estar bajo examen; aprendes a habitar una tensión constante donde cualquier gesto puede ser leído como un exceso.

La sexualidad femenina es situada en una tensión permanente: mientras se espera que el cuerpo sea sensual y atractivo, cualquier desborde de estos parámetros puede ser sancionado simbólicamente a través del juicio y la estigmatización.

El control social tiene su primera escuela en la familia. En el ámbito doméstico, y a través de reglas casi invisibles, se le enseña a las niñas una lección temprana: que su cuerpo es una responsabilidad constante que requiere vigilancia, orden y contención.

Frases como "siéntese bien", "no muestre tanto", "compórtese como una señorita" o "cuídese para que no hablen de usted" hacen parte de una educación que, aunque puede parecer inofensiva, construye una relación específica con el cuerpo. A través de estas indicaciones, el cuerpo deja de ser únicamente un espacio de experiencia para convertirse en algo que debe ser corregido a expectativas externas.

Este proceso permite entender cómo la regulación del cuerpo deja de percibirse como una imposición externa para convertirse en una forma de autocontrol. Con el tiempo, estas enseñanzas se transforman en una mirada interiorizada que acompaña constantemente la forma en que el cuerpo es habitado, incluso en ausencia de quienes transmitieron esas normas.

En mi casa, estas ideas nunca se dictaron como leyes, pero flotaban en el aire como verdades absolutas. Crecí entendiendo que ser mujer implicaba una vigilancia constante. Con los años, eso moldeó una relación con mi cuerpo basada en la cautela: mi intimidad dejó de ser un espacio de puro deseo para convertirse en un terreno donde siempre estoy anticipando el juicio ajeno.

Es ahí donde comprendes que los nudos que hoy tenemos con nuestra sexualidad no aparecieron de la noche a la mañana. Se trenzaron en la infancia, en la cocina, en esos gestos familiares que nos enseñaron a habitar el cuerpo de una forma específica. Aprendí, casi sin darme cuenta, que mostrarse nunca es un acto neutro: para nosotras, la apariencia es la moneda con la que se paga nuestra reputación y nuestro valor ante el mundo."

Esa crianza moldeó mi relación conmigo misma. Fui internalizando una lista de reglas que me decían cómo debía habitar mi piel y qué partes de mí debía esconder o controlar. Al final, mi cuerpo dejó de sentirse como algo propio. Pasó a ser un territorio ajeno, algo que tenía que regular constantemente para proteger mi reputación, como si mi valor como persona dependiera estrictamente de qué tan bien lograba contenerme.

Esa vigilancia terminó asfixiando mi intimidad. El deseo nunca llegaba solo; siempre venía acompañado de una cautela paralizante: esa necesidad de medir qué mostrar, a quién dejar entrar y hasta dónde exponerme. Pasé mucho tiempo intentando entender por qué me costaba tanto conectar con los demás, al punto de creer que quizás era asexual. Pero con los años me di cuenta de que no era falta de ganas; era miedo. Un miedo visceral a que mi sexualidad fuera malinterpretada o juzgada por ojos ajenos.

Mi sexualidad dejó de ser algo espontáneo para revelarse como lo que siempre fue: un territorio lleno de prohibiciones y aprendizajes. Me hizo eco la idea de Foucault de que el cuerpo y el deseo no son 'naturales', sino que están mediados por el control social. Empecé a ver con claridad que lo que yo llamaba 'mis elecciones' eran, en gran parte, el resultado de haberme pasado la vida intentando encajar en lo que me dijeron que era permitido.

Al llegar a Bogotá, me di cuenta de que el juicio sobre mi cuerpo solo había mudado de piel. Pasé de una cultura donde la sensualidad está en el centro de la crítica, a una ciudad que exige una discreción casi estratégica. Aquí no se trata de no mostrarse, sino de saber hacerlo bajo una 'corrección' que agota. Esta distancia me permitió ver que el peso que cargamos las mujeres no depende de cuánta piel enseñamos, sino de los significados que los demás deciden colgarnos según el mapa en el que estemos. Esta toma de conciencia me permitió reconocer algo que antes operaba de forma silenciosa: la manera en que esas normas externas terminan convirtiéndose en formas internas de regulación. Más que sentirme observada por otros, empecé a notar cómo esa mirada ya estaba instalada en mí, influyendo en mis decisiones, en mis límites y en mi forma de relacionarme con la intimidad.

Entender esto me permite ver que no son experiencias aisladas, sino parte de una construcción social más amplia que atraviesa el cuerpo femenino en Colombia. Desde ahí, el cuerpo deja de ser únicamente un espacio de conflicto y empieza a convertirse también en un lugar desde el cual cuestionar y resignificar esas mismas estructuras que lo han condicionado.

Vivir entre estos dos mundos me dejó una certeza: da igual la geografía, el cuerpo de la mujer siempre se trata como un territorio ajeno.

Al final, da igual si la regla es mostrarse o esconderse, porque la base es la misma: nuestra piel no es solo nuestra, es un mapa donde la sociedad dibuja sus normas, sus valores y sus miedos. He entendido que mi cuerpo no es solo una realidad física, sino el lugar donde el mundo escribe lo que espera de mí.



EL CUERPO  
COMO ESPACIO  
POLÍTICO

Mi experiencia no es un caso aislado. Como se menciona en la *Revista Colombiana de Sociología*, el cuerpo de las mujeres se ha convertido en un territorio donde lo institucional y lo social se cruzan para regular desde la conducta hasta la reproducción (**Mora-Gómez & Rojas-Cortés, 2014**). Otras investigaciones sobre representaciones sociales refuerzan esta idea: en contextos de vulnerabilidad, el cuerpo femenino rara vez se lee desde la autonomía individual; siempre es interpretado y calificado por otros, confirmando que su significado es una construcción colectiva y no un espacio de libertad personal.

Incluso en una ciudad como Bogotá, mi cuerpo nunca dejó de ser un mapa trazado por otros. Como bien se plantea en el estudio '**Del cuerpo social al cuerpo femenino callejero**' (**García-Castro, 2011**), la mujer en el espacio público no es solo una persona caminando; es una construcción atravesada por discursos y políticas que deciden cómo debemos ser percibidas. Entendí que la calle no es un lugar neutro, sino un escenario donde se nos juzga y se nos trata según estos moldes de género que la ciudad se encarga de reforzar.

Lo que realmente cambió fue entender que el control ya no era un murmullo ajeno, sino mi propia voz. Me di cuenta de que la mirada del otro ya no hacía falta para regularme, porque yo misma la había interiorizado. Esa supuesta corrección y esos miedos influyen en cómo me relaciono con mi cuerpo y con los demás desde un lugar casi automático. Reconocer que yo estaba reproduciendo esa vigilancia en mí misma fue lo que me permitió, por primera vez, empezar a cuestionarla.

Es visible esta diferencia de género que abre un abismo en la forma en que habitamos nuestra propia piel. Para nosotras, mostrarse no es un acto neutro, es poner la reputación en juego. Entramos en esa dinámica que Beauvoir (2005) describía tan bien: la de ser un sujeto definido por los ojos de alguien más. Esa 'otredad' hace que nuestra relación con el cuerpo esté siempre mediada por un tercero; nunca somos solo nosotras, sino nosotras frente a lo que el mundo decida interpretar de nuestra imagen.

Ponerle nombre a estas dinámicas me permitió entender que mis inseguridades y precauciones no son un fallo personal, sino una respuesta a un sistema que busca controlar el cuerpo femenino. Mi historia no es un caso aislado; es el reflejo de una educación y una cultura que utilizan la sexualidad y el comportamiento como herramientas de medida. Hoy reconozco que mucho de lo que interioricé sobre mi 'deber ser' no es más que una construcción social, un libretto escrito por otros que por fin he empezado a cuestionar

LAS CADENAS MENTALES:  
LA INTIMIDAD  
COMO CAMPO DE  
BATALLA

Con los hombres, el escenario es el opuesto: su cuerpo ha vivido históricamente libre de esa carga moral. Para ellos, expresar su sexualidad no es un riesgo, sino casi siempre una medalla; una forma de reafirmar quiénes son y qué lugar ocupan en el mundo. No es una cuestión de personalidades, sino de una cultura que ha decidido que, según el cuerpo que habites, tus deseos valen o te restan.

