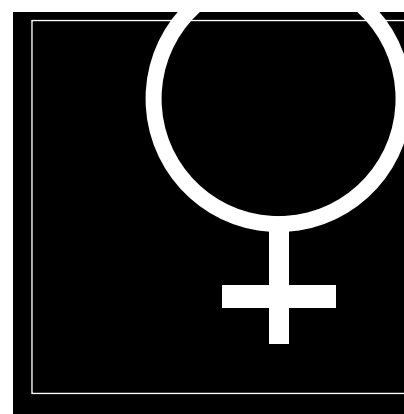


# salud sexual Y reproductiva

EDUCAR | CAPACITAR | ACTUAR



## educar

**La mujeres jóvenes toman decisiones sexuales y reproductivas diariamente pero ¿son realmente válidas si no saben en realidad qué están decidiendo?**

El sexo forma parte importante de la vida de las mujeres jóvenes. Aunque haya muchas culturas que frunzan el ceño cuando se habla de la sexualidad femenina las estadísticas ponen de manifiesto que en todo el mundo la mayoría de las mujeres comienzan a estar sexualmente activas durante sus años de adolescencia. Este inicio sexual precoz no es por elección, frecuentemente, sino que en el mundo entero, una de cada cinco mujeres cuando son preguntadas, dice haber ido forzada a su primera relación sexual. Aparte de lo que es claramente abuso sexual, muchas culturas siguen favoreciendo el matrimonio de las niñas antes de los 18 años. Esta iniciación temprana al sexo puede tener serias repercusiones en la vida de una mujer joven, entre las que se incluyen las infecciones de transmisión sexual, embarazos no deseados y lesiones en los órganos de la reproducción. Debemos respetar y proteger el derecho humano de las mujeres jóvenes al control total de su cuerpo y de su sexualidad. Sin embargo, el respeto de los derechos sólo puede tener sentido cuando está asociado a la educación y a los servicios que habilitan a la mujer joven para tomar decisiones una vez que ha sido debidamente informada y para acceder a un mecanismo compensatorio cuando sus derechos sean vulnerados.

## El desconocimiento

La ignorancia es peligrosa. El desconocimiento por parte de la mujer joven de cómo funciona su cuerpo puede llevarla a aceptar relaciones sexuales sin protección bajo la falsa seguridad de que la luna llena, por ejemplo, le impedirá concebir. No estar enteradas de que la decisión de la reproducción y el espacio de tiempo entre embarazos es un derecho que les pertenece a ellas, deja a las esposas jóvenes sin esperanza ante la presión sobre ellas para que tengan hijos cuando aún no están preparadas para cuidarlos. Las mujeres jóvenes toman decisiones sexuales y reproductivas diariamente pero ¿son realmente válidas si no saben en realidad que están decidiendo?

## Entre la espada y la pared

La información sin servicios deja a las jóvenes con la sensación de que la capacidad de decidir existe pero no para ellas. Cuando las jóvenes son objetos de abuso sexual y no tienen adonde acudir en busca de asesoría legal y apoyo emocional lo único que “deciden” es guardar silencio. Cuando los/las trabajadoras sociales insultan a las adolescentes embarazadas, las asustadas jóvenes pueden “elegir” prescindir de los cuidados prenatales. Las opciones reales para las jóvenes deben incluir información acompañada de legislación y acceso no discriminatorio a cuidados de la salud y otros servicios.

# hechos reales



De acuerdo con el Fondo de Población de las Naciones Unidas:

- ▼ A pesar de que en los últimos tiempos en muchas partes del mundo ha habido un cambio a favor de demorar el matrimonio, 82 millones de niñas de países en vías de desarrollo con edades entre 10 y 17 años serán dadas en matrimonio antes de cumplir 18 años.
- ▼ En algunos países, la mayoría de las niñas siguen casándose antes de los 18 años. Entre ellos se incluye a India (50%), Nepal (60%) y Níger (76%).
- ▼ En todo el mundo, aproximadamente 14 millones de mujeres y niñas de entre 15 y 19 años de edad – casadas y no casadas – dan a luz todos los años.
- ▼ El embarazo es la causa principal de muerte entre las mujeres jóvenes de 15 a 19 años en todo el mundo debido principalmente a las complicaciones del parto y abortos insalubres.
- ▼ Por causa de razones fisiológicas y sociales las niñas de 15 a 19 años tienen el doble de probabilidades de morir en el parto que las mujeres en su segunda década de vida. Las mujeres de menos de 15 años tienen cinco veces más probabilidades de morir en el parto que las de veinte años.

