



MANUAL DE HERRAMIENTAS TEÓRICO-PRÁCTICAS EN DERECHOS HUMANOS DIRIGIDO A CAPACITADORAS(ES) QUE TRABAJARÁN CON MUJERES CON LIBERTAD ANTICIPADA

"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 con la ley aplicable y ante la autoridad competente".



Las mujeres privadas de su libertad han sido invisibles en la sociedad y también para las autoridades del Sistema de Penitenciario, quizá por ser pocas en relación a sus similares varones o quizá porque históricamente las mujeres han ocupado un lugar secundario en todos los temas. Por la razón que fuere, las mujeres encarceladas y sus necesidades no era un tema incluido en los planes y programas de diversos sectores que en teoría tienen dentro de sus obligaciones su atención.

La creciente demanda de servicios para las mujeres privadas de su libertad, coincide por una parte con un mayor número de mujeres vinculadas a delitos que ahora tienen la atención del Estado y por otro lado, con cambios y reformas importantes en la legislación internacional, nacional y en el propio Distrito Federal, que garantizan a las mujeres su derecho al ejercicio pleno de sus Derechos Humanos y a una Vida Libre de Violencia, independientemente del sitio en donde se encuentre.

Por ello, participar activamente en el reconocimiento de los Derechos Humanos de todas las Mujeres sin importar su condición jurídica, es una tarea que está resultando difícil, porque para lograrla se requiere continuar una transformación profunda en un sistema penitenciario, que también es un reflejo de la propia sociedad, es decir, una estructura androcéntrica consolidada a fuerza de costumbre, que poco a poco está evolucionando hacia la visibilización de las mujeres y sus necesidades, por eso, hoy podemos hablar de las mujeres que han sido privadas de su libertad y que ahora intentan reinsertarse a una sociedad altamente discriminadora.

Partimos de reconocer que los problemas y conflictos de las mujeres encarceladas son similares a los de cualquier mujer que se encuentra en libertad, porque dentro y fuera, deben cumplir con los papeles asignados a su género, pero que la experiencia de haber estado en la cárcel profundiza la desigualdad de género y favorece un aislamiento social que de no atenderse, expone a las mujeres a una mayor vulnerabilidad para la comisión de nuevas conductas delictivas, a causa de la pobreza, exclusión y desarraigo.

Instituto de las Mujeres de la Ciudad de México



Antecedentes

La elaboración de este Manual tiene como fundamento lo estipulado en los artículos 1 y 4 de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos; la Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra las Mujeres (CEDAW); la Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer (Belem do Pará; los artículo 2, 9 fracciones I, II, III, IV, y V, 10, 21, y 23 fracciones I, II, III, y IV de la Ley de Igualdad sustantiva entre Mujeres y Hombres en el Distrito Federal; artículos 13, 14, 15 fracciones I y II, 16 fracciones I, III, IV y V, 60 fracción IV y 35 fracción VIII de la Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia del Distrito Federal; artículos 1 fracciones III, VI, VII, VIII y XV, 4 fracción III y IV de la Ley de Desarrollo Social para el Distrito Federal; artículo 4, fracciones II, III, VI, VII, XII, XIV de la Ley del Instituto de las Mujeres del Distrito Federal; los objetivos 2, 3 y 4 del Programa Nacional para la Igualdad entre Mujeres y Hombres 2008-2012; Eje 2 Equidad del Programa General de Desarrollo 2007-2012 del Gobierno del Distrito Federal; en los numerales 1, 2, 5 y 6 del Decálogo por la Equidad de Género y; en la Subfunción 12 “Igualdad de Género”, Resultado 13 “Se reducen las brechas de desigualdad entre mujeres y hombres” y Subresultado 9 “Las mujeres acceden a la justicia en condiciones de igualdad” del Presupuesto de Egresos del Distrito Federal para el ejercicio fiscal 2009.

El Programa Nacional para la Igualdad entre Mujeres y Hombres 2008-2012 establece en su Objetivo estratégico 1. Institucionalizar una política transversal con perspectiva de género en la Administración Pública Federal y construir los mecanismos para contribuir a su adopción en los poderes de la unión, en los órdenes de gobierno y en el sector privado. Estrategia 1.1, 1.2 (transformar la cultura y los procesos de gestión de las organizaciones públicas a favor de la igualdad y



equidad de género). 1.4 (establecer normas que aseguren la igualdad de trato, acciones afirmativas y la conciliación de la vida laboral y familiar en las instituciones).

El Programa General de Desarrollo 2007-2012 del Gobierno del Distrito Federal establece entre las estrategias y objetivos de su Eje 2 Equidad los siguientes:

Estrategia. La acción de gobierno en materia de desarrollo social tiene como eje principal la equidad con la finalidad de abatir la desigualdad y de lograr un desarrollo social pleno. Para ello es fundamental rebasar la tradicional planeación y ejecución sectorial, para pasar a una transversal, intersectorial e integral de largo plazo, de forma que todas las acciones y programas de gobierno se rijan por el principio de la equidad.

Objetivos: erradicar la violencia y discriminación de que son objeto las mujeres y consolidar el pleno uso de sus derechos e instituir la perspectiva de género como criterio fundamental, permanente, en la formulación y ejecución de las políticas públicas.

El Decálogo por la Equidad de Género signado por el Jefe de Gobierno, su Gabinete y las y los Jefes Delegacionales incluye entre sus diez premisas a favor de los derechos de las mujeres las siguientes: 1. Impulsar la capacitación en materia de políticas públicas con perspectiva de género a todo el personal que labora en las dependencias a nuestro cargo; 2. Cumplir con responsabilidad los compromisos adquiridos en el comité intersectorial, la red de enlaces de género y el comité interdelegacional de género, para disminuir la brecha de desigualdad entre mujeres y hombres en la Ciudad de México; 5. Impulsar acciones permanentes al interior de cada dependencia para prevenir, atender, sancionar y erradicar la



violencia contra las mujeres, promoviendo una cultura de denuncia y; 6. Avanzar en la implementación de acciones que garanticen el acceso a las mujeres a la justicia pronta y expedita (...).

El Instituto de las Mujeres del Distrito Federal ha estado comprometido desde sus inicios con los planteamientos formulados por la comunidad Internacional y por el movimiento feminista de la Ciudad de México.

Durante más de diez años, el compromiso con los derechos humanos de las mujeres ha sido expresado también por la Asamblea Legislativa del Distrito Federal al legislar para que hoy, la Ciudad de México, cuente con un marco normativo que permita el avance en el ejercicio de los derechos humanos de las mujeres, en igualdad de condiciones y de oportunidades, en relación con los hombres. A este esfuerzo se inscriben los siguientes instrumentos jurídicos: la Ley para Prevenir y Erradicar la discriminación en el Distrito

Federal, la Ley de Acceso de las mujeres a una Vida Libre de Violencia del Distrito Federal y la Ley de Igualdad Sustantiva entre Mujeres y Hombres para el Distrito Federal.

Con la entrada en vigor de la Ley de Igualdad Sustantiva entre Mujeres y Hombres para el Distrito Federal en abril del 2008, y con la incorporación de la Equidad de Género como línea transversal en el Programa General de Desarrollo, el INMUJERESDF adquiere facultades y responsabilidades que fortalecen su razón histórica de ser. En concordancia con este nuevo marco normativo, el INMUJERESDF modificó su misión y objetivo: a) Misión: ser el organismo de la administración Pública del Gobierno de la Ciudad de México responsable de garantizar el respeto, protección y ejercicio de los derechos humanos de las mujeres para disminuir las brechas de desigualdad de oportunidades y trato entre mujeres y hombres y b) Objetivo general: lograr la Institucionalización de la perspectiva de género en el diseño,



implementación y evaluación de las políticas públicas y en la estructura organizacional de las dependencias que integran el gobierno de la Ciudad de México.

Atendido a lo anterior, el Instituto de las Mujeres del Distrito Federal ha promovido e impulsado un sin número de iniciativas, programas y acciones para fortalecer el proceso de institucionalización de la perspectiva de género en las políticas públicas del Gobierno de la Ciudad de México, así como para prevenir, atender y erradicar la violencia contra las mujeres.

A este conjunto de acciones se suma la propuesta de elaborar un Manual de herramientas teórico-prácticas en derechos humanos dirigido a capacitadoras(es), así como al personal que labora con las mujeres privadas de su libertad y/o con aquéllas que han obtenido un beneficio de preliberación a fin de que potencialicen en éstas conocimientos en derechos humanos que impulsen su plena reinserción social y reduzcan la probabilidad de su reincidencia.

El proyecto atiende a la ausencia de acciones y programas dirigidos a una política pública integral que dé respuesta con perspectiva de género a las necesidades específicas de las mujeres en situación de reclusión, así como de aquellas que han obtenido su libertad, por ello, debe permitir a éstas el acceso al conocimiento y ejercicio de sus derechos como parte de un trabajo integral que impulse cambios en los patrones culturales a través de los cuales se sigue legitimando la discriminación y violación de sus derechos, particularmente, de su derecho a una vida libre de violencia.



Objetivo General

Contar con un Manual de Herramientas Teórico-Prácticas en Derechos Humanos dirigido a capacitadoras (es) de mujeres que fueron encarceladas y recibieron el beneficio de libertad anticipada por una adecuada participación en el tratamiento penitenciario. Buscando proporcionarles elementos de enseñanza-aprendizaje que permita transmitirles a las mujeres confianza y seguridad en el ejercicio y reconocimiento de sus Derechos Humanos, impulsando con ello, una verdadera reinserción social y reduciendo la probabilidad de reincidencia de las mujeres en la comisión de un delito.



Objetivos Específicos:

Favorecer en las mujeres, la promoción de la conciencia y comprensión de los temas relacionados con sus Derechos Humanos, a fin de que los reconozcan y exijan su derecho al ejercicio pleno de cada uno de ellos en todas las esferas de su vida.

Procurar el desarrollo de las habilidades y capacidades necesarias para la defensa de los Derechos Humanos en la vida cotidiana y también el respeto y reconocimiento por parte de alguna autoridad.

Buscar, el desarrollo de actitudes de respeto a los Derechos Humanos para que las personas no violen involuntariamente los derechos de otros, evitando así el conflicto y con ello situaciones de vulnerabilidad que acerque a las mujeres a la comisión de algún delito.



PRIMERA PARTE

Tema 1. Guía METODOLÓGICA del o la facilitadora



Contenido:

- 1.1. Introducción
- 1.2. Propósito General de la Capacitación
- 1.3. Población Objetivo
- 1.4. Recomendaciones Generales para el Desarrollo del Taller



1.1. Introducción

Este Manual tiene como uno de sus principales objetivos ser un instrumento de trabajo para el personal del gobierno del Distrito Federal y en especial para el personal del Instituto de las Mujeres de la Ciudad de México, que tienen dentro de sus funciones y/o actividades sensibilizar, capacitar y atender a mujeres que han alcanzado el beneficio de “preliberación”.

Se pretende por una parte, que el personal conozca aspectos generales de la vida en reclusión, en especial todos aquellos derechos que les fueron negados durante su estancia en la cárcel y que limitan en determinado momento su reconocimiento y ejercicio fuera de ese espacio, partiendo de reconocer que existen efectos secundarios de la vida en prisión, que requieren un acompañamiento especializado y permanente que les permita a las mujeres una verdadera reinserción social.

Para ello, el contenido del Manual está estructurado para ser impartido en la modalidad de taller, mismo que permitirá reconocer y retomar las experiencias, conocimientos y puntos de vista de las participantes, reconociendo que a través del trabajo en equipo, se buscará un aprendizaje colectivo que permita construir alternativas de respuesta a los diferentes problemas planteados por el grupo, analizando entre otros temas, las dificultades para la reintegración a la vida familiar, la búsqueda de empleo, la reactivación de redes sociales, como ha sido este proceso? y que alternativas proponen para las demás? buscando que reconozcan que el ejercicio de sus Derechos Humanos es su derecho no una concesión que la sociedad les quiera dar.



1.2. Propósito General de la Capacitación

La capacitación en derechos humanos dirigida a mujeres que han alcanzado el beneficio de “preliberación” debe estar centrada en objetivos claramente articulados entre las circunstancias de su vida en reclusión y sus requerimientos actuales. Para lograrlos, el/la instructor (a) deben facilitar la satisfacción de dichas necesidades de las mujeres preliberadas. Específicamente, hay tres objetivos básicos en todos los programas de capacitación y que también corresponden a las necesidades de esta población objetivo:

1º. Recibir información y conocimientos sobre “Que son los Derechos Humanos de las mujeres, la perspectiva de género y qué significan en relación con la reinserción social que están retomando”.

2º. Adquirir o reforzar capacidades, de tal manera que las integrantes del grupo pueda cumplir con sus funciones familiares, sociales, económicas, profesionales y políticas con eficacia y con el debido respeto a los derechos humanos. “Reconocer que el mero conocimiento de las normas no basta para que las mujeres traduzcan éstas en un comportamiento social apropiado. La adquisición de capacidades debe verse como un proceso por el que las capacidades se van perfeccionando mediante la práctica y la aplicación”. Seguramente será necesario dar continuidad a ese proceso, dependiendo de las necesidades específicas que se observen en aspectos de la vida familiar y social de las mujeres preliberadas, por ejemplo, quizá diseñando programas especiales de resolución de conflictos con sus hijos e hijas, también, mediante el diseño de programas que respondan a sus necesidades de capacitación laboral, entre otros temas.