Aquí cobra sentido lo que plantea Rita Segato: “nuestro cuerpo es el mapa donde el poder escribe sus reglas”. Al entender esto, mi percepción sobre la sexualidad cambió; dejó de ser algo meramente privado para entenderse como un campo de batalla simbólico. No es solo lo que sentimos en libertad, sino cómo nuestras decisiones están atravesadas por mecanismos de control que históricamente han intentado gobernarnos (**Segato, 2013**).

Esta diferencia en la forma en que se juzgan los cuerpos produce efectos concretos en la manera en que hombres y mujeres habitan su propia corporalidad. Mientras que las mujeres aprenden a contener y justificar su deseo, los hombres suelen experimentarlo con mayor libertad, sin que esto implique una sanción directa sobre su valor como sujetos.

Ver esta asimetría de frente me cambió el ángulo. Empecé a entender que mi necesidad de control no era una manía personal ni un rasgo de mi carácter, sino una respuesta lógica a un entorno que nos vigila con una lupa que nunca usa con ellos. Fue revelador admitir que mi sexualidad ha estado bajo una lupa constante, mientras que la masculina se mueve con una libertad que yo ni siquiera me permitía imaginar. De repente, mis miedos dejaron de ser sólo míos para volverse parte de una historia colectiva.

Al final, la intimidad no es algo que decidimos en el vacío. Mi experiencia me ha demostrado que el deseo y la libertad están condicionados por un sistema que reparte los permisos de forma desigual. Mientras algunos cuerpos se expresan con naturalidad, otros estamos atrapados en una red de significados que nos obliga a negociar nuestra libertad a cambio de seguridad o reputación. Mi cuerpo no es solo carne y hueso; es el territorio donde la sociedad decide qué está permitido y qué debe ser vigilado.

Desde la antigüedad, el cuerpo de la mujer ha sido vinculado a funciones sociales como la reproducción y el orden familiar, mientras que en la Edad Media se asoció con nociones de moralidad y pecado. Posteriormente, en la modernidad, se consolidó la idea de que el valor de la mujer estaba estrechamente ligado a su comportamiento corporal y sexual. En la actualidad, aunque los discursos han cambiado y se han abierto espacios de mayor visibilidad, el juicio no ha desaparecido, sino que se ha vuelto más sutil e interiorizado. Como señala Michel Foucault, el control sobre el cuerpo ya no opera únicamente desde la prohibición, sino desde normas sociales que los individuos incorporan, regulando así su propia conducta.

El temor que muchas mujeres pueden experimentar frente a la primera relación sexual no puede entenderse únicamente como una reacción individual o emocional, sino como el resultado de una construcción cultural que ha cargado la virginidad femenina de múltiples significados sociales, morales y simbólicos. Desde edades tempranas, el cuerpo de la mujer es asociado con el cuidado, la reserva y la responsabilidad de mantener una cierta "integridad", lo que convierte la intimidad en un terreno delicado, atravesado por expectativas externas más que por decisiones propias.

En este contexto, la virginidad deja de ser una condición biológica para convertirse en un valor social. No se trata simplemente de una experiencia que ocurre en el cuerpo, sino de un símbolo que puede afectar la manera en que una mujer es percibida por los demás y, en muchos casos, por ella misma. Esta carga simbólica hace que el paso hacia la intimidad no se viva únicamente desde el deseo, sino también desde la anticipación del juicio, la evaluación y la posible transformación de la propia imagen social.

A esto se añade la forma en que el lenguaje construye la experiencia. La idea de “perder la virginidad” implica que algo se abandona o se sacrifica, reforzando la noción de que existe un valor que puede disminuir o desaparecer. Esta narrativa no es inocente: contribuye a generar una sensación de riesgo y de irreversibilidad que no suele estar presente de la misma manera en la experiencia masculina. En lugar de entenderse como una exploración o un descubrimiento, la sexualidad femenina se presenta como un punto de quiebre, lo que intensifica el miedo y la incertidumbre frente a ese momento.

Además, el miedo no se limita a la experiencia física, sino que se extiende hacia sus posibles consecuencias emocionales y sociales. Muchas mujeres crecen escuchando advertencias sobre el riesgo de ser utilizadas, abandonadas o desvalorizadas después de establecer una relación íntima. Estas ideas no solo generan desconfianza hacia los otros, sino también hacia la propia decisión de entregarse, construyendo una relación con la intimidad basada en la cautela y la defensa. En este sentido, el cuerpo no se vive únicamente como un espacio de deseo, sino también como un lugar que debe protegerse constantemente.

Desde una perspectiva más amplia, como plantea Simone de Beauvoir (1949), la mujer ha sido históricamente construida en relación con la mirada del otro, lo que implica que su experiencia no se configura únicamente desde la autonomía, sino desde una constante conciencia de cómo será percibida. Esto hace que decisiones profundamente personales, como el inicio de la vida sexual, estén atravesadas por una dimensión social que condiciona la forma en que se sienten y se interpretan.

En esta misma línea, Michel Foucault (1976) plantea que la sexualidad no es simplemente una expresión natural del individuo, sino un campo regulado por discursos que establecen qué es aceptable, cuándo y bajo qué condiciones. Desde esta perspectiva, el miedo no surge únicamente del acto en sí, sino del entramado de normas y significados que lo rodean. Así, lo que podría ser una experiencia íntima se transforma en un espacio de tensión entre el deseo propio y las estructuras sociales que lo regulan.

Michel Foucault ya lo advertía:

Las normas no solo prohíben,  
sino que también fabrican  
expectativas.

No se trata solo de lo que "no  
debemos hacer", sino de lo que "ya  
debería habernos pasado".  
Así, la presión deja de ser algo que  
alguien nos dice y se convierte en  
una exigencia propia, una  
incomodidad silenciosa porque  
nuestra biografía no encaja en el  
molde común. La sexualidad deja  
de ser deseo para convertirse en  
una métrica de pertenencia.

Todo esto contribuye a generar una desconexión progresiva con el propio deseo. Cuando la sexualidad ha sido tan mediada por el juicio, las expectativas y el miedo, resulta difícil distinguir entre lo que realmente se quiere y lo que se ha aprendido a temer o evitar. La decisión de dar ese paso deja entonces de ser completamente libre y se convierte en un proceso atravesado por dudas, negociaciones internas y formas de autocontrol que responden más a lo social que a lo personal.

En este sentido, el miedo a la primera relación sexual no puede reducirse a una cuestión de inseguridad individual, sino que debe entenderse como el reflejo de una estructura cultural más amplia que ha situado el cuerpo femenino en un lugar de constante evaluación. Reconocer esto no elimina necesariamente el miedo, pero sí permite resignificarlo, desplazándolo de la culpa personal hacia una comprensión más amplia de las condiciones que lo han producido.

Estas dinámicas no solo se evidencian a nivel conceptual, sino también en estudios realizados en Colombia. De acuerdo con investigaciones de Profamilia, la experiencia del inicio de la vida sexual presenta diferencias significativas entre hombres y mujeres, no tanto en la edad, sino en las emociones y significados asociados a este momento. Mientras que en los hombres suele estar vinculada a la afirmación de la masculinidad, en las mujeres aparece con mayor frecuencia acompañada de miedo, presión social y preocupación por las posibles consecuencias.