## dónde encontrar más información:

Fondo de Población de las Naciones Unidas (FNUAP)  
**www.unfpa.org** o tu oficina local del FNUAP

Internacional Planned Parenthood Federation (federación internacional de planificación familiar) **www.ippf.org** o alguna organización local de planificación familiar

Fondo de Desarrollo de las Naciones Unidas para la Mujer (UNIFEM)  
**www.unifem.org** o tu oficina local de UNIFEM

Family Health International (salud familiar internacional) **www.fhi.org**  
o algún centro local de salud

Tu profesor/a de biología

El Ministerio de Asuntos de la Mujer en tu localidad

# capacitar

Esta sección presenta un taller diseñado para educar a las mujeres jóvenes sobre su salud sexual y reproductiva, sus derechos y cómo protegerlos.

Se puede adaptar el taller a las necesidades del grupo seleccionando cualquier combinación de las actividades incluidas.

## TALLER

### TAMAÑO DEL GRUPO: 10 – 20

#### Objetivos:

Lograr que las participantes obtengan una clara comprensión de la fisiología del aparato reproductor femenino y el masculino

Eliminar mitos sobre el sistema reproductor femenino y la sexualidad de la mujer.

Abrir a las participantes al diálogo sobre temas delicados como el aborto y 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.

#### Necesitarás:

- Una facilitadora
- Suficiente papel, bolígrafos o lápices por participante
- Una bolsa o una canasta pequeña
- Una bolsa de residuos o una papelería/basurero
- Three pieces of paper for making signs
- La lista de frases. \*Actividad 4
- Cinta adhesiva
- Papel cartulina en cuatro o cinco colores diferentes
- Tijeras
- Lista de preguntas y respuestas \*Actividad 3
- Pizarra de papel
- Marcadores
- Preservativos de hombre y de mujer
- La representación esquemática de un pene con fines didácticos
- Muestras de píldoras anticonceptivas

#### Material optativo:

- Bebidas y algo de comer para los descansos por la mañana y por la tarde
- Almuerzo para todas las participantes

#### Preparativos:

Copiar las preguntas y las respuestas pertenecientes a esta actividad en trozos de papel cartulina. Una pregunta o una respuesta por trozo de papel cartulina.

Clasificar las preguntas y respuestas en cinco categorías adjudicándole un color distinto a cada categoría. \*Actividad 3

Escribir la lista de derechos humanos relacionados con la salud sexual y reproductiva en la pizarra de papel y ubicarla de manera que todas la vean.

\*Actividad 3

Copiar el diagrama de los órganos femeninos de la reproducción y colocarlo en un lugar visible para las participantes. \*Actividad 3

Escribir “en acuerdo”, “en desacuerdo” y “no sé” en tres trozos de papel. Pegar cada uno de estos letreros en una esquina o zona distinta al área de trabajo del taller. Asegurarse de que los letreros sean colocados uno cerca del otro para que las participantes puedan debatir en grupo con facilidad al lado de los letreros antes de decidirse por alguno de ellos. \*Actividad 4

Disponer los asientos en círculo. \*Actividad 5

#### NOTA PARA LAS FACILITADORAS:

\*Los temas relacionados con los derechos y la salud sexual y reproductiva pueden prestarse a la polémica. Desde un principio insista frente al grupo en el respeto a la opinión de los demás.

\*Para conseguir preservativos de hombre y de mujer, la píldora y otros tipos de anticonceptivos póngase en contacto con un centro de salud o alguna organización de planificación familiar de su localidad.

