



Promotoras Legales
para la prevención y atención integral
de la **Violencia de Género**



**GOBIERNO
FEDERAL**

SEDESOL

Indesol
Instituto Nacional de Desarrollo Social



**Instituto Veracruzano
de las Mujeres**



Felipe de Jesús Calderón Hinojosa

Presidente de la República

Fidel Herrera Beltrán

Gobernador Constitucional
del Estado de Veracruz de Ignacio de la Llave

Lic. Reynaldo Escobar Pérez
Secretario de Gobierno

Consejo Editorial PAIMEF

Ernesto Cordero Arroyo
Secretario de Desarrollo Social

Mtra. Lydia Madero García
Titular del Indesol

Instituto Veracruzano de las Mujeres

Lic. Martha Mendoza Parissi
Directora
Instituto Veracruzano de las Mujeres

T.S. Concepción Hernández Mijangos
Secretaria Ejecutiva
Instituto Veracruzano de las Mujeres

INTRODUCCIÓN	04
1. LA CONSTRUCCIÓN DELGÉNERO	05
2. AUTOESTIMA Y SEXUALIDAD	16
3. DERECHOS HUMANOS	24
4. VIOLENCIA DE GENERO I	38
5. VIOLENCIA DE GÉNERO II	48
6. DELITOS DE GÉNERO	54
7. CIUDADANÍA Y LIDERAZGO	61
8. ORGANIZACIONES Y REDES SOCIALES	74
9. ANEXOS: CARTAS METODOLÓGICAS	79

**PROMOTORAS LEGALES PARA LA
PREVENCIÓN Y ATENCIÓN INTEGRAL DE
LA VIOLENCIA DE GÉNERO**

Compilación

Guía para Promotoras Legales

Elaboración:

**Subdirección de Promoción de la Igualdad del
Instituto Veracruzano de las Mujeres**

INSTITUTO VERACRUZANO DE LAS MUJERES

Enríquez s/n, Zona Centro C.P. 91000

Tel. 01 (228) 8 41 74 10 y 8 41 74 00

Xalapa-Enríquez, Ver.

2008

INTRODUCCIÓN

La violencia hacia las mujeres se ha convertido en una problemática social que exige atención integral por parte de las instituciones encargadas de salvaguardar los derechos humanos de las ciudadanas. Ante esta demanda, el Instituto Veracruzano de las Mujeres ha puesto en marcha diversas acciones, entre las que se inserta el proyecto Promotoras Legales para la Prevención y Atención Integral de la Violencia de Género.

El objetivo del proyecto, es fortalecer las capacidades y habilidades que las mujeres poseen como líderes naturales y gestoras sociales de muchas de las necesidades que existen en sus colonias y comunidades, bajo un enfoque que promueve el desarrollo de un liderazgo sostenible y autogestivo, que exige el cumplimiento de derechos y al mismo tiempo, promueve la voluntad de aportar y hacerse corresponsable.

Asimismo, persigue aumentar la incidencia de mujeres que conocen sus derechos, a través del efecto multiplicador, promoviendo procesos de orientación, referencia, gestión y participación en las comunidades y colonias, particularmente de acciones dirigidas a la prevención, atención y erradicación de la violencia de género.

Las acciones que se llevan a cabo para realizar dicho objetivo, se concretan en un ciclo de capacitación y formación dirigido a mujeres; el presente manual, ha sido integrado como una herramienta de apoyo, que complementa el proceso de capacitación, donde las participantes podrán ampliar o consultar los contenidos abordados en el curso.

La carpeta contiene dos grandes apartados:

- Lecturas de referencia sobre cada uno de los temas, que complementarán las exposiciones de las facilitadoras.
- Cartas metodológicas, donde se desarrolla paso por paso cada una de las sesiones, para facilitar el seguimiento o reproducción de cada sesión.
- La preparación que se les brinda a las mujeres en la elaboración y ejecución de actividades de promoción legal en contra de la violencia de género dentro de sus comunidades, se caracteriza por integrar un enfoque de género y de derechos humanos en todas las actividades que forman parte del curso, tanto en el material de apoyo teórico, como en las dinámicas vivenciales.

El interés principal del Instituto Veracruzano de las Mujeres es que todas las mujeres líderes que habitan en regiones en pobreza y marginadas, exijan y reciban el apoyo y respaldo de las instituciones responsables de la atención y sanción penal de la violencia hacia las mujeres y contribuyan con ello a la construcción de comunidades comprometidas con el ejercicio de los derechos humanos y la construcción de ciudadanía plena para las mujeres.

Este documento se basó en la compilación de diversas fuentes, principalmente en la sistematización elaborada por Itziar Lozano y Margarita Argott, sobre la experiencia en la formación de promotoras.

LA CONSTRUCCIÓN SOCIAL DEL GÉNERO

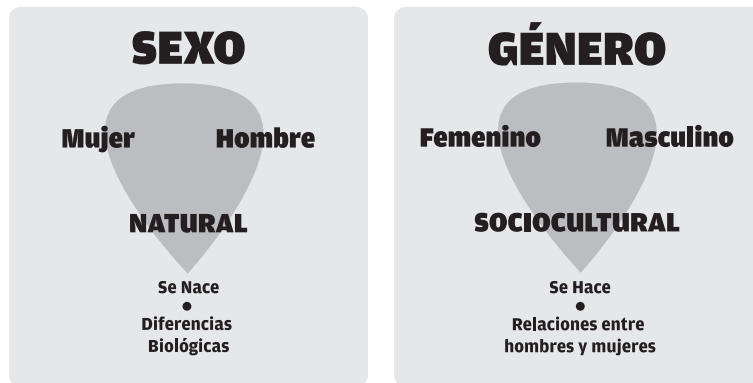
Diferencia “Sexo - Género”

Al hacer referencia al concepto de “sexo” se alude a las diferencias y características biológicas, anatómicas, fisiológicas y cromosómicas de los seres humanos que los definen como hombres y mujeres.

Por otro lado, cuando hablamos de “género” nos referimos al conjunto de ideas, creencias, expectativas, prohibiciones, deseos, imágenes y características que cada sociedad y cultura atribuyen a las personas según hayan nacido con órganos genitales femeninos o masculinos.

El género se construye socialmente y las personas lo incorporan a través de diferentes mecanismos, la socialización, las sanciones y aprobaciones, las imágenes, los símbolos y las estructuras ideológicas, sociales, económicas y políticas.

Al serles asignado un género al nacer, mujeres y hombres son asignados también a diferentes espacios. Los hombres para el espacio de lo público, para el trabajo que se ve y se paga, para el mundo de la política en donde se adquiere poder.



Las mujeres se destinan al espacio de la casa, al trabajo invisible que no se paga ni se valora, el espacio privado en el que se es dependiente de quien tiene el poder externo.

En lo relacionado a la sexualidad, también se involucran diferentes características al tipo de vivencia que se espera y se permite: la sexualidad de los hombres es valorada y se considera activa, explícita, afirmada en sí misma. La de las mujeres se considera pasiva, dirigida a satisfacer a los otros, negativa si se busca en sí misma, “sucia”.

La imagen que las mujeres y los hombres tienen de sí mismos, de quiénes son, incorpora todas estas valoraciones, expectativas, mandatos y sanciones sociales. Las aspiraciones, expectativas, prohibiciones y modelos que se presentan e imponen a niñas y niños desde afuera, son incorporadas por ellos a su propia mentalidad, a sus deseos y a sus emociones y sentimientos. Se convierten en parte de ellos mismos. Se convierten en su identidad de género.

Los roles asignados a mujeres y hombres y la identidad de género desarrollada por ellos cambia con el tiempo, la cultura, la edad, el nivel socioeconómico. Lo que parece no cambiar es la valorización que se atribuye a lo que tanto hombres como mujeres realizan en la sociedad.

El cambio en las relaciones entre hombres y mujeres no es fácil porque tiene que ver con transformaciones personales y sociales profundas, tanto en las estructuras de poder como en las formas de actuar, de pensar, de imaginar y concebirse las personas. Sin embargo, las formas como la sociedad exige que se comporte cada sexo pueden transformarse. Es importante que tanto mujeres como hombres den cuenta de su contribución a la reproducción de la discriminación hacia las mujeres; uno de los ejemplos más claros es la forma diferenciada de educar a las niñas y los niños.

Por otro lado, así como se está profundizando en la construcción social de la feminidad, para superar las formas tradicionales de ser mujer, es necesario entender mejor la masculinidad para comprender mejor las trabas que los hombres encuentran para formar relaciones de género equitativas y no violentas.

Desarrollo de la identidad de género en la niñez y adolescencia

La identidad interna o personal son las ideas, imágenes y sensaciones que tenemos sobre quiénes somos, lo que sabemos o podemos hacer; nuestros sentimientos y deseos; así como ilusiones, fantasías y esperanzas que vamos desarrollando.

De los primeros meses hasta los dos o tres años

Cuando una criatura nace, lo primero que la madre pregunta es si está sana, posteriormente si es niña o niño. El doctor o doctora mira sus órganos genitales, que todavía son muy pequeños y a veces poco definidos, decide y anuncia lo que piensa que es, niña o niño: a esto se le llama asignación de sexo. Una vez que los padres y la familia saben que la criatura es niño o niña se relacionan con ella o con él de una manera distinta en cada caso. Para cuando alcanza los dos años, la criatura sabe y siente lo que es, niña o niño, y ese convencimiento ya no cambiará a lo largo de su vida. Ésta es la identidad de género.

Por otra parte, a partir de los dos años y medio, niñas y niños ya empiezan a interesarse por juguetes diferentes y a jugar como se espera de ellas y ellos. Para los tres y medio años las diferencias son mucho más marcadas. Así se va formando lo que se ha llamado masculinidad y feminidad.

A nivel sexual existe sensibilidad desde una época muy temprana de la vida. El tocarse y jugar con sus órganos genitales les sirve a las personas para conocerse y también les da gusto y satisfacción. A medida que crecen se puede observar que los niños(as) se tocan más, sobre todo los niños, puesto que para ellos resulta más fácil. A las niñas se les vigila y se les castiga más severamente si se tocan.

De los cuatro años a la edad escolar

A partir de los cuatro años, y a veces antes, niña y niño dan un gran salto en el tipo de cosas que aprenden a hacer. Pronto, sin embargo, comienza la represión más fuerte para la niña, tanto de su sexualidad como de su personalidad en general.

La manera en la que los padres o personas responsables del cuidado o crianza manejan esta situación es fundamental para el desarrollo de las niñas. Si la madre (u otras personas cercanas) castiga, reprime o regaña demasiado a la niña, ésta tendrá que “calmarse” y limitar sus expectativas, pedir menos atención y no revelarse, porque la madre es lo único que ella tiene y no puede tolerar su enojo. Para obtener su aprobación será una niña buena, calmada, ordenada, tímida y obediente.

En relación a los órganos genitales, niños y niñas van aprendiendo más claramente a esta edad su función y las diferencias entre los sexos.

Hay familias en las cuales el ser “vieja” (mujer) significa tener la obligación de hacer los quehaceres de la casa, menos libertad que los hermanos, a los cuales tiene que servir y obedecer. Para la niña ser mujer significa no tener poder ni libertad, de tal manera que comenzará a preguntarse por qué ella y su mamá no lo tienen. Hacia los cuatro años (a veces antes o después) tanto el niño como la niña comienzan a descubrir que los hombres tienen más libertades y que se les hace más caso. El niño empieza a imitar a su papá, sus hermanos mayores y, aunque sigue apegado a su mamá, le va surgiendo el orgullo de ser hombre, lo cual se entiende como ser superior. La niña tampoco se despegaba de su madre, pero empieza a acercarse a los hombres que hay en la familia, o a su papá si lo tiene. Sabe que los hombres son más importantes en la casa y tienen más poder.

De la edad escolar hasta la adolescencia

En los juegos y habilidades se van diferenciando cada vez más las mujeres de los hombres. Los niños ponen énfasis en los deportes, en los descubrimientos, en las exploraciones, en los juegos que prueban si son fuertes o no. Se cuidan de no hacer cosas que parezcan de “vieja”. Es decir, se hacen hombres tratando de diferenciarse al máximo de lo que consideran formas de ser femeninas.

Las niñas también exploran y desarrollan habilidades, pero de manera distinta. Aunque al principio de la etapa hay bastante libertad para probar actividades que no son parte del rol, hacia los once o doce años el nombre de “marimacha” u otros apodos o sobrenombres ofensivos, empiezan a ser repetidos constantemente por los adultos y las presiones para las niñas son más fuertes.

La sexualidad está presente, no sólo como ejercicio de la masturbación (si no se reprimió totalmente en la etapa anterior), sino también a través de juegos, explorando cómo es su cuerpo y el de los demás.

Para las niñas, la llegada de la menstruación o regla al final de esta etapa produce actitudes positivas o negativas hacia el hacerse mayores. Muchas se sienten mal ante la responsabilidad de tener que enfrentar los cambios en el cuerpo, la posibilidad del embarazo y las restricciones en las libertades.

Una diferencia a partir de esta etapa es la siguiente: los niños saben que pueden ser atrevidos o traviosos pero su necesidad de cariño se satisface en casa. Para la niña es diferente. Ella sabe que el cariño está en la casa, pero también sabe que para recibirlo tiene que ser servicial y “buena” (no curiosa ni activa sexualmente). Para ella, el cariño y la valoración vienen juntos. Esto hace que su comportamiento generalmente sea más cauteloso y “prudente” que el de los chicos.

La adolescencia

A nivel externo, la apariencia física de la y el adolescente cambia y puede generar muchas actitudes y

sentimientos positivos o negativos hacia el propio cuerpo.

Respecto de la personalidad, los adolescentes son muy dependientes de la opinión de los otros adolescentes. El sentirse más o menos cercanos al ideal de “hombre masculino” o “mujer femenina” contribuye mucho a la fortaleza o debilidad de su identidad.

Los hombres tienen pocas contradicciones para ampliar su ideal y permite muchas libertades y formas de actuar. En cambio, las niñas en muchas ocasiones no pueden ni quieren ser las adolescentes “bien portadas” y complacientes que el ideal exige, sus gustos, en términos de estudios o de juego, no coinciden con dicho ideal. Si el entorno denomina “masculinos” a sus comportamientos, perderán fácilmente valoración social de la gente a su alrededor.

En cuanto a la sexualidad, el deseo y la urgencia social de los adolescentes aumenta de manera drástica durante esta etapa y con ella la actividad sexual. Pero, mientras los varones heterosexuales reciben afecto y cariño de las mujeres con las que se relacionan, sin temor a que su sexualidad se considere pecaminosa, para las mujeres heterosexuales la búsqueda de cariño y ternura siempre implica el riesgo de que los varones no valoren una sexualidad libre en las mujeres y que éstas se sientan devaluadas después de una relación amorosa.

Las mujeres y hombres adolescentes que se sienten atraídos por personas del mismo sexo enfrentan dificultades por parte de su entorno para vivir la experiencia y será importante que sean apoyados de manera que se puedan desculpabilizar y entender sus sentimientos y sus relaciones como una expresión sexual válida.

Discriminación

Las diferencias en la identidad de género de mujeres y hombres, se constituyen, de manera automática, en formas específicas de discriminación. En el caso específico de las mujeres, se les excluye o se limita su participación en espacios, actividades y derechos considerados “propios” de los hombres, por el simple hecho de ser mujeres.

La discriminación se debe entender como todo acto basado en prejuicios, convicciones u omisiones relacionadas con el sexo, raza, pertenencia étnica, color de piel, nacionalidad, lengua, religión, creencias políticas, origen y condición social o económica, estado civil, estado de salud, trabajo o profesión, características físicas, embarazo, edad, orientación sexual, discapacidad física, intelectual o sensorial o una combinación de éstos u otros atributos, que genere injustamente la anulación, el menoscabo o la restricción del reconocimiento, goce o ejercicio de los derechos humanos, las libertades fundamentales y la igualdad real de las oportunidades de las personas en las esferas política, económica, social, cultural y civil, o en cualquier otra de la vida pública o privada, impidiendo con ello el pleno desarrollo de la persona.

Discriminar a un grupo social consiste en privarle de los mismos derechos que disfrutaban otros grupos sociales.

El derecho a la no discriminación de las mujeres fue reconocido a nivel mundial en la Convención para la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación Contra la Mujer (CEDAW), llevada a cabo en 1979; dicha convención definió la discriminación de las mujeres como:

Toda distinción, exclusión o restricción basada en el sexo que tenga por objeto o resultado menoscabar o anular el reconocimiento, goce o ejercicio por la mujer, independientemente de su estado civil, sobre la base de la igualdad del hombre y la mujer, de los derechos humanos y las libertades fundamentales en las esferas política, económica, social, cultural y civil o en cualquier otra esfera.

Además establece hacer frente a la inequidad contra las mujeres denunciando “toda forma de discriminación” padecida por ellas, incluyendo la discriminación debida al sexo, que es una característica biológica, y al género, que es una construcción social, cultural y psicológica.

¿Cómo se discrimina?

Las mujeres pueden ser sujetas a actos discriminatorios tanto en el ámbito privado -dentro del núcleo familiar, en la relación de pareja, con las amistades o compañeras y compañeros de trabajo-, como el ámbito público -dentro de las esferas política, económica, social, cultural y civil. A continuación se presenta una serie de ejemplos que ilustran algunas situaciones en donde se puede identificar el ejercicio de discriminación hacia las mujeres:

- **SALUD.** Cuando las instituciones públicas de salud niegan información sobre anticoncepción a adolescentes o a personas con una discapacidad; a las embarazadas que no pueden acceder a servicios de atención porque no tienen dinero o no están aseguradas; cuando les implantan un método anticonceptivo sin estar informadas y / o sin su consentimiento; cuando niegan un servicio de salud a personas con SIDA; cuando las mujeres desean realizarse una salpingoclasia y tienen que pedir permiso a su marido.
- **TRABAJO.** Cuando no contratan mujeres mayores de 35 años, por discapacidad o por su apariencia personal; cuando les piden el examen de gravidez para darles un empleo o las despiden si están embarazadas; cuando solicitan un trabajo y escogen al hombre por el simple hecho de ser hombre.
- **EDUCACIÓN.** Cuando no existen programas educativos bilingües para las comunidades indígenas; si en comunidades marginales no existen escuelas de educación básica, o esté limitado o restringido el cupo a las escuelas de enseñanza superior; cuando los programas educativos no consideran las condiciones y situaciones específicas que viven las niñas y mujeres, las cuales pueden ocasionar una alta deserción escolar.
- **ADMINISTRACIÓN PÚBLICA.** Cuando las mujeres se acercan a realizar un trámite y les niegan información o les piden que asista su marido; cuando les niegan un crédito por ser mujeres; cuando no pueden hacer un trámite de adopción por su orientación sexual o cuando les niegan un servicio por lo mismo. En la administración pública de justicia, cuando tienen problemas auditivos o son indígenas y no les proporcionan los servicios de traducción; cuando han sufrido un abuso sexual y al denunciarlo, las autoridades cuestionan su honorabilidad y la veracidad de los hechos.
- **DESARROLLO SOCIAL.** Cuando no les permiten entrar a un lugar porque es espacio de hombres o por su apariencia física; cuando son marginadas de grupos sociales o culturales por la manera como se visten, por su color de piel o por su orientación sexual; si les piden su identificación en espacios públicos porque traen una argolla o tienen el pelo pintado de colores; si son acusadas de cualquier hecho por su orientación sexual, su creencia religiosa o su forma de pensar.
- **FAMILIA.** Cuando a las mujeres no se les permite continuar sus estudios por ocuparse de labores

domésticas; cuando no participan de la distribución de los ingresos o cuando no se les permite opinar o tener ideas o creencias diferentes; cuando se les obliga a casarse.

-
- **SEXUALIDAD Y REPRODUCCIÓN.** Una de las formas de discriminación más fuertes que existen para las mujeres es cuando no se les permite el control de su propio cuerpo, no se les permite decidir sobre su reproductividad y su proyecto de vida.



El Sistema de Opresión Sexo-Género

Las bases del sistema de opresión que vivimos las mujeres son:

- La división sexual del trabajo y, consecuentemente, la identificación del trabajo doméstico y el cuidado de la familia como responsabilidad de las mujeres.
- La falta de información y de poder de decisión sobre la reproducción y sexualidad y la dificultad para separar la una de la otra.
- La división de la vida social en un espacio público y otro privado, siendo el primero excluyente para las mujeres. Como consecuencia, la falta de poder de las mujeres en el terreno de la política y de las estructuras económicas para participar en la transformación del sistema.

Estos mecanismos se construyen fundamentalmente en la familia y se estructuran como un sistema de relaciones económicas, políticas, sociales, culturales, sexuales y afectivas, opresivas para las mujeres y generadoras de una profunda desvalorización de las mujeres y lo femenino.

Los Pilares que Sustentan la Opresión de las Mujeres

La división sexual del trabajo

La división sexual del trabajo se refiere a la separación que existe entre las labores que realiza el hombre y las que realiza la mujer, haciendo responsable a la mujer del cuidado de la casa y del trabajo doméstico y al hombre del trabajo que genera ingresos económicos.

Como consecuencia de la mayor importancia social y valor económico que se le ha otorgado a las actividades de los hombres, las mujeres han dedicado su vida a cuidar a los hombres y a los hijos de éstos, en muchas ocasiones como esclavas, sólo a cambio de comida y techo.

Esta noción de que los servicios reproductivos y productivos de las mujeres son propiedad masculina –y con esto, la noción de que no debían ser económicamente recompensadas por sus aportes- fue impuesta en un primer momento mediante la fuerza y el temor a ésta; y gradualmente mediante la religión, las leyes, la economía, la política, la educación y las costumbres, incluso las propias mujeres comenzaron a considerar esta situación no sólo como inevitable sino deseable, ya fuera por orden divina o por características genéticas.

Al obligar, o al menos persuadir, a las mujeres para que trabajaran gratis o por una misma recompensa económica y al dar a los hombres el control legal de las finanzas del hogar y del estado, los hombres, y no las mujeres, controlaron el dinero y otros recursos económicos.

EL TRABAJO DOMÉSTICO. Desde que nacen, las mujeres son educadas para cumplir un destino: satisfacer a los otros (padres, hermanos, marido e hijos, etc.); lo hacen de muchas maneras, una de ellas es proporcionando el trabajo doméstico que se requiere para desarrollar la vida cotidiana.

Una de las ideas más frecuentes en relación al trabajo de las mujeres es que las labores domésticas no son un trabajo verdadero y que, por lo tanto, no deben tener valor económico real. La invisibilidad y desvalorización del trabajo doméstico ha sido tan eficaz que incluso las propias mujeres han aprendido a darle poco valor, un ejemplo real es la frase que repiten muchas mujeres: “no trabajo, sólo soy ama de casa”, se les ha inculcado la creencia de que estas labores las realizan por amor a su familia, de tal manera que ni ellas mismas lo reconocen como un trabajo fundamental para el sostenimiento y buen funcionamiento del hogar y la sociedad.

La desvalorización del trabajo femenino se expresa en la falta de reconocimiento de las actividades que realizan las mujeres, lo cual complica su acceso a los empleos y ocasionan que muchas de las actividades que realizan tengan lugar en las peores condiciones salariales y laborales; asimismo, es común que el salario que reciben por su trabajo sea menor al de los hombres cuando realizan la misma labor y esfuerzo. En muchos hogares, el aporte monetario de la mujer es el único recurso, sin embargo el empleo femenino sigue siendo considerado como una forma de “completar” el salario del hombre.

Es importante subrayar que sin el trabajo doméstico que realizan las mujeres, el hombre no podría generar el salario que recibe. El trabajo doméstico es un equivalente al que realiza el hombre y por lo tanto mujeres como hombres son productivos y ambos deben acordar cómo se gasta el dinero, qué se compra con él, entre otras decisiones. No existe ninguna razón para afirmar que las mujeres son “mantenidas” por sus maridos, sino que los dos, a través de su trabajo, sostienen el hogar.

La división sexual del trabajo en la sociedad se estructura a partir de la asignación del trabajo doméstico a la mujer como tarea “natural”.

La economía de un país aún excluye al parto y al cuidado de los hijos como una actividad económica productiva. Asimismo no se incluye en las mediciones de las economías nacionales otras labores esenciales realizadas por mujeres en todo el mundo: cuidar a los ancianos y enfermos, mantener un ambiente hogareño limpio, cocinar -y en algunos lugares cultivar- los alimentos y afanarse de mil maneras para sustentar y cuidar la vida.

Al principio, se creía que las mujeres sólo desarrollaban una jornada de trabajo, la que llevaban a cabo en su casa; aparentemente estas labores no eran consideradas un trabajo a pesar de que para la mayoría de las mujeres estas actividades debían desarrollarse durante muchas horas al día, incluyendo sábados y domingos. A medida que se ha investigado cómo viven y qué hacen las mujeres en sus comunidades, en las ciudades, en el campo, en el mundo, se ha ido mostrando una realidad que ocultaba las enormes cargas de trabajo que tienen las mujeres.

Fue entonces cuando se empezó a hablar de la doble jornada de las mujeres, pues aunque salieron del hogar a trabajar y completar el ingreso familiar, continuaron realizando el trabajo doméstico; y a pesar de que en algunos casos las responsabilidades económicas se compartían entre hombres y mujeres, no ocurrió lo mismo con las tareas del hogar.

A pesar de que las mujeres contribuyen decisivamente a la economía, a través del trabajo remunerado o no remunerado, no se ha avanzado en legislar políticas de igualdad sobre la contabilización del valor económico real del trabajo doméstico. Las políticas públicas han demostrado una inexistente y/o ineficiente voluntad política para analizar el papel que juegan las mujeres en la reproducción social a través del trabajo no remunerado.

En la actualidad algunos estudiosos han propuesto el desarrollo de una economía del cuidado, la cual propone la distribución de los servicios de cuidado para que no sean las mujeres las únicas responsables de dichas labores; consecuentemente, esto debería favorecer la participación activa de los hombres en las actividades domésticas y de cuidado y de esta manera se disminuyan las responsabilidades de las mujeres y sus relaciones se democratizen.

Sexualidad y reproducción de las mujeres

La opresión de la mujer también se asienta en el desconocimiento y falta de poder de decisión sobre su cuerpo, sus funciones reproductivas y su sexualidad.

En la moral sexual dominante, la sexualidad y la reproducción son aspectos que difícilmente se separan cuando se refiere a las mujeres. La sexualidad debe ser entendida como una forma de comunicación mediante todo el cuerpo y como fuente de placer y desarrollo personal, esta definición rompe los esquemas de las relaciones sexuales impuestas por la moral vigente. La procreación no es la única razón del ejercicio de la sexualidad, es una opción y nunca una obligación impuesta a las mujeres.

Un efecto positivo del auto-conocimiento de su cuerpo, es que las mujeres pueden ejercer realmente una maternidad voluntaria, es decir tener un verdadero poder de decisión sobre sus funciones reproductivas,

la elección de métodos anticonceptivos seguros y no perjudiciales para su salud, así como la posibilidad de interrumpir un embarazo no deseado, es decir abortar sin poner en riesgo su vida.

La exclusión de las mujeres de espacios públicos

La asignación de los hombres al ámbito público y las mujeres al privado tiene como resultado la falta de poder y la no participación de las mujeres en el terreno de la política y de las estructuras económicas. La sociedad identifica al terreno de la política como un espacio de los hombres y a la participación de las mujeres como una invasión a este campo.

Organizarse, participar en actividades ciudadanas o políticas que permiten a las mujeres hacer visibles sus necesidades y plantear sus propuestas, son algunas formas de romper el círculo del sistema de opresión sexo-género, tanto en el ámbito de la sexualidad y el trabajo, como de todos los demás aspectos de la desvalorización de lo femenino y de la exclusión de las mujeres.

Por otro lado, en relación a su colaboración en el ámbito laboral, la mujer ha incrementado su participación en actividades remuneradas, pero ese incremento se expresa en empleos precarios. Generalmente en actividades sin contrato o en ocupaciones técnicas y de oficina, como secretarias, maestras, vendedoras, también en actividades menos privilegiadas como la agricultura, la manufactura (costura y electrónica en las maquiladoras) y las no asalariadas manuales (vendedoras ambulantes, prestadoras de servicios en pequeña escala) o actividades por cuenta propia.

Cada vez hay más mujeres que trabajan, pero las estadísticas muestran que la mayoría ocupan puestos secundarios. Estos trabajos están relacionados con los espacios y atribuciones que la sociedad les ha otorgado a las mujeres bajo la creencia de supuestas habilidades femeninas “naturales”.

Desarrollo humano, pobreza y mujeres

En relación a la “feminización de la pobreza” podemos decir que de las personas que viven en situación de pobreza en el mundo, más del 70% son mujeres. El predominio de las mujeres entre los pobres es consecuencia del desigual acceso femenino a las oportunidades económicas, desigualdad que en lugar de disminuir aumenta. En las dos últimas décadas la cantidad de campesinas que viven en la pobreza absoluta aumentó en casi 50%. Cada vez más, la pobreza tiene rostro femenino.

Los proyectos desarrollados por el gobierno para el apoyo a la población para su mejoramiento de vida, agrava la desigualdad al otorgar la propiedad de la tierra a los hombres. En América Latina las mujeres fueron excluidas de las reformas agrarias. Los títulos de propiedad fueron asignados a los jefes de familia y se dio por supuesto que éstos eran hombres, incluso cuando se reconoció que la responsable del hogar era una mujer.

El acceso al crédito es un problema para las mujeres, además de que casi siempre quedan al margen de las acciones y programas de desarrollo. Los hombres tienen el control de insumos, tierras, activos, créditos, semillas, tecnología e infraestructura.

Los efectos de liberación y privatización afectan doblemente a las mujeres, debido a que ellas deben cumplir los papeles tradicionales y son más afectadas porque tienen menos recursos para amortiguar las consecuencias. En México se despide a los trabajadores con el fin de ahorrar recursos del gobierno, estos reajustes repercuten en la reducción de los servicios de salud, cuidado infantil, planificación familiar, educación, así como la eliminación de subsidios a la alimentación. Las mujeres pierden oportunidades para sus adelantos sociales. La comunidad y la familia restringen los bienes a los cuales las mujeres y las niñas tienen acceso.