A esto se suma que la educación sexual recibida por muchas mujeres se centra principalmente en la prevención de riesgos, dejando de lado el reconocimiento del deseo, lo que contribuye a construir una relación con la sexualidad marcada por la cautela y la ansiedad. Asimismo, datos del DANE evidencian que un número significativo de mujeres ha experimentado situaciones de violencia o presión en contextos íntimos, lo que refuerza la desconfianza y el temor frente a la cercanía corporal.

En el espacio público, estas dinámicas también se hacen visibles: diversos estudios han mostrado que una alta proporción de mujeres en ciudades como Bogotá ha experimentado acoso callejero, lo que implica que el cuerpo femenino se encuentra constantemente expuesto a miradas no deseadas. Este contexto contribuye a la construcción de una relación con el cuerpo marcada por la vigilancia, donde la forma de mostrarse y habitar el espacio se ve condicionada por la anticipación del juicio. En conjunto, estos datos permiten comprender que el miedo frente a la intimidad no es un fenómeno aislado, sino parte de una estructura social en la que el cuerpo femenino es constantemente evaluado, regulado y significado.

Estas dinámicas se hacen visibles en distintos contextos del país. En Bogotá, por ejemplo, datos del Observatorio de Mujeres y Equidad de Género de Bogotá indican que una alta proporción de mujeres ha experimentado acoso en el espacio público, lo que evidencia que el cuerpo femenino se encuentra constantemente expuesto a miradas que lo interpretan y lo evalúan. Esta situación no solo afecta la forma en que las mujeres habitan la ciudad, sino que también influye en la manera en que regulan su propio comportamiento, desde la forma de vestir hasta la manera de desplazarse.

Por otro lado, en la región Caribe colombiana, diversos estudios han señalado que, aunque existe una mayor visibilidad del cuerpo femenino asociada a factores culturales y climáticos, esta no se traduce necesariamente en mayor libertad. Por el contrario, la sexualidad femenina se encuentra atravesada por un doble estándar en el que la sensualidad es aceptada, pero cualquier desbordamiento de estos límites puede ser objeto de juicio y estigmatización.

En ambos contextos, aunque con matices distintos, el cuerpo femenino continúa siendo un espacio de interpretación constante. Ya sea desde una mirada más explícita, como en la costa, o desde formas más sutiles de regulación, como en Bogotá, las mujeres aprenden a habitar su cuerpo en relación con la mirada de los otros, ajustando su comportamiento a códigos sociales que definen qué es aceptable y qué no.

Frente a estas formas de regulación del cuerpo femenino, diversas propuestas han buscado generar alternativas que permitan transformar la manera en que las mujeres se relacionan con su corporalidad y su sexualidad. Desde el ámbito educativo, organizaciones como Profamilia han planteado la necesidad de una educación sexual integral que no se limite a la prevención de riesgos, sino que incluya el reconocimiento del deseo, el consentimiento y la autonomía corporal, desplazando así el miedo como eje central de la experiencia.

En el campo teórico, autoras como Rita Segato proponen entender el cuerpo femenino como un territorio que debe ser reapropiado, cuestionando las estructuras de poder que históricamente lo han regulado. Esta perspectiva permite reconocer que muchas de las inseguridades asociadas a la intimidad no son individuales, sino el resultado de construcciones sociales que pueden ser transformadas.

Asimismo, iniciativas institucionales en ciudades como Bogotá han trabajado en la visibilización de prácticas como el acoso callejero, evidenciando que el juicio sobre el cuerpo femenino no es una experiencia aislada, sino un fenómeno estructural. Nombrar estas dinámicas permite desnaturalizarlas y abrir espacios de reflexión crítica.

En este contexto, las prácticas artísticas también emergen como un espacio fundamental de resistencia y resignificación. A través de la representación del cuerpo desde nuevas miradas, el arte posibilita cuestionar los imaginarios que lo han limitado, abriendo la posibilidad de habitarlo desde la autonomía y no desde el juicio.

Desde una perspectiva más personal, estas transformaciones también implican un proceso interno de reconocimiento y cuestionamiento de las normas que han sido interiorizadas. Como sugiere Michel Foucault (1976), el control sobre el cuerpo no solo opera desde lo externo, sino también desde formas de autocontrol que los individuos incorporan.

En este sentido, resignificar la relación con el cuerpo implica no sólo transformar el entorno, sino también revisar las propias formas de pensamiento que han sido construidas a partir de estos discursos.

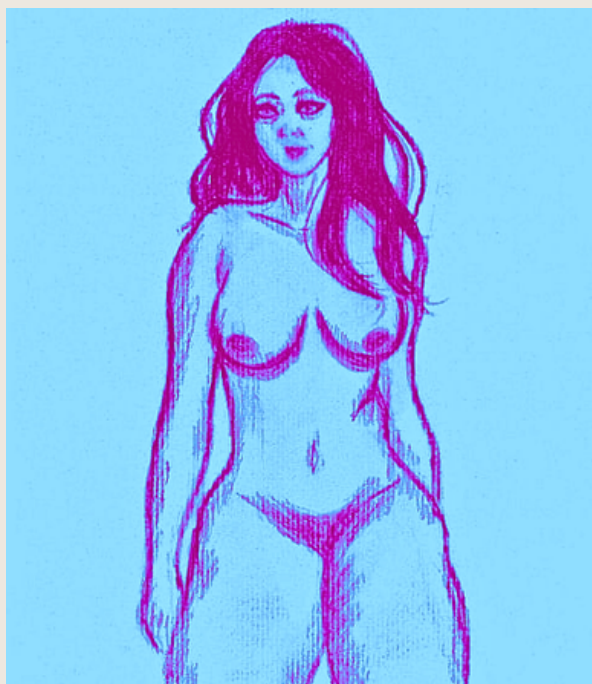
Esta constante exposición a la mirada social no solo afecta la forma en que el cuerpo es percibido desde afuera, sino también la manera en que se construye la relación con uno mismo. En este sentido, la vigilancia deja de ser únicamente externa y comienza a operar desde el interior. Como señala John Berger (1972), la mujer no solo es observada, sino que aprende a observarse a sí misma como si estuviera siendo vista, incorporando una mirada ajena que condiciona su forma de habitar el cuerpo.

Esta auto-vigilancia genera una tensión constante entre lo que se siente y lo que se considera permitido. El deseo, lejos de experimentarse de manera libre, aparece atravesado por dudas, cuestionamientos y, en muchos casos, por una sensación de culpa. Se configura así una relación fragmentada con la propia corporalidad, en la que querer y permitirse querer no siempre coinciden. La intimidad deja de ser un espacio espontáneo para convertirse en un terreno de negociación interna, donde cada decisión está mediada por la anticipación del juicio.

Desde esta perspectiva, el cuerpo no solo es regulado, sino también contenido emocionalmente. Las experiencias, los miedos y las inseguridades no permanecen únicamente en el pensamiento, sino que se inscriben en la forma en que el cuerpo se tensa, se retrae o se protege. Esto hace que la relación con la sexualidad no se viva únicamente desde el deseo, sino también desde una memoria emocional que condiciona la cercanía, el contacto y la entrega.

Sin embargo, reconocer estos procesos también abre la posibilidad de transformarlos. Si el cuerpo ha sido históricamente un espacio de regulación y juicio, también puede convertirse en un lugar de resignificación. En este sentido, dejar de habitar el cuerpo desde la vigilancia implica comenzar a desplazar esa mirada interiorizada, permitiendo que la experiencia corporal se acerque más a la calma que al control.

Es precisamente en este punto donde la práctica artística adquiere sentido dentro de esta investigación. La representación del cuerpo femenino desde la serenidad, lejos de la tensión o el señalamiento, propone una forma distinta de mirarlo: no como un objeto que debe ser evaluado, sino como un espacio que puede existir sin la necesidad de justificarse. De esta manera, el cuerpo deja de ser únicamente un territorio de conflicto para convertirse también en un lugar de posibilidad, donde es viable imaginar otras formas de habitar la intimidad y la propia corporalidad.