3°. Sensibilizarse, es decir, modificar actitudes negativas o reforzar actitudes y conductas positivas, de modo que las mujeres capacitadas reconozcan la necesidad de promover y proteger sus derechos humanos en todos los ámbitos de su vida, y que lo hagan realmente en el curso de sus tareas. La cuestión importante será ejemplificar mediante aspectos de la cotidianidad el ejercicio pleno de los derechos humanos de las mujeres.

1.3. Población Objetivo

La población objetivo son mujeres adultas que mostraron un avance en el tratamiento de reinserción social en alguno de los Centros Femeniles del Distrito Federal, motivo por el cual obtuvieron el beneficio de preliberación o libertad anticipada, situación que les permite terminar de cumplir su pena corporal impuesta por la comisión de un delito en su domicilio.

1.4. Recomendaciones Generales para el Desarrollo del Taller

a) Factores que deberán conjuntarse para el desarrollo exitoso de un taller

La participación activa de todas las personas: Reconociendo que los comentarios, sugerencias, preguntas y dudas de todas las asistentes enriquecen la experiencia colectiva.

El taller es resultado de un trabajo grupal: el intercambio -hablar, escuchar, dar y recibir, argumentar y contra argumentar, defender posiciones y buscar consensos- es propio de una experiencia de capacitación en la modalidad de taller.



Las sesiones deben verse como una experiencia creativa: la suma de experiencias, los elementos conceptuales, la reflexión y las discusiones grupales, ayudan a generar puntos de vista y soluciones nuevas y mejores que las existentes en el momento en que se inició la experiencia de capacitación.

El taller es una experiencia vivencial: la materia prima son las experiencias de cada una de las personas participantes y sus productos son planes de trabajo que influirán en la vida de quienes participan. Debe generar autoconocimiento, seguridad en el uso de la palabra, respeto a las opiniones contrarias, empoderamiento, sentido de pertenencia, reconocimiento de problemas comunes, posibilidades de soluciones conjuntas, entre otras cosas.

Es una experiencia de trabajo concreto: su producto final debe ser un compromiso grupal de tareas realizables a corto y mediano plazo que se traduzca en una verdadera reinserción social que tenga como base el reconocimiento y ejercicio de los Derechos Humanos por parte de las mujeres preliberadas.



Reglas Básicas para el Desarrollo del Taller

Toda actividad de formación, sensibilización y capacitación deberá contemplar algunas reglas básicas que hagan posible el éxito de la misma.

Primero es necesario proponer algunas reglas, enseguida pedir que sugieran otras que no hayan sido consideradas, lo anterior con la finalidad de que todas las personas participantes se enteren y puedan comprometerse con su seguimiento. De tal manera que algunas reglas deben salir del consenso mismo del grupo. Otras pueden ser producto de la experiencia de las/los capacitadoras (es) y que por lo general son consideradas en la mayoría de talleres, como por ejemplo, la necesidad del respeto hacia las personas que externen opiniones, compartan testimonios o planteen dudas y preguntas; la puntualidad como una forma de respeto y consideración por el tiempo de todas las personas involucradas con el proceso de capacitación, evitar distracciones durante la sesión tales como abandonar el salón de manera reiterada, utilizar el teléfono celular mientras se está desarrollando la sesión, entre otras.

REGLAS QUE PODRÍAN SER CONSIDERADAS PARA EL DESARROLLO DEL TALLER

EMPLEAR UN LENGUAJE RESPETUOSO DEL GÉNERO

LIMITAR EL TIEMPO DE PALABRA

NO INTERRUMPIR A QUIEN ESTÁ HACIENDO USO DE LA PALABRA

EVITAR OBSERVACIONES SEXISTAS E INSULTANTES CONTRA LOS/LAS ANIMADORES(AS) Y LOS/LAS PARTICIPANTES



CREAR UN ESPACIO PARA EL FEED-BACK Y LA CRÍTICA

ABSTENERSE DE GENERALIZACIONES QUE HAGAN REFERENCIA AL SEXO

CONVENIR UN MÁXIMO DE CINCO O SEIS PUNTOS PARA LA SESIÓN

b) Duración del Taller

También es importante considerar la duración de la actividad de capacitación, pues esto permitirá a las personas participantes programar sus actividades, además de como comprometerse a permanecer durante toda la sesión. Es necesario que las/los facilitadoras (es) conozcan con anterioridad el contenido de este manual y la carta descriptiva de los talleres, con todas las dinámicas y trabajos en grupo, de manera tal que puedan programarse tomando en consideración las condiciones en las cuales se impartirá la actividad. Específicamente este taller se desarrollará los días en que las mujeres tienen que acudir a los juzgados a firmar y tendrá una duración de seis horas.

c) Experiencia de Facilitadoras/es y expertas/os

Las/los profesionales traen consigo a las sesiones su propia experiencia y sus conocimientos, mismos que deben ser reconocidos e incluso aprovechados como recurso en beneficio del curso. La experiencia del instructor (a) determinará en gran medida la reacción del alumno a la actividad de enseñanza-aprendizaje y porque no decirlo, el éxito o fracaso del taller. En este caso, seguramente las participantes no responderán favorablemente a un tipo de instrucción que se perciba como escolar o que se limite a impartir información adquirida de manera mecánica sin tomarlas en cuenta, debemos



recordar que durante su estancia en la cárcel su opinión valía poco o nada. Lo que deben hacer las/los instructores es intentar crear una atmósfera de confianza en la que se favorezca el intercambio de experiencia y conocimientos, se reconozcan los conocimientos de las asistentes y se aliente el orgullo personal por los logros adquiridos, por mínimos que parezcan. La meta será dar a entender que el conocimiento de los derechos humanos es un elemento clave de la vida diaria de todas las mujeres, independientemente de su edad o condición jurídica.

La experiencia de capacitación de diferentes personas y en diferentes campos ha mostrado que lo recomendable es que los procesos de capacitación sean facilitados por dos personas. Hay varias razones para ello: por una parte puede ser demasiado pesado para una sola persona facilitar un proceso de capacitación; es necesario dividirse las tareas para poder atender todas las necesidades de las personas que asisten al taller, como por ejemplo, instrucciones, resolver dudas, preparar dinámicas y sus respectivos materiales, etc. Por otra parte dos personas facilitadoras pueden aportar mayor conocimiento y reflexiones, enriquecer las discusiones, y apoyarse mutuamente en los momentos más difíciles de la actividad.

En algunos temas se recomienda la participación de invitadas/os que por su trabajo y experiencia puedan enriquecer el proceso de capacitación. Estas personas deberán ser contactadas por las/os facilitadoras/res, quienes les indicarán claramente el tema a tratar así como los aspectos más relevantes importantes de trabajar con el grupo. En el caso que nos ocupa, sería muy interesante invitar a mujeres que tienen algunos años de haber salido de la cárcel y han logrado un empoderamiento real tanto en su vida personal, como familiar y profesional.



e) Importancia de la sororidad en las/los Facilitadoras/es

En los casos de mujeres facilitadoras, trabajar temas que tienen que ver con la discriminación y violencia en contra de las mujeres, necesariamente lleva a un auto-cuestionamiento y una auto-reflexión. Puede ser que se remueva la propia historia, la propia vivencia, la vivencia de amigas cercanas, de las propias familias, etc.

Cuando se está impartiendo un taller, algunos comentarios de algunas personas participantes pueden parecer inadecuados, pueden ser agresivos e incluso pueden ser groseros para la propia facilitadora. Aquí es importante la sororidad que permita acompañar a la facilitadora que en ese momento se sienta y se vea agredida. La sororidad que nace del trabajo comprometido ofrece un sostén en momentos en los que la participación de alguna persona en los talleres deja la sensación de haber violentado a la facilitadora de alguna forma.

Por otra parte, la comunicación franca y abierta de todo aquello que a veces incomoda, que causa roces o incomodidad entre las facilitadoras, es también indispensable. Esto no es fácil de hacer, siempre estará la duda, si debe decirse algo ahora o más tarde, puede tenerse la inquietud de si realmente vale la pena decirlo, si la otra persona no se irá a molestar, si le causará algún daño con el comentario, etc. Por ello, lograr una empatía inicial por parte de quien esté facilitando el trabajo, ayuda a visualizarse en el mismo camino y con ello, mantener un espacio de libertad para externar inquietudes.

f) Algunos retos para los y las facilitadores (as)

Algunos de los temas abordados por este manual, especialmente lo relacionado con la vida en prisión, pueden poner al descubierto experiencias dolorosas de las participantes. Por ello, los (as) facilitadores deben actuar con sensibilidad, flexibilidad, dando el tiempo necesario para confortar a las participantes, hablar con ellas en privado y sugerirles a dónde



pueden recibir ayuda especializada, en instituciones dependientes del gobierno del Distrito Federal o bien ONGs que tienen como objeto social la atención de mujeres víctimas de violencia de Género.

En caso de que surgieran en el transcurso del taller preguntas que no se puedan responder por desconocer la información, admitir que no se conocen todas las respuestas y con ello generar una lluvia de ideas sobre cómo conseguir la información necesaria. Quizá, comprometerse a conseguir los datos o direcciones al término de la jornada o para la siguiente sesión, mostrando con ello el compromiso del Instituto de las Mujeres de la Ciudad de México de acompañarlas en el proceso de reinserción social.



SEGUNDA PARTE

Tema 2. Acercamiento TEÓRICO a la situación de las mujeres en reclusión en países de América Latina y Europa



Contenido:

- 2.1. Situación de las Mujeres Privadas de su Libertad
- 2.2. Efectos secundarios del encarcelamiento
- 2.3. Perspectiva de género en las normas penitenciarias
- 2.4. Discriminación en la cárcel
- 2.5. Importancia de incluir la perspectiva de género en aspectos sustanciales del sistema de justicia



Situación de las Mujeres Privadas de su Libertad

Las características reflejadas en todos los establecimientos penitenciarios de América Latina, incluido México, son similares: regímenes duros, discriminación, abuso y violencia desde su detención hasta su ingreso a la cárcel, largas condenas, alta proporción de detenidas no sentenciadas, mal estado de las instalaciones, falta de atención y tratamientos médicos especializados, terapias basadas en trastornos calificados como “nerviosos”, escasa o nula capacitación laboral y pocas actividades educativas y recreativas. Estas características indican que no se está utilizando la perspectiva de género y que, por el contrario, se refuerza la formación o mejor dicho, la asignación de sexo y se consolida la idea androcéntrica de la mujer como ser subordinado, incapaz de tomar decisiones, sin responsabilidades y sin posibilidades de enfrentar el futuro¹.

El objetivo de estos regímenes penitenciarios es devolverla a la sociedad como una verdadera mujer, para lo cual se recurre a las técnicas tradicionales de socialización. Los trabajos y la propuesta de formación profesional impartida en las cárceles están dirigidos a que aprendan a elaborar artesanías, confeccionar ropa, poner uñas, hacer muñecos de peluche y carpetas bordadas con listón, principalmente. Los resultados serán, pocas o nulas posibilidades de incorporarse al mercado laboral formal a su egreso y escasa independencia económica que profundiza su aislamiento social.

En México, el perfil de las mujeres que se encuentran en prisión en México es el siguiente: 70 % tiene entre 18 y 35 años. Una tercera parte son solteras, otra casadas y otra más vivía en unión libre, siendo muy pocas las viudas o divorciadas. Cerca del 80 % son madres y tienen, en promedio, 3 hijos. En cuanto a la escolaridad,

¹ Antony Carmen; Mujeres invisibles: las cárceles femeninas en América Latina; 2007:76



70 % tiene como nivel máximo la primaria y, dentro de ellas, hay un 20 % que son analfabetas. El 30 % restante se distribuye entre las que tienen algún grado de la secundaria y unas cuantas han cursado la preparatoria o alguna carrera corta. Con respecto a la ocupación que desempeñaban antes de ingresar a la cárcel, la mitad de las mujeres se encontraba en el hogar y la otra mitad trabajaba como comerciante, mesera, empleada doméstica, secretaria, cajera o prostituta y, en menor proporción, en actividades agrícolas o industriales. En cuanto al delito, la mayoría, 36 %, se encuentra interna por delitos relacionados con el traslado de drogas; 33 % por delitos relacionados con la propiedad; 14 % por homicidio; 4 % por lesiones; 3 % por robo de infante; 2 % por secuestro; 2 % por delitos sexuales y 6 % por el conjunto de otros delitos entre los que se encuentran el despojo; el daño en propiedad ajena; el allanamiento, etc.²

A lo anterior debe agregarse que, como regla general, las internas pertenecen al sector socialmente más marginado, como ocurre en todas partes. Se trata del reclutamiento preferencial de los pobres por parte de los sistemas de procuración de justicia, que ha sido tantas veces denunciado por los críticos del derecho penal. En el caso de las mujeres mexicanas, si bien los tipos delictivos varían con respecto a los que predominaban hace algunas décadas, los motivos siguen siendo los mismos. El transporte de pequeñas cantidades de droga, por el que se les denomina “burras” o “burreras”, ha venido a ocupar el lugar del robo.