El trabajo comunitario

En México la construcción de las comunidades ha sido responsabilidad de la comunidad misma, tanto las de carácter rural, como los nuevos barrios y colonias urbanas. En muchas ocasiones comunidades enteras han sido construidas por las propias familias y los servicios han sido producto de apoyos gubernamentales y trabajo comunitario. Muchos de los servicios, como son el mantenimiento de las escuelas, el apoyo a los servicios de salud y otros, también son obra comunitaria. Este proceso ha estado en manos de las mujeres, que han ido transformando los espacios y humanizándolos, a costa de su esfuerzo y trabajo en común. El trabajo comunitario es su tercera jornada y, al igual que las demás jornadas que ellas realizan, este trabajo tampoco es reconocido como tal.

También las actividades religiosas y culturales son realizadas por las mujeres; aunque frecuentemente el trabajo para llevarlas a cabo y su organización final, que es la que genera prestigio y estatus, está a cargo de los hombres, son mujeres quienes se hacen responsables de los trabajos cotidianos que conducen al éxito de la actividad.

A pesar de la carga que representa el trabajo comunitario, las mujeres se involucran en él por las necesidades familiares y porque ello les da la oportunidad de salir de casa y participar en actividades que las enriquecen culturalmente y las ayuda a desarrollarse. Generalmente, se da énfasis a este aspecto del desarrollo propio al hablar de “la participación de la mujer”, pero no se tiene en cuenta su verdadero valor para la sobrevivencia, calidad de vida y desarrollo social de la comunidad. El trabajo comunitario que ellas llevan a cabo es central para mantener las relaciones sociales en las colonias y los vínculos de solidaridad y apoyo mutuo.

Equidad de género

“Equidad” proviene del latín *aequus* que quiere decir “igual” y su significado está vinculado totalmente al ámbito de la justicia. La equidad es la cualidad por la que ninguna de las partes -en este caso mujeres y hombres- es favorecida de manera injusta en perjuicio de otra.

Sin embargo, la aplicación de las leyes y el acceso a las oportunidades para mujeres y hombres por igual, no reduce la desigualdad existente entre ellos; por ello tanto la legislación como las oportunidades deben ser equitativas, es decir se deben considerar las diferencias en los procesos que mujeres y hombres transitan para obtener los mismos resultados.

Para lograr cambios importantes que beneficien a todas y todos es necesario que cada persona inicie consigo misma y con quienes le rodean. Por lo tanto, es en el espacio familiar donde debemos de iniciar los cambios para la construcción de una sociedad equitativa. Pero también es necesario cambiar las estructuras y costumbres que hay en el trabajo, en la política, en las instituciones gubernamentales, para que nuestra realidad actual pueda cambiar.

Para construir formas más equitativas en las relaciones entre mujeres y hombres, es importante iniciar un proceso de transformación que nos permita desarrollar nuestro potencial humano. Es necesario interiorizar los recursos, los bienes, los derechos y los poderes. Para que las mujeres adquieran la capacidad de diálogo, de negociación, de propuestas y de acción, es preciso que conozcan y reconozcan sus recursos y sus derechos.

Referencias Bibliográficas

La información contenida en este material está tomada de los siguientes documentos:

- LOZANO, Itziar (1998)
Taller de Diseño y Planeación del Programa Regional de Género para el ACNUR en las Américas, México.
- **“ABC de Género en la Administración Pública”** (2004), en Elaboración de Proyectos y Desarrollo Social con Perspectiva de Género, Segunda Edición. Dirección General de Promoción y Enlace, Instituto Nacional de las Mujeres (INMUJERES), 2007, México.
- LOZANO, Itziar (1992)
Sobre el Cuerpo y Nuestra Identidad. Sexualidad, Maternidad Voluntaria y Violencia. CIDHAL, México.
- MURGUIALDAY, Clara y Norma Vázquez (1992)
La subordinación de la mujer: un análisis sobre nuestra vida. CIDHAL, México.
- Lamas, Martha (1997)
La Perspectiva de Género: Una Herramienta para Construir la Equidad Mujeres y Hombres. DIF, México.
- **Convención Internacional para la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación Contra la Mujer**. (CEDAW), 1979.
- **Mujeres mexicanas. Avances y perspectivas**. (1999), UNIFEM, CONMUJER, México.
- RIANE, Elisier (2000),
Nuevos caminos hacia el poder personal y el amor, II Ed. Pax, México.
- ZÚÑIGA, Elizalde Mercedes (1999),
Cuadernos Cambio tecnológico y nuevas configuraciones del trabajo de las mujeres. El Colegio de Sonora, Hermosillo.
- LARGARDE, Marcela (1997)
Género y feminismo, Desarrollo humano y democracia, Ed. Horas y Horas, Madrid.
- SAU Sánchez, Victoria
Reflexiones feministas para principios de siglo, Ed. Horas y Horas, Madrid.

AUTOESTIMA Y SEXUALIDAD

Qué es la autoestima y cómo se construye

La “autoestima” se define como el aprecio que tiene una persona por sí y resulta de la imagen, ideas, percepciones y valoración sobre sí misma. La autoestima es un aspecto vital que moviliza a todas las personas; de su estado depende nuestro desarrollo y la actitud ante nosotras/os mismas/os y ante la vida.

En “Claves feministas para la autoestima de las mujeres”, Marcela Lagarde afirma que “la autoestima es el conjunto de experiencias subjetivas y de prácticas de vida que cada persona experimenta y realiza sobre sí misma. En la dimensión subjetiva intelectual la autoestima está conformada por los pensamientos, los conocimientos, las intuiciones, las dudas y las creencias acerca de una misma, pero también por las interpretaciones que elaboramos sobre lo que nos sucede, lo que nos pasa y lo que hacemos que suceda. Es una conciencia del yo en el mundo y por ende es también una visión del mundo y la vida. Y en la dimensión subjetiva afectiva la autoestima contiene las emociones, los afectos y los deseos fundamentales sentidos sobre una misma, sobre la propia historia, los acontecimientos que nos marcan, las experiencias vividas y también las fantaseadas, imaginadas y soñadas”. Todo esto se traduce en el modo de vivir y convivir de cada una de las personas.

Al hablar de autoestima se hace referencia a una construcción personal que se inicia desde el momento del nacimiento y en la que influye el mundo que rodea a mujeres y hombres -familia, amistades, religión, escuela, trabajo, medios de comunicación. Los mensajes que estos ambientes les envían durante la infancia y adolescencia sobre su persona y sobre el modelo preestablecido de ser mujer o ser hombre, contribuyen en la conformación de la imagen que se construyen de sí mismas(os) y posteriormente de su autoestima.

El espacio familiar cercano es el que determina la autoestima de manera más directa. En el caso de las niñas, toman como primer modelo de género a su madre, imitándola. Si la niña cuenta con un modelo de ser mujer caracterizado por el respeto y la confianza en sí misma y además recibe la atención adecuada, probablemente crecerá sintiéndose una persona con valor y segura de sí, con una alta autoestima. Si por el contrario, lo que se ofrece es un esquema de subordinación y discriminación, este modelo será el que marcará su vida.

El hecho de vivir dentro de un sistema patriarcal en donde la medida de todas las cosas es el hombre, la mujer se enfrenta ante el reto constante de construir su propia identidad y su autoestima: “si soy obediente, callada, complaciente, amorosa, risueña, sacrificada, entonces seré considerada una buena mujer y seré valorada en mi entorno familiar y social; por lo contrario, si transgredo las normas no escritas de lo que es ser mujer, seré considerada una mala mujer que no sirve para nada”.

De tal forma que, mientras al hombre se le impulsa y apoya desde la infancia para que sea una persona decidida y experimentada, a la mujer se le niega y reprime en sus iniciativas propias en aras de una supuesta protección.

A continuación se presentan una serie de frases que ejemplifican las situaciones arriba descritas:

- “¡Niña estate quieta!” (a los hombres se les enseñan y permiten juegos que impliquen muchas actividades, en muchos casos fuera de casa).
- “Ayúdala a tu madre a poner la mesa” (a los hombres no se les exige que participen de las labores domésticas).

- “No vuelvas a llegar a las diez, te puede pasar algo y qué van a decir los vecinos” (a los hombres no se les cuestionan sus horarios o permisos).
- “No andes con muchos hombres porque tu reputación depende de que te des a respetar”, (el hombre que confiesa tener muchas parejas será considerado un hombre exitoso con las mujeres).
- “Mi esposa no trabaja, sólo se ocupa de la casa y de los niños” (a los hombres se les exige que cumplan con su papel de proveedores).

Este doble sistema de valores, donde lo femenino tiene menos valor que lo masculino, se manifiesta también a través del lenguaje; en la siguiente relación de atributos que presenta Ana María Daskal en su libro “Permiso para querernos. Reflexiones sobre la autoestima femenina”, se puede observar claramente la connotación diferenciada que se les otorga de acuerdo a quién están haciendo referencia, si a un hombre o a una mujer:

Hombre Público	—————	Mujer Pública	Gobernante	—————	Gobernanta
Fulano	—————	Fulana	Líder	—————	Mandona
Comunicativo	—————	Charlatana	Ordenado	—————	Obsesiva

En el caso de las mujeres estos mensajes, juicios y valores atribuidos arbitrariamente y repetidos constantemente, llegan a ser percibidos como naturales y propios, produciendo finalmente un sentimiento de auto-desvalorización; de ser merecidamente “ciudadanas de segunda”.

Al estereotipo de mujer buena, bella, delicada, comprensiva, entregada, altruista se le suma en la modernidad actual el de la supuesta “mujer realizada”, que se refiere a una supermujer que en el espacio privado/doméstico cumple con la función de subordinación asignada, pero que en el público se muestra liberada y comprometida al cien por ciento con lo que hace. Es una madre y esposa con hijos ejemplares y una casa cuidada hasta en los mínimos detalles y, a la vez, una profesionista comprometida y vanguardista.

Esta ambivalencia provoca en la mujer una ruptura interna que afecta especialmente su estima, pues el hecho de estar presionadas para llevar a cabo un conjunto de exigencias contradictorias, se constituye como una fuente de tensión y depresión que limita su desarrollo personal. Las mujeres viven en una constante presión por no cubrir las expectativas de los otros, por no ser lo que las personas –cercanas o no- quieren o esperan de ellas, limitando de esta manera su capacidad de decidir lo que personalmente desean.

Por último es importante señalar que en la conformación y estado de la autoestima influyen también otros factores: estado civil, educación, nivel socioeconómico, nacionalidad, etnia, religión, etcétera.

Consecuencias de la baja autoestima

Las constantes e innumerables exigencias que las mujeres deben cumplir junto con la imposibilidad de ser quienes realmente quieren ser, se traduce en un constante estado de baja autoestima. A través de las expresiones “no valgo para nada”, “no sé hacer nada”, “estoy horrible” y otras tantas las mujeres se auto-descalifican y confirman su bajo nivel de autoestima.

Nos encontramos ante mujeres inseguras que aceptan sin discusión las decisiones de los hombres (padre, hermano, esposo, cura, jefe, maestro, etc.), mujeres que viven el maltrato como un hecho natural y merecido, mujeres sumisas y abnegadas porque así aprendieron a ser o porque no tienen otra opción, mujeres imposibilitadas para asumir la responsabilidad de la propia vida, mujeres que reproducen la subordinación con sus hijas.

Acciones para elevar la autoestima

La autoestima es una construcción dinámica y cambiante. Si bien el entorno influye enormemente en el estado de ánimo de las personas y en su capacidad para sentirse bien o mal consigo mismas, también es cierto que cada quien dispone de la capacidad de cambio.

Actualmente, en el movimiento de mujeres existe un objetivo estratégico que consiste en la recuperación de la autoestima de las mujeres y en lograr empoderamiento personal y grupal que conduzca a una sociedad equitativa, donde tanto hombres como mujeres podamos regirnos según nuestros deseos y no por el “deber ser”.

1. El primer paso para conseguir ese cambio es el autoconocimiento; que las personas tomen conciencia de su situación y de su autoconcepto, entender quiénes son, cómo se ven a sí mismas, cuáles son sus cualidades, habilidades, limitaciones, defectos y gustos, qué piensan de sí; a través del ejercicio de autoconocimiento se desmontan mitos y falsas ideas que por distintas experiencias han elaborado las mujeres de sí mismas. Conocerse implica aceptarse y reconocer el valor que tienen las mujeres.
- 2.
3. En este primer paso es importante entender de dónde provienen los sentimientos de coraje, resentimiento y culpa que en muchas mujeres producen autodesprecio. Es necesario entender dichos sentimientos para aprender a manejar nuestra realidad y vivir con mayor tranquilidad y satisfacción. Sin embargo, aunque el coraje, el resentimiento y la culpa permanezcan es imprescindible que las mujeres continúen sintiéndose valiosas y confiadas de que su valor interno no desaparece.
- 4.
5. El segundo paso será que las mujeres ubiquen sus necesidades, deseos y proyectos, así como sus obstáculos. Finalmente, cada mujer deberá tomar las riendas de su vida, ser el centro de su vida, tomar el poder sobre ellas, empoderarse. En este punto, el contacto y el trabajo en grupo con otras mujeres, con quienes se pueden compartir y reflexionar experiencias y saberes, ayudarán enormemente.

El proceso es largo y quizá difícil, ya que conlleva el “descubrimiento” de muchos mitos, así como la desidealización de ciertas personas importantes en la vida de las mujeres; sin embargo, permite a las mujeres re-dimensionarse y convertirse en las verdaderas protagonistas y guías de sus vidas.

Claves feministas para la autoestima

Marcela Lagarde, en su Taller sobre autoestima, plantea las siguientes recomendaciones para mejorar la autoestima de las mujeres:

- Aprender de una misma: descubrir quién soy, por qué soy así, qué habilidades y cualidades tengo y para qué me han servido, qué defectos tengo, lo que me gusta de mí.
- Reconocer y aceptar que soy valiosa porque así lo entiendo y no sólo porque me lo digan otras personas.
- Darme tiempo y lugar para pensar sobre mí misma, cómo me siento, por qué. Cuáles son mis necesidades, mis deseos, mis fantasías, mis proyectos.
- Ser el centro de mi vida, que significa poner en el centro de mi existencia mis propias necesidades, intereses, deseos, proyectos y dejar de ver al otro u otros, particularmente varones, como prioritarios.
- Aprender a decidir y actuar de acuerdo con lo que yo deseo y necesito y no según lo que los otros esperan de mí.

- Eliminar el lenguaje grosero y descalificante hacia mí misma. No culpabilizarme, no insultarme ni hablar de mí con desprecio.
- Escuchar los mensajes que me envía mi cuerpo. Cuidarlo y atenderlo para sentirme bien.

Y el listado queda abierto a las claves que cada mujer identifique en sí misma.

Sexualidad

La sexualidad es algo natural, compartida por todos y todas. Cada persona posee sexualidad - no es restringido a los hombres, a los homosexuales, a las mujeres que llevan faldas cortas y ropa apretada. Todas las mujeres también la tenemos y debemos explorarla, conocerla y gozarla.

La cultura mexicana tiene una marcada influencia de la ideología judeo-cristiana, por medio de la cual hemos adquirido un modelo del patriarcado en el cual el hombre (Adán), la figura paterna, determina la ley, el orden, el castigo, el premio, etcétera. En cambio la mujer (Eva) representa la seducción, el pecado, la culpa. Para “salvar” a la imagen femenina, las doctrinas religiosas han enfatizado la virginidad y la castidad como medio de valoración de la mujer.

La ideología judeo-cristiana ha creado una división entre el cuerpo y el espíritu, lo físico y lo emocional. El cuerpo no se valora tanto como el espíritu, invoca el rechazo, la represión y el desprecio. Más que el cuerpo también se menosprecia el placer, atribuyendo más valor al dolor. Es necesario sacrificar y sentir dolor para demostrar el amor. Por eso es que existe el miedo al placer pues se asocia con el pecado, lo sucio, lo feo, lo inmoral, la culpa y el castigo, plasmado en el cuerpo y en la mente de las mujeres una notoria prohibición al placer.

Sexualidad de las mujeres

No se debe confundir la sexualidad con el sexo: son dos conceptos distintos. El sexo está relacionado con la genitalidad y sus funciones, el acto físico que se requiere para la reproducción humana. La sexualidad está directamente ligada con la naturaleza reproductiva pero no se limita a ésta.

La sexualidad es la combinación de aspectos psicológicos (la mente, la razón), emocionales (los sentimientos, el afecto) y aspectos fisiológicos (el cuerpo, lo físico).

Según la filosofía oriental, al lograr la etapa donde se integran estos tres elementos, encontraremos sentido de la vida. Ese sentido que llena, que permite disfrutar al sexo y la sexualidad deben funcionar en armonía. Sólo de esa manera podemos reivindicar, vivir y disfrutar nuestra sexualidad y tendremos la capacidad de compartirla.

Es importante explorar nuestra sexualidad no solamente para provocar mejores orgasmos, sino para derrumbar las ideas tradicionales de que la sexualidad se refiere solamente al sexo como un objeto y a las mujeres como un vehículo para llegar a un fin. Que las mujeres reconozcan su sexualidad les abre el mundo a mayor un placer; el riesgo, el reto y el compromiso es disfrutarla de manera individual y colectiva.

Las diferencias sexuales entre los hombres y las mujeres que se definen en nuestra cultura no son determinadas sólo por las diferencias biológicas, sino principalmente por procesos sociales que crean estereotipos acerca

del comportamiento y los roles masculino y femenino.

Las normas y las “reglas” sociales se dan según los deseos y necesidades del hombre. Se desconoce el mundo de la mujer, lo que provoca el propio desconocimiento de la identidad de ella. Nos han enseñado a las mujeres que no tenemos sexualidad, que no somos seres con gustos sexuales, con sentimientos eróticos, que no debemos gozar de nuestro sexo porque es sucio y cuyo único fin es la reproducción humana. Se nos niega el conocimiento y el entendimiento del placer físico y sexual, y en cambio, reproducimos la misma información a través de las generaciones.

Mito: Una mujer debe conformarse con los papeles socialmente establecidos de conducta sexual. “Papeles sexuales” socialmente aceptados para las mujeres:

- De maternidad.
- De complacer.
- De la virgen.
- De la pasividad.
- De la culpa.
-

Realidad: La mujer no tiene que limitarse a los roles establecidos porque la sexualidad puede manifestarse en una gran diversidad de formas. Tenemos el derecho de definir nuestra sexualidad en nuestros propios términos. Podemos demandar el disfrute de nuestra sexualidad y de un placer fuera de la maternidad y sumisión. Al referenciar la reproducción y el placer, las responsabilidades de la sexualidad se amplían.

La apertura del tema de la sexualidad

La etapa del conocimiento de la sexualidad ha atravesado por diversas fases. En las últimas décadas, ha evolucionado una cultura en la cual se ha abierto un discurso más amplio y honesto acerca de la sexualidad de la mujer. En los años 70 se generó el movimiento de liberación sexual, identificándose como de protesta ante la cultura imperante; éste permitió a las mujeres y a los hombres liberarse instintivamente, mas no interiormente, a los miedos y los tabúes. Existió la guerra en contra del sostén, el intercambio de parejas, y en este camino se abrió un abanico para ubicar una sexualidad diferente, pero en lo general se quedó en la revolución corporal. Esto no quiere decir que algunas personas, instituciones, grupos e instancias retomaron las propuestas latentes como ubicar a la sexualidad a través de la mente, emoción y el cuerpo.

En los años 90 se ha venido generando una segunda revolución sexual debido a la aparición de la pandemia del SIDA, en la cual se ha identificado el deseo, el erotismo, intercambio de energías, lenguaje corporal, la valoración de los géneros, el gusto de compartir con la pareja, la apertura a las diferentes orientaciones sexuales, etcétera. Hasta 1999, nos queda claro que aún no se ha gestado la revolución sexual a la amplitud que quisiéramos. A muchas de nosotras, nos ha sido difícil expresarnos como abiertas y honestas con respecto a nuestra sexualidad, pero estamos aprendiendo a definirla a nuestra manera:

- No dejar que el sexo como acto nos supere, sino crear nuestra propia experiencia y escuchar nuestros ritmos.
- Ver y expresar nuestras necesidades sexuales como válidas.
- Abrir a la expresión sexual y aceptar varias formas de ésta.
- No expresar nuestra sexualidad en el vacío.

Sexualidad como símbolo cultural

El objetivo cultural de las mujeres es encontrar la forma para cumplir con el estereotipo socialmente construido. En relación a la reproducción, entramos en un símbolo cultural impresionante, reconociendo que la mujer, para cumplir con el “DEBE SER” heterosexual debe estar dispuesta a cumplir con el rol de madre de manera excelente, porque si no, se le sanciona familiar y socialmente. La cultura sólo “le permite” dedicarse a su proyecto de vida (es decir, trabajar, estudiar, ser artistas, etcétera) siempre y cuando cumpla con su papel de madre. Si no es así, entonces está desfasada de la realidad y se le sanciona culturalmente.

Este involucramiento de ser madres es uno de los estereotipos más importantes en los que se basa la sexualidad para controlar y conducir a las mujeres hacia la reproducción de la especie. El ser madre es un concepto que identifica culturalmente a las mujeres y permite a la sociedad estar tranquila porque continúa su evolución.

El mundo de la sexualidad femenina

En principio las mujeres nos quejábamos de una falta de ternura (efectividad, emotividad); el hecho de que la monotonía y rutina de la vida cotidiana se extienda hasta la relación sexual; ausencia de caricias previas al coito y cuando las hay se centran solamente en los senos y en la boca, pero sobre todo en los genitales, a ello va unida la rapidez y brevedad en el encuentro sexual, lo cual genera en las mujeres fuertes sentimientos de estar siendo tratada como objeto sexual y no como una persona. Estos problemas se encuentran fuertemente vinculados a cómo mujeres y hombres expresamos y vivimos nuestro erotismo.

Características del Erotismo Femenino

Gran sensibilidad corporal: las mujeres tenemos el potencial de sentir nuestra sexualidad en forma global, es decir podemos disfrutar con todo el cuerpo. En esta característica influyen tres factores:

- **EL CUERPO BIOLÓGICO.** Ya que nuestros órganos genitales están dispuestos en el interior y en el exterior de nuestro organismo, esto nos genera una percepción más completa de nosotras mismas. Un ejemplo es el ciclo menstrual, en éste nuestros senos cambian, nuestro vientre, la sensibilidad de nuestros genitales aumenta o disminuye, el estado de ánimo varía, etcétera, esto nos permite tener más conciencia de nuestro cuerpo de una manera constante e integral.
- **LAS ACTIVIDADES DE LA VIDA COTIDIANA RELACIONADAS CON EL ROL FEMENINO.** En la vida diaria las mujeres desempeñamos tareas muy diversas y de manera simultánea, lo cual nos permite integrar más que disociar.
- **EL CONTACTO ENTRE LAS MUJERES.** A las mujeres no nos está prohibido el contacto corporal entre nosotras, así de niñas podemos abrazar, besar, apapachar a nuestras amigas y familiares, contacto a través del cual no hay un fin genital.

ANESTESIA GENERAL: resultado del habernos sido negado desde la infancia el acercamiento y conocimiento a nuestros genitales y especialmente en la vagina, a la cual no reconocemos como un fuerte espacio de placer. Esto es reforzado con la valoración que se hace de la feminidad como una ausencia de deseo sexual para dedicar esa energía al desarrollo de áreas más espirituales de la personalidad.

Sanz (1990) Presenta un esquema que muestra claramente los mensajes que recibimos sobre la vagina:

Vagina abierta	Mujer fácil	Desprecio	Abandono afectivo
Vagina cerrada	Mujer difícil	Valoraciones positivas	Interés del hombre

MITO: La virginidad de la mujer es de principal importancia y existe un tiempo correcto para tener relaciones sexuales por primera vez.

Existe un estigma que asegura que la virginidad en el hombre es mal vista y en cambio es sobrevalorada en la mujer, quien debe llegar a su casamiento virgen. Sin embargo, actualmente existe mucha presión de las sociedades contemporáneas para tener relaciones a una edad joven, especialmente a los hombres.

REALIDAD: No hay un tiempo socialmente correcto para tener relaciones sexuales. Nadie debe decir quién debe ser o no virgen. Lo importante es el propio tiempo, cuando cada persona esté confortable y lista emocional y físicamente. Pero la decisión de tener sexo es de mucha responsabilidad y por esta razón es importante saber los riesgos (embarazo, infecciones de transmisión sexual) y como cuidarse de ellos.

La vagina es un espacio negado para las mujeres, que parece sólo tener sentido de existir para el placer del hombre o para el nacimiento de los hijos. Muchas mujeres imaginan su vagina como un lugar peligroso, feo y sucio, tal como la veían los médicos de los siglos atrás, quienes la dibujaban llena de dientes; es evidente que dicha visión sobre los genitales de las mujeres, es producto del miedo que los varones le tienen. Sin embargo la vagina tiene un fuerte potencial generador del placer y es un espacio bello del cuerpo.

MITO: La masturbación (el hecho de obtener placer estimulado con los genitales propios) es dañina, sucia y una conducta antinatural.

REALIDAD: Es natural obtener placer de todo el cuerpo. Las mujeres nunca se deben sentir culpables si se tocan y dan placer. El auto placer es normal y sano. La masturbación, el tocamiento de los genitales no es una conducta antinatural y no provoca lesiones o enfermedades. De esta manera una mujer puede aprender a conocer su cuerpo y las cosas que le excitan. Siempre es más fácil dar y recibir placer si conocen su cuerpo y su funcionamiento.

MITO: Es anormal tener un pensamiento, sueño o experiencia homosexual.

REALIDAD: Algo seguro sobre la sexualidad es que existe diversidad. Hay diferentes estilos de vida, gustos, preferencias y diversas identidades, incluyendo hetero, homo y bisexualidad. Aunque las reglas sobre la conducta sexual dictaminan que lo “normal” es la heterosexualidad, la homosexualidad ha existido siempre. En algunas épocas y culturas la homosexualidad ha sido vista de manera natural. La historia de la sexualidad demuestra que en otras épocas las personas tenían relaciones hetero y homosexuales, sin que esto fuera estigmatizado. Es verdad que mucha gente desarrolla deseos por personas de su mismo sexo y tiene experiencias homosexuales, especialmente durante la adolescencia. Estos pensamientos, sueños o

experiencias pueden ocurrir una o varias veces, o pueden manifestar una decisión de vida. Es importante recordar que existe una gran diversidad de preferencias y todo es normal.

Las mujeres deben crear propuestas para vivir y ejercer su sexualidad de una manera distinta. Es necesario caminar y avanzar cortos, medianos y largos trechos para mejorar su condición humana para que los hombres y las mujeres identifiquen la equidad desde la cama hasta la calle, integrando los aspectos que complazcan su sexualidad.

Es importante:

- Reconocer los aspectos significativos que no permiten disfrutar la sexualidad: el desconocimiento o un conocimiento tabulado, limitado, basado en las culpas, miedos, represiones y discriminaciones; el aislamiento, la agresión, incapacidad de sostener relaciones humanas, etcétera, con la finalidad de poder trabajarlo y revertir sus efectos.
- Desarrollar la sensibilidad de la vagina, lo cual permitirá a las mujeres recuperar su cuerpo para sí mismas; tener sensaciones placenteras, diferentes a las generadas por el resto del cuerpo y poder diferenciar el placer en sí mismo y el placer con alguien.
- Que las mujeres identifiquen sus áreas de placer y ejerzan el derecho que tienen de pedir lo que necesitan.

DERECHOS HUMANOS

Qué es un Derecho

La finalidad de un derecho es crear y mantener determinado tipo de sociedad, de comportamiento y conductas humanas. Para ello es necesario establecer una serie de normas que permitan definir las reglas de convivencia que el sistema de organización social, política y económica requiere para determinado tipo de sociedad. A través de las normas se mantiene y reproduce un tipo de relación entre hombres y mujeres, las normas definen una identidad y asignan un lugar en la vida social.

Separación Público-Privado

Un aspecto muy importante para entender qué pasa con las restricciones que las mujeres tienen para recibir un trato justo en situaciones que afectan sus derechos, tiene que ver con la separación social de las personas por ser de un sexo u otro y, por ende, la división de lugares y espacios donde pueden estar o desempeñarse como seres humanos.

La distinción entre lo público y lo privado ha sido históricamente asumida como una categoría que explica los lugares de convivencia entre los hombres y las mujeres. Es por ello que las leyes definen los lugares y espacios que se adjudican para los hombres y para las mujeres, así como el goce de derechos. Las mujeres, al quedar relegadas del ámbito social y político no son reconocidas como sujetas de los mismos derechos que los hombres.

Esta cultura jurídica se encarga de excluir a lo privado y doméstico de las garantías de los derechos humanos, ocultando situaciones de discriminación que viven las mujeres. Esta distinción jurídica atenta contra una visión integral y relacional de los distintos ámbitos -social, político, privado, reproductivo-, al invisibilizar y privatizar cierto tipo de acciones y relaciones humanas y valorar otras; por ejemplo, la sexualidad, el afecto, las relaciones familiares, el placer y la reproducción, en oposición al ejercicio del poder; consecuentemente, estas diferencias automáticamente se constituyen en formas específicas de discriminación.

Qué se entiende por Derechos Humanos

Los Derechos Humanos son aquéllos que buscan garantizar una vida digna y una convivencia respetuosa y pacífica entre los países y las personas; los Derechos Humanos son propios de cada persona, y nadie los puede quitar, ni tampoco se puede renunciar a ellos.

Entre los derechos signados en la Declaración Universal de los Derechos Humanos, encontramos:

1. Derecho a la igualdad y no a ser excluidos/as de los derechos por cuestiones de raza, color, sexo, idioma, religión, opinión política o de cualquier otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento o cualquier otra condición.
2. Derecho a una vida libre de violencia.
3. Derecho a la vida, a la libertad y a la seguridad personal.
4. Derecho a no sufrir discriminación de los beneficios de esta Declaración.