LA PRESIÓN DEL  
TIEMPO:  
EL FANTASMA DE  
ESTAR "QUEDADA"

Más allá del juicio sobre la carne, aparece la presión por el tiempo. La sociedad no solo intenta regular la forma de nuestra sexualidad, sino también su cronología. Se nos exige que ciertas experiencias ocurran en ventanas de tiempo específicas, como si existiera un calendario de hitos obligatorios. Esta dimensión temporal es una forma de control más sutil, pero igualmente asfixiante, que nos empuja a vivir nuestra intimidad no desde el deseo, sino desde la urgencia de encajar en el reloj ajeno.

Aunque estas expectativas no siempre se expresan de manera explícita, se manifiestan a través de comparaciones, referencias sociales y percepciones compartidas que construyen la idea de que existe un ritmo "normal" de desarrollo. Dentro de este marco, no haber tenido determinadas experiencias puede empezar a sentirse como un desfase, como si se estuviera por fuera de un proceso colectivo que los demás parecen transitar con mayor naturalidad.

Esa presión no siempre llega como una orden directa; es más bien un ruido de fondo que terminas haciendo tuyo. Al observar cómo otros habitan su cuerpo y su intimidad con una libertad que parece natural, surge una trampa silenciosa: la idea de que existe una forma 'correcta' de vivir la sexualidad. De repente, tu propio ritmo, tu cautela o tus tiempos no se ven como una decisión personal, sino como una falta, una pieza que no encaja en una norma que nunca aceptaste, pero que te mide constantemente.

En este sentido, la relación con la sexualidad se configura desde una tensión particular: mientras por un lado se han interiorizado discursos que invitan a la precaución, al cuidado y a la contención del cuerpo, por otro aparece la sensación de estar "quedada" frente a quienes parecen desenvolverse con mayor libertad. Esta dualidad genera un conflicto interno en el que ninguna posición resulta completamente cómoda, ya que tanto la experiencia como la ausencia de esta pueden ser percibidas como problemáticas.

Aquí cobra sentido la idea de **Foucault (1976)** sobre cómo las normas sociales funcionan más allá de la prohibición. El control no solo nos dice 'no hagas esto', sino que produce la expectativa de lo que 'ya debería ser'. No se trata solo de lo que evitamos por miedo al juicio, sino de la carga de sentir que nos falta algo que se supone debía haber sucedido en un momento específico. Entendí entonces que mi sensación de desfase no era un fallo mío, sino el resultado de un sistema que orienta nuestras vidas hacia metas cronológicas impuestas.

Incluso en ausencia de críticas directas, el peso de lo 'esperado' termina por colonizar la propia experiencia. Surge entonces una sensación de desajuste, como si mi vida íntima fuera un idioma que nadie más habla. Entendí que la sexualidad no es solo lo que sentimos, sino cómo nos medimos frente a los demás. Para mí, no haber cumplido con ciertos hitos en el tiempo previsto reforzó una tensión paralizante; el miedo y el deseo ya no eran solo reacciones naturales de mi cuerpo, sino respuestas a la percepción de que mi falta de experiencia era una anomalía que debía ser explicada.

Es evidente, entonces, que el control sobre nosotras no solo vigila nuestros pasos, sino también nuestra velocidad. La sexualidad femenina termina situada en un campo minado donde no solo se pone en juego el placer, sino la propia identidad frente al grupo. Al final, vivir el deseo se convierte en un acto político de pertenencia: una lucha silenciosa por encajar en un calendario externo que intenta dictar las estaciones de nuestra propia intimidad.

**LA PRESIÓN DEL TIEMPO: EL  
FANTASMA DE ESTAR "QUEDADA"**





EL DESEO DEL OTRO  
Y LA SOSPECHA DE LA  
VIRGINIDAD

A las tensiones ya mencionadas en torno a la sexualidad femenina, se suma otra dimensión que complejiza aún más la experiencia de la intimidad: la forma en que el deseo masculino es percibido y significado dentro de este contexto. En muchos casos, la "primera vez" no se construye únicamente como una experiencia personal, sino como un momento cargado de expectativas externas, donde el cuerpo femenino puede ser interpretado desde el deseo del otro.

Dentro de esta estructura, el deseo masculino también se percibe con sospecha. En ciertos imaginarios culturales, la virginidad femenina sigue teniendo un valor de "trofeo" o "fetiche". Esto genera una inquietud constante en la mujer:



¿El interés de este hombre es genuino o está motivado por el significado simbólico de mi inexperiencia?

A partir de esto, puede surgir una sensación de inquietud frente a las intenciones del otro: la duda de si el interés proviene de un vínculo genuino o si está motivado por el significado simbólico de esa experiencia. Esta ambigüedad genera una tensión emocional en la que la intimidad deja de ser un espacio completamente seguro, para convertirse en un terreno atravesado por la sospecha y la necesidad de interpretar las intenciones ajenas.

En este sentido, la relación con el deseo masculino no se vive únicamente desde la atracción o la conexión, sino también desde una forma de alerta. Surge el miedo a ser reducida a una experiencia puntual, a que el vínculo se limite a ese momento y a que, una vez ocurrido, pierda su valor o su significado. Esta percepción refuerza la necesidad de protegerse, no solo físicamente, sino también emocionalmente.

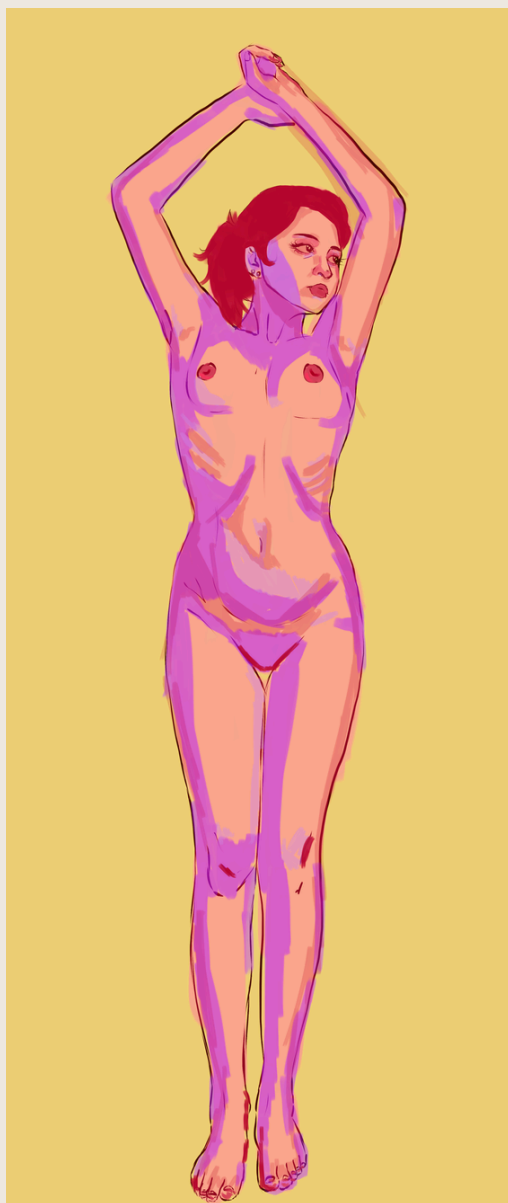
Como bien sostiene **Segato (2013)**, nuestros cuerpos son territorios atravesados por discursos y mandatos externos. Esta visión permite despojar a la experiencia individual de su carga de culpa: las tensiones que habitan mi relación con los otros no son aleatorias, sino que responden a una arquitectura cultural que regula el vínculo y la entrega. Mi proyecto busca, precisamente, habitar ese espacio de tensión para encontrar una grieta por donde expresar una identidad que no esté dictada por el poder ajeno.