## ACTIVIDAD 1 PRESENTACIÓN, CÓMO ROMPER EL HIELO Y ESTABLECER EL TONO

Encontrará los ejercicios correspondientes en el capítulo “Romper el hielo, presentaciones grupales y establecer el tono”

## ACTIVIDAD 2 LIDERAZGO

Seleccione una actividad sobre liderazgo del capítulo sobre “El Liderazgo de las Mujeres Jóvenes”

## ACTIVIDAD 3 ¿ REALIDAD O FICCIÓN?

**DURACIÓN: 1 HORA**

### **Objetivos:**

Asegurarse de que todas las participantes cuentan con información precisa sobre la sexualidad y la reproducción en la mujer, además de los derechos humanos afines.

Eliminar mitos sobre la sexualidad y la reproducción en los que pudieran creer las participantes.

### **Necesitarás:**

- Una facilitadora
- Papel cartulina de cuatro o cinco colores diferentes
- Tijeras
- La lista de enunciados( material provisto)
- Lista de derechos humanos relacionados con la salud sexual y reproductiva (material provisto)
- Diagram of female reproductive organs (provided)
- Cinta adhesiva
- Pizarra de papel
- Rotuladores/marcadores
- Preservativos para mujer y para hombre
- Representación de un pene con fines didácticos
- Muestras de pastillas anticonceptivas y otro tipo de material anticonceptivo si fuera posible.

### **Preparativos:**

Escribir los enunciados y las respuestas, reales o mitos, en papel cartulina. Escribir el enunciado y la respuesta en cartulinas diferentes. Confeccionar 4 ó 5 juegos de preguntas y respuestas, cada juego en diferente color.

Copiar la lista de derechos humanos relacionados con la salud sexual y reproductiva en la pizarra de papel que deberá estar situada donde todas las participantes la puedan leer.

Copiar el diagrama de los órganos reproductivos de la mujer y colocarlo donde todas las participantes lo puedan ver.

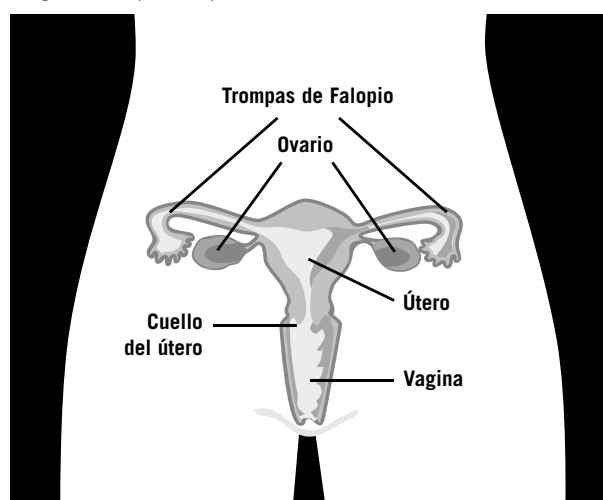
### **En qué consiste la actividad:**

Dividir al grupo en cuatro o cinco equipos y entregar a cada equipo un juego de enunciados y de respuestas. Cada equipo deberá decidir si los enunciados son reales o ficticios y unirlos con la respuesta adecuada. El objetivo es completar la tarea con la mayor precisión y celeridad posibles.