5. Derecho al reconocimiento de la personalidad jurídica.
6. Derecho al casamiento (cuando se está en la edad de hacerlo), a formar una familia con igualdad de derechos y, en caso de divorcio, compartir la responsabilidad del cuidado de las hijas e hijos.
7. Derecho a la justicia y a la no esclavitud.
8. Derecho a libre expresión, opinión y a la información.
9. Derecho a la protección y a la defensa jurídica.
10. Derecho a circular libremente y elegir el lugar de residencia.
11. Derecho a tener nacionalidad.
12. Derecho a la propiedad privada y a la propiedad colectiva.
13. Derecho a la libertad de pensamiento, conciencia y religión.
14. Derecho a la libertad de reunión y asociación.
15. Derecho al trabajo con pago justo y para una vida digna, a elegir un empleo y a recibir protección en caso de desempleo.
16. Derecho a la educación para acceder a ella en sus diferentes niveles.
17. Derecho al disfrute de tiempo libre y vacaciones periódicas pagadas.
18. Derecho a la cultura y avances científicos y tecnológicos; a recibirlas y participar de ellas.
19. Derecho a la paz.
20. Derecho a la salud y al bienestar.
21. Derecho al desarrollo.
22. Derecho a un ambiente sano.
23. Derecho a la participación política.

Los Derechos Humanos se refieren a todas las actividades de nuestra vida; incluyen derechos individuales, civiles, políticos, económicos, sociales y culturales, además de los derechos de los pueblos. Cada Estado-Nación queda obligado a contar con leyes y autoridades que garanticen y respeten cabalmente los Derechos Humanos. Todas las ciudadanas y ciudadanos debemos conocer nuestros derechos, cumplir las obligaciones que de ellos se derivan y exigir al gobierno la garantía de su cumplimiento.

Derechos Humanos de las Mujeres

Si bien hombres y mujeres tenemos los mismos derechos desde que nacemos y durante toda nuestra vida, vivimos situaciones y condiciones diferentes. En sociedades como la nuestra, las mujeres viven una condición de subordinación y exclusión en relación a los hombres. Esto provoca que no accedan de la misma manera al ejercicio de sus derechos. Es por esta diferencia que se ha planteado como necesario referirse a los derechos humanos de las mujeres.

Actualmente la Constitución Política de México reconoce algunos de estos derechos y el gobierno se ha comprometido a incluir en sus legislaciones internas los compromisos firmados en los siguientes tratados y acuerdos internacionales:

- La Convención para la Eliminación de todas las formas de Discriminación hacia las Mujeres (CEDAW), 1979.
- Cumbre Mundial de la Infancia, 1990.
- Conferencia sobre Medio Ambiente y Desarrollo, 1992.
- Cumbre Mundial sobre Derechos Humanos, Viena 1992
- Cumbre Mundial de Desarrollo Social, Copenhague 1993

- IV Conferencia Internacional sobre Población y Desarrollo, 1994
- Convenio no. 169, sobre los pueblos Indígenas y Tribales, de la Organización Internacional del Trabajo (OIT), 1989.
- IV Conferencia Internacional sobre la Mujer, Beijing, 1995.

A continuación se presenta una síntesis de los Derechos Humanos de las mujeres en diferentes contextos y situaciones:

- Derechos de niñas y jóvenes. A no ser discriminadas por su edad, sexo, raza, etnia, religión u otro motivo; a un acceso universal igualitario a todos los niveles de educación formal; a la eliminación de barreras culturales y sociales que impiden que niñas y jóvenes (casadas, embarazadas o madres solteras) inicien, concluyan o continúen su educación; a una buena alimentación; a la no violencia; a no ser explotadas en forma alguna -sexual o laboralmente-; al reconocimiento de las necesidades específicas de las adolescentes; a la información y educación sexual y reproductiva, entre otros.
- Derecho al trabajo y a la autonomía económica. A participar plenamente y en condiciones de igualdad en la definición de políticas económicas; al acceso equitativo de recursos económicos; a la propiedad y control de la tierra, a la herencia, a los recursos naturales y el acceso a la tecnología; a una remuneración igual por el mismo trabajo; al acceso al empleo, la capacitación laboral, participación equitativa en trabajos especializados y puestos de dirección; a contar con horarios razonables para compartir equilibradamente las responsabilidades familiares entre hombres y mujeres, entre otros.
- Derecho a la participación política. Participación activa y equitativa en los puestos de elección popular del poder legislativo y ejecutivo local y nacional; a la asunción de altos puestos de la administración pública y órganos judiciales de manera paritaria; a participar y dirigir partidos políticos en la misma proporción que los hombres; derecho a participar en igualdad de condiciones, en la toma de decisiones públicas y privadas; a la capacitación para el fomento de liderazgos y poder de las mujeres.
- Derecho al desarrollo. Distribución equitativa de los recursos que son producto del desarrollo de bienes, patrimonio, ingresos y servicios; aumento de las oportunidades económicas de las mujeres y acceso al trabajo; acceso a la tecnología, al capital y a los sistemas de ahorro y crédito; acceso a la cultura y a la formación; a la valoración de su trabajo para el desarrollo.
- Derechos sexuales y reproductivos. A la información y educación sexual y reproductiva en todas las edades; a decidir libre, informada y responsablemente sobre el ejercicio o no de su maternidad; acceso amplio a métodos de anticoncepción; a una vida libre de discriminación en los aspectos sexuales y reproductivos; a la expresión de su sexualidad y su opción sexual; acceso a los servicios de salud sexual y reproductiva; a la eliminación de restricciones educativas, culturales, laborales, y jurídicas para su ejercicio reproductivo o sexual, entre otros.
- Derecho a la salud. Acceso a todos los servicios de atención a la salud con calidad, respeto, privacidad y gratuitos o bajo costo; a una atención integral que tome en cuenta las diferencias biológicas, médicas, psicológicas, laborales, económicas y culturales para el otorgamiento de un servicio con calidad; acceso a la información y servicios desde un enfoque de género, incorporando las problemáticas específicas en políticas y programas de gobierno.
- Derecho a la educación. Acceso a la educación en todos los niveles a mujeres de todas las edades

sin discriminación; promoción educativa de los valores de la equidad y respeto entre hombres y mujeres; acceso a la formación profesional y capacitación laboral; diversificación y ampliación de las oportunidades educativas, sobre todo en las áreas de ciencia y tecnología; integración de la educación sexual y reproductiva veraz y conforme a sus derechos en los programas educativos desde el primer nivel; participación equitativa y activa en la definición de los programas educativos.

- Derecho a un medio ambiente saludable. Participación activa en el diseño y aplicación de medidas de control del medio ambiente en todos los niveles; integración de la perspectiva de género en el diseño y aplicación de políticas de desarrollo sostenible.
- Derecho a la no violencia. A la injustificación de la violencia por ninguna costumbre, tradición o consideración religiosa; a servicios adecuados y eficientes para la prevención y atención de la violencia dentro del hogar y en la sociedad; eliminación del tráfico de mujeres y niños para fines de prostitución, matrimonios o trabajo forzados; a la investigación y castigo de actos de violencia ejercidos en los trabajos y organismos públicos, así como a integrantes de la policía, fuerzas de seguridad y armadas hacia las mujeres; a no ser botines o víctimas de guerra en conflictos armados.
- Derecho a la información y comunicación. Acceso a la comunicación sobre diseño y ejecución de políticas y programas públicos; a la libre expresión de sus derechos; a la participación y control equitativo y pleno de los medios de comunicación; a la no promoción de las imágenes distorsionadas de violencia explícita o implícita, o de control de su participación en los medios; a marcos jurídicos, condiciones económicas y tecnológicas para su desarrollo en el campo de los medios; a una difusión amplia sobre sus realidades, sus demandas y propuestas en los medios masivos de comunicación.

Derechos Sexuales y Reproductivos

Los derechos sexuales y reproductivos son el conjunto de garantías y obligaciones que tenemos todas las personas sobre nuestra sexualidad y capacidad reproductiva, hacia el logro de un estado de salud adecuado para nuestro desarrollo integral como personas y como mujeres. Por salud se entiende no sólo la dimensión física del bienestar, sino también la mental y social; es decir, reconocer que, para tener salud, también se requiere el bienestar emocional, afectivo, ambiental y económico.

SALUD SEXUAL: está encaminada al desarrollo de la vida y de las relaciones personales y no meramente al asesoramiento y la atención en materia de reproducción y de enfermedades de transmisión sexual. Es un estado de bienestar físico, emocional, mental y social relacionado con la sexualidad; no es solamente la ausencia de enfermedad, disfunción o incapacidad.

SALUD REPRODUCTIVA: es un estado general de bienestar físico, mental y social, y no de mera ausencia de enfermedades o dolencias en todos los aspectos relacionados con el sistema de reproductivo y sus funciones y procesos. La salud reproductiva entraña la capacidad de disfrutar una vida sexual satisfactoria y sin riesgos, y de procrear, y la libertad para decidir hacerlo o no, cuándo y con qué frecuencias.

Las políticas y programas de atención a la salud de las mujeres se han orientado durante mucho tiempo a la imposición de políticas de control natal, sin considerar los derechos que tienen las mujeres sobre su capacidad de decidir, así como la afectación de su salud física y mental que conllevan estas políticas.

Muchos comentarios y duda de las mujeres acerca de sus derechos sexuales y reproductivos han surgido como producto del desconocimiento de procesos biológicos, médicos, psicológicos o bien de la lógica jurídica. Por ello, para evitar que se difunda información ambigua o distorsionada, será importante dar a conocer los derechos reproductivos que han sido reconocidos por los países como México.

¿Quiénes intervienen en este proceso?

- a. Primeramente, las mujeres usuarias de un servicio de salud: son mujeres con derechos que acuden por un servicio de atención, de cuidado o de prevención a su salud sexual y reproductiva.
- b. El personal de las instituciones encargadas de proporcionar los servicios de salud, quienes deben otorgar atención con calidad, respeto y cuidado para orientar, asesorar, prevenir y atender un padecimiento relativo a estos temas.
- c. Las instituciones que tienen que cambiar sus políticas para que se definan más las responsabilidades y derechos de las mujeres.
- d. Diferentes grupos en la sociedad, unos con actitudes de respeto hacia las mujeres y otros muy conservadores que no respetan los derechos de las mujeres a decidir sobre sus cuerpos.

Cuáles son los derechos sexuales y reproductivos

DERECHOS SEXUALES: son parte de los derechos humanos e incluyen el derecho de toda persona a tener placer y a controlar su sexualidad satisfactoriamente y sin riesgos, decidiendo libre, informada y responsablemente respecto de esas cuestiones, sin verse sujeta a la coerción, discriminación y la violencia. Asimismo incluye el derecho de acceder a los servicios de salud que la protejan.

DERECHOS REPRODUCTIVOS: abarcan derechos humanos ya reconocidos en documentos nacionales e internacionales entre ellos: el derecho básico de todas las parejas e individuos a decidir libre y responsablemente el número y espaciamiento de los hijos, y a disponer de la información, la educación y los medios para ello; el derecho a alcanzar el nivel más elevado de salud sexual y reproductiva; el derecho a adoptar decisiones sobre la reproducción sin sufrir discriminación, coerción ni violencia.

Los derechos sexuales y reproductivos se relacionan con los siguientes puntos:

1. **INFORMACIÓN:** ser enterado(a) con oportunidad, veracidad y en un lenguaje comprensible, de los beneficios y de los riesgos de las intervenciones médicas.
2. **ACCESO:** recibir atención y servicios de calidad con calidez.
3. **Elección:** decidir responsable y libremente entre las diversas alternativas que existan para dar cumplimiento a su solicitud.
4. **SEGURIDAD:** recibir el tratamiento que ofrezca mejores condiciones de protección a la salud.
5. **PRIVACIDAD:** recibir información, orientación, consejería y servicios en un ambiente libre de interferencias.
6. **Confidencialidad:** que cualquier información personal proporcionada no será divulgada a terceras personas.
7. **DIGNIDAD:** ser tratado(a) con respeto, consideración y atención.
8. **CONTINUIDAD:** recibir información, servicios y suministros por el tiempo que sea requerido.
9. **OPINIÓN:** expresar sus puntos de vista acerca de la información, servicios y trato recibidos.

Cartilla de derechos sexuales y reproductivos

1. Derecho a conocer y amar nuestro cuerpo.
2. Derecho al amor, la sensualidad y el erotismo.
3. Derecho a una educación sexual y reproductiva respetuosa, clara, veraz y oportuna.
4. Derecho a la sexualidad placentera independientemente de la reproducción.
5. Derecho al ejercicio autónomo y placentero de la sexualidad, a gozarla con o sin finalidad coital, de acuerdo con sus propias diferencias.
6. Derecho a ejercer la sexualidad independientemente del estado civil o modelo familiar, y exenta de cualquier forma de violencia, abuso o acoso.
7. Derecho a contar con protección legal, jurídica y psicológica frente a la violencia sexual.
8. Derecho a ejercer la sexualidad de manera responsable y protegida.
9. Derecho a anticonceptivos seguros, gratuitos y de calidad; a la esterilización segura, efectiva y libremente decidida.
10. Derecho a la libre opción de la maternidad, a decidirla y vivirla por propia elección.
11. Derecho a servicios de calidad para la atención en el embarazo, parto, postparto, así como el derecho a la adopción y a tratamientos para la infertilidad.
12. Derecho a participar en la formulación y revisión de programas e implementación de políticas públicas de salud y población.

Fundamentos legales de los derechos sexuales y reproductivos

En salud, y específicamente en relación a los derechos sexuales y reproductivos, los derechos para las mujeres y los hombres sentados en las leyes son los siguientes:

Derecho sexual o reproductivo	Leyes que contemplan todo o algún aspecto de este derecho
Derecho a conocer y amar nuestro cuerpo.	Tener un acceso real y oportuno a la protección de tu salud, en cuanto a su preservación, conservación, mejoramiento y restauración. (Art. 4º de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos y Art 3º de la Ley General de Salud).
Derecho al amor, la sensualidad y el erotismo.	Decidir respeto de tu vida sexual, determinar cuándo, cómo y con quién expresar libremente y respetuosamente tu sexualidad. (Acuerdo de la Conferencia Internacional sobre Población y Desarrollo de las Naciones Unidas, 1994, El Cairo, Egipto).
Derecho a anticonceptivos seguros, gratuitos y de calidad; a la esterilización segura, efectiva y libremente decidida.	Obtener prestaciones de salud oportunas y de calidad idónea. Obtener atención personalizada, respetuosa y digna por parte de personas capacitadas.
(Art. 51 de la Ley General de Salud).	Decidir de manera libre, responsable e informada sobre el número y espaciamiento de tus hijos. (Art. 4º de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos y Art 3º de la Ley General de Salud).
Derecho a servicios de calidad para la atención en el embarazo, parto, postparto, así como el derecho a la adopción y a tratamientos para la infertilidad.	Tener atención médica digna y confiable durante el embarazo, parto y puerperio, así como de atención al recién nacido. (Art. 2 de la Ley General de Salud).
Derecho a participar en la formulación y revisión de programas e implementación de políticas públicas de salud y población.	Reclamar, señalar y quejarse respecto de los abusos, violaciones en la prestación de servicios recibidos, ante las autoridades sanitarias. Para ello, las instituciones públicas y privadas tienen la obligación de orientar y dar a conocer los pasos a seguir en las instalaciones donde brindan la atención. (Art. 54 y 416 de la Ley General de Salud).

La Ley General de Salud

El artículo 67 de esta ley determina el carácter prioritario de la planificación familiar como parte de los servicios de salud. También establece que este servicio debe incluir entre sus actividades:

- Proporcionar información y orientación educativa para adolescentes y jóvenes.
- El acceso a información anticonceptiva oportuna, eficaz y completa, a la pareja.
- Sanciones a quienes practiquen la esterilización sin la voluntad del/la paciente o ejerzan presiones para que éste/a la admita.

La ciudadanía de las mujeres pasa por los derechos sexuales y reproductivos y éstos pueden ser demanda común de todas las mujeres, independientemente de su clase, raza, orientación sexual o posición ideológica. Es hora de que se reconozca que las mujeres tenemos la misma naturaleza humana que los hombres y que por lo tanto debemos contar con las mismas oportunidades para desarrollar nuestras potencialidades.

Derechos Familiares

El tratamiento de los problemas familiares siempre ha recibido la connotación de asunto privado, por lo que debían ser resueltos únicamente por los involucrados. Sin embargo, con el paso del tiempo se han construido mecanismos de defensa y fortalecimiento de la seguridad e integridad de los derechos humanos de las personas dentro del espacio familiar. Una de estas leyes hace referencia a la violencia familiar, la cual señala como uno de los derechos de los miembros de una familia el respeto a la integridad física y psicológica para su desarrollo pleno, asimismo la ley prohíbe todo tipo de conductas que generen violencia. El Derecho de la Familia es el conjunto de normas jurídicas que regulan las relaciones personales y patrimoniales de los miembros que la integran, tanto en las interacciones que establecen entre sí como las que establecen con terceros. Tales relaciones se originan a partir del matrimonio y del parentesco.

Las relaciones jurídicas familiares son un conjunto de derechos y obligaciones para los integrantes de la familia y se presentan a través de tres formas: parentesco, matrimonio o concubinato.

El Parentesco

Es una relación jurídica general, es permanente y genera derechos y obligaciones tanto entre los miembros de la familia como en lo que se refiere a terceros. En Veracruz se reconocen sólo tres tipos de parentesco: consanguinidad, afinidad y civil.

- El parentesco consanguíneo es el que existe entre dos personas que descienden de un mismo progenitor. Es decir, la relación de sangre entre dos personas por compartir un pariente común. La consanguinidad tiene grados en función del número de generaciones interpuestas en el árbol genealógico. Así, la relación padre-hijo es de primer grado, mientras que la de abuelo-nieto es de segundo grado.
- Los parientes no consanguíneos son aquéllos que no presentan un vínculo de sangre pero que son parientes por un vínculo legal (matrimonio). A esta otra relación de parentesco se le denomina afinidad.

El parentesco también se clasifica en líneas:

- Línea directa: se llama así a la constituida por la serie de grados entre personas que descienden una de otra. Los ascendentes (progenitores, abuelos, etc.), los descendientes (hijos, nietos) y colateral (hermanos, tíos, primos).
- Línea colateral: es la constituida por la serie de grados entre personas que no descienden unas de otras, pero que proceden de un tronco común (hermanos, tíos, sobrinos y primos) que reconocen como progenitor.

En función del parentesco se generan diversos derechos y obligaciones tales como:

- Alimentos.
- Derechos sucesorios.
- Impedimentos para contraer matrimonio.

Matrimonio

Es la unión de un hombre y una mujer que conviven para realizar los fines esenciales de la familia como institución social y civil. El Código Civil reconoce que el matrimonio debe celebrarse ante funcionarios establecidos por la ley y cubriendo las formalidades que ella exige.

En México el matrimonio se puede disolver por:

- Muerte de alguno de los cónyuges.
- Nulidad.
- Divorcio.

Uno de los requisitos para contraer matrimonio es que ambos contrayentes sean mayores de edad, tengan 16 años cumplidos o cuenten con el consentimiento de sus padres, tutor o, a falta de éstos, con autorización del Juez de Primera instancia.

DERECHOS Y OBLIGACIONES DEL MATRIMONIO

- a) Decidir de manera libre, responsable e informada sobre el número y el espaciamiento de sus hijos. Este derecho será ejercido de común acuerdo por ambos cónyuges.
- b) Los cónyuges contribuirán económicamente al sostenimiento del hogar a su alimentación y a la de sus hijos, así como a la educación de éstos en los términos que la Ley establece, sin perjuicio de distribuirse la carga en la forma y proporción que acuerden para este efecto.
- c) Los cónyuges concertarán entre sí la distribución de las labores del hogar; a su vez el Código Civil contempla el contrato de compra-venta entre los cónyuges, cuando el matrimonio esté sujeto a separación de bienes.

REGÍMENES DE CELEBRACIÓN DEL MATRIMONIO

SOCIEDAD CONYUGAL: comprende todos los bienes que aporten los cónyuges al matrimonio, así como los que adquieran a partir de la celebración del mismo. Ambos cónyuges son dueños en un 50 por ciento. La sociedad conyugal puede terminar antes de que se disuelva el matrimonio si así lo convienen las partes.

También puede terminar a petición de alguno de los cónyuges, por los siguientes motivos:

- Si el socio administrador, por su notoria negligencia o torpe administración, amenaza arruinar a su consorcio o disminuir considerablemente los bienes comunes.
- Cuando el socio administrador hace cesión de bienes a sus acreedores o es declarado en quiebra.

SEPARACIÓN DE BIENES: puede ser anterior al matrimonio, durante éste, por convenio de los consortes o por sentencia judicial. La separación de los bienes no sólo comprende los bienes de que sean dueños los consortes al celebrar el matrimonio, sino los que adquieran después. Esta capitulación puede ser absoluta o parcial. En el segundo caso aquellos bienes que no estén comprendidos en las capitulaciones de separación, serán objeto de la sociedad conyugal que deben constituir los esposos.

Concubinato

Es la unión de un hombre y una mujer libres de matrimonio, sin impedimento legal para contraerlo, que han vivido en común en forma constante y permanente por un periodo mínimo de dos años o antes si tienen un hijo o hija en común. No se considera concubinato cuando una misma persona establece varias uniones antes descritas. Los derechos y obligaciones que genera el concubinato son los relacionados con los alimentos y bienes sucesorios, así como los relacionados con la familia.

Divorcio

El divorcio es la disolución del vínculo matrimonial que deja a los cónyuges en aptitud de contraer nuevamente matrimonio.

El divorcio se clasifica en:

- a) **Divorcio por mutuo consentimiento:** los cónyuges pueden divorciarse por mutuo consentimiento, acudiendo al juez competente en los términos que ordena el Código de Procedimientos Civiles; y una vez ejecutoriada la resolución del divorcio voluntario el juez mandará remitir copia de ella al Encargado del Registro Civil del lugar en que se efectuó el matrimonio para que, sin mayor trámite, se hagan las anotaciones en el libro correspondiente y se expida la copia certificada del acta de divorcio respectiva. Para realizar este tipo de divorcio, los esposos deberán presentar un Convenio contemplando los siguientes puntos conforme a lo dispuesto por el Código Civil de Veracruz:
 - I.- Designación de persona a quien sean confiados los hijos del matrimonio, tanto durante el procedimiento como después de ejecutoriado el divorcio.
 - II.- El modo de subvenir a las necesidades de los hijos, tanto durante el procedimiento como después de ejecutoriado el divorcio.
 - III.- La casa que servirá de habitación a cada uno de los cónyuges durante el procedimiento.
 - IV.- La cantidad que a título de alimentos un cónyuge debe pagar al otro durante el procedimiento, la forma de hacer el pago y la garantía que debe darse para asegurarlo.
 - V.- La manera de administrar los bienes de la sociedad conyugal durante el procedimiento, y la de liquidar dicha sociedad después de ejecutoriado el divorcio, así como la designación de liquidadores. A ese efecto se acompañará un inventario y avalúo de todos los bienes muebles o inmuebles de la sociedad.

b) Divorcio necesario o judicial: el divorcio sólo puede ser demandado por el cónyuge que no haya dado causa a él, y dentro de los seis meses siguientes al día en que hayan llegado a su noticia los hechos en que se funde la demanda.

Patria potestad, guarda y custodia

Patria Potestad es el conjunto de poderes y derechos que la ley acuerda a los padres sobre la persona y los bienes de sus hijos e hijas menores, para facilitar el cumplimiento de los deberes de sostenimiento y educación que pesan sobre ellos.

Aquí nace lo relacionado con la guarda y custodia, que es el derecho que tienen ambos progenitores de tener consigo a los hijos e hijas; en caso de un conflicto, el único que puede resolver es un Juez de lo familiar una vez que ha escuchado las posiciones tanto de la madre como del padre. Aquí expresamente se da cierta preferencia a la madre.

Los progenitores pueden tener la guarda y custodia compartida, pero la patria potestad la siguen ejerciendo ambos, salvo que exista sentencia que establezca lo contrario.

La patria potestad únicamente puede: perderse; limitarse; suspenderse.

La pensión alimenticia

La pensión alimenticia no sólo comprende alimentos, sino además comida, vestido, habitación y asistencia en casos de enfermedad.

Respecto de los menores, los alimentos comprenden, además, los gastos necesarios para la educación primaria del alimentario, y para proporcionarle algún oficio, arte o profesión honestos y adecuados a su sexo y circunstancias personales.

Existe también la pensión alimenticia a las personas con algún tipo de discapacidad o declarados en estado de interdicción (incapaces), que proporcione lo necesario para lograr su habilitación o rehabilitación y su desarrollo. El obligado cumple asignando una pensión o incorporándolo a la familia. Pero en dado caso de que el acreedor no quiera incorporarse a la familia, el Juez competente fijara las medidas para la administración de alimentos.

Derechos Laborales de las Mujeres

El trabajo es un derecho humano y un deber social inalienable, intransferible, basado en el respeto a la dignidad de todos los seres humanos. Los derechos laborales de las mujeres son las normas jurídicas, enfocadas a la protección de su salud, educación, dignidad y desarrollo, así como la protección de la maternidad en relación con la mujer y el producto mismo.

Los derechos laborales se derivan del derecho de igualdad, garantizada por la norma constitucional de nuestro país. Por igualdad se entiende la capacidad de toda persona para disfrutar derechos, así como para contraer obligaciones, con las limitaciones que la propia ley señala en forma específica.

Dentro del fundamento constitucional, el artículo 4º establece que el varón y la mujer son iguales ante la ley. Con la aplicación de esta norma se garantiza la igualdad jurídica de las personas de sexo femenino y masculino, lo cual significa que las mujeres y los hombres tienen los mismos derechos y obligaciones establecidas y ordenadas por las leyes.

Dentro de la normatividad laboral se debe incorporar de manera expresa la prohibición de la discriminación de género y asegurar la igualdad de derechos y se elimine así segregación laboral de las mujeres.

Igualdad en el trabajo

La igualdad en el trabajo o igualdad laboral debe entenderse como la práctica de las mismas condiciones de trabajo para todos los trabajadores, hombres y mujeres, menores o mayores, sin importar el sexo, el estado civil, su origen étnico o su raza, la clase social, la religión que profesen o ideología política.

La igualdad laboral para las trabajadoras consiste en que éstas gocen de los mismos derechos que los trabajadores; que su condición de mujeres o de madres no sea motivo de diferencia alguna en el trato, para capacitarse o para alcanzar puestos superiores, así como para integrar comisiones mixtas, sindicatos o agrupaciones.

La igualdad laboral puede explicarse en tres modalidades: igualdad de oportunidades; igualdad de trato e; igualdad de pago o remuneración.

IGUALDAD DE OPORTUNIDADES PARA LAS TRABAJADORAS

Sin tomar en cuenta sexo, edad, estado civil, gestación o las responsabilidades familiares, las mujeres trabajadoras tienen derecho a:

- Solicitar un trabajo.
- Ocupar una vacante, ser ascendida o promovida dentro de su empresa o centro de trabajo, disfrutar de una beca o de cualquiera de los servicios del sistema nacional de empleo.
- Ser capacitada, adiestrada o tener formación profesional.
- Participar en las comisiones mixtas que establecen las leyes.
- Sindicalizarse y ocupar puestos en las mesas directivas.
- Gozar de todas y cada una de las prestaciones laborales y de seguridad social.
- Recibir apoyo para atención de sus hijos menores, por ejemplo con guarderías infantiles.
- A ejercer en general, libremente y en condiciones iguales, todos los derechos de acuerdo con las leyes, los contratos y reglamentos que rijan sus relaciones laborales.

Las mujeres no están limitadas a desempeñar sólo ciertas tareas u ocupar determinados puestos de trabajo; por lo tanto, en la medida de sus gustos, intereses y aptitudes, pueden realizar cualquier actividad, en cualquier categoría. Asimismo, es necesario que las mujeres se eduquen en los mismos términos que los hombres, que conozcan y sean informadas sobre las oportunidades de capacitación, ésta es, en resumen, la clave para abrirse camino y para superarse en el trabajo.

IGUALDAD DE TRATO O DE CONDICIONES DE TRABAJO

La igualdad de trato significa que tanto las mujeres como los hombres tienen derecho a trabajar en las mismas condiciones, sin importar su situación social, edad, estado civil, número de hijos u otros motivos. Consiste en respetar las mismas jornadas, salarios, prestaciones cuando se realizan las mismas actividades, en las mismas circunstancias, en un mismo centro de trabajo, entendiendo éste como empresa o establecimiento. La igualdad de trato significa respetar la dignidad de la persona. El concepto de dignidad es difícil de explicar, pero se entiende que la persona, por el simple hecho de serlo, tiene derechos, de los cuales no puede ser despojada; éstos no podrán ser violados o reducidos, ni se le impondrán condiciones para que los disfrute.

IGUALDAD DE PAGO

La igualdad de pago es sinónimo de igualdad de remuneración. Es parte del principio de igualdad en el trato o en las condiciones de trabajo, ya que el salario es una de éstas. El derecho a la igualdad de pago genera la obligación de remunerar con la misma cantidad a los trabajadores y trabajadoras cuando desempeñan trabajos similares, bajo las mismas condiciones, laborando el mismo número de horas y produciendo la misma cantidad y calidad de trabajo.

Protección a la maternidad

En las circunstancias actuales, en nuestro avance social, la única diferencia que puede establecerse entre los derechos de la mujer y del varón, es aquélla derivada de la protección social a la maternidad, preservando la salud de la mujer y del producto en periodos de gestación y lactancia.

La protección legal abarca los periodos de gestación o embarazo, parto, puerperio y lactancia. Los derechos de maternidad son las prestaciones que tiene la trabajadora con motivo de la gestación y deben abarcar:

- Cuidar su condición fisiológica.
- Cuidar el desarrollo del producto de la concepción.
- Contar con atención médica especializada para ella y para su hijo, aún no nacido.
- Conservar su puesto de trabajo con la remuneración correspondiente y todos los derechos inherentes al mismo.