Qué pasa con la familia

No obstante el rol preponderante que ejercen las familias en los procesos de inserción social, todos los países señalan las dificultades que afrontan las mujeres encarceladas y sus familiares para mantener esos vínculos.

² Azaola, Bergman; Delincuencia, marginalidad y Desempeño Institucional;2006, 10-15.



Veamos específicamente qué ocurre en los entornos familiares, especialmente, con relación a los hijos de las mujeres presas. Los datos que ofrecen Inglaterra y Gales objetivan las situaciones familiares y las desigualdades de género que afrontan las mujeres :

- El 25% de las mujeres encarceladas declaraba que el padre de sus hijos, su esposo o compañero estaba cuidando de sus hijos, frente al 92 % de hombres encarcelados que declaraba que sus hijos estaban a cargo de su madre, esposa o compañera.
- El 12% de los hijos de presas estaba con padres adoptivos o de acogida, mientras que los hijos presos adoptados o acogidos representan el 2%.
- Sólo el 5 % de los hijos de presas permanece en su hogar después de que su madre haya sido sentenciada.

Por otra parte, en Italia, Alemania y España se señala que en las cárceles se potencia la asunción de la responsabilidad de los hijos por parte de las mujeres pero sin ofrecer apenas apoyos o recursos para ello, planteándose como una cuestión de madurez o moral, cosa que no ocurre en el caso de los hombres para quienes el hecho de ser o no ser padres parece más irrelevante.

Consecuentemente, las mujeres pierden la custodia de sus hijos en mucha mayor medida que los hombres cuando son encarceladas. Esto muestra una clara desigualdad de género que, si atendemos a las medidas que se implementan para compensar esta desigualdad, las Administraciones penitenciarias europeas insisten en ignorar³.

³ www.surt.org/mip



Qué pasa con la Salud

Los problemas de salud de la población reclusa femenina presentan particularidades importantes previo a su ingreso en prisión como durante su encarcelamiento. Numerosos estudios, y nuestro propio trabajo de campo, nos muestran como, en la mayoría de los casos, se trata de un sector de la población con graves problemas de salud previos al ingreso en prisión que se relacionan con su extracción social (condiciones y calidad de vida), con experiencias personales traumáticas (abusos sexuales, violencia doméstica, situaciones familiares, etc.), con enfermedades o trastornos mentales (psicosis, neurosis, desórdenes de la personalidad, etc.), y con conductas de riesgo en los hábitos toxicológicos o sexuales (hepatitis, VIH).

Este estado de salud deficiente responde también, entre otros factores, a la relación entre desigualdad social y desigualdad en salud. Es decir, que en el estado de salud hay un impacto de factores tales como la renta, la pobreza, la precariedad, la calidad de la vivienda, el género etc. Por lo que refiere al género tiene un papel relevante a la hora de ver diferencias y necesidades específicas. Uno de los puntos destacado por todos los informes ha sido el mayor sufrimiento psicológico de las mujeres en el interior de los centros. Todos los informes han coincidido en que las mujeres sufren una mayor ansiedad por sus hijos, por la pérdida de estas relaciones materno-filiales, y por la separación de su entorno familiar, por la preocupación por las malas condiciones higiénicas de las celdas, comida indigesta y falta de aire fresco, sufrimiento ante las revisiones de su cuerpo al desnudo, torturas físicas, violaciones, pruebas de orina, etc. La respuesta de las mujeres al encarcelamiento es de un padecimiento psicológico fuerte que incluso en Inglaterra y Gales, se constata que las mujeres encarceladas cometen más suicidios y auto-lesiones que los hombres, pero, en cambio, entre la población general, los hombres se suicidan dos veces más que las mujeres. En Francia un estudio llevado a



cabo por un equipo de psiquiatras durante el año 2003- 2004, con una muestra de 800 reclusos revelaba que el riesgo de suicidio en los hombres presos es del 40% mientras que en las mujeres asciende al 62% ⁴.

También, se han recogido datos a través de las entrevistas y literatura secundaria acerca de la sobre medicalización que padecen las mujeres en el interior de los centros. Esta sobre medicalización puede deberse a distintos factores como son el escaso personal, el uso de la medicación como mecanismo de control, a estereotipos de género según los cuales las mujeres son por naturaleza más propensas a enfermedades mentales, más histéricas, más sensibles, más depresivas, y a la respuesta de las mujeres al encarcelamiento. El resultado es una sobre-medicalización psiquiátrica de las mujeres que actúa en contra de su salud, y dificulta los posteriores procesos de inserción social.

Otra cuestión importante en el caso de las mujeres presas, habiendo visto sus trayectorias vitales y el cúmulo de experiencias traumáticas en su vida, su reacción al encarcelamiento, así como los altos porcentajes de mujeres presas con problemas psíquicos, es la falta de atención psicológica que se les ofrece. En Hungría, la mayoría de mujeres pueden ver al psicólogo una vez durante su condena y la visita suele tener una duración de 10 minutos. En Italia, se denuncia que los hospitales psiquiátricos judiciales actúan como simples espacios de custodia para enfermos mentales. Para todo el territorio nacional francés encontramos únicamente un servicio médico psicológico para mujeres en Fleury Mérogis, cuando, legalmente, cada región

⁴ Ibid.



penitenciaria debe disponer de uno. En Inglaterra y Gales el 70% de las mujeres encarceladas sufre uno o más problemas psíquicos y no se las atiende adecuadamente⁵ (Ibídem).

Qué pasa con el trabajo y formación

Se ha podido ver que el perfil de las mujeres viene determinado por la inactividad, el desempleo, o el empleo temporal. Son mujeres que tienen un nivel educativo bajo, con estudios de educación básica, a menudo sin finalizar, y son mujeres cuyos ingresos son escasos en muchos casos.

Antes del encarcelamiento estas mujeres se encontraban como todas las demás en una situación de desventaja en el mercado laboral, empleadas en el sector informal de la economía, sin prestaciones laborales y seguridad social, además bajos salarios, y movilidad laboral. Una vez en prisión se dan cuenta que es lo mismo que afuera, no hay trabajo disponible para todas y cuando lo hay se añade también en el interior una segregación generalizada del empleo femenino y de la formación, muy bajos salarios y una falta de soporte real entre lo aprendido dentro de la cárcel y la oferta de empleos afuera.

Por tanto a la salida, con toda esta combinación de elementos, ocurre que se encuentran más vulnerables al desempleo, la temporalidad, la parcialidad y la inactividad económica, es decir a la precariedad económica y laboral.

⁵ Ibídem



Qué pasa con la Vivienda

Considerando los distintos agravantes anteriores por razón de género que afectan a la situación de estas mujeres, la vivienda se convierte en una pieza central determinante en la espiral de la exclusión social femenina. Es una realidad, que antes de la comisión del delito la situación de vivienda de estas mujeres se caracteriza por estar viviendo en casas de rentadas, o en casas privadas con amigos o familiares, o en la calle. El ingreso a la cárcel supone la pérdida de la vivienda para muchas de ellas, y cuando estas mujeres salen sin vivienda ni tan siquiera se pueden plantear encontrar un trabajo, o recuperar a sus hijos, buscando a veces alternativas como trabajo doméstico con alojamiento incluido que debido a su situación de riesgo les puede provocar el verse de nuevo muy vulnerables ante nuevas agresiones o situaciones de explotación.

También se han destacado dos fenómenos importantes para entender la problemática añadida de las mujeres encarceladas a su salida de prisión: un fenómeno son las consecuencias en la situación de vivienda que se producen por la degradación de los lazos familiares que provoca el encarcelamiento en muchas mujeres ; y otro son las consecuencias del empobrecimiento de las mujeres reclusas durante su encarcelamiento.

Por otra parte, ocurre que a la salida de prisión, algunas medidas post-penitenciarias que se les ofrece no tienen en cuenta sus necesidades específicas, en la medida en que muchas de estas, no permiten la convivencia entre madres e hijos, o tampoco se hacen cargo de las dificultades que puede suponer para una mujer haber pasado por episodios de violencia y tener que convivir sin apenas intimidad en recursos de vivienda mayoritariamente destinados para hombres



Efectos secundarios del encarcelamiento

En relación a aspectos psicológicos se señala que la rutina monótona y minuciosamente planeada de la prisión acaba transformando la imagen del mundo de los reclusos, incluso muchos llegan a no poder concebir otra forma de vida que la carcelaria. La mayoría adopta actitudes infantiles o regresivas. Se habla de que posterior a un período de cuatro a seis años de encarcelamiento se presentan estos síntomas hacia el infantilismo y alteraciones de la capacidad de establecer relaciones sociales. Todo esto también dependerá de la edad, duración del encarcelamiento y su rutina en la cárcel⁶.

También encontramos que : Informes de diferentes países han subrayado el sufrimiento que infringe las rupturas familiares, sobre las mujeres, los hijos y demás miembros. Por ejemplo, un informe francés muestra datos significativos en una encuesta realizada en el 2000 a 230 familiares que visitaban a los presos/as durante dicho año : El 80% de ellos había experimentado un cambio importante en su vida después del encarcelamiento, el 51% manifestaba el deterioro de su situación económica, el 49% veía reducidas sus relaciones con amigos o vecinos, el 29% veía reducidas sus relaciones con otros familiares, el 16% sufría cambios en su situación laboral y el 15% un traslado. Así, el sufrimiento que infringe el encarcelamiento de una mujer recae sobre toda la familia. Esto resulta especialmente grave con relación a los hijos menores. Si, además, consideramos que la familia es un factor determinante a la hora de favorecer el arraigo, las medidas orientadas a apoyar a la familia, a compensar o paliar los efectos del encarcelamiento de uno de sus

⁶ Marcela Briseño López; Garantizando los Derechos de las Mujeres en Reclusión; Inmujeres/PNUD;2006: 14



miembros, y al mantenimiento de los vínculos con la persona encarcelada, son substanciales para el proceso de inserción social de las ex reclusas⁷.

Además, a propósito de preliberadas, se observaron conductas de pánico incluso al tratar de atravesar una calle o al utilizar un puente peatonal, un temor aparentemente injustificado ante las aglomeraciones y frente a cualquier situación no programada, un estado permanente de hipervigilancia, trastornos del sueño, conflictos en la relación de pareja, dificultad en la búsqueda de empleo (tanto por el temor al enfrentamiento de una entrevista como por la posibilidad de un rechazo en virtud de los antecedentes penales-fenómeno muy frecuente-), así como la propia inhabilitación a una actividad de trabajo habitual debida al ocio obligado al que estuvieron sometidos⁸

Perspectiva de género en las normas penitenciarias

Hasta hace pocos años, las investigaciones sobre delincuencia femenina se ajustaban a parámetros derivados de una concepción androcéntrica y etnocéntrica que privilegiaba la mirada sobre la delincuencia varonil. Tanto el discurso como las normas jurídicas giraban alrededor del hombre delincuente, sus motivaciones y el tratamiento que recibía en las cárceles. La falta de literatura penal y criminológica sobre las mujeres a veces es explicada por su tasa delincencial mínima en comparación a la masculina que no había llamado la

⁷ www.surt.org/mip

⁸ Marcela Briseño López; Garantizando los Derechos de las Mujeres en Reclusión; Inmujeres/PNUD;2006: 15



atención, otras más, ofreciendo estereotipos femeninos que distorsionan la realidad de las motivaciones y grado de participación de las mujeres en la comisión de delitos.

Es evidente que falta una política criminal con perspectiva de género. Ésta es la causa por la cual las necesidades de los hombres que se encuentran en prisión se privilegian frente a las necesidades de las mujeres, lo cual se traduce en la inexistencia de una arquitectura carcelaria adecuada y en la falta de recursos. Esto conduce a que las mujeres tengan menos talleres de trabajo y capacitación, que no existan bibliotecas adecuadas y que se restrinjan las actividades culturales, recreativas y educativas a las que tienen derecho. Del mismo modo, las estadísticas toman en cuenta solo parcialmente la variable sexo. Se ignora, en general, que los sexos tienen género, y por lo tanto roles, variaciones y espacios de poder que los afectan de diferente manera (Antony Carmen; 2007:74).

2.1. Discriminación en la cárcel

La cárcel es para las mujeres un espacio discriminador y opresivo. Esto se expresa en el desigual tratamiento recibido y en el significado, muy diferente que asume el encierro para las mujeres y para los hombres. Se sostiene que la prisión es para la mujer doblemente estigmatizadora y dolorosa si se tiene en cuenta el rol que la sociedad le ha asignado. Una mujer que pasa por la prisión es calificada de “mala” porque contravino el papel que le corresponde como esposa y madre, dependiente y dócil.