### Instrucciones para las facilitadoras:

1. Dividir al grupo en cuatro o cinco equipos según el número de participantes.
2. Entregar a cada equipo un juego de tarjetas de cartulina con enunciados y respuestas. Explicar a las participantes que a cada equipo le tocará unir el enunciado con la respuesta “realidad” o “ficción” según sus conocimientos. El equipo que haya terminado la tarea con más aciertos será el ganador.
3. Concluido el juego invitar a todas a sentarse en círculo para iniciar un coloquio sobre qué información es nueva para ellas. ¿Querrían preguntar sobre algo más? ¿Ha cambiado la nueva información recibida tu visión sobre la sexualidad y la reproducción?
4. Explicar de qué manera se usa correctamente el preservativo femenino y el masculino. Explicar el uso de otras formas de prevenir embarazos.
5. Preguntar si todas entienden el ciclo menstrual. Si la respuesta fuera afirmativa, pida a una voluntaria que describa el ciclo menstrual y corrija la información si fuera necesario. Y, si la respuesta fuera negativa, explicar el ciclo con ayuda de la ilustración del aparato femenino.
6. Usando la lista adjuntada de los derechos humanos iniciar un coloquio sobre cómo se relacionan con la salud sexual y reproductiva.
7. Hablar de los riesgos asociados con estar sexualmente activa y sobre las formas de reducir estos riesgos y proteger la salud sexual y reproductiva.
8. Hablar sobre los métodos anticonceptivos, lo que incluye preservativos para hombre y para mujer, diafragmas, la píldora, inyecciones, parches y dispositivos intra uterinos (DIUs). Asegúrese de que todas las participantes entiendan que no todos los métodos anticonceptivos protegen de las infecciones de transmisión sexual.
9. Explicar la importancia de hacerse la prueba de Papanicolau (una citología) una vez al año. Prueba que consiste en raspar suavemente con un instrumento especial dentro de la vagina para obtener una muestra de las células del cuello del útero. Es el estudio de estas células el que indica la posibilidad de padecer cáncer cuando presentan anomalías. La prueba de Papanicolau también puede detectar la presencia del virus del papiloma humano (VPH) que se contagia por vía sexual y que puede aumentar el riesgo de padecer carcinoma de cuello de útero.
10. Insistir en la importancia de que las mujeres practiquen un auto examen de mamas mensualmente para advertir cualquier cambio en su textura que pudiera poner sobre aviso sobre algún proceso cancerígeno o de otra naturaleza. Recomendar que las participantes acudan al centro de salud correspondiente en su localidad para aprender a autoexaminarse los pechos correctamente.
11. Recordar a las participantes que si mantienen relaciones sexuales deberían hacerse revisiones anuales para detectar infecciones de transmisión sexual, lo que incluye VIH, algunas de las cuales no producen síntomas visibles pero puede derivar en complicaciones serias tales como la infertilidad si no son tratadas.

Diagrama del aparato reproductor femenino



# Realidad o Ficción

**Una mujer no puede quedar embarazada en su primera relación sexual.**

FICCIÓN

**Una mujer puede quedar embarazada aunque tenga la regla**

REALIDAD

**Una mujer con una infección de transmisión sexual se sentirá enferma o tendrá verrugas en la vagina.**

FICCIÓN. Lo que sí es verdad es que algunas infecciones de transmisión sexual no dan síntomas visibles, pero si no se tratan médicamente pueden llevar a infertilidad

**Las píldoras anticonceptivas protegen a las mujeres de infecciones de transmisión sexual como el VIH y la sífilis.**

FICCIÓN. La verdad es que las píldoras anticonceptivas sólo evitan los embarazos.

**El ciclo menstrual de una mujer sana es de 28 días.**

FICCIÓN. El ciclo de cada mujer tiene su propia duración en días.

**Los espermatozoides se mantienen vivos y viables hasta siete días dentro de la mujer.**

REALIDAD

**Algunas infecciones de transmisión sexual pueden dejar estéril a la mujer.**

REALIDAD

**Es normal que las mujeres jóvenes tengan menstruaciones muy dolorosas**

FICCIÓN. Es normal tener algunas molestias durante la menstruación. Si se tuviera mucho dolor hay que comunicarlo al médico.

**Dar saltos inmediatamente después de tener relaciones sexuales ayudará a que el semen se salga de la vagina para así evitar un embarazo.**

FICCIÓN. Puesto que los espermatozoides son microscópicos y nadan hacia los ovarios.