Disfrutar de descansos para atender el alumbramiento y para cuidar al recién nacido.

- Por lo tanto, los patrones no pueden:
- Rechazar a una solicitante de un trabajo por estar embarazada, promoverla o despedirla por ese motivo.
- Excluirle de beneficios, promociones, ascensos, capacitación y adiestramiento por su embarazo.
- Exigirle la renuncia a causa del embarazo, puerperio, lactancia o responsabilidades familiares.
- Disminuir cualquiera de sus derechos laborales o de seguridad social.

Situación de los derechos laborales de las mujeres en México

En los últimos años la mujer ha ido ocupando espacios en el mercado laboral, sin embargo se encuentra en una situación de desventaja en cuanto a la igualdad de oportunidades y de trato en el trabajo.

CONDICIONES DE TRABAJO

En ningún caso las condiciones de trabajo pueden ser mínimas a las establecidas por la ley. Se debe exigir un contrato en el que se establezcan de manera clara y precisa los términos de la relación laboral; esta contratación debe contener:

- Nombre, nacionalidad, sexo, edad, estado civil y domicilio de la persona que va a trabajar y del patrón.
- El tiempo que durará el contrato.
- El lugar donde se prestará el servicio.
- La duración de la jornada deberá ser máximo de ocho horas, prolongándose por circunstancias extraordinarias a tres horas diarias no más de tres veces por semana.
- El monto del salario y la compensación correspondiente en caso de horas extras, lugar, día y forma de pago.
- Las labores que se desarrollarán y la forma en la que se deben de hacer.
- Los días de descanso y vacaciones.

Los derechos de las mujeres trabajadoras son:

- Recibir un salario por el trabajo.
- Recibir un aguinaldo anual.
- Participar en las utilidades de la empresa.
- Un día de descanso a la semana, por lo menos, con goce de sueldo íntegro.

Por otro lado, las obligaciones de las trabajadoras son:

- Asistir puntualmente al trabajo.
- Cumplir con esmero las labores.
- Obedecer las medidas de seguridad e higiene señaladas en el centro de trabajo.
- Evitar actividades que pongan en peligro su seguridad y la de sus compañeros de trabajo.
- Conservar en buen estado las herramientas que proporcione el patrón.
- Prestar auxilio en siniestros o riesgos inminentes que pongan en peligro la vida o los intereses de los trabajadores y del patrón.
- Participar en las comisiones mixtas integradas en el centro del trabajo.
- Informar al patrón si se encuentra embarazada o sufre de alguna enfermedad contagiosa, en cuanto se tenga conocimiento de ella.
- No ingerir bebidas alcohólicas en el trabajo o presentarse a trabajar en estado de embriaguez.

Las obligaciones de los patrones son:

- Abstenerse de dar un mal trato.
- Proporcionar capacitación y adiestramiento.
- Cumplir con las disposiciones de seguridad e higiene para prevenir accidentes y enfermedades en el centro de trabajo.
- Cumplir con las disposiciones que establece la Ley Federal del Trabajo a favor de la mujer embarazada o periodos de lactancia.

PROTECCIÓN A LA MADRE TRABAJADORA

Si la mujer está embarazada, no debe realizar trabajos que exijan un esfuerzo considerable y signifiquen un peligro para la salud de la madre o el niño. Debe gozar de un descanso de seis semanas antes y después de la fecha estimada para el parto, conservando íntegro el sueldo y derechos adquiridos.

Durante la lactancia, tienen derecho a dos descansos extraordinarios de media hora cada uno para alimentar a su bebé en un lugar adecuado e higiénico designado por la empresa.

Si la trabajadora presta sus labores en lugares insalubres y peligrosos, el patrón tienen la obligación de reubicarla temporalmente en diversas actividades que no sean peligrosas, insalubres, antihigiénicas, sin que ello implique modificación alguna en las condiciones de trabajo de la mujer trabajadora.

La mujer que trabaja tiene derecho a disfrutar de los beneficios de la seguridad social (IMSS, ISSSTE), tales como: asistencia obstétrica, ayuda en especie por seis meses para la lactancia y la asistencia médica adecuada para dar a luz.

VIOLACIÓN DE LOS DERECHOS LABORALES

Las mujeres siguen siendo víctimas de violación de sus derechos laborales y se sigue menospreciando su capacidad en el trabajo. Para ello existen instancias creadas para atender de forma gratuita las inquietudes y demandas laborales, en donde se les orienta y canaliza ante la autoridad correspondiente. Ellas son la Procuraduría Federal de la Defensa del Trabajo y la Junta de Conciliación y Arbitraje.

El objetivo de estas instancias es brindar asesoría y asistencia a quienes tengan problemas en sus centros de trabajo derivados de la relación laboral; dar atención puntual en casos de discriminación, hostigamiento sexual, despido por embarazo, violación y violencia laboral; y, finalmente, sobre cualquier otra problemática que involucre al género en el trabajo.

Referencias bibliográficas

- FRÍES, Lorena y Verónica Matus, (1999)
El Derecho. Trama y Conjura Patriarcal, Santiago de Chile, LOM Ediciones, Col. Contraseña. Estudios de Género, serie Casandra, 141 pp.
- GARRIDO, Lucy et al., editoras, (1996)
Plataforma Beijing 95: un Instrumento de Acción para las mujeres, Santiago de Chile, ISIS Internacional, 40 pp.
- Comisión de Derechos Humanos del Distrito Federal
Con La Discriminación Todos Perdemos, Incluso Tú, Folleto, México D.F., S/F.
- JELIN, Elizabeth, (1993)
¿Ante, De, En, Y? Mujeres, Derechos Humanos, Red Entre Mujeres Diálogo Sur-Norte, Lima Perú pp. 66.
- ALPIZAR Duran, Lidia y Marina Bernal Gómez, (1998)
Mujer: los Derechos Humanos son Tuyo, Coordinación Nacional de Mujeres de Organizaciones no Gubernamentales “Por un milenio Feminista”, Morelia, México.

VIOLENCIA DE GÉNERO I

¿Qué es la violencia de género?

La violencia contra la mujer es el crimen encubierto más frecuente del mundo

Declaración de las Naciones Unidas conmemorativa del año Internacional de la Mujer, 1980.

Existen muchas formas de violencia de género. Toda discriminación realizada teniendo como razón el género de una persona, debe ser considerada como violencia. Sin embargo, es indiscutible que existen muchas evidencias de que han sido las mujeres las que han experimentado de manera más sistemática situaciones de violencia por el simple hecho de ser mujeres.

La violencia hacia las mujeres son actos de agresión física, sexual y emocional realizados contra las mujeres y afecta de manera negativa el bienestar, la integridad física o psicológica, la libertad o el derecho al desarrollo completo de una mujer.

La violencia hacia las mujeres afecta al 52% de la población mundial, ya que desafortunadamente no existe una sola mujer que no haya padecido al menos un tipo de agresión por el hecho de haber nacido mujer.

Es importante subrayar que la violencia de género no es estrictamente violencia familiar o doméstica, ya que alude a la que se ejerce contra las mujeres y no contra cualquier miembro de la familia.

En 1993, la Organización de las Naciones Unidas definió la violencia de género como:

Todo acto de violencia que resulte o pueda resultar en daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico de la mujer, incluyendo la amenaza de dichos actos, la coerción o la privación de la libertad, tanto en la vida pública como en la privada.

Existen diversas manifestaciones de violencia contra las mujeres. Desde las más evidentes como son la violación sexual, los golpes o el hostigamiento sexual, hasta otras menos evidentes y más difíciles de definir como los chantajes y el abuso sexual que se dan dentro de las parejas, los insultos y manoseos, el hostigamiento sexual en las escuelas o en el trabajo y los piropos en la calle.

La agresión sexista es un fenómeno muy antiguo, pero empezar a romper el silencio que aún la cubre es muy reciente. Cuando el movimiento feminista nació en México, uno de los temas que se abordó fue el de la violencia que viven las mujeres, llamándolas a enunciar y denunciar las agresiones que han padecido a lo largo del tiempo. A finales de los años setenta se crearon los primeros centros para la atención a las mujeres violadas, que surgieron de iniciativas del movimiento feminista, ya que el Estado y otras organizaciones políticas consideraban este hecho como un problema menor.

Mientras las relaciones entre mujeres y hombres estén basadas en el patrón “domino del hombre-subordinación de la mujer” como forma de funcionamiento de nuestra sociedad y mientras este patrón no se elimine de la mentalidad general, el menosprecio y la violencia sobre la mujer se seguirán considerando como algo “natural”.

La sociedad y la ley todavía justifican que los hombres afirmen su masculinidad y pretendan levantar su autoestima ejerciendo su poder sobre las mujeres, desde llamarlas ignorantes o pretender excluirlas de los espacios de poder, hasta culpabilizarlas de lo que a ellos no les sale bien. El hombre que es violento en casa acostumbra culpabilizar a su esposa de las agresiones, argumentando que ella las provocó. La violencia familiar, la violación sexual o el hostigamiento son formas masculinas de afirmar su poder sobre las mujeres.

Por otro lado, persiste la educación sexista tanto en la casa como en la escuela, donde frecuentemente se le da más valor y atención al niño que a la niña. Además, vivimos en medio de un culto a la violencia y a la fuerza que justifican las actitudes agresivas y de superioridad: las caricaturas infantiles, las telenovelas, las películas y las políticas de estado son un buen ejemplo de ello.

Por esta razón, los propios maltratadores de mujeres encuentran muchas excusas para su comportamiento; y es por esta razón que la sociedad ha llegado a tolerar, sin reaccionar con indignación, los continuos atropellos, la permanente violación de los derechos y los actos de violencia que los hombres de nuestra sociedad ejercen sobre las mujeres.

Ver la violencia contra las mujeres como algo natural también explica la forma en que los medios de comunicación manejan la información sobre ella, ya sea que la excluyan de las noticias destacables, la trivialicen o la manejen como algo que fue provocado por las mismas mujeres.

Es importante destacar dos aspectos al momento de analizar la violencia hacia las mujeres:

- La tendencia a culpabilizar a la víctima, es decir, a considerar que fue la mujer quien provocó el incidente de violencia hacia ella.
- El silencio que existe en torno de este problema por parte de las mujeres que la viven, ante el riesgo de que se les considere propiciadoras de la violencia, lo cual puede atraer nuevas agresiones sobre ellas. La mujer que vive violencia no se atreve a denunciarla y más bien tiende a esconderla.

Tipos de violencia hacia las mujeres

En el estado de Veracruz existe la Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia, cuyo objetivo es definir y establecer los tipos y modalidades de violencia contra las mujeres y las niñas, para que el gobierno estatal y los municipales realicen las acciones encaminadas a su prevención, atención, sanción y erradicación; para realizar estas acciones los gobiernos deben estar atentos a los principios de coordinación y concurrencia gubernamental.

Siguiendo como principios a la igualdad jurídica entre la mujer y el hombre; el respeto a la dignidad humana de las mujeres; la no discriminación y; la libertad de las mujeres, la Ley definió los diferentes tipos de violencia, que se enumeran a continuación:

VIOLENCIA PSICOLÓGICA: acto u omisión que dañe la estabilidad psíquica y/o emocional de la mujer; consistente en amedrentar, negligencia, abandono, celotipia, insultos, humillaciones, denigración, marginación, infidelidad, comparaciones destructivas, rechazo y restricción a la autodeterminación.

VIOLENCIA FÍSICA: acto que causa daño usando la fuerza física o algún tipo de arma u objeto que pueda provocar o no lesiones ya sean internas, externas, o ambas.

VIOLENCIA SEXUAL: acto que degrada o daña el cuerpo y/o la sexualidad de la víctima, que atenta contra su libertad, dignidad e integridad, como una expresión de abuso de poder que implica la supremacía sobre la mujer, al denigrarla o concebirla como objeto; se considera como tal, la discriminación o imposición vocacional, la regulación de la fecundidad o la inseminación artificial no consentidas, la prostitución forzada, la pornografía infantil, la trata de niñas y mujeres, la esclavitud sexual, el acceso carnal violento, las expresiones lascivas, el hostigamiento sexual, la violación, los tocamientos libidinosos sin consentimiento o la degradación de las mujeres en los medios de comunicación como objeto sexual.

VIOLENCIA PATRIMONIAL: acto u omisión que afecta la supervivencia de la víctima; se manifiesta en la transformación, sustracción, destrucción, retención o distracción de objetos, documentos personales, bienes y valores, derechos patrimoniales o recursos económicos destinados a satisfacer sus necesidades y puede abarcar los daños a los bienes comunes o propios de la víctima.

VIOLENCIA ECONÓMICA: acción u omisión de la persona agresora que afecta la supervivencia económica de la víctima; se manifiesta a través de limitaciones encaminadas a controlar el ingreso de sus percepciones económicas, así como la percepción de un salario menor por igual trabajo, dentro de un mismo centro laboral; también se considerará como tal el no reconocimiento de la paternidad y/o el incumplimiento de las obligaciones que se derivan de la misma.

VIOLENCIA OBSTÉTRICA: apropiación del cuerpo y procesos reproductivos de las mujeres por personal de salud, que se expresa en un trato deshumanizador, en un abuso de medicinas y enfermedades de los procesos naturales, trayendo consigo pérdida de autonomía y capacidad de decidir libremente sobre sus cuerpos y sexualidad; se considera como tal omitir la atención oportuna y eficaz de las emergencias obstétricas; obligar a la mujer a parir en posición supina y con las piernas levantadas, existiendo los medios necesarios para la realización del parto vertical; obstaculizar el apego precoz del niño o niña con su madre sin causa médica justificada, negándole la posibilidad de cargarlo y amamantarlo inmediatamente después de nacer; alterar el proceso natural del parto de bajo riesgo, mediante el uso de técnicas de aceleración, sin obtener el consentimiento voluntario, expreso e informado de la mujer y; practicar el parto por vía de cesárea, existiendo condiciones para el parto natural, sin obtener el consentimiento voluntario, expreso e informado de la mujer.

Cualesquiera otras que lesionen o sean susceptibles de dañar la dignidad, la integridad o libertad de las mujeres.

Modalidades de violencia contra las mujeres

En la Ley para el Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia de Veracruz, están definidos los lugares o las modalidades a través de las cuales se puede ejercer violencia contra las mujeres.

Violencia de Género

Cualquier acción u omisión, basada en el género, que les cause a las mujeres de cualquier edad, daño o sufrimiento psicológico, físico, patrimonial, económico, sexual o la muerte tanto en el ámbito privado como en el público y que se expresa en amenazas, agravios, maltrato, lesiones y daños asociados a la exclusión, la subordinación, la discriminación y la explotación de las mujeres y que es consubstancial a la opresión de género en todas sus modalidades afectando sus derechos humanos. La violencia de género contra las mujeres, relaciones, prácticas e instituciones sociales, y al Estado que la reproduce al no garantizar la igualdad, al perpetuar formas legales, jurídicas, judiciales, políticas androcéntricas y de jerarquía de género y al no dar garantías de seguridad a las mujeres durante todo su ciclo de vida.

Violencia en el ámbito familiar y violencia en el ámbito familiar equiparada

Acto abusivo de poder u omisión intencional, dirigido a dominar, someter, controlar o agredir de manera física, verbal, psicológica, patrimonial, económica y sexual a las mujeres, dentro o fuera del domicilio familiar, ejercida por personas que tengan o hayan tenido relación de parentesco, concubinato o que mantengan o hayan mantenido una relación de hecho con la víctima.

La violencia laboral y/o escolar

a) Violencia laboral: acto u omisión que implique abuso de poder que daña la autoestima, salud, integridad, libertad y seguridad de la víctima e impide su desarrollo y atenta contra su igualdad; se ejerce por las personas que tienen un vínculo laboral o análogo con la víctima, independientemente de la relación jerárquica.

b) Violencia escolar: conductas que dañan la autoestima de las alumnas con actos de discriminación por su sexo, edad, condición social, condición étnica, condición académica, limitaciones y/o características físicas, que les infligen maestras o maestros, personal directivo, administrativo, técnico, de intendencia, o cualquier persona prestadora de servicios en las instituciones educativas. Lo son también las imágenes de la mujer con contenidos sexistas en los libros de texto y el hostigamiento sexual.

Violencia en la Comunidad

Actos individuales o colectivos que transgreden derechos fundamentales de las mujeres y propician su degradación, discriminación, marginación o exclusión en el ámbito público.

Violencia Institucional

Son los actos u omisiones de las y los servidores públicos de cualquier orden de gobierno, resultado de prejuicios de género, patrones estereotipados de comportamiento o prácticas sociales y culturales basadas en conceptos de inferioridad de las mujeres o de subordinación a los hombres, que discriminen o tengan como fin dilatar, obstaculizar, impedir el goce y ejercicio de los derechos humanos de las mujeres, así como su acceso al disfrute de políticas públicas destinadas a prevenir, atender, investigar, sancionar y erradicar los diferentes tipos de violencia.

Violencia Femicida

Forma extrema de violencia de género contra las mujeres, producto de la violación de sus derechos humanos, en los ámbitos público y privado, conformada por el conjunto de conductas misóginas que pueden conllevar

tolerancia social e indiferencia del Estado y puede culminar en homicidio y otras formas de muerte violenta de mujeres.

Algunas formas específicas de violencia hacia las mujeres

La violencia conyugal

Una de las características de las situaciones de violencia conyugal es que la mujer, aun siendo la víctima crónica, no tiene conciencia de que no hay razón para soportar malos tratos, es ella quien siente vergüenza de lo que pasa y no se anima a hablar ni a denunciar.

Algunas de las formas que puede adoptar esta violencia son las siguientes:

- Abuso emocional. Este hecho se expresa a través de hostilidad, indiferencia y desvalorización de la mujer respecto de sus opiniones, su cuerpo y las tareas que realiza, mediante burlas, ironías e insultos. Ante este tipo de abuso, la mujer se siente inferior, culpable y pierde su autoestima. Se puede llegar a sentir estúpida, loca e incluso llegar a agredir a sus hijos, a su compañero y a ella misma.
- Abuso físico. Esta forma de violencia se manifiesta, por ejemplo, cuando el hombre empuja a la mujer, da bofetadas, tirones de cabello, patadas, le produce heridas internas, quebraduras de huesos, la amenaza con armas, le provoca lesiones y/o desfiguraciones, etcétera.
- Abuso sexual. Este tipo de abuso ocurre, por ejemplo, cuando el compañero critica el cuerpo de la mujer, sus necesidades sexuales; le exige hacer el amor con otros hombres; realiza actos sexuales que a ella no le producen placer, entre otras formas.

Hostigamiento sexual

El hostigamiento sexual es una imposición no deseada de conductas físicas y/o verbales de naturaleza sexual, en el contexto donde una persona tiene más poder que otra; este poder puede consistir en la posibilidad de dar beneficios o de imponerle castigos. Cuando no hay reciprocidad o agrado mutuo, se puede hablar de hostigamiento sexual.

Como en otras agresiones sexuales, en el hostigamiento están presentes las actitudes de dominio y poder del hombre sobre las mujeres.

Uno de los contextos en donde el hostigamiento es más grave es en el trabajo o empleo. En este medio, la trabajadora puede ser hostigada por un superior o por un igual, sin que a ella le sea posible poner fin al asedio fácilmente, ya que generalmente no se tienen pruebas contundentes de éste, y generalmente la consecuencias de denunciar el hostigamiento es el despido.

El hostigamiento también se da en la calle y en otros espacios, como es el transporte público, donde las mujeres se exponen a manoseos o piropos que son ofensivos.

En general, la tendencia social para manejar el hostigamiento sexual hacia las mujeres es decir a las mujeres y a las niñas que se cuiden, pero no se pone el mismo énfasis en exigir la sanción a la violencia o que se les enseñe a los niños y a los hombres a llevar relaciones de armonía y respeto con las mujeres.

La Violación Sexual

**Una de cada tres mujeres adultas es forzada cotidianamente a realizar el acto sexual.
Una de cada cuatro niñas es víctima de abuso sexual antes de cumplir los 16 años de edad.**

Innumerables mitos, es decir, falsas creencias, protegen a la violación sexual y apuntan a culpabilizar a la mujer. Se cree que algo en ella, su forma de vestir, de mirar, de actuar, desencadena una pasión, una excitación incontrolada de la que es víctima un hombre, quien tiene que satisfacer sus deseos impetuosos aún por la fuerza.

Aún cuando cualquiera puede ser objeto de una violación, las mujeres y las niñas son las principales víctimas (los casos de violación a hombres son excepciones a la regla), lo que lleva a pensar que la violación sexual no es un delito de clase sino de género.

En la violación se combinan dos tipos de sentimientos: la hostilidad, que se traduce en la necesidad de demostrar poder e incluye ira y odio; y el deseo de gratificación a toda costa, extrayéndola de alguien más débil. En ocasiones el violador inicia engañando, chantajeando, humillando y amenazando, es decir, ejerciendo más violencia moral y presión psicológica que violencia física. Si esto no da resultado, recurre a la violencia física. En otras ocasiones descargan la hostilidad desde un principio, golpean y llegan a matar para someter a su víctima.

La violación ocurre diaria y cotidianamente, en cualquier lugar y a cualquier hora del día o de la noche; el violador no es necesariamente una persona mentalmente enferma; puede ser el vecino, el familiar, el amigo, el patrón, el marido o un desconocido, cualquier hombre que, por pertenecer a esta cultura y manejar el tipo de racionalidad que la sostiene, considere la sexualidad como un instrumento para fortalecer las relaciones de poder de los hombres sobre las mujeres.

La violación será denunciada con mayor frecuencia cuando deje de juzgarse el comportamiento de la mujer y se establezcan condiciones mínimas de respaldo social que le permitan emprender el proceso penal sin la sanción de haber sido derrotada de antemano.

Características de quienes viven violencia

A pesar de que cada caso de violencia es particular y personal, existen algunas características que se pueden identificar en las personas que viven violencia y en quienes la ejercen. A continuación se presentan dos cuadros en donde se resumen ambos caracteres:

Características de Mujeres que Viven Violencia

1. Sienten que no pueden vivir solas.
2. Sienten que lo que hacen está mal, no cuidan su salud y enferman.
3. Se aíslan. No ven a sus familiares o amigos.
4. No toman decisiones, sólo obedecen.

5. Se sienten tristes y con ganas de llorar.
6. Posibilidad de repetir conductas violentas hacia sus hijos e hijas.

Principales Características de Hombres que son Violentos

1. Inseguridad.
2. Haber aprendido a expresar sus emociones a través de la ira.
3. Creencia en la superioridad masculina.
4. Tendencia a minimizar la gravedad de su conducta violenta ante sí mismo y ante los demás.
5. Incapacidad de asumir la responsabilidad de sus propios actos y atribuirlos a factores externos.
6. Sentirse aislado, no pide ayuda.
7. Gran necesidad de controlar a la gente, pero no a ellos mismos.
8. Desarrollar relaciones de extrema dependencia y/o de posesión.

Los mitos y la realidad sobre la mujer maltratada

Los mitos

Los mitos son creencias falsas sobre la violencia que se propagan y se mantienen porque no se cuestionan ante los hechos que se presentan en la realidad. Algunos de los más frecuentes son:

1. Se dice que las mujeres buscan deliberadamente a un hombre que tenga “mano dura”, porque si no la maltratan es señal de que no está interesado en ella.
2. Se dice que la mujer golpeada provoca la reacción violenta del hombre, por no cumplir sus responsabilidades o por no darle gusto.
3. Se dice que si la mujer golpeada denuncia el maltrato, está ventilando problemas muy privados. Lo mejor es que se calle.
4. Se dice que la mujer golpeada no puede romper una relación de maltrato porque debe quedarse con su esposo y familia para toda la vida.
5. Se piensa que la violencia conyugal se da sólo en los hogares pobres y que el hombre culto no golpea.
6. Se cree que la mujer golpeada se queda en esa relación de maltrato porque le gusta.
7. Es un mito que la violencia sexual la ejercen solamente extraños, muchas violaciones y abusos son cometidos por hombres que la víctima conoce, incluyendo parejas y amigos íntimos. Por ello los ataques ocurren en cualquier momento del día.

La realidad

La realidad ha demostrado que una mujer maltratada puede continuar en su relación por muchas razones:

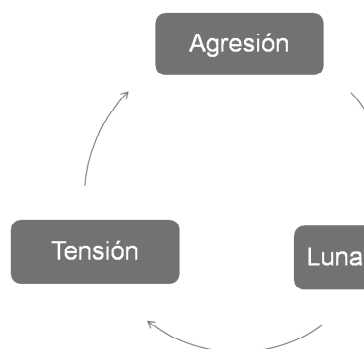
1. Porque teme a las amenazas del marido.
2. Porque cree en los arrepentimientos y peticiones de una nueva oportunidad que le hace su pareja.
3. Fundamentalmente, porque se siente sin autoestima, sin fuerzas de todo tipo para romper la situación de dependencia e incapaz de sobrevivir por sí misma y lograr que sus hijos sobrevivan.
4. Porque ignora sus derechos ante una posible separación.
5. Porque no tiene recursos económicos para sostenerse a sí misma y a sus hijos y piensa que nunca será

capaz de conseguirlos.

6. Porque nunca ha trabajado fuera de casa y, por ello, no le es fácil encontrar un empleo.
7. Porque su aislamiento y la vergüenza de hablar sobre la violencia le impide comentar sus problemas y pedir apoyo.
8. Por sus convicciones religiosas que le impiden pensar en la separación.
9. Por presiones familiares para que no abandone el hogar o cometa “locuras”.

Por cualquiera de estas razones las mujeres pueden continuar dentro de relaciones destructivas. Para apoyar a una mujer violentada a revertir esa situación es necesario asegurar que todos estos aspectos se contemplen y se atiendan.

El círculo de la Violencia



- Primera fase: acumulación de tensión, en la cual se produce una sucesión de pequeños episodios que lleva a roces entre la pareja, con un incremento constante de ansiedad y hostilidad.
- Segunda fase: episodio agudo o agresión, en la cual toda la tensión acumulada da lugar a una explosión violenta, que puede variar desde un empujón hasta el homicidio.
- Tercera fase: luna de miel, en la que se produce el arrepentimiento, a veces instantáneo, por parte del hombre, sobreviniendo un periodo de disculpas y la promesa de que nunca más volverá a ocurrir. Al tiempo vuelven a comenzar los episodios de acumulación de tensión e inicia el círculo nuevamente.

Consecuencias de la violencia

En la salud mental y física

El ejercicio de la violencia, sea desarrollada en el plano físico o en el psíquico y mental, repercute doblemente sobre la persona agredida. La consecuencia más frecuente es el desánimo generalizado de la persona agredida, orientado hacia su autodestrucción, con posible inclinación al recurso extremo del suicidio como

medio de solución. Un estado en el que la víctima carece siquiera del impulso para reaccionar; menos, para rebelarse. Sólo desea que cese la angustia del sufrir y no ve otro medio para su estado físico.

No es verdad que la violencia de tipo exclusivamente psíquica o psicológica sea de menor importancia que la física, por aquello que no dejan huella externa. Pensar esto es un error; el daño producido en estos casos es en extremo destructivo para la personalidad de quien lo soporta. La agresión psicológica puede consistir en burlas, críticas, amenazas e insultos a la mujer, en muchos casos las personas que agreden vierten sistemáticamente sobre la mujer la culpabilidad de los conflictos o las dificultades de la familia y le exigen una disponibilidad completa, sin medida ni reciprocidad, entrando en rivalidades hasta con los propios hijos. La violencia, ya sea física o estrictamente psicológica, causa en la mujer un sentimiento de temor incontrolado y de marcada inseguridad; las víctimas llegan a perder todo sentido de la propia estimación, y su estado anímico es claramente depresivo, con síntomas de ansiedad, agotamiento (estrés), pérdida del sueño e ideas de suicidio.

Las mujeres en esta situación dirigen su sufrimiento a su cuerpo y lo traducen en padecimientos físicos, con un variado conjunto de síntomas como náuseas, dolores de cabeza, palpitaciones y mareos, así como anemia y alteraciones del aparato digestivo y del ciclo menstrual. En otros casos se desarrollan comportamientos compulsivos o fóbicos, que afectan la ingestión de alimento y bebida (bulimia, anorexia, alcoholismo, obesidad), la expresión oral (verborragia) o su función como ama de casa (obsesión por la limpieza).

El daño de la violencia, sin importar el tipo o modalidad que sea, lo sufre la víctima en la total integridad de su persona.

Pero las consecuencias de la violencia no son sólo para la víctima, sino que también influyen de forma determinante en el desarrollo integral de los hijos. Alcanza asimismo a los miembros de la familia de la mujer, cuando conocen el sufrimiento de ésta; por ello les hace vivir en continua oscilación entre la zozobra por lo que pueda ocurrir y la incertidumbre de si conviene o no intervenir en la conflictiva situación, ya que tampoco ellos están a salvo del prejuicio general que sacrifica a la familia constituida para guardar el orden tradicional.

Consecuencias Físicas

- a) Consecuencias para la salud.
- b) Homicidio: numerosos estudios informan que la mayoría de las mujeres que mueren de homicidio son asesinadas por su compañero actual o anterior.
- c) Lesiones graves: las lesiones sufridas por las mujeres debido al maltrato físico y sexual pueden ser sumamente graves. Muchos incidentes de agresión dan lugar a lesiones que pueden variar desde equimosis (golpes y moretones), fracturas, hasta discapacidades crónicas. Un alto porcentaje de las lesiones requiere tratamiento médico.
- d) Lesiones durante el embarazo: las investigaciones recientes han identificado a la violencia durante el embarazo como un riesgo a la salud tanto de la madre como del feto no nacido.
- e) Lesiones a los niños: los niños en las familias violentas pueden también ser víctimas de maltrato. Con frecuencia, los niños se lastiman mientras tratan de defender a sus madres.
- f) Embarazo no deseado y a temprana edad: la violencia contra la mujer puede producir un embarazo no deseado, ya sea por violación o al afectar la capacidad de la mujer de negociar el uso de métodos

anticonceptivos. Por ejemplo, algunas mujeres pueden tener miedo de plantear el uso de métodos anticonceptivos con sus parejas por temor a ser golpeadas o abandonadas.

g) Vulnerabilidad a las enfermedades.