Durante mucho tiempo, sentí que mi piel debía resguardarse como un tesoro frágil, no por deseo propio, sino para preservar un supuesto valor moral que se nos dice que es finito y fácil de perder.

En mi experiencia, esta dimensión se traduce en una constante negociación interna entre el deseo y la precaución. La posibilidad de acercarme a alguien no se vive únicamente desde lo que siento, sino también desde la necesidad de interpretar qué significa ese acercamiento para el otro. De esta manera, la intimidad se convierte en un espacio atravesado por la duda, donde la confianza no es inmediata, en cambio pasa a ser algo que debe construirse cuidadosamente.

Esto evidencia que la relación con la sexualidad no está determinada únicamente por el deseo propio, sino también por la forma en que se perciben las intenciones ajenas. Así, el cuerpo y la intimidad se sitúan en un campo donde no solo se negocia el querer, sino también el confiar, complejizando aún más la experiencia de habitar el propio cuerpo.

LA DESNUDEZ :  
EL  
LÍMITE INVISIBLE  
DE LA  
VULNERABILIDAD



Además de las tensiones asociadas a lo social y a lo relacional, existe una dimensión más íntima que influye directamente en la forma en que se habita la sexualidad: la inseguridad frente al propio cuerpo. El momento de mostrarse desnudo ante otro no implica únicamente una cercanía física, también significa una exposición que puede resultar profundamente vulnerable.

En este sentido, el cuerpo deja de ser únicamente un medio de conexión para convertirse en algo que se observa, se evalúa y, en muchos casos, se cuestiona. La desnudez no siempre se vive desde la libertad, sino desde una conciencia intensificada de cómo ese cuerpo puede ser percibido. Esto puede generar una sensación de incomodidad que interfiere con la posibilidad de entregarse plenamente al momento.

Esta auto-conciencia puede convertirse en un obstáculo dentro de la intimidad. En lugar de habitar el cuerpo desde la sensación, se habita desde la evaluación: cómo se ve, cómo se mueve, cómo podría ser interpretado. Esto genera una especie de distancia interna que dificulta la conexión con el momento y con el otro.

A menudo, la incomodidad frente al propio cuerpo es el resultado de una acumulación silenciosa de estándares que dictan cómo debemos ser percibidas. La desnudez, entonces, se vive como un espacio de vulnerabilidad extrema donde todas esas capas de juicio salen a flote.

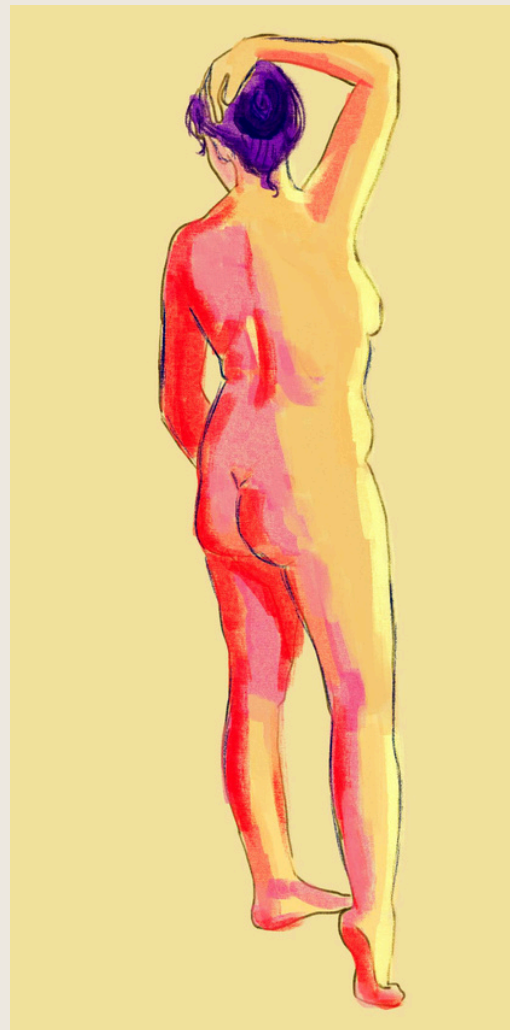
Mostrar el cuerpo no se siente como un paso natural hacia la intimidad, sino como una exposición que despierta dudas difíciles de ignorar.

El cuerpo se convierte así en un mediador incómodo: una frontera que hay que cruzar con cautela antes de alcanzar una verdadera tranquilidad con el otro.

En mi experiencia personal el hecho de estar desnuda frente a alguien no se siente simplemente como algo natural. Se siente como una exposición muy fuerte, como si en ese momento todo lo que he pensado sobre mi cuerpo apareciera al mismo tiempo. No es solo estar con alguien, es sentir que estoy siendo vista, incluso cuando no quiero pensarlo así.

A veces me pasa que en lugar de estar presente en el momento, empiezo a pensar en cómo me veo, en cómo se percibe mi cuerpo, en si estoy cómoda o no. Y eso crea una distancia rara, porque aunque esté ahí físicamente, hay una parte de mí que está observando todo desde afuera.

Esta inseguridad no viene de un solo lugar, sino de muchas cosas que se han ido acumulando: comentarios, comparaciones, ideas de cómo debería verse un cuerpo. Entonces, quitarse la ropa no es solo quitarse la ropa, es enfrentarse a todo eso al mismo tiempo. Se crea en mi cabeza como una especie de barrera. No es que no quiera estar cerca de alguien, pero hay algo que me frena, que me hace sentir incómoda o expuesta de una forma difícil de ignorar.



**“Como si antes de poder estar tranquila con otro, tuviera que estarlo conmigo misma, y eso no siempre es fácil.”**

Al final, me doy cuenta de que la intimidad no solo tiene que ver con el otro, sino también con cómo me siento dentro de mi propio cuerpo. Y cuando esa relación no es completamente tranquila, se vuelve un límite invisible que afecta la forma en que puedo vivir ese momento.

De esta manera, la inseguridad corporal funciona como un límite invisible dentro de la intimidad. No impide necesariamente el deseo, pero sí lo atraviesa, generando una barrera que no proviene del otro, sino de la forma en que se ha aprendido a mirar el propio cuerpo. Así, la relación con la sexualidad no solo se ve afectada por factores externos o relacionales, sino también por la manera en que cada persona logra o no sentirse cómoda dentro de su propia corporalidad.





EL COLOR COMO  
TERRITORIO DE  
RESISTENCIA

La decisión de intervenir el color de los cuerpos en esta serie nace de una necesidad de desobediencia visual. En el arte convencional, el "color piel" ha funcionado a menudo como una etiqueta que ancla al sujeto a una jerarquía social. Al prescindir deliberadamente de los tonos naturalistas, busco que el espectador se enfrente a una anatomía que no puede ser clasificada bajo los prejuicios raciales. Esta elección dialoga con la propuesta de **Dumas (2014)**, quien utiliza el color para despojar al sujeto de su carga documental y dejar solo la "presencia" humana. Mi intención es que el cuerpo sea leído como un territorio de existencia pura, despojado de las etiquetas biológicas que la mirada colonial ha impuesto sobre nosotras.

Esta investigación propone que la identidad no es algo que se nos asigna, sino un espacio que se construye. Por ello, el uso de una paleta vibrante que incluye el rojo, verde, amarillo, azul, rosado y morado, responde a un deseo de otorgar a cada mujer una atmósfera psíquica propia. Cada tono representa un universo emocional distinto, sugiriendo que la experiencia femenina es múltiple. Aquí, el color no imita la luz sobre la carne, sino que emana de la propia figura; como si la identidad de estas mujeres fuera tan potente que terminara por teñir su propia piel, reclamando una autonomía que la norma suele negar.