**Todas las mujeres sexualmente activas o de más de 21 años deben pasar anualmente por una exploración de la pelvis y una prueba de Papanicolau (estudio citológico).**

REALIDAD



## **DERECHOS HUMANOS CONECTADOS CON LA SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA.**

- ▼ El derecho a acceder al mayor grado de salud.
- ▼ Derecho a la vida y a la supervivencia
- ▼ Derecho a la libertad y a la seguridad de la persona
- ▼ Derecho a estar libre de la tortura y del trato cruel, inhumano o degradante.
- ▼ Derecho a decidir libre y responsablemente el número de hijos y el tiempo que medie entre embarazos y contar con la información apropiada para poder decidir.
- ▼ Derecho de la mujer a ser ella la que controle y decida libre y responsablemente en aquello que se refiera a su sexualidad, lo que incluye a su salud sexual y reproductiva, libre de coerción, discriminación y violencia.
- ▼ El mismo derecho para hombres y mujeres de casarse únicamente después de haber dado su pleno y libre consentimiento.
- ▼ Derecho a disfrutar de los beneficios del progreso científico y sus aplicaciones y a dar su consentimiento a la experimentación.
- ▼ Derecho a la intimidad.
- ▼ Derecho a la participación
- ▼ Derecho a estar libres de discriminación por cuestión de sexo, estado civil, edad, raza, etnicidad, estado de salud/discapacidad.
- ▼ Derecho al acceso a la información
- ▼ Derecho a la educación
- ▼ Derecho a estar libres de violencia de género.

## **EL CICLO MENSTRUAL**

Durante la pubertad, los ovarios producen estrógeno y progesterona. Son hormonas que hacen madurar los óvulos en los ovarios. Aproximadamente una vez al mes, un óvulo se desprende de los ovarios y se desplaza por las trompas de Falopio hasta llegar al útero. Al mismo tiempo, el útero comienza a revestirse de una capa más gruesa de tejido en preparación para un posible embarazo. Si un espermatozoide fertilizara al óvulo en su viaje al útero, el óvulo fertilizado se anclaría al revestimiento del útero para iniciar el embarazo. Si el óvulo no fuera fertilizado antes de llegar al útero, esa capa adicional de tejido y aporte sanguíneo que ha engrosado las paredes del útero es eliminada por la vagina. Este ciclo continúa hasta que los ovarios dejen de liberar óvulos, es decir, cuando llegue la menopausia.

El ciclo de cada mujer es diferente. Pueden empezar a menstruar a los nueve años o ya avanzada la adolescencia. La duración del ciclo también puede variar y el cuerpo puede tardar en ajustar y estabilizar la duración de su menstruación.

# ACTIVIDAD 4 ¿CUÁL ES TU OPINIÓN?

**DURACIÓN: 1 HORA**

## 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.

## Necesitarás::

- Una facilitadora
- Tres trozos de papel
- Tijeras
- Lista de enunciados (en el material)
- Cinta adhesiva

## Preparativos:

Escribir “de acuerdo”, “en desacuerdo” y “no sé” en tres trozos de papel. Pegar cada uno de estos letreros en una esquina o área diferente de la zona del taller. Asegurarse de que los letreros estén lo suficientemente juntos, uno al lado del otro, para permitir que las participantes puedan decidirse por uno o por otro estando frente a ellos.

## 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 oír 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.

## Lista de enunciados

- ▼ 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.

# ACTIVIDAD **5** SOLUCIÓN INMEDIATA

**DURACIÓN: 2 HORAS**

## **Objetivos:**

Permitir a las participantes, en el anonimato, tratar temas que suelen ser problemáticos en el terreno sexual, la salud reproductiva y los derechos humanos, con el objetivo de pensar en cómo superar estas situaciones.

## **Necesitarás:**

- Una facilitadora
- Papel y lápiz/bolígrafo por participante
- Pequeña cesta o bolsa
- Cubo de residuos o papelera

## **Preparativos:**

Disponer los asientos en círculo

## **En qué consiste la actividad:**

Las participantes dispondrán de tiempo para escribir en plan anónimo en el papel facilitado algún problema o situación difícil que estén atravesando ellas mismas o alguna conocida. Acto seguido, las participantes arrugarán el papel en el que hayan escrito, lo harán bolita y lo echarán en una cesta o bolsa dispuesta al efecto. Después, será la facilitadora la que al azar elija alguno de los papeles de la cesta y lo lea al grupo. Le tocará al grupo hablar de posibles soluciones y voluntarias saldrán a representar teatralmente la solución elegida.