Consecuencias Psicológicas

a) Suicidio: en el caso de las mujeres golpeadas o agredidas sexualmente, el agotamiento emocional y físico puede conducir al suicidio. Estas muertes son un testimonio dramático de la escasez de opciones de que dispone la mujer para escapar de las relaciones violentas.

b) Problemas de salud mental: las investigaciones indican que las mujeres maltratadas experimentan enorme sufrimiento psicológico debido a la violencia. Muchas están gravemente deprimidas o ansiosas, mientras otras muestran síntomas del trastorno de estrés postraumático. Es posible que estén fatigadas en forma crónica, pero no pueden conciliar el sueño; pueden tener pesadillas o trastornos de los hábitos alimentarios; recurrir al alcohol y las drogas para disfrazar su dolor; o aislarse y retraerse. Ser víctima de violación o abuso sexual es una experiencia muy traumática y sus consecuencias pueden prolongarse por mucho tiempo. Víctimas (mujeres, niñas y niños) que han sufrido ataques sexuales describen los siguientes sentimientos:

- Temor.
- Culpa.
- Desvalorización.
- Odio.
- Vergüenza.
- Depresión.
- Asco.
- Desconfianza.
- Aislamiento.
- Marginalidad.
- Ansiedad.
- Ser diferente (se sienten diferentes a las demás).

VIOLENCIA DE GÉNERO II

Glosario de términos jurídicos en apoyo a la denuncia de la violencia

DENUNCIA: acto mediante el cual se da a conocer a las autoridades correspondientes los hechos sobre la comisión de conductas delictivas, ya sea el juez, el funcionario del ministerio público, la policía u otro funcionario público competente.

DELITO: es una acción u omisión tipificada por la ley, contraria a Derecho y sancionada por las leyes.

PROCEDIMIENTO JUDICIAL: se refiere a la forma en que se desarrolla un proceso en el cual se agotarán los trámites o formalidades exigidos por las leyes, para hacer valer los derechos de las personas.

VÍCTIMA: es la persona que sufre un daño o perjuicio, que es provocado por una acción u omisión (delito), por culpa de otra persona. El daño puede ser físico o moral.

LEY: son normas jurídicas dictadas por los legisladores. Es decir, un precepto establecido por la autoridad competente, en que se manda o prohíbe algo de acuerdo con la justicia, y para el bien de los ciudadanos y ciudadanas.

SANCIÓN: se refiere al término utilizado en derecho para describir un acto formal o una pena establecida en el código penal, derivado de una conducta contraria a derecho.

AGRESIÓN: el acto o la omisión con la finalidad de causar daño en las personas.

MÉDICO LEGISTA: son aquellos médicos especialistas que trabajan en los ministerios públicos, que se encargan de dar constancia de los hechos que se les presentan.

INSPECCIÓN OCULAR: es el conjunto de observaciones, comprobaciones y operaciones policiales especializadas, que se realizan en el lugar de un suceso o hecho delictivo, con objeto de descubrir y demostrar la verdad y sus circunstancias.

GARANTÍAS CONSTITUCIONALES: son aquellos derechos humanos garantizados en la Constitución Política de nuestro país, que se consideran como esenciales y que están especialmente vinculados a la dignidad de la persona humana.

BIEN JURÍDICO PROTEGIDO: se trata del interés protegido por las leyes de nuestro país y nuestro Estado.

El documento internacional de protección a los derechos de las mujeres más importantes es La Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW), adoptada por la ONU en 1979, firmada por México en 1980 y ratificada en 1981. Los Estados partes de la convención se obligan a legislar, impulsar políticas públicas y acciones afirmativas para erradicar y sancionar cualquier tipo de trato diferenciado, excluyente o discriminatorio, incluyendo la violencia de género.

En tanto, la Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer (Belem Do Pará, Brasil), es el único instrumento regional cuyo único propósito es detener y remediar la violencia de género. México suscribió y ratificó esta convención que exhorta a los países a crear y modificar todos los instrumentos legales y mecanismos necesarios para erradicar y detener la violencia contra las mujeres, incluida la violencia familiar.

Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia para el Estado de Veracruz

Como se revisó anteriormente, la Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia definió los tipos y las modalidades de la violencia que se busca prevenir, erradicar y sancionar en el estado de Veracruz. La Ley pretende crear el marco legal necesario para que los gobiernos lleven a cabo acciones a fin de lograr los siguientes objetivos específicos:

1. Establecer las bases y principios de la política gubernamental y de Estado para garantizar a las mujeres, desde una perspectiva de género, el acceso a una vida libre de violencia a través de medidas integrales de prevención, atención, sanción y erradicación de la violencia de género contra las mujeres y las niñas.
2. Garantizar los derechos de las mujeres y las niñas, de conformidad con los instrumentos internacionales en la materia, aprobados por nuestro país, que les permita el acceso a una vida libre de violencia, proveyendo la eliminación de las condiciones políticas, sociales, económicas y culturales que justifican, alientan y reproducen la violencia de género contra las mujeres, para generar mecanismos institucionales de aplicación de políticas de gobierno integrales con perspectiva de género.
3. Garantizar la protección institucional especializada de las mujeres víctimas de violencia de género, de sus hijas e hijos y de las instituciones profesionales, denunciantes, testigos y demás personas intervinientes.
4. Asegurar el acceso rápido, transparente y eficaz de las mujeres víctimas de violencia de género a la procuración e impartición de justicia.
5. Homologar, definir, impulsar y ejecutar la política integral de gobierno para la prevención de la violencia contra las mujeres y las niñas, la atención de las víctimas, su acceso a la justicia y la sanción y la reeducación de las personas agresoras.
6. Favorecer la recuperación y la construcción del pleno goce de los Derechos Humanos para las mujeres víctimas de violencia de género.
7. Asegurar la concurrencia, alineación y optimización de recursos e instrumentos de todo tipo que garanticen la vigencia de los Derechos Humanos de las mujeres.

Violencia en el ámbito familiar

Los modelos de prevención, atención, sanción y erradicación que establezcan los gobiernos estatal y municipal, para proteger a las víctimas de violencia en el ámbito familiar, deberán contemplar:

- Proporcionar atención, asesoría jurídica y tratamiento psicológico especializado y gratuito a las víctimas, que favorezcan su empoderamiento y reparen el daño causado por dicha violencia.
- Aplicar a la persona agresora, las medidas reeducativas, integrales, especializadas y gratuitas, para erradicar las conductas violentas, eliminando los estereotipos de supremacía de género, y los patrones machistas y misóginos que generaron su violencia.
- Evitar que la atención que reciban la víctima y la persona agresora sea proporcionada por el mismo personal profesional y en el mismo lugar; en ningún caso podrán brindar atención aquellas personas que hayan sido sancionadas por ejercer algún tipo de violencia.
- Favorecer la separación y alejamiento de la persona agresora respecto de la víctima.
- Favorecer la instalación y el mantenimiento de refugios para la víctima y sus hijas e hijos.

Algunas acciones propuestas

ATENCIÓN A LAS VÍCTIMAS

Las autoridades estatal y municipal, en el ámbito de sus respectivas competencias, deberán prestar atención a la víctima, consistente en:

- Fomentar la adopción y aplicación de acciones y programas, por medio de los cuales se les brinde protección;
- Otorgar la atención a víctimas por parte de las diversas instituciones en el ámbito de la salud, así como de atención y de servicio, tanto públicas como privadas;
- Proporcionar a las víctimas, la atención médica, psicológica y jurídica, de manera integral gratuita, expedita y en idioma que hable la víctima, si ésta fuere indígena deberá ser asistida por un intérprete que hable su misma lengua;
- Crear refugios seguros para las víctimas;
- Informar y turnar a la autoridad competente los casos de violencia de que tenga conocimiento.

REFUGIOS PARA LAS VÍCTIMAS

Los refugios deberán ser lugares seguros para la víctima; no se proporcionará su ubicación a personas no autorizadas para acudir a ellos. Éstos deben:

- Velar por la seguridad de las mujeres y de las niñas que se encuentren en ellos.
- Proporcionar a las mujeres la atención necesaria para su recuperación física y psicológica, que les permita participar plenamente en la vida pública, social y privada.
- Dar información a las víctimas sobre las instituciones encargadas de prestar asesoría jurídica gratuita.
- Brindar a las víctimas la información necesaria que les permita decidir sobre las opciones de atención.
- Contar con el personal debidamente capacitado y especializado en la materia, para proporcionar los servicios y realizar las acciones inherentes a la prevención, protección y atención de las personas que se encuentren en ellos.

Los refugios prestarán a la víctima y, en su caso, a sus hijas e hijos, los siguientes servicios especializados y gratuitos:

- a) Hospedaje.
- b) Alimentación.
- c) Vestido y calzado.
- d) Servicio médico.
- e) Asesoría jurídica.
- f) Apoyo psicológico.
- g) Programas reeducativos integrales a fin de que logren estar en condiciones de participar plenamente en la vida pública, social y privada.

- h) Capacitación, para que puedan adquirir conocimientos para el desempeño de una actividad laboral.
- i) Bolsa de trabajo, con la finalidad de que puedan tener una actividad laboral remunerada en caso de que lo soliciten.

La permanencia de las víctimas en los refugios no podrá ser mayor a tres meses, a menos de que persista su inestabilidad física, psicológica o su situación de riesgo. En ningún caso se podrá mantener a las víctimas en los refugios en contra de su voluntad.

Medidas de seguridad

ALERTAS DE VIOLENCIA DE GÉNERO

Cuando se presenten casos de violencia feminicida, los gobiernos estatal y municipal por sí solos o a solicitud de organismos de derechos humanos o la sociedad civil, dispondrán medidas para garantizar la seguridad de las mujeres y niñas, detener la violencia en su contra y eliminar las situaciones de desigualdad en que se encuentren.

El instituto o cualquier ayuntamiento podrán solicitar a la Secretaría de Gobierno, la emisión de la Declaratoria de Alerta de Violencia de Género a fin de adoptar las medidas y acciones preventivas de seguridad y justicia que procedan.

En la Declaratoria se deberá establecer:

- La identificación de los tipos de modalidades de violencia contra las mujeres;
- Precisar, en su caso, los bienes afectados;
- Determinar la circunscripción del estado que comprenda la Declaratoria;
- Establecer las medidas y acciones preventivas, de seguridad y justicia necesarias, de acuerdo a la naturaleza de la violencia;
- Señalar las acciones de orientación a la comunidad;
- Indicar los plazos y términos para llevar a cabo la evaluación de los resultados obtenidos conforme a las medidas y acciones contenidas en la Declaratoria.

ÓRDENES DE PROTECCIÓN

Las órdenes de protección son medidas precautorias y cautelares, de urgente aplicación en función del interés superior de la víctima. A solicitud de la víctima o de cualquier persona y ante la ocurrencia de un tipo o modalidad de violencia de género, la autoridad jurisdiccional ante la que se acuda otorgará órdenes de protección.

Las órdenes de protección son personalísimas e intransferibles y podrán ser de emergencia y preventivas, ambas tendrán una duración no mayor de 120 horas.

Las de emergencia deberán expedirse inmediatamente y las preventivas dentro de las 24 horas siguientes al conocimiento de los hechos que las generan.

Son órdenes de protección de emergencia las siguientes:

- Desocupación temporal por la persona agresora del domicilio, o donde habite la víctima, cuando ésta acredite la propiedad o la titularidad del contrato que le otorgue la posesión del inmueble; en caso contrario que se salvaguarde su seguridad y la de sus hijos en su caso, mediante su inmediato traslado a un refugio, albergue o domicilio de algún familiar, sin responsabilidad para la víctima;

- Reingreso de la víctima al domicilio, una vez que se salvaguarde su seguridad;
- Prohibición de molestar a la víctima en su entorno social, así como a cualquier integrante de su familia;
- Facilitar el acceso de la víctima al domicilio en común con auxilio de autoridades policíacas o de personal calificado del Sistema para el Desarrollo Integral de la Familia, para que aquélla tome sus objetos de uso personal, documentos de identidad u otros importantes de su propiedad y de sus hijas e hijos;
- La autoridad policíaca vigilará, fuera del domicilio la ejecución de la diligencia , interviniendo en caso de flagrancia;
- Advertir a la persona agresora de las consecuencias a que se hará acreedora de acercarse a la víctima o intentar cualquier acto en su contra.

Son órdenes de protección preventiva las siguientes:

- Inventario de los bienes muebles e inmuebles de propiedad común, incluyendo los implementos de trabajo de la víctima;
- Uso y goce de bienes muebles que se encuentren en el inmueble que sirva de domicilio a la víctima
- Para otorgar las órdenes de emergencia y preventivas, se considerará:
 - El riesgo o peligro existente;
 - La seguridad de la víctima; y
 - Los elementos con los que se cuente.

A la persona agresora que desacate una orden de protección prevista en esta Ley, la autoridad jurisdiccional competente aplicará los siguientes medios de apremio:

En el caso de las de emergencias:

- a) Arresto hasta por treinta y seis horas.
- b) Prohibición de acercarse al lugar en el que se encuentra la víctima, durante el tiempo que dure la protección.
- c) Prohibición de molestar a la víctima así como a cualquier integrante de su familia en su entorno social.

En el caso de las preventivas:

- a) Retención y guarda de armas de fuego o punzo cortantes o punzo contundentes que independientemente de su uso, hayan sido empleadas para ejercer el acto violento.
- b) Aplicación de las medidas reeducativas, integrales, especializadas y gratuitas a la persona agresora para erradicar las conductas violentas, mediante educación que elimine los estereotipos de supremacía de género y los patrones machistas y misóginos que generaron su violencia.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. ITZIAR Lozano (1992)
Sobre el cuerpo y nuestra identidad. Sexualidad, maternidad y violencia. CIDHAL, México.
2. PÉREZ DEL CAMPO Noriega, Ana María (1995)
Una cuestión incomprensible. El maltrato a la mujer, Ed. Horas y Horas, Madrid.
3. OTERO Blum, Isabel (1992)
Colombia Hoy Informa, Bogotá.
4. RIANE Eisler (2000)
Nuevos caminos hacia el poder personal y el amor II, Ed. Pax México, México.
5. **Ley De Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia para el Estado de Veracruz,** Veracruz 2008.

DELITOS DE GÉNERO

¿Qué es el delito?

Delito es el acto u omisión que sancionan las leyes penales. En este sentido, el delito es una conducta que realiza una o varias personas, pero dicha conducta debe ser relevante para el derecho penal, ya que no cualquiera es considerada delito, sino únicamente aquéllas que causen un daño o pongan en peligro lo protegido por el derecho penal.

La idea general del delito es la de una violación o abandono de la ley, porque ningún acto se le puede reprochar al hombre si no hay ley que lo prohíbe; un acto se convierte en delito cuando choca con la ley, puede ser malvado, dañoso, etcétera, pero no será delito si la ley penal no lo tipifica.

Delito es el acto u omisión que sancionan las leyes penales

El delito puede ser cometido por acción u omisión:

- Acción: el hacer (acción). Ejercicio de la posibilidad de hacer.
- Omisión: dejar de hacer. Abstención de hacer o decir. Falta por haber dejado de hacer algo necesario o conveniente en la ejecución de una cosa o por no haberla ejecutado.

Los delitos se clasifican de la siguiente manera:

- Contra la vida y salud personal.
- Contra la libertad y seguridad sexual.
- Contra el honor.
- Contra el patrimonio.
- Contra la familia.
- Contra la filiación.

Delitos de Género

Un delito de género es la acción u omisión culpable cometida en contra de las mujeres en función de su condición específica de género.

Las leyes aún no reflejan verdaderamente el principio de la igualdad jurídica entre la mujer y el hombre consagrado en la ley suprema; por el contrario, han sido las aliadas más importantes del sistema patriarcal. Por medio de ellas se mantiene y afianza el poder de los hombres sobre las mujeres. Las leyes, como legitimadoras del sistema, han tenido la característica de subordinar a la mujer, de controlar su cuerpo, su sexualidad y de negarle los derechos más elementales.

Los delitos de género adoptan formas diversas, incluidos la violencia en el hogar; las violaciones; la trata de mujeres y niñas; la prostitución forzada; la violencia en situaciones de conflicto armado; los asesinatos; la esclavitud sexual y el embarazo forzado; los asesinatos por razones de honor; la violencia por causa de la dote; el infanticidio femenino y la selección prenatal del sexo del feto en favor de bebés masculinos; la mutilación genital femenina y otras prácticas y tradiciones perjudiciales que afectan a las mujeres.

Los delitos de género suceden dentro de relaciones de poder desigual entre mujeres y hombres y en todos los ámbitos de la vida de las mujeres y tienen lugar en los hogares, los espacios públicos, los lugares de trabajo, las escuelas y universidad y los centros de salud.

Tipos Delitos de Género

Los delitos de género son delitos en los que las mujeres y niñas tienen un alto índice de victimización como:

- La discriminación de las personas.
- El homicidio.
- La violación.
- Las lesiones.
- La violencia familiar.
- La omisión de auxilio y cuidado.
- La trata de personas.
- El abuso erótico-sexual.
- El estupro.
- El rapto.
- El acoso sexual.
- La victimización femenina.

De acuerdo al Código Penal para el Estado de Veracruz, los delitos que se pueden clasificar como delitos de género y los artículos en los que se hace referencia a ellos son los siguientes:

Delito	Tipo
HOMICIDIO Art. 128	Al que prive de la vida a otro, se le impondrá de ocho a veinte años de prisión.
LESIONES Art. 136	Al que cause a otro un daño o alteración en salud. Si la víctima no estuviere en condiciones de formular querrela y careciere de legítimo representante, el Ministerio Público actuará de oficio.
VIOLENCIA FAMILIAR Art. 233	Al que haga uso de medios físicos o psicoemocionales contra la integridad de un miembro de la familia, independientemente de que se produzcan lesiones u omita evitar el uso de los medios a que se refiere la fracción anterior.

<p>OMISIÓN DE AUXILIO O CUIDADOS Art. 155 y 156</p>	<p>A quien lesione a una persona, así sea culposa o fortuitamente, y no le preste el auxilio inmediato que fuere posible y adecuado o, si no pudiera hacerlo personalmente, omita solicitarlo a la institución o autoridad que pueda prestarlo y no permanezca en el lugar de los hechos hasta que el auxilio sea prestado.</p> <p>Abandono de una persona incapaz de valerse por sí misma, exponiéndola a un peligro en su integridad física, siempre que tenga la obligación de cuidarla.</p> <p>A quien ilegalmente prive a otro de su libertad física se le impondrán de seis meses a ocho años de prisión y multa hasta de cuarenta días de salario.</p>
<p>PRIVACIÓN DE LA LIBERTAD Privación de la libertad física: Art. 161 Privación de la libertad laboral: Art 162 Sustracción de Menores: Art 241</p>	<p>Comete el delito de violación, quien por medio de la violencia física o moral tenga cópula con una persona de cualquier sexo.</p> <p>Se entiende por cópula la introducción del miembro viril, en el cuerpo de la víctima, por la vía vaginal, anal u oral.</p> <p>También se considera violación la introducción por vía vaginal o anal de cualquier objeto o parte del cuerpo humano distinto al miembro viril, mediando violencia física o moral, cualquiera que sea el sexo de la víctima.</p>
<p>VIOLACIÓN Art. 182</p>	<p>Si entre el activo y el pasivo de la violación existiere un vínculo matrimonial o de concubinato, el delito se perseguirá por querrela.</p>
<p>RAPTO Art. 168</p>	<p>Comete este delito quien sustraiga o retenga a una mujer por medio de la violencia física o moral, o del engaño, para satisfacer algún deseo sexual o para contraer matrimonio; el rapto sólo se sancionará cuando se cometa por medio de la violencia física o moral. Este delito se perseguirá por querrela.</p>
<p>ACOSO SEXUAL Art. 189</p>	<p>Quien con fines lascivos, hostigue o moleste reiteradamente a una persona de cualquier sexo, valiéndose de su posición jerárquica, derivada, de sus relaciones laborales, docentes, domésticas o cualquiera otra que implique subordinación</p>
<p>ABUSO ERÓTICO -SEXUAL Art. 186</p>	<p>A quien sin el consentimiento de una persona y sin el propósito de llegar a la cópula, ejecute en ella un acto erótico-sexual o la haga ejecutarlo.</p> <p>Si la víctima es menor de catorce años o incapaz de comprender el significado del hecho o por cualquier causa no pueda resistir, se impondrán prisión de cinco a ocho años y multa hasta de doscientos cincuenta días de salario.</p> <p>El delito señalado en el artículo anterior se sancionará con prisión de cuatro a diez años y multa hasta de cuatrocientos días de salario, cuando:</p> <p>I. Se hiciere uso de la violencia física o moral;</p> <p>II. Se cometa con intervención directa o inmediata de dos o más personas; o</p> <p>III. El responsable ejerza, de hecho o por derecho, autoridad sobre el pasivo, lo tenga bajo su guarda o custodia o aproveche la confianza en él depositada. En su caso, el responsable perderá además la patria potestad o la tutela.</p>

ESTUPRO Art. 185	Comete este delito quien tenga cópula con una mujer mayor de catorce y menor de dieciséis años, que viva honestamente, obteniendo su consentimiento por medio de seducción o engaño.
INCESTO Art. 248	Cometen este delito los ascendientes y descendientes consanguíneos o civiles, que tengan cópula entre sí.
TRATA DE PERSONAS Y LENOCINIO Art. 292	Quien explote el cuerpo de una persona u obtenga de ella un beneficio por medio del comercio sexual. Por cualquier medio obligue o retenga a una persona para que ejerza la prostitución contra su voluntad
DISCRIMINACIÓN DE LAS PERSONAS Art. 196	Quien, injustificadamente, por razón de edad, sexo, embarazo, estado civil, raza, idioma, religión, ideología, orientación sexual, color de la piel, nacionalidad, origen, posición social, trabajo, profesión, posición económica, carácter físico, discapacidad o estado de salud: I. Provoque o incite al odio o a la violencia contra una o mas personas; II. En el ejercicio de sus actividades profesionales, mercantiles o empresariales, niegue a una persona un servicio o una prestación; III. Veje o excluya a alguna persona o grupo de personas cuando con esas conductas se cause un daño material o moral; o IV. Niegue o restrinja derechos laborales.
FEMINICIDIO	El feminicidio es la culminación de variadas formas de violencia contra las mujeres: de género, clase, étnica, edad, ideológica y política que “se concatenan y potencian en un tiempo y un territorio determinados y culminan con muertes violentas: homicidios, accidentes mortales e incluso suicidios que suceden y no son detenidos ni prevenidos. Más aún, a los homicidios se suman la violencia de la injusticia y la impunidad.

Feminicidio

En el feminicidio concurren en tiempo y espacio daños contra mujeres realizados por conocidos y desconocidos, violadores, asesinos individuales y grupales, ocasionales o profesionales, que conducen a la muerte cruel de algunas de las víctimas.

Algunos de los delitos son cometidos por conocidos, como parejas, parientes, novios, esposos, acompañantes, familiares, visitas, colegas y compañeros de trabajo; también son perpetrados por desconocidos y anónimos, por grupos mafiosos de delincuentes ligados a modos de vida violentos y criminales. Sin embargo, todos tienen en común que las mujeres son usables, prescindibles, maltratables y desechables. Y, desde luego, todos coinciden en su infinita crueldad y son, de hecho, crímenes de odio contra las mujeres.

La Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia para el Estado de Veracruz define la violencia

feminicida como la forma extrema de violencia de género contra las mujeres, producto de la violación de sus derechos humanos, en los ámbitos público y privado, las cuales pueden terminar en homicidio y otras formas de muerte violenta de mujeres.

Estudios han demostrado que estas conductas violentas son consecuencia de la discriminación contra las mujeres que prevalece en nuestro Estado, la cual va acompañada por una gran desvalorización de las mujeres, la desigualdad entre hombres y mujeres y las costumbres culturales.

Pero no es sólo cuestión de odio hacia las mujeres, sino la posición de las mujeres en la sociedad unida a la misoginia (odio hacia las mujeres), hace que las mujeres estén en riesgo de recibir violencia.

Que podemos hacer las mujeres ante esta situación:

- Difundir los derechos humanos de las mujeres.
- Promover una educación de respeto y cooperación en la convivencia.
- Exigir ante la sociedad una cultura de igualdad en la diversidad.
- Ejercer nuestra ciudadanía de manera plena.
- Denunciar los delitos.

Mecanismos legales en caso de existir un delito de género

Código Penal para el Estado de Veracruz

Discriminar significa diferenciar, distinguir, separar una cosa de otra. La discriminación es una situación en la que una persona o grupo es tratada de forma desfavorable a causa de prejuicios, generalmente por pertenecer a una categoría social distinta; entre esas categorías se encuentran la raza, la orientación sexual, la religión, el rango socioeconómico, la edad y la discapacidad.

En nuestro Código Penal se establece en el Artículo 196 que: se impondrán de seis meses a dos años de prisión y hasta cien días de trabajo en favor de la comunidad a quien, injustificadamente, por razón de edad, sexo, embarazo, estado civil, raza, idioma, religión, ideología, orientación sexual, color de la piel, nacionalidad, origen, posición social, trabajo, profesión, posición económica, características físicas, discapacidad o estado de salud:

- Provoque o incite al odio o a la violencia contra una o más personas.
- En el ejercicio de sus actividades profesionales, mercantiles o empresariales, niegue a una persona un servicio o una prestación.
- Veje o excluya a alguna persona o grupo de personas cuando con esas conductas se cause un daño material o moral.
- Niegue o restrinja derechos laborales.

Al servidor público que en ejercicio de su función incurra en alguna de las conductas previstas en este artículo o niegue o retrase a una persona un trámite o servicio al que tenga derecho, además de las sanciones previstas, se le impondrán destitución e inhabilitación para el desempeño de cualquier cargo, empleo o comisión públicos, hasta por el mismo lapso de la prisión impuesta.

Norma Oficial Mexicana (NOM-190-SSA) para la atención médica de la violencia familiar

El objetivo de la norma es establecer los criterios a observar en la atención médica y la orientación que se proporcionan a las y los usuarios que se encuentren involucrados en situaciones de violencia familiar. Las instituciones de salud proporcionarán servicios con el fin de promover, proteger y restaurar la salud física y mental de las y los usuarios involucrados en situación de violencia familiar.

Además realizarán campañas de promoción de relaciones no violentas, de prevención de la violencia familiar, la detección y el diagnóstico de las personas que viven esa situación, la evaluación del riesgo en que se encuentran, la promoción, protección y restauración de su salud física y mental.

Los médicos de las instituciones de salud deben dar aviso al Ministerio Público y cumplir con los siguientes pasos:

1. Realizar el llenado de un formato especial, donde se especifique qué tipo de lesiones u otros signos que se consideren son originados por violencia familiar.
2. Dar aviso al Ministerio Público o a la Agencia Especializada en Delitos Sexuales y contra la Familia.
3. En caso de ser necesario, solicitar la intervención de las autoridades para que acuda un médico legista a la unidad de salud.
4. Informar y orientar a la usuaria afectada por violencia familiar, sobre la posibilidad que tiene de denunciar ante la Agencia del Ministerio Público.
5. En los casos donde no prevalezca una urgencia médica, una vez que se hayan brindado los primeros auxilios médicos y sea su voluntad, la o el involucrado será canalizado a la Agencia del Ministerio Público o a la Agencia Especializada en Delitos Sexuales y contra la Familia, debiendo ser acompañado por personal del servicio de trabajo social.

Acciones para la justicia

Procuración de justicia

Dentro de las primeras acciones de políticas públicas por parte del Estado es la creación de las Agencias Especializadas en Delitos Sexuales y contra la Familia, las cuales dependen directamente de la Procuraduría de Justicia del estado, en estas agencias se desarrolla un modelo de atención para las mujeres que sufren violencia.

Como parte de la procuración de justicia, también se crearon los Centros de Atención a Víctimas del Delito, en este espacio se brinda apoyo legal a las mujeres, asistencia psicológica y social.

Reparación del daño

Una de las demandas fundamentales de las mujeres es exigir que el daño causado le sea reparado en la medida de lo posible. Por supuesto que las lesiones físicas, su tratamiento y su recuperación suelen ser fácilmente cuantificadas, no así la afectación que sufren en los terrenos psicológicos y moral.

Es importante mencionar que la reparación del daño moral y material en las víctimas debe ser asumida por

el agresor en correspondencia a lo que establece la ley.

Qué hacer en caso de vivir violencia

- Ve a la clínica o centro de salud más cercano para que seas atendida y solicita un reporte médico, te será de mucha utilidad si decides denunciar.
- Si no puedes acudir al centro de salud, llama a la línea 066, donde te orientarán y podrán enviar una patrulla, la cual te brindará atención y te trasladará para que te brinden atención médica.
- Si decides denunciar acude inmediatamente a la Agencia del Ministerio Público o a la Agencia Especializada en Delitos Sexuales y contra la Familia más cercana para que presentes tu denuncia.
- Trata de dar la información más completa sobre lo que te ocurrió, lee o pide que te lean tu denuncia antes de firmarla, para que compruebes que todo quedó tal y como lo dijiste y por último pide una copia. Es muy importante pedir una copia de tu denuncia, para dar seguimiento al proceso legal.

Procedimiento penal

¿Cómo presentar una denuncia?

a) A dónde acudir:

- Agencia Especializada en Delitos Sexuales y contra la Familia.
- Agencia del Ministerio Público.
- Instancia Municipal de las Mujeres.
- Instituto Veracruzano de las Mujeres (línea 075 para asesoría y orientación).

b) Cuando presentas una denuncia, tienes derecho a:

- Ser atendida con calidez, de manera seria y respetuosa.
- Ser atendida en un espacio privado, donde puedes estar acompañada de una persona de tu confianza.
- Recibir atención médica y psicológica gratuita.
- En cualquier momento, tienes derecho a recibir información sobre tu procedimiento ante la autoridad.
- Denunciar cualquier maltrato por parte de las autoridades.

c) Los pasos básicos para presentar una denuncia ante la Agencia Especializada en Delitos Sexuales y contra la Familia son los siguientes:

1. Declaración de la víctima, que contiene una narración detallada de los hechos.
2. Solicitar al médico legista que examine a la víctima del delito.
3. Solicitar citas en las áreas psicológica y de trabajo social de la Agencia.
4. Solicitar al Ministerio Público una inspección ocular del lugar de los hechos.
5. Declaración de los testigos, si los hubiera.

d) Solamente si se comprueba que existió violencia, la investigación será turnada al juez competente.

e) El seguimiento de la investigación lo realizará el ministerio público (en representación de la víctima) hasta su conclusión.