Es importante tomar en cuenta que el concepto de discriminación puede aludir por una parte a la discriminación directa que recepta las situaciones en las cuales las leyes, reglamentos o prácticas excluyen de manera expresa a determinadas personas en razón de su situación o condición, y por el otro, el de



discriminación indirecta, que cubre las situaciones en las cuales las leyes, reglamentos o prácticas a primera vista neutrales, por su aplicación, afectan de manera desproporcionada a integrantes de ciertos grupos. Cuando una acción u omisión responde a las características de la discriminación indirecta, su efecto perjudicial compromete invariablemente una serie casi indefinida de sujetos, quienes podrían aspirar a determinados tratos, negados por la aplicación de criterios falsamente “neutros”.

Para la comprobación de diferentes prácticas de discriminación indirecta que viven las mujeres encarceladas, se mencionarán algunos ejemplos:

El número de centros de detención destinados al encarcelamiento femenino es menor al destinado a los varones y frente al crecimiento de la población penitenciaria femenina únicamente se ha optado por disponer áreas de las cárceles de varones para el alojamiento de mujeres. Esta carencia de espacios se traduce en la no existencia de separación por categorías de procesadas y sentenciadas, hecho que se repiten en países como Chile, Paraguay, Argentina, Uruguay, Bolivia y por supuesto en México.

Un aspecto del régimen penitenciario claramente discriminatorio para las mujeres es el relacionado con la visita íntima. Muy pocas cárceles latinoamericanas de mujeres han reglamentado este derecho que, aunque quizá no esté formalmente negado, no se ha implementado debidamente, Y en pocos establecimientos en donde existe la visita íntima, éstas son objeto de fiscalizaciones y exigencias que los hombres reclusos no sufren, como el uso forzoso de anticonceptivos o la obligación de estar casada o mantener un vínculo de pareja estable con el visitante.



También, en algunos países como Bolivia, las limitaciones de infraestructura hacen que este derecho no sea reconocido y también que por pudor y vergüenza las mujeres casi nunca reclaman este ejercicio. En Argentina, tampoco se cuenta con infraestructura para acceder a este tipo de visitas, por ello, si las mujeres tienen pareja en otro centro de reclusión, ellas son trasladadas para la visita íntima, situación que las expone a diferentes tipos de vejaciones por parte del personal responsable de su traslado⁹.

Otras formas de discriminación vividas por las mujeres en las cárceles son las denuncias de violencia sexual, motivo por el cual en la mayoría de las prisiones la custodia de las prisiones femeninas está a cargo de mujeres. Si embargo, en la mayoría de países de América Latina la vigilancia externa sigue a cargo de policías, que en muchas ocasiones abusan sexualmente de las detenidas particularmente cuando las acompañan a las audiencias de sus juicios.

Quizá la principal discriminación que las mujeres en reclusión señalan, es aquella relacionada con la atención a la salud, en la mayoría de centros de reclusión, refieren que antes de recibir atención, tuvieron que solicitarla repetidas ocasiones, situación que provoca una cuota extra de sufrimiento al padecimiento. También se ha denunciado que los medicamentos proporcionados no son los requeridos y que las áreas médicas solo cuentan con medicamentos donados que poco responden a las enfermedades, también el personal médico y de enfermería es insuficiente, no siempre se realizan los exámenes de ingreso de rutina y no todas las cárceles llevan historias clínicas.

⁹ Mujeres Privadas de Libertad. Informe Regional; 2006: 34



Por otra parte, un aspecto discriminatorio de los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres privadas de su libertad, es la falta de atención médica ginecológica de la que carecen la mayoría de los centros penitenciarios de América Latina. Por ejemplo, según un informe de Cladem, en Chile, no hay espacios suficientes y apropiados para la atención de las embarazadas y lactantes y se carece de espacios especialmente diseñados o acondicionados donde efectuarse los exámenes ginecológicos y obstétricos¹⁰.

En relación con la maternidad, muchas legislaciones de América Latina permiten a las reclusas que son madres mantener a sus hijos/as menores con ellas hasta cierta edad, que varía entre los 2 a los 5 años, pero la mayoría de establecimientos no cuenta con guarderías, ni con programas de atención especializada para niños y niñas, además no hay lugares especiales para ellos/as y deben compartir con sus madres el pequeño espacio que se les asigna. Además ellas mismas deben cargar con su alimentación y con la provisión de pañales y ropa.

2.2. Importancia de incluir la perspectiva de género en aspectos sustanciales del sistema de justicia

Es importante considerar que al no garantizar los Derechos Humanos de las Mujeres, situación visible en su menor acceso a la educación, a una remuneración laboral que garantice su subsistencia y la de sus hijos, escasas o nulas prestaciones laborales, y pocas posibilidades de adquirir una vivienda, se están promoviendo circunstancias de vulnerabilidad que en algunos casos favorecen la comisión o participación en algún delito.

Al considerar la perspectiva de género en el sistema penal se podría conocer la realidad del grado de participación de las mujeres en los delitos, los factores atenuantes o desencadenantes de los hechos.

¹⁰ Ídem



También, permitiría avanzar hacia el debilitamiento de los procesos de exclusión social que viven estas mujeres, reducir las medidas de seguridad actuales e innecesarias con las mujeres debido a que una gran mayoría está encarcelada por delitos menores.

Al considerar la perspectiva de género en los planes, programas y políticas diseñadas para el sistema penitenciario se tomaría en cuenta lo siguiente:

A- Una sobre representación de mujeres que han sufrido violencia y abusos sexuales a lo largo de su vida en el interior de los centros penitenciarios. Algunos informes como el inglés señalan con fuentes secundarias porcentajes del 50% y del 38% en cuanto a abusos sexuales, del 38% y del 17% en cuanto a abusos sexuales en España.

B- Una relación entre violencia y consumo de drogas en muchas de estas mujeres. Por ejemplo, en Inglaterra el 57% de las mujeres en situación de drogodependencia han sufrido violencia y el 38% abusos sexuales, y entre el 30 y 50% en Alemania.

La perspectiva de género es un aspecto relevante que no integran los programas de toxicomanías. Numerosos estudios realizados desde el ámbito socio-sanitario manifiestan que existen diferencias muy significativas en el uso de las drogas por parte de los hombres y mujeres y alertan de la necesidad de impulsar programas de atención a la drogodependencia específicamente para mujeres. El objetivo no ha sido el de mostrar las diferencias de género en el uso de las drogas y sus consecuencias, pero se ha tenido en cuenta a través de fuentes secundarias que :



El tipo de droga consumida, el ciclo vital, las motivaciones, la estigmatización, la respuesta familiar, etc. ; difieren en función del género. Así, por ejemplo, la percepción social de las mujeres adictas es mucho más negativa que la de los hombres, especialmente si se trata de drogas ilegales y si son madres. Las consecuencias para los hijos de toxicómanos, tanto durante el embarazo como posteriormente, tampoco son las mismas si se trata de la madre o del padre.

Otros estudios también muestran la alta incidencia de malos tratos previos a la iniciación de la adicción o la relación con la prostitución. De igual forma, las consecuencias en el ámbito familiar difieren cuando el adicto es un hombre o cuando es una mujer : "En contraste con los casos de consumidores masculinos cuyas mujeres a menudo permanecen a su lado, haciéndose cargo de los hijos, e incluso haciendo esfuerzos para rehabilitarlos, una mujer que consume drogas es a menudo abandonada por su marido y los hijos le son quitados, pues deja de ser vista como buena esposa y madre."(Dungosa 2000). Las cargas familiares y el temor a ser etiquetadas como madres irresponsables representan también una barrera para la iniciación de un tratamiento (P. Merino 2001).

C- Y otras veces hay una relación entre delito y haber sufrido violencia. Por ejemplo, Hungría, Francia, e Inglaterra resaltan de sus entrevistas la influencia de esta violencia en la comisión del delito cuando matan a sus maridos o padres violentos, cuando se ven presas como cómplices, o cuando las carreras delictivas de muchas mujeres jóvenes se ven impulsadas cuando dejan sus casas después de haber sido maltratadas o abusadas sexualmente.

D- A pesar de estas evidencias, existe una total falta de atención a esta realidad en las políticas, programas y acciones actuales en el ámbito penal, penitenciario y post-penitenciario.



TERCERA PARTE

Tema 3. TRANSFORMANDO LA REALIDAD

**Hacia el reconocimiento y ejercicio de
los Derechos Humanos de las Mujeres**



Contenido:

- 3.1. Construyendo una Cultura de Derechos Humanos
- 3.2. Que son los Derechos Humanos
- 3.3. Principales características de los Derechos Humanos
- 3.4. Como se clasifican los Derechos Humanos
- 3.5. Reconocimiento de los Derechos Humanos de las Mujeres
- 3.6. Los Derechos Humanos en Resumen



3.1. Construyendo una Cultura de Derechos Humanos

El documento fundacional de los derechos humanos es la Declaración Universal de Derechos Humanos adoptada por las Naciones Unidas en 1948. En un apartado de esta sección del manual te introduciremos en este documento cuyo texto completo forma parte del material de preparación para realizar uno de los ejercicios propuestos. La Declaración es apoyada por dos pactos importantes: el Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos y el Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales, ambos adoptados en 1966. En su conjunto estos documentos conforman lo que se conoce como la Carta Internacional de Derechos Humanos, la base de los derechos humanos de hombres y mujeres de todo el mundo.

Con el paso de los años, las Naciones Unidas han elaborado otras declaraciones y convenciones de derechos humanos con valor jurídico positivo, es decir, vinculantes para los países que les presten su adhesión y los ratifiquen. Cuando los estados miembro de las Naciones Unidas ratifican un pacto acuerdan cumplir con lo estipulado en él, cambiar las leyes del país para alinearse con el pacto e informar sobre los avances en su puesta en vigor. Es importante conocer los acuerdos internacionales de los que es signatario nuestro país para dirigirnos a nuestros gobiernos con una herramienta poderosa para exigirles que cumplan con asegurar a los hombres y mujeres el disfrute de sus derechos humanos fundamentales.

Algunas de las convenciones elaboradas por las Naciones Unidas se dirigen a las poblaciones que sufren un tipo de discriminación, por ejemplo, la Convención Internacional sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación Racial, o a grupos que necesitan de una protección y atención especiales como la Declaración de los Derechos del Niño, la Convención Internacional de los Derechos de todos los Trabajadores Emigrantes y Miembros de sus Familias. Otros acuerdos internacionales definen y prohíben actos crueles contra el ser humano, por ejemplo, la Convención contra la Tortura y otros Tratos o Penas Cruelles, Inhumanos o Degradantes.



OBJETIVOS GENERALES PARA LA EDUCACIÓN EN DERECHOS HUMANOS

- Fortalecer el respeto de los Derechos Humanos y las libertades fundamentales.
- Crear el sentido del respeto individual y el respeto a los otros: un valor de la dignidad humana.
- Desarrollar actitudes y comportamientos que nos lleven al respeto de los derechos de las/ los otros (as).
- Asegurar una autentica igualdad de género y la igualdad de oportunidades para las mujeres en todas las esferas.
- Promover el respeto, entendimiento y apreciación de la diversidad cultural, particularmente de las diferencias nacionales, étnicas, religiosas, lingüísticas y otras minorías y comunidades.
- Potenciar a las personas hacia una ciudadanía más activa.
- Promover la democracia, el desarrollo, la justicia social, la armonía común, la solidaridad y la amistad entre los pueblos y las naciones.



3.2. Que son los Derechos Humanos

Los Derechos Humanos son un conjunto de normas que los Estados se comprometen a cumplir frente a la comunidad internacional. Este conjunto normativo tiene como objetivos regular y limitar el poder estatal, proteger a las personas y mejorar sus condiciones de vida. Los Estados asumen estos compromisos al aceptar ser parte de diferentes tratados internacionales, en donde además se comprometen a ejecutar acciones como aprobar leyes, escribir planes y formar instituciones de promoción y protección de los derechos humanos, que cuenten con el presupuesto suficiente para trabajar eficientemente.

OTRAS CONSIDERACIONES DE LOS DERECHOS HUMANOS.....

Son los atributos, prerrogativas y libertades que se le reconocen a un ser humano por el simple hecho de serlo, e indispensables para una vida digna. Sin ellos no es posible un desarrollo civilizado de personas y de pueblos, en el que prevalezcan la libertad, el respeto al derecho de la y del otro, la justicia, la equidad, la tolerancia y la solidaridad.

Los derechos humanos han sido reconocidos como garantías individuales y sociales en las normas jurídicas de la historia moderna; en la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, en las convenciones y tratados internacionales, en su mayoría suscritos por el Ejecutivo federal y ratificados por el Senado de la República, con plena vigencia como ley suprema, y en los principios universales del derecho.

Se fundamentan en la dignidad de la persona. Por eso todo ser humano, sin importar su edad, religión, sexo o condición social, goza de ellos.

El Estado no sólo tiene el deber de reconocerlos, sino también de respetarlos y defenderlos; concretar su actuación a los límites señalados por la ley, la cual le impone en determinados casos la obligación de no hacer o actuar con el fin de garantizar a los individuos la vigencia de sus libertades y derechos consagrados en la Constitución.