## **Instrucciones para las facilitadoras:**

1. Entregar papelitos y lápiz/bolígrafo a cada participante.
2. Pedir a cada participante que escriba algún problema relacionado con los derechos humanos y la salud sexual y reproductiva suyo o de alguien conocido.
3. Hacer saber a las participantes que toda la actividad se desarrollará en completo anonimato. Nadie tiene que saber quién ha escrito qué.
4. Pedir a las participantes que cuando hayan terminado de escribir la situación difícil arruguen el papel haciéndolo bolita y que lo coloquen en la cesta o bolsa.
5. Con todas las participantes sentadas en círculo la facilitadora elegirá al azar uno de los papeles arrugados para iniciar el coloquio sobre el problema planteado intentando encontrarle una solución.
6. Pedir voluntarias para que escenifiquen la solución elegida.
7. La facilitadora guiará al grupo en la expresión de opiniones sobre la efectividad de la solución. Una vez que el grupo se haya puesto de acuerdo sobre la solución al problema, la facilitadora pasará el papel a una participante para que le arranque un trozo y después a otra participante para que lo vuelva a romper y así a más participantes para que acabe el papel roto en varios trocitos y en el bote de la basura. Esto significará que el problema ha sido solucionado y que ya no forma parte de la vida de las jóvenes.

# actuar

**Existen muchas maneras de apoyar a las mujeres jóvenes en la consecución de sus derechos con respecto a la salud sexual y reproductiva. Leer las ideas siguientes, añadir las tuyas propias y pasar a la acción. Toda acción ya sea grande o pequeña cuenta. ¡ Tienen el poder de cambiar el mundo para bien!**

## HERRAMIENTA PARA LA ACCIÓN: sesión práctica

Aprendan todo lo que puedan sobre la salud sexual y reproductiva, sus derechos y cómo protegerlos.

Enseñen a sus hermanas y amigas sobre cómo adoptar medidas de protección contra embarazos no deseados e infecciones de transmisión sexual.

Pidan a la dirección de sus centros de estudios que organicen un taller de trabajo sobre la salud sexual y reproductiva con el alumnado.

### ¿PARA QUÉ REALIZAR ESTAS SESIONES PRÁCTICAS?

Se trata de organizar sesiones interactiva para proporcionar información y analizar algún tema o acontecimiento de ese momento. Ayuda a los miembros de una comunidad dada a encontrar el momento de dar respuesta a sus interrogantes y a hablar entre ellos sobre lo que les preocupa. Para que una sesión práctica sea efectiva debe también dar a las personas la oportunidad de ser ellas mismas las que pasen a la acción para solucionarla.

### CONSEJOS PARA REALIZAR UNA BUENA SESIÓN PRÁCTICA:

- ▼ Realizar la sesión práctica en el momento adecuado y en un lugar de fácil acceso y que se preste para el trabajo con el grupo del que se trate.
- ▼ Selecciones con sumo cuidado al profesorado o al grupo de facilitadoras que con su dinamismo y preparación sean capaces de expresarse con la máxima claridad y mantengan al grupo centrado en los objetivos.
- ▼ Imprimir hojas informativas donde conste una síntesis de la información transmitida y las fuentes para ampliar esa información.
- ▼ Mantener una atmósfera informal y cordial para toda la comunidad incluso para las personas que desconozcan el tema.
- ▼ Asegurarse de que la comunidad sepa acerca de la celebración de esta sesión interactiva. Buscar la manera de hacerle publicidad en espacios de radio y televisión. Pegar invitaciones y carteles en colegios, tiendas de alimentación y otros lugares frecuentados por los miembros de esa comunidad. Recordar que pasarse unos a otros la noticia también ayuda mucho a promocionarla. Animar a los miembros de su grupo a pasar la noticia a otros conocidos suyos.
- ▼ Asegurarse de que haya suficiente tiempo al final de las presentaciones para el coloquio y búsqueda de soluciones y consenso para la acción.
- ▼ Terminar la sesión interactiva con ideas para lograr la implicación de las participantes. Ejemplos: puede ser una campaña de firmas o solicitar la entrada en su organización.
- ▼ Hacer saber a las participantes que se hará circular una hoja donde podrán escribir sus nombres y datos por si quisieran ser informados sobre próximas actividades y reuniones.
- ▼ Pedir a las asistentes que les comuniquen sus opiniones sobre cómo mejorar la estructura y contenidos de las sesiones interactivas