CIUDADANÍA Y LIDERAZGO

¿Qué es Ciudadanía?

El concepto de ciudadanía sintetiza el conjunto de principios, valores, actitudes y modos de conducta a través de los cuales las personas se reconocen como pertenecientes a un grupo humano que poseen derechos. Este grupo humano se ubica en un espacio geográfico político y social, que es una nación.

Somos ciudadanas y ciudadanos porque: tenemos derechos; pertenecemos a una comunidad; tenemos una identidad nacional; podemos elegir y ser elegidas en la definición de nuestros y nuestras representantes y en la exigencia del cumplimiento de sus funciones para el bienestar de toda la población; podemos y debemos participar en la toma de decisiones en los asuntos que nos afectan a todos y a todas, y en general, en la vida pública con acciones y propuestas para mejorar el país.

Ciudadanía y democracia no son sólo conceptos que se relacionan, sino que uno no puede existir sin el otro. La palabra democracia, de origen griego que literalmente significa “autoridad del pueblo”, encierra la intención por construir modelos de organización social sustentados en una voluntad colectiva.

La democracia es básicamente un sistema de toma de decisiones que busca garantizar la participación de la mayor cantidad posible de personas en los asuntos que les competen. En el caso de las naciones, la democracia se relaciona necesariamente con la voluntad del pueblo para decidir el interés colectivo y el rumbo de su país.

La condición de ciudadana o ciudadano es contraria a la condición de súbdito. Cuando vivimos en un sistema democrático y no en uno autoritario, ser ciudadana o ciudadano es condición de soberana/o, es decir que son las/os ciudadanos quienes toman las decisiones y designan a sus gobernantes mediante distintos mecanismos, además cuentan con marcos legales que garantizan este ejercicio o poder de decisión.

Un estado que se organiza de manera democrática reconoce que el poder político ejercido por el gobierno debe estar sustentado en la voluntad del pueblo, es decir, el máximo poder de decisión de una nación democrática debe ser el que ejerce, de manera soberana, el pueblo que lo eligió como su representante.

La democracia, para que sea un sistema de relaciones y organización de una sociedad, incluye ciertos principios como son: la libertad, la igualdad, la justicia, la legalidad, así como la equidad, el respeto a la diversidad y a la pluralidad, y también la tolerancia. Supone también la creación de una estructura política que concrete los principios democráticos, como es la división de poderes; un sistema organizativo, a través de la creación y sostenimiento de instituciones que garanticen el ejercicio democrático; la existencia de mecanismos que mantengan la soberanía del pueblo; el desarrollo de las condiciones sociales, políticas, económicas y culturales que permitan que la población ejerza plenamente sus derechos, y un marco legal que dé certidumbre del desarrollo democrático y la garantía de la aplicación de los derechos de la ciudadanía.

Ciudadanía Integral

La construcción de los derechos ciudadanos

La construcción de la ciudadanía incluye tres dimensiones: la civil, la política y la social. Estos tres aspectos se dieron en diferentes momentos, evolucionaron en diversas partes del mundo y en determinados momentos históricos.

- Expresa libremente sus ideas.
- Accede a los medios de comunicación y difunde propuestas.
- Recibe información que pida y/o requiera de sus gobernantes.
- Puede entrar y salir del país libremente.
- Cuando es juzgada o tiene un trato digno en el cumplimiento de una falta, pero sobre todo, cuando los sistemas judiciales hacen justicia a la violación de sus derechos humanos.
- Promueve la organización social y participa en su comunidad de manera organizada.
- Vota por sus representantes populares o es votada/o para ocupar estos cargos.
- Participa en el gobierno asumiendo responsabilidad de ser funcionaria o funcionario del servicio público.
- Se asocia con fines políticos, en partidos o agrupaciones políticas.
- Expresa y propone alternativas para la solución de los problemas comunes, y participa en la toma de decisiones de su comunidad, ciudad, región o país.
- Se reúne con fines políticos y participa o forma organizaciones para influir en la definición de la política pública.
- Accede a servicios de salud con calidad y son respetados sus derechos en la atención.
- Cuenta con escuelas de todos los niveles educativos y tiene una educación gratuita garantizada hasta el nivel medio, con calidad, laica e integral.
- Tiene posibilidades de tener una vivienda digna.
- Tiene trabajo y ejerce sus derechos laborales.
- Cuenta con sistemas de seguridad que garantizan su integridad y la seguridad de su vida.
- Puede asistir libremente y participar de asociaciones religiosas según su creencia, sin imponer a nadie su religión.
- Accede a medios de comunicación propios para el beneficio de su comunidad, así como es difundida por los medios de comunicación su realidad e identidad, sus necesidades, problemáticas y propuestas.
- Cuando es respetada y cuidada su cultura regional o étnica.
- Cuenta con infraestructura y promoción del Estado para las artes, la expresión artística y cultural, la preservación de su patrimonio cultural, la promoción y educación artística y cultural.
- Cuando se promueve y se beneficia de los avances científicos y tecnológicos en su comunidad. Cuando puede aprender y acceder a nuevas tecnologías.
- Cuando se puede capacitar en nuevas habilidades y conocimientos.

Los derechos de la ciudadanía son la garantía de una democracia, pues en su cumplimiento se basa su estabilidad, así como la convivencia en paz y el respeto ajeno. Los derechos de la ciudadanía son los que permiten construir comunidades habitables, relaciones equitativas y justas; los que permiten tener representantes políticos decididos libremente por la población; facilitan la obtención de una respuesta clara por parte de los diferentes sectores, grupos sociales, grupos de edad, de diferentes etnias y culturas que tienen que solucionar situaciones problemáticas; y los que proporcionan mecanismos idóneos para la existencia de una sociedad participativa y propositiva.

La Ciudadanía de las Mujeres

A pesar de que las mujeres somos el 52% de la población de este país, su ciudadanía no es reconocida plenamente, ni es ejercida en su totalidad. La historia del reconocimiento de los derechos de las mujeres no ha sido un camino fácil. A pesar de que en diferentes pactos internacionales se incluyó a los derechos de las mujeres, su condición de marginación, exclusión y discriminación no ha cambiado sustancialmente, y sus derechos no son reconocidos por muchos pueblos.

Es por ello importante tener claro que las mujeres como ciudadanas tienen derecho a:

- Que se les reconozca la ciudadanía plena.
- Votar y ser votadas para cualquier cargo de elección popular, tanto federal como estatal.
- Intervenir en las cuestiones políticas y sociales de México.
- Asociarse u organizarse para tomar parte en los asuntos del país.
- Estar informadas y tener acceso a la información, tomando en cuenta sus condiciones de vida (si saben leer o no) o sus situaciones (si hablan español o alguna lengua indígena).
- Promover los cambios que crean necesarios en la forma de gobierno.
- Exigir que se establezcan todos aquellos mecanismos que les permitan cumplir con sus obligaciones de ciudadana.

Asimismo, las mujeres como ciudadanas tienen la obligación de:

- Participar en las decisiones de su comunidad, ciudad, estado y país.
- Participar en el mejoramiento de las condiciones de vida de la población.
- Expresar sus ideas y propuestas, respetando el derecho de otras y otros a expresarse libremente.
- Vigilar al gobierno en el cumplimiento de su mandato.
- Estar informadas.
- Participar en las elecciones populares.
- Desempeñar los cargos para los que sean nombradas, tanto federales como estatales.
- Exigir al gobierno los mecanismos necesarios para el total cumplimiento de los derechos y ejercer estos derechos.

LAS MUJERES TENEMOS DERECHO A...

- Tenemos derecho a un número proporcional de los puestos en los poderes públicos.
- Tenemos derecho a acciones positivas que tiendan a erradicar las diferencias que nos discriminan.
- Tenemos derecho a políticas públicas que den respuesta a nuestra especificidad y diversidad.
- Tenemos derecho a un sistema jurídico justo, sin estereotipos ni prejuicios por razón de sexo.
- Tenemos derecho a organismos especiales que atiendan las demandas de las mujeres: casa de atención, delegaciones especiales policiales, etcétera.
- Tenemos derecho a ser reconocidas jurídicamente como personas independientes, con los plenos derechos al margen del estado civil, la edad, la etnia o la clase social.
- Tenemos derecho a todos los derechos y a pelear por ellos.

Participación ciudadana

La ciudadanía se concreta cuando las personas tienen la posibilidad y la decisión de participar en la toma de decisiones, en la solución de problemas comunes y en la elección de sus gobernantes.

La participación ciudadana significa tomar parte de algo; convertirse en parte de una organización que reúne a más de una persona; estar atenta e informada del curso de las problemáticas y soluciones que se van dando en la comunidad, región y país, e incluso en el mundo; unirse o promover acciones de beneficio conjunto.

La participación ciudadana busca influir de manera individual o colectiva en los asuntos de la comunidad y en cuestiones públicas, e incluye la necesidad y voluntad personal para hacerlo, ya que no se puede considerar que las personas participen si de alguna manera las han obligado a hacerlo, en contra de su voluntad.

Tampoco se puede dejar de participar, ya que en los asuntos de interés público “el o la que calla, otorga”. Esto quiere decir, que si las mujeres no participan están reconociendo las decisiones de otros y están dejando que otras personas decidan por ellas lo que más le conviene a su comunidad, y por ende a ellas mismas. Si las mujeres no opinan, la voz de otros será la opinión de todas las personas de su comunidad, incluyendo la suya. Por ello se dice que la participación es un acto social, ya que nadie puede participar de manera privada para sí misma.

Existen diferentes formas de participar, de acuerdo al desarrollo democrático de cada sociedad, a la cultura política de cada lugar y los mecanismos que ya son reconocidos y legales para la participación ciudadana. La forma más común e importante es la organización ciudadana, la cual permite compartir y reconocer problemáticas comunes, así como buscar soluciones compartidas. La participación ciudadana es reunirse en la colonia, escuela, centro cultural, manzana, así como crear organizaciones sociales, civiles, o ciudadanas y realizar acciones conjuntas en beneficio y avance de las comunidades.

Otra forma importante de participar es manifestando las ideas y respetando la opinión de las demás personas. Para ello es posible utilizar los medios de comunicación escritos (prensa, revistas) o electrónicos (radio, televisión, internet) y dar a conocer las propuestas, o bien participar en los diferentes espacios de expresión ciudadana que el gobierno tiene obligación de abrir, tanto al nivel local como de manera general.

La expresión de la voluntad de las personas por medio de las urnas es un ejercicio básico para fortalecer los mecanismos de la democracia representativa en el país. Cada periodo de tiempo las ciudadanas y ciudadanos deben ir a votar por los representantes populares que ocuparán la presidencia, los curules legislativos, los gobiernos locales, municipales y delegacionales. También por medio de las elecciones de los representantes las ciudadanas participan en la elección de servidores públicos de instancias públicas que se requiera para ello, como son los institutos electorales, de la mujer, etcétera.

La participación ciudadana de las mujeres

La lucha de las mujeres por la defensa de sus derechos ha aportado nuevos valores a las relaciones sociales y políticas de las sociedades, fortaleciendo la democracia y el ejercicio de la participación ciudadana.

Sin embargo, aún no existen cambios profundos en las actitudes y acciones de la gran mayoría de la población,

aquéllos que no cuenta con las condiciones sociales y políticas para poder ejercer sus derechos. Estamos hablando de más de la mitad de la población de nuestro país que vive en la pobreza y extrema pobreza.

Es muy importante reconocer las demandas y propuestas de las y los ciudadanos, las cuales permitirán construir una cultura democrática conjunta, que valore lo que significa la equidad de género y social, la justicia aplicada desde esta óptica, la diversidad, la tolerancia, el respeto a las diferencias y el pleno ejercicio de derechos, frente al avance de modelos económicos, culturales y políticos sustentados en la exclusión social.

Todo ello implica que las mujeres se reconozcan en sus derechos, los ejerciten todos los días, participen de los asuntos públicos, sean un verdadero contrapeso responsable y autónomo de las acciones de gobierno y contribuyan a solucionar los grandes retos que enfrenta el estado de Veracruz y el país.

Empoderamiento

¿Qué es el poder?

El poder es la habilidad para establecer metas personales y enfrentar determinadas situaciones en la vida, para conseguir lo que se desea, no perder lo que se tiene y crear las condiciones necesarias para el desarrollo personal. Existen varios tipos de poder:

- EL PODER PARA es aquel que permite a las personas controlar y manejar una situación según sus necesidades. Es la capacidad para resolver un problema, entender un trabajo o aprender una nueva habilidad. En otras palabras, es el poder para vencer las dificultades y captar las habilidades y conocimientos para enfrentar el trabajo, la vida familiar, la relación con los hijos y con las amistades.
- EL PODER CON se refiere a lo que se logra cuando se trabaja con otras personas en un grupo y con el esfuerzo y el trabajo de todas alcanzan lo que se proponen.
- EL PODER INTERNO es una fuerza espiritual y única que existe dentro de cada persona. Las fuentes de este poder son la auto-aceptación y el auto-respeto. Este poder cada persona de los puede dar a sí misma. No está en las manos de las demás. Solamente si la persona se acepta tal y como es y se respeta por lo que es, podrá experimentar este poder interno. Para ello necesita conocerse y atreverse a romper con las tradiciones y creencias que la limitan. Implica vivir con base en lo que cada persona es, cree y quiere: y no en lo que otras personas creen o quieren de ella.

Son estas tres formas de poder las que las mujeres necesitan: el poder para, el poder con, y el poder interior o desde dentro. Esta forma diferente del poder es la característica del empoderamiento.

El empoderamiento reconoce la importancia del aumento de poder de las mujeres, identifica éste menos en términos de dominación sobre otros (poder sobre o de suma - cero) y más en términos de su capacidad de incrementar su propia auto-confianza en la vida e influir en la dirección del cambio, mediante la habilidad de ganar el control sobre los recursos (físicos, humanos, intelectuales, financieros y el de su propio ser), y control sobre la ideología (creencias, valores y actitudes).

El empoderamiento, de este modo, tiene que ser más que la simple apertura al acceso para la toma de decisiones; debe incluir también procesos que permitan al individuo o al grupo tener la capacidad de percibirse a sí mismos como aptos para ocupar los espacios de toma de decisiones y de usar dichos espacios de manera efectiva.

¿Qué ayuda a ejercer el poder?

El poder sobre los demás no se puede cambiar de un día para otro ni es tan sencillo como cambiar a las líderes de una familia, de un grupo o de una comunidad. La única manera que tenemos los individuos para cambiar esta situación, es creer en nuestro poder interno. Entre más experimentamos este poder, más posibilidades tendremos de cambiar no sólo lo propio sino lo que nos rodea.

Este cambio de concepción es un proceso difícil, primero porque la sociedad en que vivimos fomenta el poder sobre los demás y no el poder interno. Segundo, porque las personas no estamos acostumbradas a tener poder interno. Para los hombres puede ser más fácil y conocido “mandar” que reconocer que el controlar a otros no siempre les permite dominar sus dificultades; mientras que para las mujeres se nos puede hacer más fácil y conocido depender de los demás que enfrentar lo desconocido.

Para que las mujeres ejerzan su poder interno se necesita:

1. **CONOCERSE A SÍ MISMA:** Identificar gustos personales, habilidades, debilidades y necesidades. Esto que parece tan simple, puede ser muy difícil, pues las mujeres siempre han creído que los gustos, necesidades y deseos de los demás son más importantes que los suyos.
2. **ACEPTARSE A SÍ MISMA:** Una vez que cada mujer conozca su cuerpo, sus ideas, sus valores, sus sentimientos, necesita aceptarse como persona y dejar de pensarse solamente como “la hija de...”, “la pareja de...”, “la mamá de...”, “la trabajadora de...”.
3. **VALORARSE A SÍ MISMA:** Si se conoce a sí misma podrá valorar lo que le gusta de sí misma, identificar lo que no le gusta y valorar su esfuerzo por reconocerlo.
4. **CAMBIAR LO QUE NO LE GUSTA:** Si se valora por lo que es, tendrá la fortaleza para ir cambiando poco a poco aquello que no le gusta.
5. **RESPETAR LA DIFERENCIA:** La única manera de valorarse a sí misma, es respetando a los demás. Si la mujer se siente bien con su manera de ser, no necesitará que los demás sean como ella y no intentará imponerse o controlar a los demás para sentir su poder.
6. **EXIGIR QUE LA RESPETEN:** Si cada mujer se acepta y valora por lo que es y quiere ser, y valora a los demás por lo que son, será menos difícil poner un alto a las personas que la quieran controlar y faltar al respeto.
7. **TOMAR SUS DECISIONES:** Una de las formas cotidianas de ejercer su poder es tomar todas las decisiones de su vida. Desde las más sencillas, como ponerse el vestido que ella quiere y no el que le va a agradar a alguien más, hasta las más complejas como decidir si quiere vivir sola o acompañada, tener hijos o no, trabajar dentro o fuera de la casa, etcétera.
8. **CONOCER Y ACEPTAR SUS SENTIMIENTOS:** El poder interno es una fuerza única que, para ejercerse, necesita primero sentirse. Este poder propio es imperceptible para las personas que no conocen ni aceptan sus sentimientos. Contrario a la enseñanza tradicional los sentimientos no son señal de debilidad sino fuente de poder.

Liderazgo

El liderazgo en el grupo

Cuando se escoge a una persona para realizar las tareas de coordinación, se le está otorgando un poder que tendrá que usar de forma eficiente para hacer funcionar la organización. Este poder puede acapararlo la persona que lo coordina, o bien compartirlo entre las integrantes de la organización y así promover la participación al interior del grupo.

La persona que coordina un grupo o una organización (a veces se le llama coordinadora, dirigente o líder) tiene una gran responsabilidad para que en la organización participen todos los integrantes. Algunas actitudes que facilitan la coordinación son: a) promover una buena comunicación grupal; b) promover la participación en la toma de decisiones; c) promover el liderazgo de todas las participantes; d) tener en cuenta las condiciones diferentes de las participantes.

La comunicación dentro del grupo

La comunicación entre los miembros del grupo hace que las personas se sientan valoradas y se atrevan a expresar sus opiniones en el grupo. La comunicación no es fácil. En los grupos son frecuentes los malos entendidos, los rumores y los problemas que se plantean en forma directa. Una buena comunicación en el grupo ayuda a que exista un encuentro auténtico entre las personas, a intercambiar experiencias y conocimientos y a enfrentar los conflictos de manera tal que el grupo pueda crecer a partir de ellos.

La comunicación dentro del grupo debe considerar al menos tres aspectos: la importancia de que la información pase a todas las personas de la organización, la actitud de escuchar y la capacidad para expresarse.

- La información es un elemento básico para poder tener opciones, tomar decisiones y sentirse parte del grupo. Por ello, asegurar que la información llega a todas las personas es uno de los retos que tiene una coordinadora.
-
- La capacidad de la coordinadora para atender y escuchar es fundamental para que las integrantes del grupo le tengan confianza, y para que la coordinadora conozca lo que piensan las participantes. No siempre se atiende y se escucha lo que las otras realmente quieren decir. Es necesario escuchar a todas. Ocurre que a veces se escucha sólo a algunas personas del grupo, a aquéllas que hablan mejor o que tienen más influencia. En cambio, no se escucha a las que se expresan con menor claridad, a las más tímidas o a las que tienen una opinión distinta o crítica.
-

Comunicarse significa tener la capacidad de atender lo mejor posible a la otra persona, para tratar de entender cómo se siente y lo que nos trata de comunicar.

Estilos de coordinación y participación en la toma de decisiones

Hay distintas maneras de tomar decisiones. A veces estas formas corresponden a formas de pensar y estilos de relacionarse con otros:

- Hay una forma de conducir o coordinar que es autoritaria. Es el estilo de la coordinadora que abusa del poder que le ha otorgado la organización y decide muchas cosas importantes por su cuenta, o no fomenta la participación de las integrantes en las decisiones.
- Hay otra forma de coordinar que es democrática, que escucha y promueve la participación. El grupo puede llegar a una decisión por consenso, cuando a todos les convencen unos determinados argumentos que llevan a un tipo de acción.
- Hay veces que la coordinadora no consigue que haya un orden en la reunión, ya sea porque no sabe hacer cumplir las reglas del juego acordadas, o porque las participantes no respetan a la coordinación. Hemos llamado a esto una coordinación inefectiva.

Tipos de liderazgo			
	Coordinadora autoritaria	Coordinadora democrática	Coordinadora anárquica
Lo que hace	Piensa que los demás no son capaces y que sólo ella o él sabe y tiene buenas opiniones. Piensa que a la gente hay que decirle qué hacer porque si se les deja “meter la cuchara”, todo fracasará.	Piensa que todas las personas tienen conocimientos y experiencia, y que hay que escucharlos bien para que éstos sean útiles para el grupo. Piensa que todas las personas que llegan a un grupo tienen igual valor, y trata de que todas asuman el reto de aportar y colaborar con el grupo.	Puede tener buena voluntad, pero piensa que si pone orden en un grupo, se enojarán con ella. Piensa que el grupo se coordina solito. Piensa que todas las personas son groseras porque no se escuchan ni le escuchan a ella.
Lo que piensa de los demás	Habla mucho en las reuniones en lugar de dejar hablar. Regaña a la gente, en lugar de ayudarle a pensar. Impone lo que ella piensa que hay que hacer. Da la palabra y escucha sólo a unas pocas gentes que son sus amigas o amigos.	Ayuda al grupo a que ponga reglas de juego, para que todos participen. Recuerda al grupo que tienen que respetar las reglas de participación que han puesto entre todos. Da la palabra, en orden, a todas las personas y toma en cuenta sus sugerencias. Hace preguntas para que las personas puedan explicarse mejor. Ayuda al grupo a decidir qué quiere hacer y a ver cuáles son las consecuencias de hacer una cosa u otra. Cuando ve que el grupo está enojado o temeroso, o inactivo, trata de motivar sin regañar, jalando las capacidades de todos. Sabe hacerse respetar sin que nadie se sienta mal.	

Promotoras Legales para la Prevención y Atención Integral de la Violencia De Género

<p>Cómo se sienten las integrantes de sus grupos</p>	<p>Se sienten mal, ninguneados, incapaces, piensan que no saben nada. Tienen ganas de no seguir participando. Se sienten enojados, porque no se les escucho. Se sienten frustrados, porque las decisiones no fueron acertadas y no se logró lo que se quería.</p>	<p>Las personas del grupo se sienten bien, respetadas y escuchadas. Aumenta su autoestima y la motivación para participar. Hay más voluntad entre las personas del grupo para escucharse entre ellas. Hay ánimo.</p>	<p>El grupo se desespera ante el desorden. Aprenden a gritarse entre ellos, o a callarse. A veces dejan de participar.</p>
<p>Qué resultados se logran en sus grupos</p>	<p>Las decisiones no son muy acertadas porque no se toman en cuenta las opiniones de todas las personas. A veces se consiguen resultados, aunque pueden ser solamente los que unos pocos querían y no la mayoría. Muchos deciden no seguir participando porque se sienten mal. Otros se acostumbran a que los manden y los regañen, y dejan de pensar de manera crítica. Se convierten en borreguitos. Hay más conflicto en el grupo, porque algunas personas empiezan a copiar el autoritarismo de la coordinadora. En el grupo hay miedo cuando el coordinador o coordinadora son muy autoritarios. La gente no se atreve a decir cosas que son críticas a la opinión de la persona que coordina. Como muy pocos opinan, la organización puede estar cometiendo errores, sin que se sepa cómo corregirlos</p>	<p>Se toman decisiones y se cumplen los resultados. La gente del grupo está motivada. Crece el número de las participantes. Las personas se motivan a aprender más para traer al grupo lo que aprendieron. También se motiva a hacer más, y el grupo avanza. Se supera el temor a participar, y lo que se aprende en el grupo se presenta a la comunidad.</p>	<p>Nadie cumple las reglas del juego y no se consiguen resultados. Las personas se desaniman y se salen del grupo. Los que se quedan, unos obtienen más beneficios que otros. La coordinadora no puede asegurar que todas las personas accedan a los beneficios según lo que les toca.</p>

Diferencia entre liderazgo y dirigencia

La idea de coordinadora o dirigente está ligada a un cargo formal. La persona a la que se elige para tener el cargo de coordinadora o dirigente del grupo a veces no tiene el respeto de las demás o las cualidades que se han mencionado para hacer participar al grupo, motivarlo e influir en él para que haya un trabajo conjunto, se logren los objetivos y las participantes se desarrollen.

Cuando se elige a una persona para coordinar, es importante que se analicen las características que se desean de ella. Muchas veces, para que los cargos estén bien desempeñados, lo más importante es que la persona impulse la participación de todas y sea responsable. Para el cargo de dirección, es importante que tenga las demás cualidades que se han mencionado, como es la de saber mirar hacia el futuro, no sólo al interior de la organización sino también hacia todo lo que la rodea.

El liderazgo está ligado a cualidades personales, a formas de socialización y acumulación de diferentes experiencias que permiten -en un momento dado- influir sobre los otros. Líderes son las personas que conversan; que tienen influencia porque abren perspectivas, porque su opinión clarifica, porque su visión alienta; porque sus ideas, palabras o sugerencias son tomadas como inspiración o guía por los demás; porque logra la cooperación de las otras personas.

Liderazgo es ser capaz de canalizar las energías positivas de las personas importantes del grupo en una misma dirección y manejar adecuadamente los conflictos, cohesionando la acción grupal para el mejor desempeño de la tarea. Una tarea importante de la líder es establecer entre la organización y su entorno unas relaciones que permitan una óptima realización de la tarea.

Circunstancias que Facilitan la Aparición de una Líder

Cuando cambian los escenarios políticos, ingresan nuevas participantes y se transforman las necesidades del grupo. Las personas líderes perciben los cambios, proponen alternativas, resuelven problemas y, sobre todo, interpretan correctamente el sentir general del grupo. Ejercer liderazgo supone antes que nada ponerse de acuerdo consigo misma, reconocer las características propias y utilizar en forma constructiva la propia personalidad

Estos elementos, que señalan la flexibilidad y apertura que una persona líder debe tener, se deben combinar con un alto grado de autodisciplina y autocontrol; la líder ha de trabajar sin importarle ni el día, ni la hora, ni la labor. El liderazgo, en tanto significa llevar la delantera, supone un esfuerzo mayor que el del conjunto.

El Quehacer Político del Movimiento de las Mujeres

Las mujeres latinoamericanas se han organizado entorno a sus propios intereses. Han definido los problemas que quieren resolver, así como los medios y las alianzas para lograr sus objetivos. Animadas por una “voluntad fundante” de organizaciones, colectivos, centros e instituciones han llegado a ser protagonistas de sus luchas y al serlo, han emergido como sujetos sociales y políticos, interlocutoras de las instituciones públicas en los asuntos que les atañen.

El movimiento de mujeres es la expresión social y política de la rebeldía de amplios sectores femeninos, determinadas a tomar en sus manos las acciones para modificar sus condiciones de existencia en tanto género oprimido. Está conformado por todos aquellos espacios creados por las mujeres con el objetivo de resolver sus necesidades e intereses de género, tanto inmediatos -de bienestar familiar- hasta objetivos a más largo plazo (estratégicos) en relación a su subordinación.

El punto de partida para la rebeldía femenina es forzosamente diverso, porque diversos son los intereses generales y prácticos de las mujeres. También los caminos que las mujeres recorren hasta llegar a cuestionar

las estructuras de poder, incluidas las de dominio masculino, son diferentes y complicados.

Concurren a la construcción de este movimiento diversas fuerzas: mujeres organizadas a partir de su condición de madres, esposas o amas de casa, que en lucha por la sobrevivencia económica, la defensa de la vida, los derechos humanos y la democracia política levantan reivindicaciones específicas de género, mujeres que incorporan el cuestionamiento de la subordinación femenina a las movilizaciones de trabajadoras asalariadas o de campesinas, a la militancia sindical o partidaria; y mujeres autodeclaradas feministas y agrupadas a partir del cuestionamiento explícito de la opresión de género.

La promotora legal como líder

Marta Lamas, en su texto Liderazgo y feminismo, nos dice: “todo liderazgo (individual, grupal y social) se fortalece instaurando mecanismos democráticos, impulsando nuevos liderazgos, tejiendo redes de relaciones y alianzas, delegando y compartiendo el poder; osea, potenciando el liderazgo de otras personas”.

No hay que desesperar, tampoco hay que caer en la arrogancia vanguardista de “yo tengo la razón y sé el camino”. Hay muchas personas que están en desacuerdo con lo que queremos construir; lo importante es no tener miedo, hablar con nuestra propia voz, decir lo que realmente creemos, ir a la raíz de las cosas, ser radicales, y al mismo tiempo, ser humildes: todavía es mucho lo que no sabemos.

Una recomendación de Marta Lamas es que las mujeres, en la medida en que damos, debemos tomar a cambio, debemos valorar nuestros esfuerzos y tener la convicción de que estamos haciendo lo correcto al emprender el conocimiento y ejercicio de nuestro derecho a actuar.

UNA MUJER PUEDE HACER LA DIFERENCIA

Asma Khader:

Defensora De Los Derechos Humanos

“Si soy una líder eso no lo sé, lo que sí sé es que convertirse en una, es percibir la urgente necesidad de tratar un problema -sentir la necesidad de llenar un espacio iniciando actividades, campañas y programas centrados en temas específicos. Si la gente en tu comunidad realmente cree que estás satisfaciendo una necesidad, éstos te apoyarán, delegándote posiciones de liderazgo. Cuando la gente confía en uno, te buscarán cuando necesiten ayuda para alcanzar sus propios objetivos.