3.3. Principales características de los Derechos Humanos

El 10 de diciembre de 1948 la Asamblea general de la Organización de las Naciones Unidas aprobó la declaración Universal de Derechos Humanos y con el tiempo los países han adecuado sus políticas internas y sus leyes al contenido de ese texto. Éstos derechos garantizan a toda persona por su condición humana y sin distinción de ningún tipo, la igualdad política, social, económica, jurídica y cultural. Lo cual significa que nadie puede ver violentada su vida, su integridad física y psíquica, su dignidad o su libertad, porque los derechos humanos son:

UNIVERSALES: ES DECIR SON POSICIÓN DE TODAS Y TODOS POR EL SOLO HECHO DE SER PERSONAS

INVOLABLES: NO SE DEBEN TRANSGREDIR Y SI ELLO OCURRE LAS PERSONAS AFECTADAS DEBEN SER COMPENSADAS O REPARADAS

INALIENABLES: LO QUE SIGNIFICA QUE NO SE DEBE DESPOJAR A NADIE DE ELLOS



3.4. Clasificación de los Derechos Humanos

Primera generación, o de derechos civiles y políticos

Surgen con la Revolución francesa como rebelión contra el absolutismo del monarca. Imponen al Estado el deber de respetar siempre los derechos fundamentales del ser humano:

- A la vida
- A la integridad física y moral
- A la libertad personal
- A la seguridad personal
- A la igualdad ante la ley
- A la libertad de pensamiento, de conciencia y de religión
- A la libertad de expresión y de opinión
- De resistencia y de inviolabilidad del domicilio
- A la libertad de movimiento o de libre tránsito
- A la justicia



- A una nacionalidad
- A contraer matrimonio y fundar una familia
- A participar en la dirección de asuntos políticos
- A elegir y ser elegido a cargos públicos
- A formar un partido o afiliarse a alguno
- A participar en elecciones democráticas

Segunda generación, o de derechos económicos, sociales y culturales

La constituyen los derechos de tipo colectivo, los sociales, económicos y culturales. Surgen como resultado de la revolución industrial, por la desigualdad económica. México fue el primer país en incluirlas en su Constitución, en 1917.

Los derechos económicos, sociales y culturales surgen después de la segunda guerra mundial. Están integrados de la siguiente manera:

Derechos económicos



- A la propiedad (individual y colectiva)
- A la seguridad económica

Derechos sociales

- A la alimentación
- Al trabajo (a un salario justo y equitativo, al descanso, a sindicalizarse, a la huelga)
- A la seguridad social
- A la salud
- A la vivienda
- A la educación

Derechos culturales

- A participar en la vida cultural del país
- A gozar de los beneficios de la ciencia
- A la investigación científica, literaria y artística

Tercera generación, o derechos de los pueblos o de solidaridad

Surgen en nuestro tiempo como respuesta a la necesidad de cooperación entre las naciones, así como de los distintos grupos que la integran. Se forma por los llamados derechos de los pueblos:

- A la paz
- Al desarrollo económico
- A la autodeterminación
- A un ambiente sano
- A beneficiarse del patrimonio común de la humanidad
- A la solidaridad

3.5. Reconocimiento de los Derechos Humanos de las Mujeres

Para las mujeres, una de las convenciones más importantes y con mayor número de ratificaciones es la Convención sobre la Eliminación de todas las Formas de Discriminación contra la Mujer, con la firma de 180 países signatarios. CEDAW, como se la conoce, fue adoptada en 1979 por las Naciones Unidas y con frecuencia se alude a ella como la carta



internacional de derechos de la mujer. En ella se define lo que constituye discriminación en contra de la mujer y establece un programa de actuación para que los países pongan término a la discriminación correspondiente.

Dentro de la Convención queda definida la discriminación contra la mujer como “...toda distinción, exclusión o restricción hecha en base al sexo que tenga el efecto o el propósito de disminuir o anular el reconocimiento, goce o ejercicio por parte de la mujeres, con independencia de su estado civil, sobre la base de la igualdad del hombre y de la mujer, de los derechos humanos y las libertades fundamentales en las esferas política, económica, social, cultural, civil o cualquier otra esfera”.

Al ratificar la Convención, los estados que son miembro de las Naciones Unidas se comprometen a emprender una serie de medidas para terminar con la discriminación en contra de la mujer en cualquiera de sus formas, lo que incluye:

Incorporar el principio de igualdad del hombre y de la mujer en su sistema de leyes, abolir las leyes discriminatorias y adoptar las apropiadas para prohibir la discriminación en contra de la mujer.

Establecer tribunales y otras instituciones públicas para asegurar la protección efectiva de las mujeres frente a la discriminación Y asegurar la eliminación de todos los actos de discriminación en contra de la mujer practicados por otras personas, organizaciones o empresas.

La Convención provee la base para que la igualdad entre el hombre y la mujer sea una realidad mediante la igualdad de oportunidades y el acceso en pie de igualdad a la vida política y pública, lo que incluye el derecho al voto y a presentarse como candidata a las elecciones, así como el derecho a la educación, a la salud y al empleo. Los países signatarios acuerdan emprender las medidas apropiadas, lo que incluye la legislación y medidas especiales temporales para que las mujeres puedan gozar de todos sus derechos humanos y libertades fundamentales.



Es importante saber que la Convención es el único tratado de derechos humanos que afirma los derechos de las mujeres en el campo de la reproducción y menciona la cultura y la tradición como las fuerzas principales que dan forma a los roles de género y las relaciones familiares. Afirma el derecho de las mujeres a adquirir, cambiar o conservar su nacionalidad y la nacionalidad de sus hijos. Los países signatarios también acuerdan emprender medidas apropiadas en contra de toda forma de trata y explotación de las mujeres.

Los países que han ratificado la Convención están jurídicamente obligados a cumplir y a poner en vigor lo que en ella se estipula. También se comprometen a presentar informes nacionales de seguimiento cada cuatro años sobre las medidas establecidas para cumplir con sus obligaciones.

En 1999, las Naciones Unidas adoptaron un “Protocolo Facultativo” para el CEDAW con el fin de habilitar al cuerpo de las Naciones Unidas a hacer el seguimiento del cumplimiento de la CEDAW, para recibir y estudiar las denuncias realizadas por mujeres a título individual o por grupos de mujeres de países que hubieran firmado el Protocolo Facultativo. Este Protocolo Facultativo puede ser una herramienta importante para que las mujeres denuncien las violaciones de los derechos humanos según los establecido en la CEDAW. Pero, queda mucho trabajo por hacer para convencer a los países para que firmen el Protocolo Facultativo.



3.6. Los Derechos Humanos en Resumen

Artículo 1 **Derecho a la igualdad**

Artículo 2 **Libertad de discriminación**

Artículo 3 **Derecho a la vida, a la libertad y a la seguridad personal**

Artículo 4 **Libertad de la esclavitud**

Artículo 5 **Libertad de la tortura y del trato degradante**

Artículo 6 **Derecho al reconocimiento de la personalidad jurídica**

Artículo 7 **Derecho a la igualdad ante la ley**

Artículo 8 **Derecho a un recurso efectivo ante tribunales nacionales competentes**

Artículo 9 **Libertad de ser detenido arbitrariamente y del destierro.**

Artículo 10 **Derecho a una audiencia pública**

Artículo 11 **Derecho a presunción de inocencia hasta que no se pruebe culpabilidad**

Artículo 12 **Libertad de injerencias en la vida privada, en la familia, domicilio y correspondencia**

Artículo 13 **Derecho a circular libremente, a salir y entrar en el país.**

Artículo 14 **Derecho a buscar asilo en otro país en caso de persecución**

Artículo 15 **Derecho a la nacionalidad y la libertad de cambiarla**



Artículo 16 **Derecho al matrimonio y a la familia**

Artículo 17 **Derecho a la propiedad**

Artículo 18 **Libertad de creencias**

Artículo 19 **Libertad de expresión**

Artículo 20 **Derecho a la libertad de reunión y asociación pacíficas**

Artículo 21 **Derecho a participar en el gobierno y en elecciones libres**

Artículo 22 **Derecho a la seguridad social**

Artículo 23 **Derecho a libre elección de su trabajo y a afiliarse a sindicatos**

Artículo 24 **Derecho al descanso y al tiempo libre**

Artículo 25 **Derecho a un nivel de vida adecuado**

Artículo 26 **Derecho a la educación**

Artículo 27 **Derecho a participar en la vida cultural de la comunidad**

Artículo 28 **Derecho a un orden social en el que estos artículos se hagan efectivos**

Artículo 29 **Deberes en la comunidad esenciales para libertad y desarrollo pleno**

Artículo 30 **Libertad de la interferencia del estado y de otras personas contra los derechos y libertades mencionados.**



CUARTA PARTE

Tema 4. CARTA DESCRIPTIVA DEL TALLER



Objetivos Específicos del Taller

Las asistentes al taller:

- ♀ Obtendrán conocimientos sobre sus Derechos Humanos y el ejercicio libre de los mismos.
- ♀ Comprenderán conceptos sobre la teoría de género y empoderamiento
- ♀ Concientizarán sobre la violencia vivida durante su ciclo de vida, no sólo durante su estancia en la cárcel, profundizando en el ciclo de la violencia en la pareja, la resolución pacífica de conflictos e instancias del gobierno del Distrito Federal que brindan diferentes servicios a las mujeres víctimas de algún tipo y modalidad de violencia de género.
- ♀ Contarán con herramientas que les permitan reincorporarse a la sociedad deconstruyendo esquemas que promuevan su revictimización o estigmatización, con el fin de reducir en lo posible la discriminación en su contra, pero sobre todo favorecer su reinserción social.
- ♀ Verbalizarán sobre su experiencia en reclusión, los Derechos Humanos que no pudieron ejercer, el aprendizaje durante ese período y como materializar la experiencia en aspectos positivos de desarrollo personal y profesional.



Contenido:

Actividad 1. Bienvenida

Actividad 2. Prueba sobre Derechos Humanos

Actividad 3. Mis Derechos en Imagen

Actividad 4. Reconocimiento del Derecho a la Salud

Actividad 5. Derechos sexuales y reproductivos de las mujeres

Actividad 6. ¿Cuál es tu opinión sobre los Derechos a la Vida Sexual y Reproductiva?.

Actividad 7. Derecho a una Vida Libre de Violencia

Actividad 8. Procesos personales y autoestima para el empoderamiento femenino

Actividad 9. Reforzando la Autoestima Femenina

Actividad 10. Construyendo una Imagen Positiva

Actividad 11. “Cinco cosas para ser feliz”



Actividad 1 Bienvenida

Actividad: Bienvenida y presentación de las o los facilitadores

Tiempo: 5 minutos

Técnica: Expositiva

Actividad: Encuadre del Taller

Tiempo: 5 minutos

Técnica: Expositiva

Actividad: Establecer reglas para el desarrollo del taller

Tiempo: 5 minutos

Técnica: Participaciones espontáneas

Actividad: Presentación de las participantes

Tiempo: 10 minutos

Técnica: Carrusel

Materiales: Etiquetas de colores para escribir su nombre y pegárselo en lugar visible (lo portarán durante todo el taller

(repartir igual número de etiquetas del mismo color para aprovechar posteriormente la conformación de equipos)



Actividad 2 Prueba sobre Derechos Humanos

Objetivos: Que las participantes reflexionen sobre los derechos humanos

Materiales: Hojas blancas Bolígrafos/lápices para cada participante

Preparación: Asegure copias para las asistentes del apartado del Tema 3: Los Derechos Humanos en Resumen

En qué consiste la actividad: A cada participante se le dará una hoja de trabajo con ocho preguntas que responder para poner a prueba sus conocimientos sobre los derechos humanos y que comiencen a pensar en los derechos humanos.

Instrucciones para la facilitadora:

1. Entregar las copias de la hoja de trabajo a cada participantes y darles tiempo para que la contesten. (10 minutos)
2. Leer cada pregunta invitando a voluntarias del grupo a que den su respuesta o explicación. Así, cubrir todas las preguntas, una a una, asegurando la participación de toda participantes. (15 minutos).
3. Una vez terminado el ejercicio, preguntar al grupo cuán difícil o fácil les resultó (15 minutos)

Apuntes para la facilitadora: Preguntas y posibles respuestas

Pregunta 1. Nombra un derecho humano

Referirlos a la Declaración Universal de Derechos Humanos para las posibles respuestas.

Pregunta 2. Nombra una organización que trabaje por los derechos humanos

Aquí pueden entrar varias organizaciones, Comisión de Derechos Humanos del Distrito Federal, El Instituto de las Mujeres del Distrito Federal,



Amnistía Internacional, Médicos sin Fronteras, entre otras.

Pregunta 3. Nombra la violación de los derechos humanos que más te molesta

Pida a todos los miembros del grupo que digan cuál es esa violación y que expliquen cómo es que en el caso mencionado ese derecho humano es violado

Pregunta 4. Nombra un documento en el que consten los derechos humanos

La Declaración Universal de Derechos Humanos, la Constitución política de México, etc.

Pregunta 5. Nombra un país en el que nieguen a las personas sus derechos humanos

Que cada integrante del grupo diga el nombre del país elegido y con qué tipo de violación de los derechos humanos está conectado.