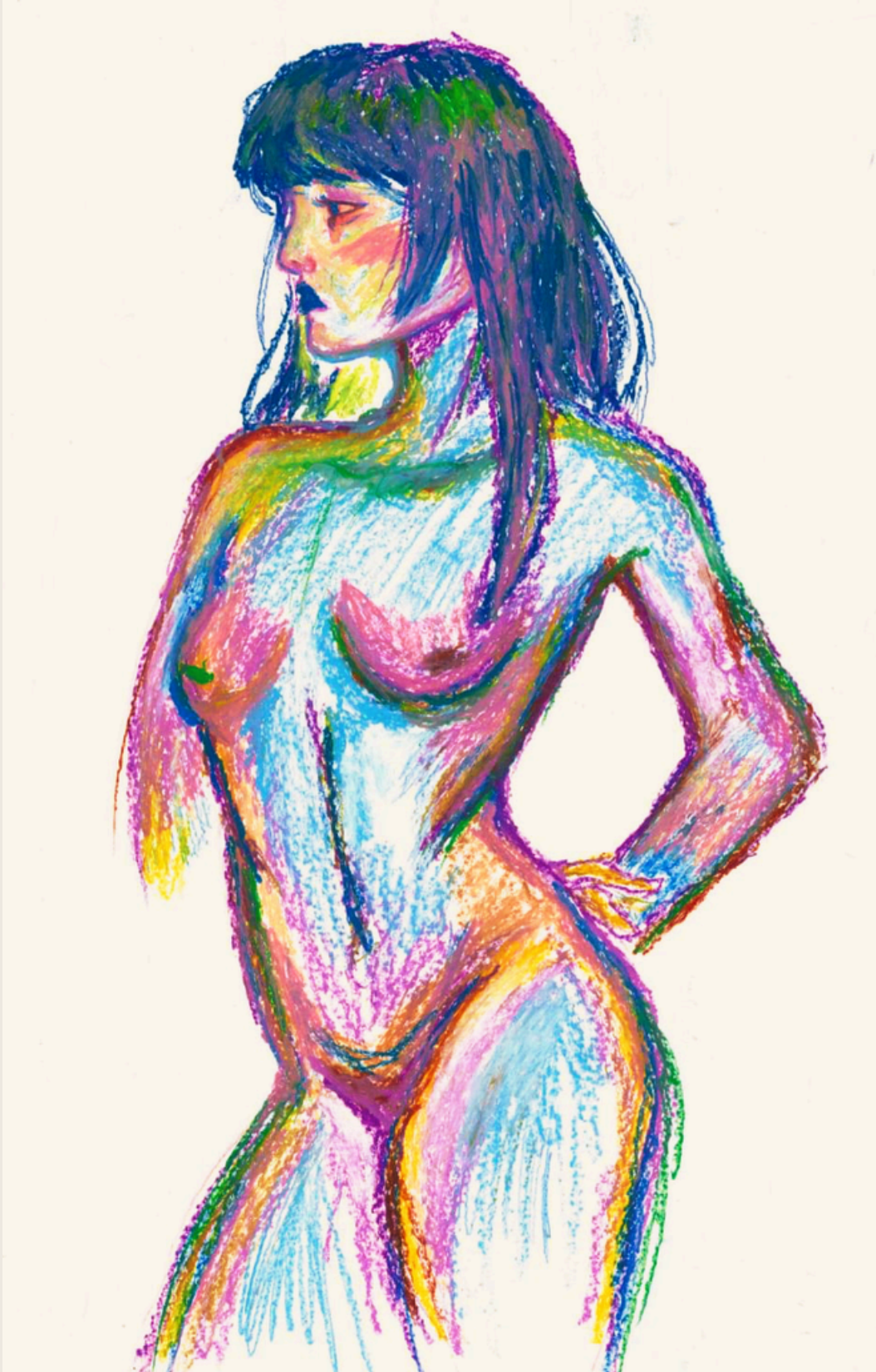
El proceso técnico refuerza este concepto de profundidad. Al trabajar con óleo, óleo pastel y lápiz de color, busco una materialidad que invite al tacto. El óleo pastel y óleo permite una densidad que se siente viva; es una técnica que requiere presión directa, casi como si estuviera esculpiendo el cuerpo mientras lo dibujo. Esta riqueza táctil ayuda a que estos colores vivos no se perciban como artificiales, sino como una materia vibrante que tiene peso y volumen. Esta fisicidad reclama la escala humana del dibujo como un espacio de presencia real, donde la carne no pide permiso para ocupar su lugar.

La elección de estos seis colores específicos busca crear una polifonía cromática que desafíe la sobriedad del "juicio". Mi propuesta se aleja de la "cromofobia" descrita por **Batchelor (2001)**, quien identifica el miedo cultural al color saturado como una forma de control y desprecio hacia lo que se considera "superficial" o "femenino". Mientras la cultura intenta apagar el brillo de la mujer expuesta, mis pinturas utilizan el amarillo radiante o el rosado intenso como un grito de visibilidad. Es una forma de decir que estos cuerpos no tienen intención de esconderse bajo la discreción de los tonos neutros.

En este escenario, la figura del cuervo aparece como el contrapunto necesario. El negro denso del ave encarna la sombra del presagio, esa vigilancia que siempre está acechando. El contraste entre la oscuridad del ave y la estridencia de los cuerpos genera una lucha de significados. La presencia del cuervo dialoga con las investigaciones de **Pastoureau (2009)**, quien detalla cómo esta ave ha sido cargada con los miedos colectivos, convirtiéndose en el símbolo del juicio moral. El cuervo intenta imponer una lectura de castigo, pero la viveza del color actúa como un escudo que impide que la sombra devore la integridad de la figura.

Es fundamental entender que, en estas obras, el cuerpo no es algo que deba ser "perdonado" por su desnudez. A menudo, el arte ha representado a la mujer desde la vergüenza. En mi propuesta, la naturalidad de las posturas combinada con la audacia del color busca dismantlar esa idea. Al igual que en la obra de **Smith (2003)**, la relación entre el cuerpo femenino y el animal no es decorativa, sino una extensión de la psique. Una mujer de piel verde o morada habita una realidad donde su cuerpo es suyo antes que de quien lo mira, sugiriendo que la carga simbólica puede ser integrada sin que esta destruya la calma del sujeto.

Además, el uso del color creativo me ha permitido explorar la relación entre la calma y el caos. Aunque los tonos son vivos, la serenidad de las figuras genera una paradoja visual. Esta calma permite que el espectador se detenga no a juzgar la anatomía, sino a contemplar el estado de ser. Al eliminar la "raza" del cuadro, obligo a quien mira a buscar otros puntos de conexión: la curva de una espalda o la intensidad de un pigmento azul, logrando una empatía que trasciende las categorías sociales. El color se convierte así en una frontera de autonomía que protege la identidad de la mujer.





HABITAR LA PIEL:  
RELATOS DE UN  
CUERPO QUE YA NO  
PIDE PERMISO

Hacer arte para expresar "algo" específico es, quizás, el reto más complejo que he enfrentado en mi formación. El peso de la tesis no es solo académico; es una carga emocional que marca el cierre de una etapa universitaria y, sobre todo, un enfrentamiento directo con los miedos propios. Antes de comenzar este Anteproyecto, busqué a quienes ya habían cruzado ese umbral, preguntándoles cómo se prepararon. La conclusión fue reveladora: nadie está realmente preparado para un proceso así, solo podemos equiparnos con herramientas para improvisar mejor, para confiar en nuestra capacidad de resolver el caos en el lienzo.

"Carne y presagio" fue, para mí, un proceso de catarsis. No se trata solo de técnica, sino de sentir cada pincelada y de entender la intención detrás de cada pose. Enfrentarme a un formato de gran escala (180 cm x 80 cm) fue, en sí mismo, una superación personal. Trabajar en este tamaño me permitió no sentirme limitada, abriéndome paso para plasmar la variedad física (proporciones y tamaños diversos) que componen la experiencia de ser mujer. Al ser tan grandes, las figuras no solo ocupan un lugar en la pared, sino que reclaman una presencia física que exige ser reconocida.