Veinte años atrás una mujer joven, asustada y desconsolada, llegó a mi oficina solicitando mi ayuda. Ella narró cómo su esposo había asesinado a su hija de quince años, quien estaba embarazada producto de una violación. Él fue sentenciado a tan sólo seis meses de cárcel, alegando que había cometido el asesinato para revindicar el honor de su familia.

Aún así, esta mujer determinada a honrar la memoria de su hija, me reveló la verdad -que el violador había sido en realidad su esposo y que ella sospechaba que la había matado porque el embarazo se estaba notando. La corte creyó totalmente en el marido y no se molestó en investigar un poco más acerca del crimen. A pesar de que esta mujer se presentó una única vez a mi oficina, gracias a ella aprendí mucho acerca del sufrimiento de mujeres y niñas a causa de leyes particulares. Me di cuenta de que no podía ser una abogada efectiva si no daba lo mejor de mí para cambiar las leyes que regulan e incluso sancionan los crímenes contra las mujeres. Esta mujer me retó a tratar un problema que no podía ignorar -los crímenes de honor.

Y así fue cómo me convertí en una de las líderes en la campaña para erradicar los crímenes de honor. Todavía pienso que esta mujer que confió en mí, quien fue tan valiente como para visitar mi oficina e informarme acerca de esta realidad, es en realidad una líder. Ella pudo sobrellevar sus propios miedos para exponer el crimen de su esposo y solicitar mi asistencia. Personas como ella nos retan a nosotras a que examinemos temas y realidades que antes no considerábamos. Debemos seguir a esas personas y tratar de serles útil.”

Asma Khader, abogada, defensora de los derechos humanos y expresidenta de la Unión Jordana de Mujeres, ha encabezado campañas para eliminar los crímenes de honor y la violencia contra las mujeres y niñas en Jordania.

Referencias bibliográficas

1. Ciudadanas en Movimiento por la Democracia (1997)
Carpeta “Sobre Ciudadanía, Mujeres y Democracia”, México.
2. ARGOTT Cisneros, Margarita (2002)
“La acción ciudadana; un camino largo por recorrer”, Mimeo, México, DF.
3. CONDE, Silva y Christian Rojas (s/f)
Manual de participación ciudadana.
Movimiento Ciudadano por la Democracia, 8, México.
4. CONDE, Silva y Christian Rojas (2000)
Democracia y participación ciudadana. Manual de promotoras y promotores.
Movimiento Ciudadano por la Democracia, 9, México, DF.
5. Movimiento Ciudadano por la Democracia (s/f)
Manual Ciudadano, MCD,
Dirección de Estudios sobre Derechos Humanos de la Universidad Iberoamericana, PROHDH, Serie De Ciudadano a Ciudadano, 1, México.
6. **Formación de Dirigentes,** (1989)
Material de Apoyo para la Conducción de Organizaciones, Equipo CIDE -PIIE, Santiago de Chile.
7. **Hacer Política de las Mujeres** (1993)
Colección Debata No. 4, San Salvador, El Salvador.
8. HURTADO, Victoria; Santa Cruz, Guadalupe y Alejandra Valdés (1995),
Un Indecente Deseo
Escuela de formación de líderes mujeres. Instituto de la Mujer, Santiago de Chile.
9. LAMAS, Martha,
Liderazgo y feminismo, México, Mimeo.

ORGANIZACIÓN Y REDES SOCIALES

¿Qué significa organizarse?

Históricamente el ser humano ha debido organizarse para enfrentar las más diversas tareas y situaciones. Organizarse quiere decir unirse con otras personas para realizar una acción colectiva con el fin de lograr determinados objetivos. La razón de ser de la organización es que las personas no pueden lograr individualmente algunos tipos de objetivos.

Las organizaciones son efectivas y eficientes cuando son capaces de funcionar bien, de lograr los mejores resultados posibles con los medios de que dispone. Pero, sobre todo, la eficiencia apunta a cumplir las metas o los objetivos que una organización se ha propuesto.

Importancia de la participación en la organización

- a) Desarrollo y crecimiento personal: el hecho de que en una organización cada persona pueda expresar sus opiniones, tomar decisiones o realizar acciones hace que empiece a tener más confianza en sí misma y, por lo tanto, una mayor autovaloración, que es la base para el crecimiento y desarrollo humano.
- b) Mayor compromiso con la organización: cuando en cualquier grupo humano se promueve la participación de sus miembros en las tareas y decisiones, se crea una relación de mayor compromiso e integración al grupo. Esto ayuda a que la organización realice mejor su acción y cumpla de manera más efectiva los objetivos que se ha fijado.
- c) Aprender a vivir en democracia: desarrollar la participación en la organización significa conocer y practicar una serie de normas, valores y actitudes que sirven como aprendizaje para la vida colectiva y la participación democrática en la sociedad.

Elementos básicos para la organización

Las personas que se organizan deben clarificar las siguientes cuestiones:

- a. Ponerse de acuerdo sobre el objetivo que quieren lograr. Es frecuente que las personas lleguen a una reunión pensando que todos y todas buscan la misma cosa, pero a lo largo de la reunión, o de un tiempo de organización, se dan cuenta de que las expectativas de cada una son diferentes. Es importante clarificar desde un inicio lo que cada quien espera lograr en la organización, para que el objetivo central sea compartido por todas y no entren en conflicto por este motivo.
- b. Llegar a un acuerdo sobre las reglas de juego que seguirán en el grupo sobre su funcionamiento. Es frecuente que las personas que participan en la organización dejen las decisiones en manos de una o dos personas, porque piensen que éstas saben más que los demás. Cuando esto ocurre, poco a poco estas personas llegan a tomar todas las decisiones sin consultar a los demás. El resultado es que los integrantes de la organización o grupo pueden estar insatisfechos, no estar conformes con lo que se decide, tener poca información sobre lo que pasa, perder la motivación para seguir participando y

finalmente retirarse.

- c. Decidir cómo se planificarán las acciones. Significa repartir el trabajo y la forma de comunicar a otros lo que el grupo o la organización hacen. También es necesario decidir qué hacer si las reglas del juego no se respetan.
- d. Asignar responsabilidades a sus integrantes. En un grupo todas las participantes tienen un aporte que dar. A medida que asumen responsabilidades, ellas aprenden y al mismo tiempo tienen una influencia en el grupo. La influencia que las personas tienen sobre un grupo se llama liderazgo. Una de las funciones más importantes es la de dirigir o conducir la organización. Ésta suele ser la función de la persona más respetada en el grupo. Las demás personas tienen otros liderazgos, que tendrán que ir descubriendo para poder aportar y alimentar al grupo.

Redes sociales

Las redes sociales nos han servido para establecer lazos de colaboración entre organizaciones sociales e instituciones que pretenden generar cambios. En conjunto lo que se busca es establecer relaciones bien definidas en beneficio de las partes que lo convengan.

¿Qué son las redes sociales y comunitarias?

La intervención comunitaria es la forma de colaborar dentro de una comunidad para que ésta se movilice o se organice para resolver de manera autogestiva sus problemas; es una práctica social en la que los y las integrantes de la comunidad trabajan conjuntamente para satisfacer sus necesidades.

Las Redes promueven una organización horizontal, todas las personas tienen los mismos derechos, que se definen a través de un Código Ético elaborado por ellas mismas. No es coyuntural, surge por una toma de conciencia de la situación del entorno social de quienes la integran y ven la importancia de hacer algo para transformarla.

Es abierta y busca ser autogestiva. Invita a otras personas a convertirse en participantes activas, promotoras del desarrollo social y comunitario, desde algún tema de interés común. Con el tiempo cada integrante de la red forma su propia red a la que orienta con la formación que recibe, para llevar adelante proyectos de desarrollo social más amplios.

La formación de redes sociales comunitarias es una estrategia de propuesta organizativa para establecer una relación con la comunidad, sirve para entrelazar a sus miembros en la solución de problemáticas afines; permite mayor impacto, arraigo y sostenibilidad de los procesos destacados. Cuando nos referimos a una red social comunitaria la podemos definir como una propuesta de organización que sirve para unir a los miembros de la comunidad para la solución de problemáticas que destruyen el tejido social.

¿Para qué sirve formar una red social comunitaria?

Quienes integran las redes sociales comunitarias se organizan y se reúnen de acuerdo a sus posibilidades, tiempo y espacio; dan seguimiento a acciones fijadas detrás de sus proyectos de beneficio común, planteados

por ellas mismas. En esas reuniones periódicas se forman y capacitan sobre los temas de interés y sobre temas básicos importantes para todos. Cada quien a su vez, transmite lo que aprende a su medio inmediato, familia, vecinos y vecinas, compañeros de trabajo o escuela, etcétera; invita a que se conviertan en participantes activos de desarrollo social y comunitario, desde algún tema de interés común. Con el tiempo, cada integrante de la red forma su propia red a la que ella o él mismo capacita con la formación que recibe, para llevar adelante proyectos de desarrollo social más amplios; de tal manera que la autogestión sea la base de este tipo de organización, que se dirige hacia la multiplicación, retroalimentación y reciprocidad.

¿Cómo construir una red social comunitaria?

Las redes sociales comunitarias trabajan simultáneamente por un desarrollo personal y una transformación social. Los trabajos personales tienen el objetivo de facilitar el descubrimiento y fortalecimiento de un sentido en la vida y de apoyar caminos positivos en la conducta cotidiana. El trabajo personal permite a cada participante reforzar una participación coherente de su vida: pensar, sentir y actuar en la misma dirección. En lo que respecta a la transformación social, nuestro centro es la acción, trataremos de que ésta sea coherente, es decir, cada acción de red es consecuencia de un previo ejercicio de análisis y reflexión.

A) ¿QUÉ ES PLANIFICAR O PROGRAMAR?

Es un proceso de identificación de problemas y/o necesidades y la decisión de hacer algo para cambiar o mejorar. Es preguntarse ¿dónde me encuentro?, ¿dónde quiero estar?, ¿con qué recursos cuento?

La planeación implica innovación o capacidad de crear algo nuevo, optimizando todos los recursos que se poseen, sean humanos o materiales. Es el establecimiento de objetivos y el desarrollo de un plan de acción. Un proceso de planificación permite:

- Concretar los problemas actuales y futuros y priorizarlos para atenderlos adecuadamente.
- Definir estrategias de intervención.
- Identificar acciones concretas para llevarlas a cabo.
- Señalar responsables y coordinaciones necesarias.

PLAN	PROGRAMA	PROYECTO
<ul style="list-style-type: none"> • Es de carácter global. • Fija objetivos generales. • Señala los lineamientos generales de la organización. 	<ul style="list-style-type: none"> • Es más específico que el plan. • Está orientado a las áreas de trabajo de la organización. • Identifica proyectos que lo componen. 	<ul style="list-style-type: none"> • Es la unidad más concreta. • Fija metas y actividades. • La actividad es la acción concreta mediante la cual se ejecuta un proyecto.

B) PROYECTOS SOCIALES

Los proyectos son un instrumento de planificación, que pueden ser derivados de un programa más amplio o bien, pueden ser formulados para satisfacer o resolver una problemática específica. Este es el caso de los proyectos sociales o productivos, que se gestionan ante una dependencia gubernamental, agencia de

cooperación o algún organismo que esté dispuesto a brindar apoyo económico o técnico para su realización. Por ello, la elaboración de un proyecto implica llenar una serie de requisitos y elementos muy puntuales, pero sobre todo, manejarlo de manera muy responsable y seria.

No existe una forma o formato “único” para elaborar un proyecto, porque la parte donante o cofinanciadora generalmente tiene sus propios requisitos o guías para que le sea presentado, por lo que siempre se recomienda a quien va gestionar un proyecto que solicite esta guía o formulario.

Pero independientemente de estos requisitos, que son de forma, existen partes o elementos que componen un proyecto que siempre deben ser considerados para su elaboración y que son los que a continuación se verán.

1. **PRESENTACIÓN / INTRODUCCIÓN:** síntesis de los elementos más importantes del proyecto, cuáles son sus objetivos, a quiénes se beneficiará, actividades centrales que se desarrollarán, dónde se ejecutará, tiempo de duración, etcétera.
2. **JUSTIFICACIÓN O PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA:** este apartado debe dejar claro el planteamiento del por qué se necesita o se quiere impulsar este proyecto; es hacer ver la problemática, la carencia y cómo el grupo, por medio de este proyecto, puede incidir y mejorar la situación descrita. Es decir, se tiene que precisar cómo la problemática afecta a la población beneficiaria y por qué es necesario hacer algo para cambiar esta circunstancia. Es conveniente empezar por un marco general con datos globales y después describir la situación concreta donde va a ejecutarse el proyecto.
3. **OBJETIVOS:** es señalar muy puntualmente lo que se quiere hacer; para elaborar los objetivos se debe tener como principio general ser breves, viables, es decir que puedan ser alcanzables y cuantificables. Los objetivos pueden dividirse en generales y específicos o generales y particulares. El objetivo general se refiere a dar una idea global de lo que se piensa hacer; es aquel que incluye un propósito más amplio, sin ser muy específico. Los objetivos específicos deben ser la concreción del general, por tanto no son un nuevo propósito, sino la derivación o desglose del general, si se considera que una actividad va a dar un resultado importante en el desarrollo del proyecto, entonces ese será un objetivo específico.
4. **METAS/PRODUCTOS:** son la expresión cuantificada de los objetivos. Es decir, lo que se pretende alcanzar en términos de cantidad. De un mismo objetivo pueden derivarse una o varias metas, ya que es un nivel de desagregación mayor. Si se valora por la naturaleza o envergadura del proyecto que se está en condiciones de programar con tanta precisión, es mejor señalar las metas de manera general -con porcentajes o techos mínimos- o bien expresarlas en términos de “productos” (son los servicios que se brindan: información, capacitación, asesoramiento, etcétera).
5. **POBLACIÓN BENEFICIARIA Y COBERTURA:** son el sector o segmento de la población (directa e indirecta) que se pretende atender y el ámbito territorial de las acciones.
6. **ACTIVIDADES/ORGANIZACIÓN Y DESARROLLO:** las actividades son la expresión más específica de lo que queremos hacer. En este apartado se debe indicar la forma, pasos o acciones que se realizarán para alcanzar los objetivos propuestos, cómo será la organización, quiénes van a participar, qué tipo de materiales se van a utilizar, etcétera.
7. **PRESUPUESTO:** son los datos financieros del proyecto. Debe detallarse lo mejor posible, para ello es

preciso hacer una cotización de precios de todo lo que se va a necesitar y señalar muy puntualmente las cantidades de lo que se va a hacer. Es necesario que además de lo solicitado, se señale el aporte de la organización o de la comunidad, que si no se dará en dinero, deberá cuantificarse en trabajo o mano de obra.

8. EVALUACIÓN: este es un elemento, que puede o no ser exigido, pero que es importante que la organización lo considere para el éxito de su proyecto. La evaluación debe ser entendida como un proceso integral y continuo de análisis y seguimiento, por lo que puede ser utilizada antes, durante y después de ejecutado el proyecto. Para elaborar este apartado es necesario definir qué acciones se van a evaluar. En la evaluación también es conveniente incluir lo cualitativo, como son los efectos e impactos. Los efectos son las modificaciones del comportamiento o el acontecimiento donde la institución o proyecto ha influido, significan cambios positivos producidos en las actitudes o modo de pensar de las participantes del proyecto; y en el caso de los impactos los podemos visualizar como los cambios más o menos permanentes sostenibles a largo plazo que experimenta la población directamente beneficiaria.

C) INFORME

El contenido o los puntos que abarca el informe, son casi los mismos del proyecto, pero en vez de estar planteando algo a futuro, estaremos hablando de acciones pasadas o resultados obtenidos en función de los objetivos que nos hayamos planteado.

1. GRADO DE CUMPLIMIENTO DE LOS OBJETIVOS GENERALES Y ESPECÍFICOS QUE SE PLANTEARON: Se debe señalar cuáles fueron las actividades que se pudieron realizar, siempre comparándolas contra lo que se propuso hacer, qué dificultades y /o demoras hubieron, cuáles fueron sus causas.
2. EVALUACIÓN DEL PROYECTO: cómo fue la participación de la comunidad, qué resultados cuantitativos y cualitativos hubo, cómo se ve el proyecto a futuro. Cómo es la valoración por parte de la comunidad o población beneficiaria. Es útil que se tengan cartas de reconocimiento, fotografías, videos, etcétera. que den testimonio de lo realizado.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. **Formación de Dirigentes. Material de Apoyo para la Conducción de Organizaciones**
Equipo CIDE - PIIE, Santiago de Chile, Mayo de 1989.
2. **Construcción de Cultura Ciudadana**
Instituto de las Mujeres del Distrito Federal, México, D.F. 2006.
3. **Tipos de organización en las redes, Mujeres tejiendo redes**, p. 23, México, D.F. 2006.

ANEXOS

CARTAS METODOLÓGICAS

CARTAS DESCRIPTIVAS. TALLER PARA PROMOTORAS LEGALES.

Sesión I: La Construcción Social del Género

TEMA	OBJETIVOS	CONTENIDOS
PRE-TEST.	<ul style="list-style-type: none"> Identificar los conocimientos de las participantes sobre el tema “género y violencia hacia las mujeres”. 	<ul style="list-style-type: none"> Pre-test.
BIENVENIDA Y PRESENTACIÓN DE LOS PARTICIPANTES.	<ul style="list-style-type: none"> Crear clima de acercamiento y confianza entre las participantes. Que las participantes se conozcan entre sí. 	<ul style="list-style-type: none"> Registro. Bienvenida. Presentación facilitadoras y participantes.
ENCUADRE DEL TALLER	<ul style="list-style-type: none"> Dar a conocer objetivos, temas y metodologías. Establecer reglamento para crear buenas condiciones de trabajo en el taller. 	<ul style="list-style-type: none"> Objetivos, temas y metodología del taller. Reglamento. Presentación objetivos del Instituto.
CONSTRUCCIÓN SOCIAL DEL GÉNERO	<ul style="list-style-type: none"> Identificar el momento en el que cada una se “descubrió” mujer y los sentimientos que esto le provocó. Reflexionar sobre cómo el entorno influye en la formación de nuestra identidad. Diferenciar las características de sexo de las de género. 	<ul style="list-style-type: none"> Diferencia sexo-género. Sexo: características biológicas. Género: características asignadas. Desarrollo de la identidad de género en la niñez y la adolescencia.
ROLES Y ESTEREOTIPOS DE GÉNERO.	<ul style="list-style-type: none"> Identificar los principales roles y estereotipos de género. 	<ul style="list-style-type: none"> Roles y estereotipos de género. Diferencias-discriminación-desigualdad.

Promotoras Legales para la Prevención y Atención Integral de la Violencia De Género

DINÁMICAS	T.	MATERIAL
APLICACIÓN Pre-Test.	20'	Copias Pre-test.
PRESENTACIÓN: De cada participante: nombre (etiqueta), lugar de procedencia, expectativas del taller.	15'	Etiquetas, plumones, hojas de registro.
EXPOSICIÓN: Objetivos, Temas y Metodología del Taller. TÉCNICA: “Reglas de Oro”. 1. Exposición papelógrafo “Reglas de oro”. 2. Grupal: todas las participantes elaborarán una lista de reglas que facilitarán un ambiente agradable para trabajar en el taller.	10' 5'	Papelógrafos “Presentación del Taller” y “Reglas de Oro”, masking tape, papelógrafos en blanco, plumones.
TÉCNICA: “Siluetas”: 1. Se reparten tarjetas con las características o atributos asignados para hombres y mujeres. Cada participante lee y analiza el atributo o los atributos que le tocaron. 2. La facilitadora pega en la pared una silueta de hombre y otra de mujer y pide a las participantes que peguen bajo la silueta del hombre o de la mujer, de acuerdo con lo que les decían y aprendieron. 3. Se pide al grupo analizar cómo han cambiado estas ideas y pasen a colocar las tarjetas donde creen que deberían de estar. 4. Se invita a la reflexión: • ¿Estamos de acuerdo con todos los “deber ser” que nos han asignado? • ¿Por qué? • ¿Qué pasaría si se cambian? ¿Qué dificultades existen para cambiarlas? • ¿Cómo se puede cambiar esta situación? g) Conclusión con papelógrafo “La construcción social de mujeres y hombres”.	30'	Siluetas de Hombre y Mujer, tarjetas con atributos y características, Cuadro de conclusiones “La construcción social de mujeres y hombres”.
EXPOSICIÓN: diferencia sexo-género, sistema sexo-género, identidad de género.	45'	Presentación PowerPoint.
TÉCNICA: “Roles y estereotipos”: 1. Se forman equipos 4-6 personas. 2. Cada equipo responderá las siguientes preguntas anotadas en un papelógrafo y reflexionará sobre ellas: • ¿Quién regala flores? • ¿Quién juega a las muñecas? • ¿Quién debe mantener la familia? • ¿Quién debe ser más delicado o delicada? • En los talleres de la escuela ¿quiénes van a las clases de carpintería? • ¿Quién cocina en una familia? • ¿Quién ayuda a los quehaceres de carpintería, del campo? 3. En plenaria, los equipos comparten sus reflexiones y se llega a una conclusión. EXPOSICIÓN: roles y estereotipos y conclusiones con papelógrafo “conclusiones sistema sexo-género”.	25' 35'	Papelógrafo con preguntas, masking tape. Presentación power point, papelógrafo: “Conclusiones Sistema Sexo-género”.

RECESO		
SISTEMA DE OPRESIÓN SEXO-GÉNERO	<ul style="list-style-type: none"> • Reconocer cómo de las diferencias de sexo surgen las desigualdades de género. • Reflexionar sobre las causas y consecuencias de la discriminación de género. 	<ul style="list-style-type: none"> • El sistema de opresión sexo-género. • Estereotipos de género. • Discriminación de género. • Interiorización de la discriminación. • Subordinación. • Reproducción de la subordinación. • Pilares que sustentan la opresión.
DISCRIMINACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> • Reflexionar colectivamente sobre las formas de discriminación hacia las mujeres. • Conocer los distintos tipos de discriminación que existen. 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es la discriminación? • ¿Cómo y donde se nos discrimina? • Tipos de discriminación (sexismo, clasismo, discriminación por discapacidad, xenofobia, racismo y discriminación por edad).
COMIDA		
DIVISIÓN SEXUAL DEL TRABAJO	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar los conceptos de trabajo productivo y reproductivo y su relación con la construcción de los roles de género. • Reflexionar sobre la desvalorización del trabajo doméstico y sus consecuencias en la vida de las mujeres. 	<ul style="list-style-type: none"> • División sexual del trabajo. • División ámbito público-ámbito privado. • Trabajo doméstico. • Exclusión de las mujeres en los espacios públicos.
RECESO		
¿QUÉ ES EQUIDAD DE GÉNERO?	<ul style="list-style-type: none"> • Conocer el concepto de Equidad de Género • Reflexionar sobre el tema de Igualdad y Equidad de Género. 	<ul style="list-style-type: none"> • Equidad de género.
CONCLUSIONES FINALES	<ul style="list-style-type: none"> • Reflexionar sobre las ideas y temas principales de la sesión. 	<ul style="list-style-type: none"> • La construcción social del género
EVALUACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> • Conocer el impacto de la sesión en las participantes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Lo positivo que acepto y lo negativo que rechazo
TAREA INTERTALLER	<ul style="list-style-type: none"> • Observar en diferentes espacios cotidianos los mensajes culturales que construyen el género. 	<ul style="list-style-type: none"> • Construcción social del Género

<p>EXPOSICIÓN: Género y Poder.</p> <p>TÉCNICA: “Las palabras y sus significados”: 1. Se mostrarán una a una las tarjetas con las palabras: ZORRO - ZORRA, HOMBRE 2. PÚBLICO - MUJER PÚBLICA, etcétera. 3. Se pide a las participantes que definan la palabra que se va mostrando. Se recomienda empezar por definir la palabra en masculino y después en femenino. 4. Cuando han descubierto el sentido de la técnica, deténgase a reflexionar con el grupo acerca de las risas, equivocaciones y/o evocaciones ante cada una de las palabras definidas y permita que propongan otras. 5. Se llegará a conclusiones grupales.</p>	40’	Presentación PowerPoint.
<p>EXPOSICIÓN: Formas de opresión, qué es discriminación, tipos de discriminación.</p> <p>TÉCNICA: “Historias de discriminación”: 1. Se escribirá una pequeña historia sobre un hecho de su vida, que consideren un acto discriminatorio. 2. Se leerán algunos en plenaria. 3. La facilitadora acotará en qué consiste la discriminación hacia las mujeres</p>	40’ 30’	Presentación PowerPoint. Hojas blancas, plumas.
<p>TÉCNICA: Variante de “¿Cuánto Vale una Esposa?”</p> <p>EXPOSICIÓN: División Sexual del Trabajo, Ámbito Público y Privado y Trabajo Doméstico.</p>	20’ 40’	Presentación PowerPoint.
<p>TÉCNICA: “La zorra y la cigüeña”: 1. La facilitadora invitará a dos participantes que pasar al frente. A cada una se le da a elegir un personaje: zorra o cigüeña. Se les sirve la misma cantidad de alimento en 2 vasos. La cigüeña come mientras que la zorra llora por no poder comer.</p> <p>EXPOSICIÓN: Equidad de género, igualdad de género.</p>	20’ 40’	Pico de cigüeña, un vasos y un plato. Presentación PowerPoint.
<p>EXPOSICIÓN: Conclusiones finales.</p> <p>TÉCNICA: “Lluvia de ideas”.</p>	15’	
<p>TÉCNICA: “Dejo, pero me llevo” 1. Plenaria, cada una expresa lo que se lleva y deja. 2. Entrega de lectura “Soy especial”.</p>	15’	Copias del texto “Soy especial
<p>TAREA INTERTALLER: 1. La facilitadora explicará la importancia de las tareas intertaller para reforzar los temas tratados en el taller. 2. Cada participante elegirá un espacio distinto en donde observar más a fondo sobre los mensajes de género que reciben los niños y las niñas en su formación. Pueden elegir entre los siguientes lugares: la familia, la escuela, los juegos, la televisión. 3. La siguiente sesión compartirán su reflexión en plenaria.</p>	10’	

Sesión II: Autoestima y Sexualidad

TEMA	OBJETIVOS	CONTENIDOS
TAREA INTERTALLER	<ul style="list-style-type: none"> • Conocer y analizar los resultados de la tarea intertaller. 	<ul style="list-style-type: none"> • Los referidos a la tarea acordada.
REPASO SESIÓN ANTERIOR Y RECORDAR REGLAS	<ul style="list-style-type: none"> • Repasar ideas principales de la sesión anterior. • Recordar reglas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Repaso sesión anterior. • Repaso reglas de oro del taller.
PRESENTACIÓN DE LA SESIÓN	<ul style="list-style-type: none"> • Dar a conocer los objetivos, temas de la sesión. 	<ul style="list-style-type: none"> • Objetivos, temas y metodología.
AUTOCONOCIMIENTO Y AUTOIMAGEN	<ul style="list-style-type: none"> • Que las mujeres reconozcan la importancia del autoconocimiento y la autoimagen para la construcción de autoestima. 	<ul style="list-style-type: none"> • Autoconocimiento de sí misma. • Representaciones culturales de las mujeres.
RECESO		
RADIOGRAFÍA DE MI AUTOESTIMA	<ul style="list-style-type: none"> • Iniciar un proceso de autoconocimiento y autovaloración. • Reflexionar sobre la autoestima, su construcción e importancia. • Identificar los mensajes y sucesos que influyen en la autoestima. 	<ul style="list-style-type: none"> • Definición autoestima. • Proceso de construcción. • Factores que influyen en su formación y estado. • Causas y consecuencias de la baja autoestima.

Promotoras Legales para la Prevención y Atención Integral de la Violencia De Género

DINÁMICAS	T.	MATERIAL
PLENARIA: 1. Compartir Reflexiones. 2. La facilitadora recopilará las ideas principales y se llegará a una conclusión.	15'	Papelógrafo en blanco, marcadores, masking tape.
TÉCNICA: Lluvia de ideas sobre las reflexiones principales de la sesión anterior y recordatorio de las reglas de oro.		Papelógrafo "Reglas de Oro" (como referencia).
EXPOSICIÓN: Objetivos y Temas.	10'	Presentación power point.
TÉCNICA: "Mi Figura en Plastilina": 1. Se pide al grupo que se pongan de pie y recorran en silencio el salón mirando todo cuanto hay a su alrededor. Se les pide que elijan un espacio que les parezca cómodo y se sienten. 2. Se les pide que cierren los ojos. 3. Se les dan indicaciones en primera persona para relajarse, que construyan un espacio cómodo, donde se sientan tranquilas. Que identifiquen cómo se sienten en su vida, qué cosas les gustan de sí mismas, cuáles les desagradan, qué necesitan de sí mismas, qué necesitan de otras personas, qué cosas tienen pendientes, cuáles han resuelto, qué no pueden decir a quienes les rodean, qué les hace sentir orgullosas de sí mismas, qué aspectos consideran necesario mejorar. 4. Se les pide que se pregunten cómo se sienten con todo eso, qué sienten, cómo se miran, qué ideas tienen de sí mismas. 5. Se les pone una barra de plastilina y se les pide que con los ojos cerrados extiendan las manos para tomarla y que piensen y construyan una figura que represente lo que sienten, lo que son en ese momento de su vida. 6. Después de 15 minutos se pide que terminen la figura. 7. Las participantes descubren sus ojos, miran su figura y opinan qué sintieron, qué dice la figura de ellas. EXPOSICIÓN: Autoconocimiento y autoimagen en la construcción de la autoestima.	45'	Plastilina, bocinas, disco relajante.
TÉCNICA: "Fotopalabra": 1. Se extienden en el suelo las fotos de diferentes tipos de mujeres. 2. Cada participante elegirá la foto con la que se sienta más identificada o con la que le gustaría ser. 3. En plenaria, cada una explicará el por qué de su elección. 4. Cada participante pega su foto en un papelógrafo a manera de collage. 5. Conclusiones.	40'	PowerPoint.
TÉCNICA: "Situaciones que dejan huella": a) Individualmente, reflexionar sobre los siguientes puntos: <ul style="list-style-type: none"> • Situación en la que te sentiste bien contigo misma. • Qué te dice esa situación sobre cómo te valoras a ti misma (qué mensaje te da sobre ti). • Qué personas influyeron en esa situación o mensaje. • Situación en la que te sentiste mal contigo misma. • Qué te dice esa situación sobre cómo te valoras (qué mensaje te da). • Qué personas te dieron esos mensajes. b) Se forman grupos de 4 a 6 personas, cada una compartirá sus respuestas y sintetizarán lo común en un papelógrafo. c) En plenaria: exposición y reflexión. EXPOSICIÓN: Qué es autoestima, qué factores intervienen en la construcción de la autoestima, Causas y consecuencias de la alta y la baja autoestima.	30'	Copias del formato "Situaciones que dejan huella", Papelógrafos en blanco, plumones, masking tape.
	40'	Presentación PowerPoint.