Pregunta 6. Nombra un derecho humano que todas las mujeres deban tener

Algunas posibilidades son el derecho a la vida , a tener un nombre y una nacionalidad, ir a la escuela, decir lo que piensa, cuidados de la salud, seguridad social, un nivel de vida digno, educación, cultura, descanso y ocio, información, asistencia jurídica, libertad de expresión, de pensamiento, de asociación, vivir libre violencia, libre de la explotación, libre de abusos sexuales, ser protegida de los estupefacientes y de los conflictos armados.

Pregunta 7. Nombra un/a activista pro derechos humanos que sea muy bien conocido/a.

Algunas posibilidades son la madre Teresa de Calcuta, Rigoberta Menchu, Aung San Suu Kyi – líder de la oposición a favor de la democracia en Myanmar, antigua Birmania-, Nelson Mandela – activista en contra del Apartheid en la República de Sudáfrica, Wangari Maathai – Premio Nobel de la Paz 2004.



Actividad 3. Mis Derechos en Imagen

56

Objetivo: Presentar la Declaración Universal de Derechos Humanos a las mujeres de manera interactiva

Material necesario:

Hoja de trabajo B

Circular A

Papel bond o cartulinas, lápices de colores, marcadores/plumones

Pizarrón

Cinta adhesiva

Tiempo: 1 hora

Preparación:

De la **Hoja de Trabajo 1** recortar la lista de derechos humanos y colocarlos en una caja pequeña, de la cual, las participantes puedan sacar un papelito con el nombre del derecho humano.

Hacer copias de la **Lectura 1:** Texto abreviado de la Declaración Universal de Derechos Humanos para entregar una a cada participante. Analizar el texto completo y asegurar que se comprende con claridad el significado de cada derecho.

En qué consiste la actividad:

Esta actividad está diseñada para dar a conocer de manera creativa los derechos fundamentales recogidos en la Declaración Universal de

Derechos Humanos. Las participantes seleccionarán un derecho humano para plasmarlo en un dibujo.

Después lo enseñarán a las demás en el grupo para que adivinen cuál es y discutan su significado. Por medio del trabajo en grupo las participantes reflexionarán sobre si todas las personas de la comunidad/país gozan de estos derechos y así entender la relevancia de cada derecho a nivel local. Cada grupo compartirá con las demás sus descubrimientos y la actividad finalizará con la realización de un mural que muestre algunos de los derechos humanos clave para hombres y mujeres. El mural permanecerá a la vista durante toda la jornada como recordatorio de sus derechos humanos para las mujeres.

Instrucciones para la facilitadora:

1. Entregar papel y lápices de colores a cada participante y pedir a cada persona que saque un papelito de la caja.
2. Cada participante hará un dibujo sobre el derecho humano que le haya tocado. Puede representar la negación de ese derecho durante su estancia en la cárcel, el acceso a ese derecho o la defensa de ese derecho. Ayudar a las participantes que no tengan ideas.
3. Pedir a las participantes que trabajen en grupos de 2 o 3 para que ahí cada una de ella enseñe a las demás su dibujo y le digan de qué derecho se trata. En caso de que nadie lo adivinara esa participante tendrá que explicar lo que quiso representar. Durante el desarrollo de la actividad el grupo deberá reflexionar sobre la posibilidad de que todos en su país, en su ciudad incluyendo a las mujeres, disfruten de ese derecho y de no ser así qué grupos están privados de ese derecho. Cada grupo elegirá a su representante para que apunte las reflexiones y las transmita a todas las participantes reunidas en plenaria.
4. Cuando el grupo haya terminado la actividad escribirán el nombre de cada derecho en la parte de abajo del dibujo y lo fijarán en la pared con cinta adhesiva.
5. Se reunirá el grupo en plenaria y la representante de cada grupo hará una presentación de los derechos sobre los que trabajaron en su grupo junto con un informe sobre la observancia de esos derechos en sus propias vidas, con base en la experiencia de su vida en prisión y su vida actual.

6. La facilitadora deberá asegurarse de que las participantes entiendan el alcance de cada uno de los derechos presentados y animará a las demás a que participen con preguntas y comentarios después de cada presentación.
7. Al finalizar la actividad se hará entrega del texto breve de la Declaración Universal (Lectura 1). La facilitadora hará una breve presentación del documento. Se podrá ayudar con la información que encontrará en el apartado siguiente, Apuntes para la Facilitadora.

Apuntes para la facilitadora – Introducción a la Declaración Universal de Derechos Humanos:

- La Declaración Universal de Derechos Humanos es la base de todos los derechos humanos.
- Fue adoptada por la Asamblea General de Naciones Unidas en 1948.
- Todos los países pertenecientes a las Naciones Unidas están obligados a dar a conocer, promover y aplicar la declaración.
- Cada hombre y cada mujer debe disfrutar de los derechos humanos recogidos en este documento simplemente por el hecho de que todos somos seres humanos. Algunos de los principios que se encuentran en la base de estos derechos son:
- La igualdad de todos los seres humanos, la universalidad de los derechos humanos independientemente de su cultura o tradición, la interconexión de los derechos humanos- cuando suprimimos uno influimos en los otros- y la responsabilidad de todos los gobiernos, individuos e instituciones de salvaguardar estos derechos.
- Otros documentos han sido elaborados para desarrollar los derechos contenidos en la Declaración Universal de Derechos Humanos. Existen Pactos Internacionales que recogen específicamente Derechos Civiles y Políticos y Derechos Económicos, Sociales y Culturales.
- También han sido elaborados tratados o convenciones para definir lo que constituyen actos inhumanos y proporcionar protección a poblaciones específicas y a grupos que sufren de discriminación. Cualquier país que haya firmado alguna de estas convenciones está obligado por el derecho internacional a respetar los derechos humanos incorporados a estos documentos.
- La Convención sobre la Eliminación de todas las formas de Discriminación en contra de la Mujer (CEDAW) trata específicamente la discriminación de la que son objeto las mujeres impidiéndoles disfrutar de sus derechos humanos.

- Es importante conocer nuestros derechos con el fin de poder ejercerlos, respetar los derechos de los demás y obligar a nuestros gobiernos a respetarlos y hacerlos cumplir.

Actividad 4. Reconocimiento del Derecho a la Salud

Objetivo: Contribuir al reconocimiento, para el ejercicio y defensa de este derecho. Reconocer, a través de la exploración de diversas partes del cuerpo, algunas debilidades sintomáticas como enfermedades físicas o emocionales, o bien embarazos y las partes que más se cansan según la actividad laboral que se practica a diario, para inducir a las personas a valorar el cuerpo en condiciones sanas y prevenir todo tipo de malestares.

Materiales: Solamente la actitud de tocar el cuerpo.

Actividad

Técnica: “Mi cuerpo”

Tiempo: 30 minutos

Desarrollo:

- ✚ Pedir que se pongan de pie e indicarles que moverán el cuerpo de derecha a izquierda y a una instrucción tocarán la parte que se les diga; toco mi rostro, toco mis piernas, toco mis pies; siento mis ojos, mi boca, mis orejas, mi corazón y mi cerebro; comienzo a peinarme, a sobarme el pecho, el estómago y el vientre, los glúteos, la espalda y los brazos, masajeo libre y lentamente todo mi cuerpo, lo abrazo, lo siento, lo valoro.
- ✚ Pedir que identifiquen las partes que más se enferman, las que más se usan para trabajar en la casa, la oficina, la fábrica, el taller, la

escuela y en otros espacios, las receptoras de placer y violencia. Qué pasa con el cuerpo durante el embarazo.

- ✚ Pide que expresen qué sentimientos les ocasionó identificar la función de cada parte de su cuerpo.
- ✚ Posteriormente solicítales que lean y reflexionen la Lectura 2 “Cuerpo, Amor y Vida”.
- ✚ Al final pide sus conclusiones acerca de la salud, la enfermedad, la violencia, el placer, el trabajo y los derechos humanos.
- ✚ Cierra hablando acerca de los derechos humanos en cada uno de estos rubros; cuales se conocen más y cuales se respetan. ¿a ellas les respetaron sus derechos humanos al ingresar a la cárcel? y ¿Qué esperan ahora que ya salieron, con respecto a estos derechos, especialmente a la salud?
- ✚ Escribe en un rotafolio a manera de “pliego petitorio” sus demandas, identificándolas de denuncias a acciones positivas a favor de las mujeres internas de todo el país.

Actividad 5. Derechos sexuales y reproductivos de las mujeres

Objetivo: Dar a conocer los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres, así como la existencia de diversas orientaciones sexuales, para incidir en la construcción de nuevos modelos de sociedad y de relaciones entre hombres y mujeres en las que debe prevalecer la igualdad, la libertad, la responsabilidad compartida y el respeto individual para todos.

Además:

- ✚ Abrir a las participantes al diálogo sobre temas delicados como el aborto, el lesbianismo, la homosexualidad.
- ✚ Lograr que las participantes obtengan una clara comprensión de sus derechos sexuales y reproductivos.

✚ Mejorar la capacidad de las participantes para proteger sus derechos y su salud sexual y reproductiva.

Resultados esperados:

Contribuir a explicar sus ideas y conductas en relación a su salud, especialmente sexual y reproductiva.

El reconocimiento de las necesidades personales y la autoestima de las propias internas.

El conocimiento, aceptación y cuidado de su propio cuerpo.

La construcción cultural sobre sexualidad, reproducción y diferentes expresiones de la sexualidad de hombres y mujeres como un ejercicio pleno de la sexualidad (homosexualismo, lesbianismo).

El fortalecimiento de la identidad de las mujeres, no importando su preferencia sexual.

El reconocimiento de aspectos que facilitan el ejercicio de estos derechos, el poder de tomar decisiones autónomas, fundamentadas e informadas.

El reconocimiento e información sobre los servicios, métodos y técnicas de atención a la salud sexual y reproductiva de las mujeres.

Actividad:

Técnica: El Cartel

Tiempo: 45 minutos

Materiales: Lectura “Derechos sexuales y Reproductivos de la mujer”, cartulina blanca, hojas blancas, bolígrafos, diurex, lápices de colores, plastilina, sacapuntas, hojas de rotafolio, plumones, tijeras, revistas,

Desarrollo: Solicitar a las participantes que formen equipos de 2 o 3 personas.

- ✚ Distribuir a cada participante, la lectura “Derechos sexuales y Reproductivos de la mujer”.
- ✚ Pedir que todas la lean, analicen y mediten en silencio durante dos minutos.
- ✚ Posteriormente, pedir que cada una lea en voz alta, uno de los derechos contenidos en la lectura “Derechos Sexuales y Reproductivos de la mujer”.
- ✚ Ahora, solicitarles que por equipos, elaboren un cartel donde se promueva el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres.
- ✚ En el cartel se debe recuperar ideas y opinión de todas en torno a la diversidad sexual de mujeres y hombres.
- ✚ El contenido del cartel debe contemplar la imagen, lema o slogan (sugerir imágenes y consignas positivas visualmente). Debe ser atractivo a la vista y contundente en su lenguaje.
- ✚ Al final deberán presentar su cartel a todo el grupo y éste no tendrá más explicación que su propio contenido.
- ✚ Para terminar solicitarles que a manera de marcha o desfile caminen por el salón “gritando” el lema de su cartel. Para cerrar esta actividad, mencionar que, el derecho a ejercer el control sobre la propia sexualidad y a decidir libremente en todo lo relacionado a ella; el derecho al disfrute y goce de la sexualidad; el derecho a tomar decisiones sobre con quién, cuándo y cómo disfrutar de su sexualidad, con pleno respeto por la integridad física, psíquica y moral; y el derecho a no sufrir discriminación por la orientación sexual, resultan claves para que las parejas y personas decidan libre y responsablemente el número de hijos y el espaciamiento de los nacimientos que deseen.



Actividad 6. ¿Cuál es tu opinión sobre los Derechos de la Vida Sexual y Reproductiva?

63

Objetivos:

Dar oportunidad a las participantes de reflexionar y de hablar de varios de los temas relacionados con la salud y los derechos de la vida sexual y reproductiva.

Dar oportunidad a las participantes de hablar de temas delicados en relación con la salud y derechos de la vida sexual y reproductiva.

Material:

Tres laminas de papel donde este escrito: “de acuerdo”, “en desacuerdo” y “no sé”

Tijeras

Lista de enunciados que serán discutidos

Cinta adhesiva

Tiempo: 45 minutos

En qué consiste la actividad:

La facilitadora leerá los diferentes enunciados relacionados con los derechos y la salud sexual y reproductiva. Después de la lectura

de cada enunciado las participantes se colocarán al lado del letrero correspondiente. Una vez que las participantes se hayan colocado al lado del letrero que expresa su posición, la facilitadora animará una reflexión breve pidiendo a voluntarias representativas de cada postura que expliquen en qué la basan.

Instrucciones para las facilitadoras:

- 1 Explicar a las participantes que van a escuchar diferentes afirmaciones y que a ellas les toca colocarse al lado del letrero que mejor refleje lo que piensan al respecto.
- 2 Decir a las participantes que aunque la actividad se basa en expresar los puntos de vista variados sobre el tema, esta actividad no es una disputa, de manera que nadie tiene que intentar cambiar la manera de pensar de las demás. El ejercicio brinda una oportunidad para hablar abiertamente del tema sin enjuiciar a las demás.
- 3 Después de cada uno de los enunciados pedir a voluntarias de cada grupo de opinión que describan su punto de vista.
- 4 Es mejor elegir aquellos enunciados que más se adecúen al grupo de participantes y se pueden añadir otros que puedan ser de interés.
- 5 Aprovechar esta actividad para corregir cualquier información errónea que saliera a la luz durante la actividad.