En cuanto a la composición, cada pose y cada color fueron decisiones meditadas para evitar que el mensaje fuera plano. Busqué que cada mujer transmitiera algo único: empoderamiento, calma, timidez o sensualidad, permitiendo que la interpretación final sea una puerta abierta para el espectador. Los colores vivos, alejados de cualquier intento de realismo biológico, fueron elegidos para que el foco no se desvíe hacia la raza o el tono de piel, sino que se centre exclusivamente en la corporalidad.

Para mí, el color funciona como un lenguaje emocional subjetivo:

- **Verde:** Seguridad y crecimiento.
- **Morado:** Misterio y arrogancia.
- **Rosa:** Pasión y delicadeza.
- **Amarillo:** Sabiduría y poder.
- **Azul:** Serenidad y elegancia.
- **Rojo:** Amor y fuerza.

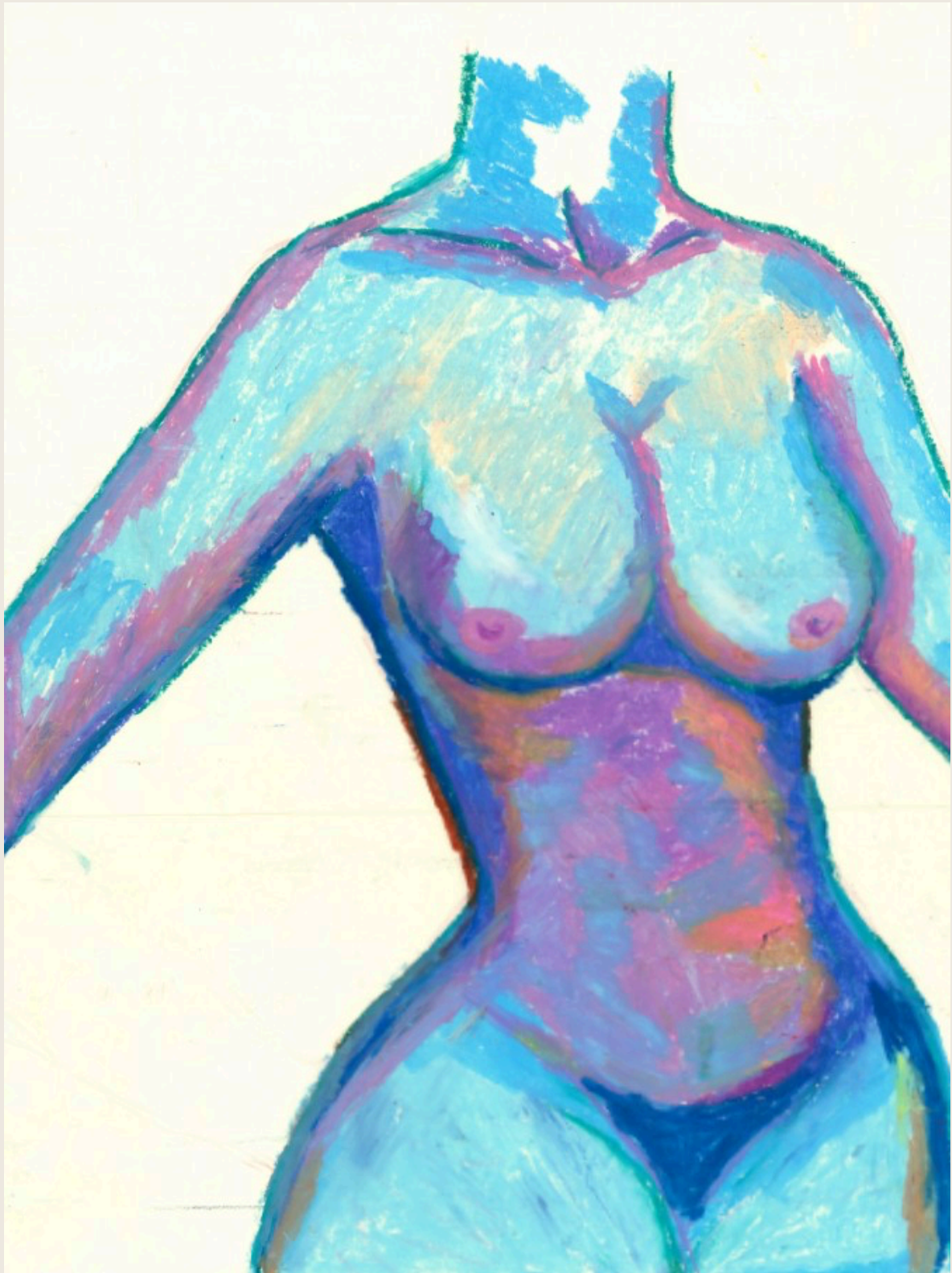
Soy plenamente consciente de que estas asociaciones son personales y relativas, pero fue precisamente esa subjetividad la que me permitió esculpir cada trazo con detenimiento. Al trabajar las figuras de manera ilustrativa y con tonalidades vibrantes, logré que la pose y el color se complementen, creando un diálogo donde la escala y el matiz trabajan juntos para que el cuerpo femenino deje de ser un objeto bajo vigilancia y pase a ser un sujeto que se siente, se habita y se impone con libertad.

Si las mujeres de mi obra son el color y la vida, los cuervos son la sombra inevitable: el presagio encarnado. No son figuras estáticas puestas al azar; su disposición en el lienzo responde a una coreografía de tensión con el cuerpo femenino. Cada pose del cuervo ha sido pensada para dialogar con la mujer que lo acompaña, creando una narrativa sobre cómo nos enfrentamos al juicio externo.

En algunas piezas, la mujer parece aceptar esa presencia y decide, con una calma casi desafiante, no darle importancia. En otras, lo ignora activamente, centrada en su propia corporalidad, mientras que hay figuras que simplemente reconocen, con una resignación lúcida, que el cuervo siempre estará ahí, independientemente de cuánto se le rechace. Esta dinámica refleja la naturaleza del tabú social: es una presencia que busca a la mujer, que se le acerca y la persigue, convirtiéndose en un ruido de fondo que es, por definición, imposible de evitar.

He decidido que el cuervo sea el único elemento de realismo literal en toda la serie. Mientras me permito jugar con la subjetividad de los colores vibrantes en las mujeres, el cuervo permanece de un negro absoluto. Para mí, no existe mejor forma de representar lo negativo, lo denso y lo persistente del estigma que a través del negro profundo de sus plumas. Ese contraste no es casual: es el choque entre la libertad del deseo (expresado en colores) y la pesadez de la norma (expresada en la oscuridad del ave).

La posición del cuervo cambia según cómo la mujer se planta frente a él. A veces es una amenaza que vuela cerca; otras, es un observador silencioso posado a un lado. Al final, el cuervo es ese tabú que no podemos borrar del mapa cultural, pero que en mi obra, al menos, deja de tener la última palabra. La mujer ya no huye de él; simplemente coexiste, entendiendo que su valor no disminuye por el simple hecho de que la sombra esté presente.