ACCIONES PARA ELEVAR LA AUTOESTIMA	<ul style="list-style-type: none"> • Proponer acciones personales y grupales. Encaminadas a enriquecer nuestra autoestima. 	<ul style="list-style-type: none"> • Reelaboración de la autoestima; autoconocimiento, autoaceptación, autovaloración. • Acciones positivas para elevar la autoestima: personales y colectivas.
COMIDA		
CAPACIDAD DE SENTIR	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar la relación entre la autoestima y la vivencia de una sexualidad plena. • Reconocer la importancia de nuestra sexualidad y las limitaciones impuestas por la construcción de género de las mujeres. • Descubrir la capacidad de sentir de nuestro cuerpo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Relajación. • Autoconocimiento del cuerpo. • Sexualidad de las mujeres. • Valoración sexual de partes del cuerpo (gestación, el embarazo y la lactancia). • El ejercicio de la actividad sexual de las mujeres. • Erotismo.
RECESO		
REFORZANDO LA AUTOESTIMA EN EL GRUPO	<ul style="list-style-type: none"> • Practicar la valoración de cada una de las participantes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Compartir ideas, sentimientos, pensamientos positivos sobre las compañeras del taller.
CONCLUSIÓN	<ul style="list-style-type: none"> • Reflexionar sobre las ideas y temas principales de la sesión. • Comentar dudas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Autoestima de las mujeres. • Definición -Construcción Mejoramiento
EVALUACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> • Conocer el impacto de la sesión en las participantes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Lo positivo que acepto y lo negativo que rechazo
TAREA INTERTALLER	<ul style="list-style-type: none"> • Analizar el tiempo que las mujeres dedican a sí mismas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Autoestima de las mujeres.

Sección III. Derechos Humanos.

TEMA	OBJETIVOS	CONTENIDOS
ANIMACIÓN Y REPASO	<ul style="list-style-type: none"> • Animar al grupo para iniciar la sesión. • Repasar las ideas principales de la sesión anterior. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ideas principales de la sesión anterior.
TAREA INTERTALLER	<ul style="list-style-type: none"> • Conocer y analizar los resultados de la tarea intertaller. 	<ul style="list-style-type: none"> • Los referidos a la tarea acordada.
CUANDO HABLAMOS DE DERECHOS HUMANOS DE QUÉ ESTAMOS HABLANDO	<ul style="list-style-type: none"> • Dar a conocer los derechos humanos y reflexionar acerca de su significado e impacto en sus vidas. • Ubicar colectivamente las divisiones sociales que justifican la aplicación de derechos para hombres y para mujeres. 	<ul style="list-style-type: none"> • Derechos humanos. • Ejercicio de derechos en el ámbito público y en el privado • Consecuencias en la vida de las mujeres sobre estas concepciones.
DERECHOS HUMANOS PARA LAS MUJERES	<ul style="list-style-type: none"> • Analizar lo que los derechos humanos aportan al desarrollo de cada mujer en todas las dimensiones de su vida. 	<ul style="list-style-type: none"> • Derechos Humanos de las Mujeres.
RECESO		
DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVO	<ul style="list-style-type: none"> • Que los participantes tengan una visión general de la construcción y ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Derechos sexuales y reproductivos. • Instrumentos internacionales que los aseguran.
COMIDA		
DERECHOS FAMILIARES	<ul style="list-style-type: none"> • Dar a conocer los principales derechos familiares y las formas de adquirirlos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Derechos familiares.
DERECHOS LABORALES	<ul style="list-style-type: none"> • -Que las participantes conozcan los principales derechos a los que son acreedoras por ser trabajadoras. • -Reconocer las violaciones a los derechos laborales. 	<ul style="list-style-type: none"> • -Derechos laborales. • -Derecho a la igualdad: de trato, de salario, de oportunidades. • -Violaciones a los derechos laborales.

Promotoras Legales para la Prevención y Atención Integral de la Violencia De Género

DINAMICAS	T.	MATERIAL
TÉCNICA: “La telaraña”: De pie, en círculo se van rolando una bola de estambre y a quien le toque debe mencionar una idea de la sesión anterior, después lanza la bola a otra compañera.	15'	Bola de estambre.
PRESENTACIÓN DE LA TAREA: 1. En plenaria, quienes lo deseen pueden participar compartiendo sus reflexiones. 2. Recopilar ideas principales en un papelógrafo y todas juntas llegarán a una conclusión.	15'	Papelógrafos, marcadores, masking tape.
TÉCNICA: “Lo Público y lo Privado”: 1. La facilitadora repartirá formatos que indican actividades del ámbito público y privado. 2. Las participantes colocarán las actividades que correspondan a lo PRIVADO o a lo PÚBLICO. 3. Cada mujer escribirá a qué derecho se hace referencia. 4. Reflexión ¿Ejerces ese derecho?, ¿Qué derechos quisieras ejercer y no puedes, tú o tu familia? EXPOSICIÓN: Qué es un derecho, qué son los Derechos Humanos (en lo Público y lo Privado).	30'	Tarjetas con actividades, papelógrafo dividido en público -privado, masking tape.
TÉCNICA: “La Lotería”: 1. Se forman equipos de 3 personas. 2. Se distribuye a cada equipo un cartón de lotería, junto con un puñado de frijoles. 3. La facilitadora nombrará los derechos humanos de las mujeres. Se jugará con las mismas reglas del juego de mesa Lotería. 4. Al finalizar, se hará una reflexión grupal sobre los derechos: conocimiento, ejercicio, etcétera. EXPOSICIÓN: ¿Por qué existen derechos humanos de las mujeres?, cuáles son, instrumentos Internacionales.	40' 45'	10 Cartones de lotería de los derechos humanos de las mujeres, barajas de lotería, frijoles. Presentación PowerPoint.
EXPOSICIÓN: Derechos Sexuales y Reproductivos.	35'	Presentación power point.
TÉCNICA: “Representando mis derechos sexuales y reproductivos”: 1. Se forman 6 equipos representará 2 derechos sexuales y/o reproductivos. 2. Reflexión: ¿qué derechos sexuales ejerzo sobre mi cuerpo?, ¿qué derechos reproductivos ejerzo?, ¿por qué no los puedo ejercer?	60'	
EXPOSICIÓN: Derechos familiares, parentesco, matrimonio, regímenes de unión, divorcio, patria potestad, guarda y custodia, pensión alimenticia.	45'	Presentación power point.
TÉCNICA: “el valor de nuestro trabajo”: 1. En equipos de 6 personas, completar “formato tareas” que llevan a cabo la mujer y el hombre de la mañana a la noche. 2. En plenaria reflexión: <ul style="list-style-type: none"> • ¿Quién realiza más trabajos? ¿Por qué? • ¿Por qué es la mujer la encargada de todo el trabajo doméstico? • ¿Qué tipos de trabajo realiza más el hombre y cuáles la mujer? • ¿La remuneración por los trabajos realizados es justa? • ¿El trato que reciben las mujeres y los hombres en el trabajo es igual? • ¿El trabajo que realizan hombres y mujeres les permite desarrollarse por igual? • ¿Las oportunidades laborales son iguales para hombres y mujeres? • EXPOSICIÓN: Valor del trabajo para mujeres y hombres.	40' 30'	Formato tareas, lapiceros. Presentación power point.

RECESO		
CONCLUSIONES	<ul style="list-style-type: none"> Reflexionar sobre las ideas y temas principales. 	<ul style="list-style-type: none"> Derechos humanos.
EVALUACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> Conocer la opinión de las participantes sobre sesión. 	<ul style="list-style-type: none"> Aspectos positivos y negativos del taller. Sugerencias.
TAREA INTERTALLER	<ul style="list-style-type: none"> Aplicar a la vida cotidiana los Derechos Humanos aprendidos. 	<ul style="list-style-type: none"> Derechos humanos de las mujeres.

Sesión IV. Violencia Parte I

TEMA	OBJETIVOS	CONTENIDOS
TAREA INTERTALLER.	<ul style="list-style-type: none"> Compartir y analizar los resultados de las tareas intertaller. 	<ul style="list-style-type: none"> Los referidos a la tarea acordada.
REPASO SESIÓN ANTERIOR.	<ul style="list-style-type: none"> Repasar las ideas principales de la sesión anterior. 	<ul style="list-style-type: none"> Ideas principales de la sesión anterior.
PRESENTACIÓN DE LA SESIÓN	<ul style="list-style-type: none"> Dar a conocer los objetivos, temas y desarrollo de la sesión. 	<ul style="list-style-type: none"> Objetivos, temas y metodología.
¿QUÉ ES LA VIOLENCIA?	<ul style="list-style-type: none"> Conocer la definición de violencia. Conocer los tipos y las modalidades de la violencia Identificar los mitos 	<ul style="list-style-type: none"> Conceptos generales de la violencia hacia las mujeres. Tipos y modalidades de la violencia. Mitos de la violencia.
RECESO		
CÍRCULO DE LA VIOLENCIA Y CONSECUENCIAS EN LA VIDA DE LAS MUJERES.	<ul style="list-style-type: none"> Reconocer el círculo de la violencia. Reflexionar sobre las consecuencias de la violencia hacia las mujeres. 	<ul style="list-style-type: none"> Círculo de la violencia. Consecuencias físicas y psicológicas de la violencia.
TAREA INTERTALLER	<ul style="list-style-type: none"> Compartir el tema violencia de género en su comunidad. 	<ul style="list-style-type: none"> Contenidos de la sesión sobre violencia.

COMIDA		
PLÁTICA-EXPOSICIÓN DE EXPERTA.	<ul style="list-style-type: none"> • Conocer procedimientos y servicios básicos de la institución que • Representa la invitada. 	<ul style="list-style-type: none"> • Procedimiento, requisitos y servicios básicos de la institución.

Sesión V. Violencia Parte 2

TEMA	• OBJETIVOS	• CONTENIDOS
ANIMACIÓN Y REPASO SESIÓN ANTERIOR	<ul style="list-style-type: none"> • Animar al grupo para iniciar la sesión. • Repasar las ideas principales de la sesión anterior. 	<ul style="list-style-type: none"> • Animación. • Ideas principales de la sesión anterior.
TAREA INTERTALLER	<ul style="list-style-type: none"> • Compartir y analizar los resultados de las tareas intertaller. 	<ul style="list-style-type: none"> • Los referidos a la tarea acordada.
GLOSARIO DE CONCEPTOS JURÍDICOS BÁSICOS	<ul style="list-style-type: none"> • Familiarizarse con los principales conceptos jurídicos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Conceptos jurídicos vinculados a la violencia.
ACCIONES PRINCIPALES CONTRA LA VIOLENCIA HACIA LAS MUJERES	<ul style="list-style-type: none"> • Conocer las acciones que propone la Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia de Veracruz. • Proponer acciones que conduzcan a la prevención y lucha contra la violencia hacia las mujeres. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia de Veracruz.
RECESO		
QUÉ HACER EN CASO DE VIOLENCIA	<ul style="list-style-type: none"> • Que las participantes construyan un plan de acción para apoyar a mujeres en situación de violencia. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia de Veracruz. • Conocimientos adquiridos en la visita al DIF.
COMIDA		
VISITA DE EXPERTA/O	<ul style="list-style-type: none"> • Recibir información de una experta/o sobre procedimientos legales en caso de violencia. 	<ul style="list-style-type: none"> • Conocer de manera directa los procedimientos legales.
EVALUACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> • Conocer la opinión de las participantes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Logros, limitaciones y sugerencias.
TAREA INTERTALLER	<ul style="list-style-type: none"> • Realizar tríptico de información. 	<ul style="list-style-type: none"> • Información revisada durante sesiones.

Promotoras Legales para la Prevención y Atención Integral de la Violencia De Género

EXPOSICIÓN.	150'
--------------------	------

DINAMICAS	T.	MATERIAL
TÉCNICA: “Encuentra tu pieza”: 1. Se reparten piezas del rompecabezas del ciclo de la violencia. 2. Las participantes buscarán el complemento de su pieza. 3. Lluvia de ideas sobre sesión anterior de acuerdo a la pieza que les tocó.	10'	Piezas del rompecabezas del ciclo de la violencia.
TÉCNICA: Plenaria: Preguntas guía: <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo se sintieron durante la realización de la tarea? ¿Por qué? • ¿Qué dificultades tuvieron? • ¿Qué aprendieron? 	15'	
TÉCNICA: “Memoria de conceptos jurídicos”: 1. En equipos se juega una memoria de conceptos jurídicos. 2. En plenaria: dudas, dificultades, conocimiento previo. EXPOSICIÓN: importancia de conocer los conceptos jurídicos.	40' 20	Memoria conceptos jurídicos. Presentación power point.
TÉCNICA: Lluvia de ideas para proponer acciones grupales e individuales para prevenir, sancionar y erradicar la violencia hacia las mujeres. EXPOSICIÓN: Acciones principales propuestas por la Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia de Veracruz.	25' 40'	Papelógrafo en blanco, plumones, masking tape. Presentación PowerPoint: Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia de Veracruz.
TÉCNICA: “Construyendo mi plan de acción”: 1. En equipos se analizará un caso hipotético sobre violencia. 2. Con apoyo del “Plan de seguridad en violencia familiar” y del conocimiento adquirido en la visita a DIF, construirán un plan de acción para apoyar a la mujer que acude a ella, en donde detallen a dónde acudir, qué hacer y de qué tienen derecho, lo escribirán en un papelógrafo. 3. Cada equipo expondrá su plan de acción en plenaria. 4. Se llegará a conclusiones colectivas EXPOSICIÓN: Medidas de seguridad propuestas por la Ley.	60' 45'	Tarjetas con “casos de violencia”, fotocopias “Plan de seguridad”, papelógrafos en blanco, plumones, masking tape. Nota: los planes de acción en papelógrafos se utilizarán en la siguiente sesión.
EXPOSICIÓN.	2 hrs.	
ENTREVISTA.		
TÉCNICA: “Lluvia de ideas”:	15'	
Elaborar tríptico con las recomendaciones a seguir en caso de violencia.	10'	

Sesión VI. Delitos de Género

TEMA	OBJETIVOS	CONTENIDOS
TAREA INTERTALLER	<ul style="list-style-type: none"> Compartir y analizar los resultados de las tareas intertaller. 	<ul style="list-style-type: none"> Modalidades de violencia en su comunidad.
RESUMEN DE LA SESIÓN ANTERIOR	<ul style="list-style-type: none"> Retomar lo más importante de la sesión anterior a manera de repaso. 	<ul style="list-style-type: none"> Resumen de la tercera sesión.
¿QUE ES DELITO DE GÉNERO?	<ul style="list-style-type: none"> Conocer concepto “delitos de género” y los tipos de delitos de género. 	<ul style="list-style-type: none"> Concepto “delitos de genero”. Tipos de delitos de género (no tipificados).
IDENTIFICACIÓN DE DELITOS DE GÉNERO	<ul style="list-style-type: none"> Analizar un caso de violencia familiar. Que las participantes identifiquen algunos delitos de género dentro de una relación y practiquen la argumentación. 	<ul style="list-style-type: none"> Delitos de género.
RECESO		
PROCEDIMIENTOS LEGALES	<ul style="list-style-type: none"> Conocer los procedimientos legales para realizar una denuncia. 	<ul style="list-style-type: none"> Procuración de justicia. Procedimiento penal. Cómo hace una denuncia.
TAREA INTERTALLER	<ul style="list-style-type: none"> Realizar tríptico. 	<ul style="list-style-type: none"> Los contenidos de la sesión.
COMIDA		
VISITA DE CAMPO	<ul style="list-style-type: none"> Vista a una Agencia Especializada o Ministerio Público del fuero común. 	<ul style="list-style-type: none"> Conocer los servicios que ofrece la Agencia Especializada o Ministerio Público del fuero común.

Promotoras Legales para la Prevención y Atención Integral de la Violencia De Género

DINAMICAS	T.	MATERIAL
LLUVIA DE IDEAS		
LA TELARAÑA		
<p>TÉCNICA: “Analizando los tipos de delitos de Género”</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. En equipos se asignarán 3 delitos 2. Reflexión en papelógrafo: <ul style="list-style-type: none"> • ¿Quién comete el delito? ¿En dónde? ¿Por qué? • Características del agresor. • ¿Usualmente qué le sucede al agresor que comete ese delito? • ¿Conocen el procedimiento legal para actuar en caso de ser víctimas de ese delito? <p>EXPOSICIÓN: “Qué son delitos de género, tipos de delitos de género.</p>	40’	Papelógrafos, plumones, masking tape.
	40’	Presentacion en Power Point.
<p>TÉCNICA: “Jurado 13”</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se elegirá una jueza, 5-7 jurados, una pareja que defienda a la víctima y una pareja que defienda al agresor, el resto de las participantes observarán el juicio. 2. Se les repartirá el acta de acusación a cada jurado, a la jueza y a las parejas defensoras de victima y agresor para que lo lean, lo discutan y saquen sus argumentos. 3. Una vez preparados los grupos, se reúnen en el salón. Se inicia el juicio. 4. Tanto la parte de la víctima y del agresor darán sus argumentos. 5. Al terminar, el jurado se reunirá para deliberar y dará su veredicto. 6. Se hacen conclusiones de la técnica, dudas, comentarios. 	60’	Copias del acta de acusación.
<p>EXPOSICIÓN: “Procedimientos Legales”.</p> <p>TÉCNICA: “Mejorando mi Plan de Acción”:</p> <ol style="list-style-type: none"> b) Se volverán a formar los mismos equipos que trabajaron el plan de acción. c) Revisarán su plan y con la nueva información lo complementarán y mejorarán. 	45’	Presentación Power Point.
	50’	Planes de acción, plumones, papelógrafos en blanco, masking tape.
Tríptico sobre información básica sobre violencia: ¿qué le pondrían? ¿cómo lo harían más entendible para las mujeres de su colonia o comunidad?	10’	
VISITA DE CAMPO: Entrevista y Observación.	2:30 hrs.	

Sesión VII. Ciudadanía y Liderazgo

TEMA	• OBJETIVOS	• CONTENIDOS
TAREA INTER TALLER	<ul style="list-style-type: none"> • Compartir y analizar los resultados de la tarea intertaller. 	<ul style="list-style-type: none"> • Los referidos a la tarea acordada.
REPASO SESIÓN ANTERIOR	<ul style="list-style-type: none"> • Repasar las ideas principales de la sesión anterior. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ideas principales sesión anterior.
PRESENTACIÓN DEL TALLER	<ul style="list-style-type: none"> • Dar a conocer objetivos, temas y metodología. 	<ul style="list-style-type: none"> • Objetivos, temas y metodología del taller.
CIUDADANÍA INTEGRAL	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar la ciudadanía como el pleno goce de derechos en los diferentes espacios de la vida de las mujeres. • Que las participantes reconozcan elementos centrales que marcan la diferencia entre ser una ciudadana de primera y de segunda. 	<ul style="list-style-type: none"> • Relación que existe entre el ejercicio de los derechos humanos y la ciudadanía integral. • Experiencias de participación ciudadana. • Construcción de ciudadanía plena.
RECESO		
EMPODERAMIENTO Y LIDERAZGO	<ul style="list-style-type: none"> • Reflexionar sobre el poder que construyen las mujeres. 	<ul style="list-style-type: none"> • Empoderamiento de las mujeres: <ol style="list-style-type: none"> a) Qué es el poder y los diferentes tipos de poder. b) Lo que dificulta el ejercicio del poder y lo que nos ayuda a ejercer el poder.
COMIDA		
EL LIDERAZGO EN LA ORGANIZACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> • Valorar la importancia del liderazgo de las mujeres. • Identificar los distintos tipos de liderazgo que ejercemos las mujeres. 	<ul style="list-style-type: none"> • Liderazgo, tipos de liderazgo, característica de una líder.
RECESO		

Promotoras Legales para la Prevención y Atención Integral de la Violencia De Género

DINAMICAS	T.	MATERIAL
PLENARIA. Preguntas guía: -¿Cómo se sintieron durante la realización de la tarea? ¿Por qué? -¿Qué dificultades tuvieron? -¿Qué aprendieron?	15'	
TÉCNICA: Lluvia de ideas.	10'	
EXPOSICIÓN.	10'	Presentación PowerPoint.
TÉCNICA: “Final feliz”: 1. Se formarán dos equipos, cada uno elegirá a una participante para que exponga una historia donde no se ejercieron ni se defendieron sus derechos ciudadanos. 2. Cada equipo analizará la historia de su compañera y elaborarán un análisis y una propuesta en la que propongan que debía hacerse para que se ejercieran los derechos y construyeran una ciudadanía plena.	45'	
EXPOSICIÓN: Ciudadanía integral, participación ciudadana.	45'	Presentación PowerPoint.
TÉCNICA: “Las aviones”: 1. Se forman grupos de 4 y 6 mujeres, entregándole a cada uno de 5 hojas de papel y unas tijeras. 2. Se les informa que la tarea consiste en construir el mayor número de aviones en 10 minutos. Cada grupo elegirá a una coordinadora de grupo. 3. Acabado el tiempo, cada grupo representa resultados. 4. Reflexión y análisis. En un papelógrafo la facilitadora va anotando las ideas clave. <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo se sintieron? • ¿Cómo trabajó cada grupo? • ¿Cómo funciona la coordinación, la participación, tiempos, recursos...)? • ¿Cómo los resolvieron? • ¿Qué les facilitó el trabajo? • ¿Qué grupo creen que ganó y por qué? 	30'	Hojas blancas, tijeras.
EXPOSICIÓN: Tipos de poder, empoderamiento, qué es organizarse, importancia de la participación en una organización, elementos para la organización.	45'	Presentación Power Point.
TÉCNICA: “Retrato de una buena líder”. 1. Formar grupos de 4 ó 6 personas. 2. Cada grupo hará un collage de una buena líder y lo discutirán. 3. Cada grupo expondrá su collage en plenaria y se llegarán a conclusiones colectivas.	45'	Revistas, tijeras, pegamento, papelógrafos en blanco, masking tape.
EXPOSICIÓN: tipos de liderazgo, diferencia líder-dirigente, capacidades y cualidades de una líder.	45'	Presentación PowerPoint.

LA ORGANIZACIÓN DE LAS MUJERES	<ul style="list-style-type: none"> • Reconocer la organización de mujeres como instrumento para lograr la equidad entre hombres y mujeres. • Proponer el modelo de organización que queremos como mujeres. 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es organizarse? • Organización de mujeres • Elementos claves para la organización.
CONCLUSIONES	<ul style="list-style-type: none"> • Reflexionar sobre las ideas y temas principales de la sesión. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ciudadanización de las mujeres. • Liderazgo de las mujeres.
EVALUACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> • Conocer la opinión de las participantes sobre los temas tratados. 	<ul style="list-style-type: none"> • Aspectos positivos y negativos del taller.

Sesión VII. Ciudadanía y Liderazgo

TEMA	OBJETIVOS	CONTENIDOS
REPASO GLOBAL	<ul style="list-style-type: none"> • Repasar las ideas principales del curso. • Presentación de la sesión. 	<ul style="list-style-type: none"> • Conceptos básicos de cada sesión. • Objetivos de la sesión VIII.
REDES SOCIALES	<ul style="list-style-type: none"> • Explicar qué son las redes sociales, cómo se construyen y con qué objetivos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Redes sociales y su utilidad.
REDES Y LA PLANIFICACION DE PROYECTOS SOCIALES	<ul style="list-style-type: none"> • Reconocer la importancia de las redes sociales para crear acciones positivas para las mujeres. • Aprender la metodología para construir proyectos sociales. 	<ul style="list-style-type: none"> • Elaboración de un plan de trabajo individual y con apoyo de una red social. • Pasos metodológicos para la planificación. • Planificación en redes.
PROGRAMA DE TRABAJO Y ESTRATEGIAS PARA LA CONTINUIDAD DEL TRABAJO DE PROMOTORAS	<ul style="list-style-type: none"> • Realizar un programa de trabajo que atienda la violencia de género hacia las mujeres como un problema social. • Reflexionar sobre estrategias de promoción de la no violencia hacia las mujeres, en redes sociales e institucionales, así como su acción individual. 	<ul style="list-style-type: none"> • Identificación de estrategias para prevenir y atender la violencia de género

Promotoras Legales para la Prevención y Atención Integral de la Violencia De Género

<p>TÉCNICA: “Para qué nos organizamos las mujeres”:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Formar grupos y reflexionar sobre qué cambios positivos quisieran que se lleven a cabo en un periodo de dos años para las mujeres de su comunidad. 2. Cuando terminen las reflexiones grupales las compartirán con el resto del grupo. <p>EXPOSICIÓN: Claves para el buen funcionamiento de la organización, cómo se construyen redes sociales, para qué sirven, elementos necesarios para la construcción de proyectos sociales.</p>	40'	
<p>TÉCNICA. Lluvia de ideas.</p>	10'	
<p>TÉCNICA: “La Carta”:</p> <p>a) Las participantes realizarán una carta a un conocido contando lo que más les gusto y lo que menos les gustó.</p>	15'	Hojas blancas, lapiceros.

DINAMICAS	T.	MATERIAL
<p>EXPOSICIÓN.</p> <p>TÉCNICA: Lluvia de ideas.</p>	60'	Presentación en power point, papelógrafos, plumones, masking tape.
<p>EXPOSICIÓN: Redes Sociales. Presentación de la Técnica “la Baraja de la Planificación”.</p>	10'	Presentación Power Point.
<p>TÉCNICA: “La Baraja de la Planificación”.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se divide a los participantes en equipos. 2. Se reparte un juego completo de cartas a cada equipo. 3. Se le pide a cada equipo que ordene las cartas de acuerdo al orden que consideren correcto para llevar a cabo un proyecto social en su colonia o comunidad, el equipo que lo ordene primero será el ganador. Deberán pegar las cartas ordenadas en un papelógrafo. 4. Cuando cualquiera de los equipos considere que las ha ordenado correctamente pedirá a la coordinadora que lo revise, quien determinará qué grupo es el ganador. 5. Se discutirá sobre el orden propuesto por cada equipo y su por qué. <p>EXPOSICIÓN: Pasos metodológicos para la planificación de un proyecto social, importancia de cada paso (énfasis en el diagnóstico). La exposición deberá apoyarse de ejemplos concretos.</p>	40'	Juego de cartas “La Baraja de la Planificación” (Tarjetas grandes donde se escriben los pasos de un proceso de planificación).
<p>TÉCNICA: Mesas de Trabajo.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se dividirá el grupo en equipos de acuerdo a las colonias p comunidades a las que pertenecen o a problemáticas específicas relacionadas a la violencia de género. 2. Cada equipo deberá realizar su plan de trabajo siguiendo el formato que se les entregará. Escribirán sus propuestas en un papelógrafo para exponerlas al grupo. 3. Cada equipo expondrá sus reflexiones en plenaria. <p>EXPOSICIÓN: la importancia de la organización en la resolución de problemas comunitarios, estrategias de trabajo como promotoras legales ligadas a instituciones, a través de las redes comunitarias y acciones individuales.</p>	40'	Papelógrafos, masking tape, plumones, formatos “Plan de Trabajo”.
	40'	Presentación PowerPoint

CONCLUSIONES FINALES	<ul style="list-style-type: none"> • Conocer opinión sobre los contenidos y desarrollo del curso. 	<ul style="list-style-type: none"> • Todos los contenidos del curso.
EVALUACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> • Aplicar el Post-Test para identificar aprendizajes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Post-Test.
CEREMONIA DE CLAUSURA		
PALABRAS DE PROMOTORA EN NOMBRE DE TODAS LAS PARTICIPANTES		
PALABRAS DE LA LIC. MARTHA MENDOZA/LIC. NURY RICARDEZ		
ENTREGA DE RECONOCIMIENTOS Y CREDENCIALES		
CONVIVENCIA Y COMIDA		

Promotoras Legales para la Prevención y Atención Integral de la Violencia De Género

<p>TÉCNICA: “Noticiero Popular”:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Todo el grupo deberá ponerse de acuerdo para crear un noticiero.2. Se elegirán 3 locutoras, quienes deberán leer las notas de todas sus compañeras.3. Se dividirá al grupo en 3 secciones, quienes deberán escribir notas de las siguientes temáticas:<ul style="list-style-type: none">• Cómo era el grupo cuando inició el curso.• Qué cambios ha tenido el grupo a lo largo del curso (situaciones que marcaron el curso).• Qué aprendizajes ha tenido el grupo y qué se llevan del curso y del grupo mismo.4. Las locutoras leerán las notas de sus compañeras en plenaria, a manera de noticiero.5. Se realizarán comentarios finales al terminar el noticiero.	60'	Hojas blancas, papelógrafos, lapiceros, masking tape, plumones.
Aplicación del Post-Test.	20'	
OBSERVACIONES		

Este programa es de carácter público, no es patrocinado ni promovido por partido político alguno y sus recursos provienen de los impuestos que pagan todos los contribuyentes. Está prohibido el uso de este programa con fines políticos, electorales, de lucro y otros distintos a los establecidos. Quien haga uso indebido de los recursos de este programa deberá ser denunciado y sancionado de acuerdo a la ley aplicable y ante la autoridad competente.