Actividad 7. Derecho a una Vida Libre de Violencia

Objetivos:

- Explorar y comprender cómo está generalizada y es diversa la violencia en contra de las mujeres, a nivel mundial.
- Comprender que la violencia en contra de las mujeres es una violación de los derechos humanos.
- Habilitar a las participantes a pensar en formas de pasar a la acción y enfrentar este problema
- Escenificar diferentes formas de violencia en contra de las mujeres y estimular el debate en torno al problema de que se trate.

Material:

Lapiceros y papel para escribir

Cinta adhesiva

Diferentes relatos de situaciones de violencia (material facilitado)

Pizarra de papel

Rotuladores

Lectura 5 “ Historias de Violencia”

Tiempo: 1 hora

Preparativos:

Investigar la violencia en contra de la mujer en el país respectivo y preparar información y estadísticas para el grupo.

Elegir los casos que correspondan a los tipos de violencia que se quiera resaltar a las participantes.

Hablar con algunas participantes antes de que comience la sesión para pedirles que lean o actúen las historias al principio de la actividad.

Imprimir las historias de violencia que vayan a leer las voluntarias.

En qué consiste la actividad:

Algunas participantes leerán o actuarán, para el grupo, las historias seleccionadas sobre casos diferentes de violencia. El grupo realizará una basado en las historias presentadas.

Instrucciones para la facilitadora:

1. Decir al grupo que algunas voluntarias van a leerles algunas historias sobre cómo la violencia afecta a las mujeres.
2. Las voluntarias leerán las historias.
3. Después de la lectura, pedir a las lectoras su impresión sobre lo que han leído.
4. Pedir a las participantes que digan qué tipo de violencia es la descrita. ¿Cada una de las personas en las historias experimentaba la violencia? ¿Había parecidos entre las historias?
5. Escribir en las láminas de papel las frases clave que vaya mencionando el grupo.
6. Hablar de diferentes tipos y modalidades de la violencia contra las mujeres que puede ser:

Tipo: Física, Psicológica, Económica, Sexual y Patrimonial

Modalidad: Familiar, Laboral, Institucional, Comunitaria



Actividad 8. Procesos personales y autoestima para el empoderamiento femenino

67

Objetivo: Reconocer aspectos que fortalecen la identidad y autoestima de las mujeres en cualquier ámbito social para contribuir a su empoderamiento

Resultados esperados:

- El reconocimiento de que cada decisión que se toma en la vida genera consecuencias y se tienen que asumir con responsabilidad.
- Que la formación en y con respeto a los derechos humanos y los valores repercute en una convivencia sana y armónica entre mujeres y hombres.
- Que el reconocimiento y ejercicio de los derechos humanos de las mujeres lleva a su empoderamiento y les garantiza una mejor calidad de vida.

Actividad

Técnica: “El espejo”

Tiempo: 45 minutos

Materiales: Copia de la hoja del “espejo”, bolígrafos, colores.

Desarrollo:

- ✚ Distribuye a cada participante una hoja que será su “espejo”
- ✚ Diles que respondan a cada pregunta, que escriban todo lo que quieran en cada cuadro.



- ✚ Al final todas deberán socializar sus respuestas.
- ✚ En plenaria deberán platicar cómo se sintieron al escribir acerca de ellas mismas.
- ✚ Dejar que hablen libremente y pedirles que si recuerdan más datos sobre esos puntos los vayan escribiendo en su espejo.
- ✚ Solicitar que todo lo que aquí se diga o hable se respete en otros espacios pues es objetivo del taller la libertad de expresión, el respeto, la tolerancia, el cambio de actitudes donde se refleje el ejercicio de los derechos humanos.



Actividad 9. Reforzando la Autoestima Femenina

Objetivo: Reflexionar sobre el derecho a vivir en paz y hermandad para construir identidades colectivas entre mujeres, impulsando su empoderamiento.

Resultados esperados:

Que las mujeres adquieran seguridad en sí mismas a través de la comunicación visual y oral

Que se lleven herramientas congruentes en el hacer, decir y pensar.

Actividad

Técnica: “Mírame a los ojos” Pedir a los asistentes que caminen en silencio y se mueven libremente por la sala. Cada vez que se cruzan con alguien del grupo deben mirarse a los ojos y decirse los nombres y algo positivo del otro.

Tiempo: 30 minutos

Materiales: Ninguno

Desarrollo: Decirles que es importante resaltar de frente las cualidades de las otras. Dejar que se hablen libremente, pedirles que sonrían y hasta pueden darle una palmada, un beso o una caricia a quien les sea empático o familiar. Durante 10 minutos.

En plenaria deberán platicar cómo se sintieron durante la comunicación visual, ¿es igual que hablar?



Actividad 10. Construyendo una imagen positiva

70

Objetivos:

Encender en las participantes el compromiso consigo mismas de difundir pensamientos positivos conectados con la imagen corporal y la autoestima.

Ayudar a las mujeres a sentirse mejor sobre partes de su cuerpo y de su personalidad a las que consideran imperfectas.

Material:

Hojas de papel, una por participante

Lápices o bolígrafos, uno por participante

Cesta/tazón/recipiente, de tamaño mediano

Bolsa de basura

música alegre y positiva (optativa)

Asientos en círculo

Tiempo: 1 hora

En qué consiste la actividad:

Las participantes escribirán una frase que describa algún aspecto físico o no físico de ellas mismas que les haga perder autoestima. Por ejemplo, “mi estatura es muy baja y con nada me veo bien” “Estoy gorda y no puedo bajar de peso por más esfuerzo que haga”. etc.



Una vez escrito, harán bolita o arrugaran la hoja y la arrojaran al cesto o bolsa de basura

La facilitadora sacará de la cesta de papeles uno cualquiera y leerá lo escrito en él. Por ejemplo, quizá pueda decir: “Mis dientes están muy manchados por fumar tanto”.

Es entonces cuando la primera participante de la fila dirá: “Pues, podría ser peor...” y a esta frase le agregará qué situación sería aún peor, por ejemplo: “Podría ser peor, podrías ser chimuela”. Y, a continuación, la compañera a su lado también dirá algo que podría ser peor que lo anterior. Todas dirán algo cuando les toque su turno.

Cuando todas hayan dicho algo o cuando se les hayan acabado las ocurrencias, la facilitadora sacará otro papelito y le tocará a la participante que todavía no haya dicho nada comenzar con el turno de contestaciones.

Una vez que la frase leída del papelito haya pasado por su tanda de contestaciones, la facilitadora pasará a romperla por la mitad y cada participante romperá el papel más y más hasta que sólo queden trocitos y sea la última la que los tire en el cesto o bolsa.

Enseguida, cada participante volverá a escribir sobre ese mismo aspecto que considera o consideraba negativo, algo positivo, considerando todos los comentarios que escucho.

Cada asistente leerá por turnos lo escrito por ella y se comprometerá a construir en todo momento y ante cualquier dificultad una imagen positiva de sí misma.

Instrucciones finales para la facilitadora:

1. Llegar al acuerdo de que lo aprendido en este taller no debe quedarse dentro de ellas mismas sino que deberá salir de ellas a la comunidad.
2. Desafiarlas a que se comprometan a transmitir su imagen positiva.
3. Una vez que el grupo haya llegado a un compromiso, les pedirá que examinen las ideas que dieron para inyectar autoestima en las



personas. De esa lista puede servirles de inspiración para sacar más ideas sobre cómo hacer fructificar lo aprendido.

4. Pedirles que aporten nuevas ideas.
5. Cuando el grupo se quede callado sin más ideas, explicar que si ellas no se sienten bien consigo mismas y con su cuerpo será muy difícil lograr que otras se sientan bien con ellas mismas.
6. Pida al grupo que genere ideas sobre cómo aumentar su propia autoestima cada día.
- 7.** Diga al grupo que decirse cosas bonitas es una manera fácil y gratis de reforzar la autoestima y que eso es un ejercicio personal que todas debemos realizar, sin importar las dificultades por las que hayan pasado, sin importar todos los pensamientos negativos que fueron acumulando durante su estancia en la cárcel, tomar esa experiencia como algo que ha fortalecido su personalidad que hace de ellas unas mujeres valientes que tuvieron la voluntad y la decisión de salir para transformar su realidad.



Actividad 11. “Cinco cosas para ser feliz”

Objetivos: Buscar elementos de la vida cotidiana que pueden generar en nosotros sentimientos de felicidad

Materiales: Hojas blancas Bolígrafos/lápices para cada participante, listado de cosas para ser feliz para cada grupo.

Preparación: Asegure copias de la lista de cosas para ser feliz, uno por equipo o grupo.

En qué consiste la actividad:

Técnica: “Escoge las 5 cosas más importantes para ser feliz”: El o la facilitadora forma grupos y les da una lista de cosas que necesitan para ser felices. Cada grupo escoge las 5 cosas que considera más importantes para ser feliz. Finalmente, en plenaria, analizan lo que cada grupo escogió y eligen 5 entre toda la clase.

Instrucciones para la facilitadora:

1. Entregar las copias de la lista de cosas para ser feliz a cada grupo y les da tiempo para que las vean y analicen. (10 minutos)
2. Leer cada lista invitando a voluntarias (os) del grupo a que den su respuesta o explicación. Involucrar a las y los participantes, agotando todas las cosas. (15 minutos).
3. Una vez terminado el ejercicio, preguntar si se les dificultó o no el ejercicio y porqué (15 minutos).

Apuntes para la facilitadora: Listado de cosas para ser feliz



Entre la lista de cosas que se pueden presentar están:

los juegos	la familia	el fuego	la televisión
el sueño	los alimentos	la ropa	las golosinas
los libros	la solidaridad	la música	la justicia
los abrazos	el humor	la escuela	las fiestas
la fe	las leyes	vivienda	Internet
el dinero	un auto	las mascotas	el orden

Conclusión: Preguntar qué derechos se aplican en cada cosa para ser feliz. Que deberes conllevan el ejercicio de cada derecho mencionado por ellas.

De las 5 cosas para ser feliz que eligieron por todo el grupo, preguntar por qué se quedan con ellas, escribir sus respuestas en hoja de rotafolio para enfatizar en la importancia de esos 5 derechos. Pegar en la pared el rotafolio para que todos lo firmen como un acta de sus derechos humanos más importantes.



ANEXOS

75

Lecturas:

1. Declaración Universal de Derechos Humanos
2. Cuerpo, Amor y Vida
3. Derechos Sexuales y Reproductivos de la Mujer
4. ¿Cuál es tu opinión sobre los Derechos de la Vida Sexual y Reproductiva?
5. Historias de Violencia de Género

Hojas de Trabajo:

1. Mis Derechos en Imagen
2. El Espejo



Lectura 1. Declaración Universal de Derechos Humanos

Considerando que la libertad, la justicia y la paz en el mundo tienen por base el reconocimiento de la dignidad intrínseca y de los derechos iguales e inalienables de todos los miembros de la familia humana;

Considerando que el desconocimiento y el menosprecio de los derechos humanos han originado actos de barbarie ultrajantes para la conciencia de la humanidad, y que se ha proclamado, como la aspiración más elevada del hombre, el advenimiento de un mundo en que los seres humanos, liberados del temor y de la miseria, disfruten de la libertad de palabra y de la libertad de creencias;

Considerando esencial que los derechos humanos sean protegidos por un régimen de Derecho, a fin de que el hombre no se vea compelido al supremo recurso de la rebelión contra la tiranía y la opresión;

Considerando también esencial promover el desarrollo de relaciones amistosas entre las naciones;

Considerando que los pueblos de las Naciones Unidas han reafirmado en la Carta su fe en los derechos fundamentales del hombre, en la dignidad y el valor de la persona humana y en la igualdad de derechos de hombres y mujeres, y se han declarado resueltos a promover el progreso social y a elevar el nivel de vida dentro de un concepto más amplio de la libertad;

Considerando que los Estados Miembros se han comprometido a asegurar, en cooperación con la Organización de las Naciones Unidas, el respeto universal y efectivo a los derechos y libertades fundamentales del hombre, y

Considerando que una concepción común de estos derechos y libertades es de la mayor importancia para el pleno cumplimiento de dicho compromiso;



La Asamblea General proclama la presente Declaración Universal de Derechos Humanos como ideal común por el que todos los pueblos y naciones deben esforzarse, a fin de que tanto los individuos como las instituciones, inspirándose constantemente en ella, promuevan, mediante la enseñanza y la educación, el respeto a estos derechos y libertades, y aseguren, por medidas progresivas de carácter nacional e internacional, su reconocimiento y aplicación universales y efectivos, tanto entre los pueblos de los Estados Miembros como entre los de los territorios colocados bajo su jurisdicción.