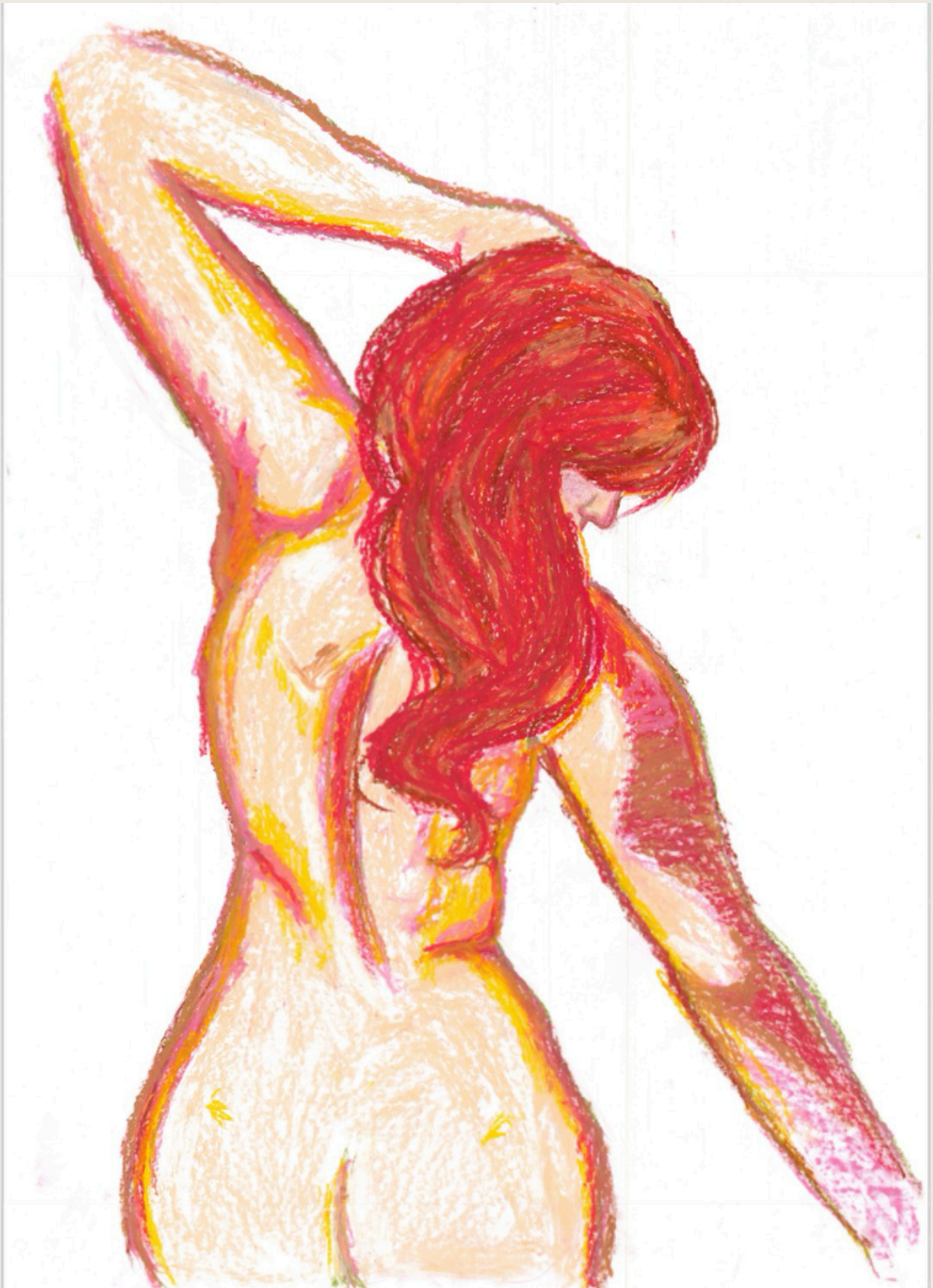
EL DERECHO  
A LA  
PROPIA CALMA

Al mirar hoy la serie completa, entiendo que "**Carne y presagio**" ha sido mucho más que un requisito académico; ha sido el proceso necesario para desatar, uno a uno, esos nudos que se trenzaron en mi infancia. Son nudos hechos de voces: los consejos susurrados en la cocina en Valledupar y la mirada estratégica y contenida de Bogotá. Durante años, caminé con la idea de que mi piel era un tesoro frágil, una porcelana que debía resguardar bajo llave para no perder un "valor" que yo no había definido, pero que se me exigía proteger. Hoy, al ver estos cuerpos de 180 centímetros reclamando su espacio, mis pinturas dicen lo contrario.

He comprendido que mi cuerpo ya no es ese territorio ajeno que debo vigilar con desconfianza para salvar mi reputación. Ahora es, finalmente, el lugar donde yo decido qué historia contar y qué colores habitar. He aprendido que la mirada del otro —ese cuervo negro y realista que siempre parece estar acechando desde la rama del tabú— no va a desaparecer por arte de magia, porque vive en la estructura misma de nuestra cultura. Pero ya no tiene el poder de asfixiar mi intimidad. La verdadera victoria no ha sido alcanzar una libertad perfecta o utópica, sino haber encontrado la grieta para expresar una identidad que no esté dictada por el reloj de nadie más, ni por la urgencia del deseo ajeno, ni por la contención del miedo propio.

Al pintar estos cuerpos en tonos vibrantes y verlos ahí, serenos frente a la negrura del ave, me doy cuenta de que lo que he recuperado es mi **derecho a la calma**. La calma de no tener que justificar cada centímetro de piel expuesta; la calma de saber que mi valor no es una moneda de cambio que se gasta con la entrega, sino una raíz profunda que nadie puede arrancar.

Cierro este ciclo universitario con la certeza de que el arte me ha permitido hacer lo que la norma social me prohibía: ocupar el espacio con orgullo. Mi piel ya no es un límite que me separa del mundo por precaución; es el hogar al que decido volver siempre. Al final, la carne es solo mía, el color es mi elección, y el único presagio que acepto de ahora en adelante es el de mi propia e irrevocable libertad.



Natalia Zedan

**BIBLIOGRAFÍA**

# BIBLIOGRAFÍA

- Rodríguez Lizarralde, C. (2015). *Del cuerpo social al cuerpo femenino callejero*. Revista Papel Político.
- Zuluaga Gómez, A. (2017). *Representaciones sociales del cuerpo femenino*. Revista Facultad Nacional de Salud Pública.
- Revista Colombiana de Sociología (2016). *Ontologías múltiples de los cuerpos femeninos*.
- DANE. (2019). *Encuesta nacional de uso del tiempo (ENUT)*. Departamento Administrativo Nacional de Estadística. <https://www.dane.gov.co>
- DANE. (2021). *Violencias basadas en género en Colombia*. Departamento Administrativo Nacional de Estadística. <https://www.dane.gov.co>
- Profamilia. (2015). *Encuesta nacional de demografía y salud (ENDS)*. Profamilia. <https://profamilia.org.co>
- Observatorio de Mujeres y Equidad de Género de Bogotá. (2020). *Informe sobre acoso sexual callejero en Bogotá*. Alcaldía Mayor de Bogotá. <https://omeg.gov.co>
- Alcaldía Mayor de Bogotá. (2019). *Diagnóstico sobre violencias contra las mujeres en el espacio público en Bogotá*. Secretaría Distrital de la Mujer.
- Viveros Vigoya, M. (2016). *La interseccionalidad: una aproximación situada a la dominación*. Debate Feminista, 52, 1-17.
- Pineda Duque, J. (2018). *Cuerpo, género y control social en Colombia*. Revista Colombiana de Sociología, 41(2), 89-110.
- Universidad del Norte. (2017). *Prácticas culturales y representaciones del cuerpo femenino en la región Caribe colombiana*. Barranquilla: Ediciones Uninorte.
- Berger, J. (1972). *Ways of seeing*. Penguin Books.
- Batchelor, D. (2001). *Cromofobia*. Síntesis.
- Dumas, M. (2014). *The Image as Burden*. Tate Publishing.
- Pastoureau, M. (2009). *Negro: Historia de un color*. 451 Editores.
- Segato, R. L. (2013). *La escritura en el cuerpo de las mujeres asesinadas en Ciudad Juárez*. Tinta Limón.
- Smith, K. (2003). *Kiki Smith: Prints, Books, and Things*. Museum of Modern Art.

Donde la  
mirada ajena  
sembró un  
presagio...

Mi piel  
florece en  
color y  
libertad