Lectura 2: Cuerpo, Amor y Vida

¿Te has puesto a pensar qué haríamos sin cuerpo? Así es: nada. No habría manera de materializar nuestros pensamientos, ideas, objetivos, ilusiones, sentimientos y emociones. Nuestra mente es muy poderosa, pero sin cuerpo sólo sería un director de orquesta... sin orquesta. Por eso es tan importante tomar conciencia del valor de nuestro cuerpo, y actuar en consecuencia. En el cuerpo confluyen pensamiento y vida. ¿Cuándo fue la última vez que lo apapachaste y consentiste? ¿Lo has mantenido sano, activo y funcional? ¿Por dónde empezar? Párate frente al espejo y obsérvate. No como un juez, sino como una amiga. No busques formas, tamaños, colores o texturas "perfectas". No existen. Lo que tienes que buscar son señales de enfermedad o agotamiento. Pero el trabajo no sólo es hacia el físico. Debes acudir al médico para detectar el estado de tu organismo, de tu cuerpo por dentro.

También es importante que seas honesta contigo misma: ¿estás sana emocionalmente? ¿estás en equilibrio? La atención psicológica no es un último recurso, sino parte integral de tu salud. La mayoría de las enfermedades tienen un origen psicosomático. Eso no significa que "inventemos" malestares, sino que cualquier desequilibrio psicológico (pensamientos-emociones-sentimientos) se manifiesta en el cuerpo en forma de enfermedad. Como verás, nuestro cuerpo requiere de gran responsabilidad de nuestra parte. Hay mucho que hacer, en lugar de estar perdiendo el tiempo deseando tener otro



cuerpo, gastando dinero en busca de la juventud y belleza eternas o quejándonos de los "defectos", que sólo lo son cuando vivimos de los estereotipos. Piensa en lo triste que resulta saber que quienes más recurren a las cirugías estéticas son personas en crisis: divorcios, desempleo, envejecimiento, duelo, rupturas... Saber qué tan satisfecha o tranquila te sientes con tu cuerpo, es un termómetro de cómo te sientes con tu vida. Se quiere cambiar el cuerpo para así poder cambiar la existencia, la orientación de la vida. Pero ahí radica el problema, porque es sólo una falsa idea. Las cirugías estéticas, los tatuajes, las perforaciones y otro tipo de modificaciones son sólo síntomas de un odio al cuerpo (y de consumismo y comercialización). Son reflejo de la verdadera idea que se tiene del propio cuerpo: un accesorio que alteramos y adaptamos según la moda imperante; un objeto al que podemos hacerle lo que sea, todo en una carrera interminable y obsesiva de "buscar" una "identidad", o querer ser eterna. El cuerpo no es un estorbo o un obstáculo, como pensaban algunos antiguos filósofos, incluso como ciertas ramas de la ciencia lo siguen pensando. No es el "borrador" que hay que corregir. La ingeniería de lo biológico está persiguiendo, incluso, la desaparición del mismo; volverlo una pureza técnica, una máquina (sin metáfora) perfecta. Ahora resulta que es más fácil fabricar y modificar cuerpos a modo, gusto y antojo, que cambiar las mentalidades para que nos aceptemos como somos, con nuestros límites corporales y la irremediable condición humana que representa la muerte.

Por eso revisa el estado general de tu cuerpo, y aplícate en sanar lo dañado, en reducir riesgos de enfermedad, y en aceptarlo y quererlo. A cada una de nosotras nos fue dado un cuerpo para poder llevar a cabo nuestras metas. Cuídalo, protéjelo, escúchalo, atiéndelo, defiéndelo y respétalo... ¡Amalo y vive!

Autora: Elsa Lever M. Periodista con Maestría en Comunicación por la FCPyS de la UNAM, diplomada en Género por el PUEG de la UNAM, y en Feminismo por el CEIICH de la UNAM.



Lectura 3. Derechos Sexuales y Reproductivos de la Mujer

Los derechos sexuales de las personas surgen a raíz de la intolerancia que se presentó ante minorías sexuales tanto por parte de los equipos de salud, como de la sociedad como un todo. Tales derechos son:

- 1.- Derecho a la vida, derecho fundamental que permite el disfrute de los demás derechos.
- 2.- Derecho a la integridad física, psíquica y social.
- 3.- Libertad a la finalidad del ejercicio de la sexualidad: recreativa, comunicativa, reproductiva.
- 4.- Respeto a las decisiones personales en torno a la preferencia sexual
- 5.- Respeto a la opción de la reproducción
- 6.- Elección del estado civil
- 7.- Libertad de fundar una familia
- 8.- Libertad de decidir sobre el número de hijos, el espaciamiento entre ellos y la elección de los métodos anticonceptivos
- 9.- Al reconocimiento y aceptación de sí mismo, como hombre, como mujer y como ser sexuado.
- 10.- A la igualdad de sexo y género.
- 11.- Al fortalecimiento de la autoestima, la autovaloración, y la autonomía para lograr la toma de decisiones adecuadas en torno a la sexualidad.



- 12.- Expresión y libre ejercicio de la orientación sexual.
- 13.- Libertad de elegir compañero(a) sexual.
- 14.- Elegir si se tienen o no relaciones sexuales
- 15.- A elegir las actividades sexuales según sus preferencias
- 16.- Derecho a recibir información clara, oportuna y científica acerca de la sexualidad.
- 17.- A espacios de comunicación familiar para tratar el tema de la sexualidad.
- 18.- A la intimidad personal, la vida privada y al buen nombre.
- 19.- A disponer de opciones con mínimo riesgo.
- 20.- Derecho a disponer de servicios de salud adecuados.
- 21.- A recibir un trato justo y respetuoso de las autoridades
- 22.- A recibir protección ante la amenaza o la violación de los derechos fundamentales sexuales y reproductivos



Lectura 4. Lista de enunciados para Actividad 6. ¿Cuál es tu opinión sobre los Derechos de la Vida Sexual y Reproductiva

- Tener relaciones sexuales antes del matrimonio es reprobable.
- El sexo anal es antinatural.
- La mujer que haya tenido relaciones sexuales con más de tres parejas es promiscua.
- El sexo oral consentido entre personas adultas es aceptable.
- Una mujer debe casarse con el hombre elegido para ella por sus padres.
- El deseo sexual en el hombre es más fuerte que en la mujer.
- Pasado cierto punto de estimulación sexual el hombre ya pierde el control de su cuerpo.
- La mujer debiera disfrutar en las relaciones sexuales.
- Las mujeres deberían ser ellas las que ejercieran el control sobre cuántos hijos desean tener y el espaciamiento de los embarazos.
- No es natural que una mujer se sienta atraída sexualmente por otras mujeres.
- Solamente es aceptable el aborto cuando la mujer haya sido violada.
- Si una mujer excita sexualmente a un hombre es su responsabilidad satisfacerlo.
- Si una mujer ebria es violada, ella tiene la culpa.
- Es aceptable que una mujer se sienta atraída tanto hacia hombres como hacia mujeres.
- El marido puede violar a su esposa
- A los/las adolescentes hay que darles educación sexual y darles acceso a preservativos cuando decidan tener relaciones sexuales.



Algunas veces es la mujer la responsable de haber sido violada.



Las mujeres deberían tener la posibilidad de tener tantas parejas sexuales como deseen.

Lectura 5. Historias de Violencia de Género para la Actividad 7. Derecho a una Vida Libre de Violencia

HISTORIA 1

“Mi marido y yo nos casamos el año pasado. Aunque fue un matrimonio arreglado por nuestros padres y yo dudaba en aceptar la decisión de mis padres, tuvimos un hermoso día de bodas. Al principio todo fue bastante bien, pero hace unos meses empecé a llegar tarde a casa del trabajo y mi marido estaba realmente enojado. Insistía en saber dónde había estado y preguntaba que con quién había estado. Yo estaba sorprendida por su reacción. No paraba de hacerme preguntas y pasó a criticarme porque no estaba limpiando la casa bien y que la cena no estaba lista. Cuando le sugerí que él también podía ayudar, comenzó a gritarme lo desobediente que yo era y me abofeteó con fuerza. No lo podía creer y también me puse a llorar y él comenzó a pedirme perdón por haberme golpeado. Prometió nunca más volver a hacerlo. Pero, una semana más tarde, se enojó conmigo y volvió a golpearme. Desde entonces las cosas han ido empeorando y ahora me pide que deje de trabajar, pero cada vez que me golpea me dice que soy yo la que lo he enfurecido y luego me pide perdón. Me da mucho miedo que cada día se ponga de peor humor y no sé qué hacer. Mi madre dice que mi obligación es estar al lado de mi marido.



HISTORIA 2

En la fiesta de cumpleaños de un amigo conocí a alguien. Comenzamos a hablar y bueno, parecía simpático. Había mucha gente, así que me invitó a salir fuera para respirar un poco de aire fresco. Tomó mi mano y salimos fuera. No había nadie por ahí. Intentó besarme y me negué, acabábamos de conocernos. Pero, no me hizo caso. Se reía y me decía: “No seas mojigata”. Me asusté y me enojé; le dije que parara pero se puso bruto y me tiró al suelo. Intenté gritar y escapar pero me tapó la boca y me sujetó y me violó contra mi voluntad. Estoy tan avergonzada. Sé que estuvo mal y que fue él quien se comportó mal, pero ¿quién va a creerme? Algunas veces me pregunto si fui yo la culpable de todo.

HISTORIA 3

Mi marido no me deja trabajar fuera de casa. Dice que le toca a él como mi marido trabajar y dice que él es el cabeza de familia y que, además, ¿quién querría contratarme? Es verdad que tenemos suficiente dinero para cubrir nuestras necesidades pero de todas maneras me gustaría tener un trabajo interesante y también cuidar de nuestra hija pequeña. Mi marido me tiene como a un pájaro en una jaula. Tenemos una casa muy bonita pero es él el que decide qué se compra y me pasa una cantidad pequeña de dinero. ¡Ni siquiera tengo tarjeta de crédito! Dice que es mi obligación ser una buena esposa y obedecer lo que se me diga y que él sabe cuánto dinero necesito. Algunas veces me da vergüenza ir a comprar alimentos, porque no me alcanza para lo que necesitamos. Y, cuando le pido más dinero, explota y me echa en cara que no he gastado bien el dinero que me entrega. Quiere controlar todo lo que hago y me siento de lo más estúpida.



HISTORIA 4

El 31 de julio de 1999, a los 13 años, una joven es violada en su casa y ante su familia. El 3 de septiembre, acompañada por su madre y su hermano, la joven solicita la autorización de la Agencia del ministerio Público especializado en delitos sexuales con la que acude al hospital municipal para que le practiquen el aborto legal al que tiene derecho. Durante los siete días que estuvo internada y en ayuno para prepararla para la intervención, fue visitada por un grupo de mujeres quienes la trataron de convencer, mediante peculiares métodos de presión de que no abortara.

Madre e hija fueron trasladadas por un grupo de personas, a una parroquia para que un sacerdote las aconsejara. El Párroco las amenazó con la excomunión. Pero madre e hija mantuvieron su decisión de interrumpir el embarazo. Ante ello, el director del hospital se declaró objetor de conciencia y no les brindó ninguna alternativa médica. La joven volvió a ingresar el 13 de octubre al hospital.

Esta vez el director comunicó a la madre, de acuerdo con su propia declaración, que, “de practicarle el aborto a mi hija, yo sería la responsable si ella perdía la vida”. Sin embargo, la posibilidad de que corriera riesgo su vida hizo desistir a madre e hija y aceptar un embarazo forzoso que desembocaría en un parto con cesárea más riesgoso que un aborto.

Hay una demanda penal presentada por dos ciudadanos que reclaman que se haya obstaculizado a la joven el ejercicio de un derecho legítimo, que se le haya sometido a tortura psicológica y se le haya violado su intimidad. La Comisión de Derechos Humanos emitió una recomendación a las autoridades en la que pide se



deslinden responsabilidades a las autoridades de salud y justicia involucrados en el caso y se cree un fideicomiso para reparar los daños y gastos realizados hasta ahora, así como la subvención de la educación y la atención médica de la madre y la criatura hasta la mayoría de edad.



HOJA DE TRABAJO 1 PARA ACTIVIDAD 3. MIS DERECHOS EN IMAGEN

Derecho a la igualdad ante la ley	Libertad de discriminación	Derecho a la vida, a la libertad y a la seguridad personal	Derecho a ser libre de la esclavitud
Derecho a la igualdad	Derecho a no recibir tortura y trato degradante	Derecho a la audiencia pública justa	Derecho a circular libremente por el país y fuera de el
Derecho a una nacionalidad y libertad para cambiarla	Derecho a la propiedad	Derecho al matrimonio y tener una familia	Derecho a la libertad de creencias
Derecho a la seguridad social	Derecho a la libertad de expresión y de información	Derecho a participar en el gobierno y en las elecciones	Derecho a elegir un trabajo y afiliarse a sindicatos
Derecho al descanso y tiempo libre	Derecho a un nivel de vida adecuado	Derecho a la educación	Derecho a una vida libre de violencia



HOJA DE TRABAJO 2 PARA ACTIVIDAD 6. EL ESPEJO

<p>¿Cómo me veo?</p>	<p>¿Cómo me ven mis amigos?</p>
<p>¿Cómo me ve mi familia?</p>	<p>¿Cómo desearía verme?</p>