## PRÁCTICAS EXITOSAS

### Inglaterra y Gales: Estudio por mujeres jóvenes sobre conducta sexual

La YWCA de Inglaterra y Gales ha comenzado un proyecto de investigación de dos años con mujeres jóvenes sobre relaciones y salud sexual.

Este estudio no sólo se centra en las mujeres jóvenes sino que también son ellas las que dirigen el proyecto y la investigación. Las jóvenes de los centros de la YWCA en Cumbria, Bristol, Northants y Londres Occidental han identificado los temas principales de estudio y qué métodos de investigación efectivos aplicarán. En reuniones periódicas los diferentes equipos hablan sobre el sexo seguro y la salud sexual. Hablan sobre sus experiencias, puntos de vista y los factores que influyen en su conducta sexual y en la de los chicos y chicas de su misma edad.

Lucy, de 22 años, participa en el proyecto y nos cuenta: "Que yo recuerde, en la escuela no nos hablaban mucho sobre las relaciones y el sexo. Ahora tengo más confianza en mí misma para dar mi opinión. En mi familia no me sentía capacitada para hablar de estos temas. Ahora puedo hablar más abiertamente." Clare, de 19 años, nos dice: "El sexo era sólo sexo, el acto sexual; mientras que aquí también hablamos acerca de los sentimientos."

Los grupos de investigación formados por mujeres jóvenes trabajarán durante un año y publicarán sus hallazgos en un evento organizado por ellas en el verano de 2006. Cuentan con el apoyo de profesionales dedicados a la juventud y a la investigación de la Universidad de Bath.





# violencia contra las mujeres

EDUCAR | CAPACITAR | ACTUAR



## educar

**Aproximadamente una de cada cuatro mujeres durante su vida puede pasar por una experiencia sexual violenta infligida por su pareja íntima.**

La eliminación de toda forma de violencia contra las mujeres es prioritaria para la YWCA Mundial. Las asociaciones de la YWCA presentes en 60 países ofrecen una serie de programas a favor de las mujeres y sus hijos/hijas, programas que van desde la defensa de sus derechos hasta la provisión de casas refugio.

La violencia contra las mujeres es cualquier acto de violencia basado en el género que tiene como resultado, o que tiene probabilidades de tener como resultado, el daño físico, sexual o psicológico de las mujeres, lo que incluye amenaza de llevar a cabo alguna de estas acciones, coerción o privación arbitraria de la libertad, en el ámbito público o privado de sus vidas.

### La violencia no es únicamente física

Abarca, pero no se limita a la “violencia física, sexual y psicológica que se da dentro de la familia, lo que incluye golpes y el abuso sexual de niñas en el hogar, violencia relacionada con dotes matrimoniales, violación por militares, mutilación de los genitales femeninos y otras prácticas tradicionales perjudiciales para las mujeres; la violencia a manos de no cónyuges y violencia relacionada con la explotación; violencia física, sexual y psicológica que se da en general en la comunidad, lo que incluye, violación, abuso sexual, hostigamiento sexual y la intimidación en el lugar de trabajo, en instituciones educativas y en otros lugares; la trata de blancas y la prostitución forzosa; y la violencia física, sexual y psicológica perpetrada por el estado, dondequiera se dé.

## Una situación de emergencia en materia de salud pública y de derechos humanos

La violencia en contra de las mujeres es una violación de sus derechos humanos e incluye un amplio abanico de violaciones de los derechos humanos de las mujeres, como la trata de blancas, violación, violencia contra la esposa, abuso sexual de menores de edad y prácticas y tradiciones perjudiciales que destruyen sin remedio la salud sexual y reproductiva de las mujeres.

Además, las consecuencias sociales de la violencia en contra de las mujeres son escalofrantes. La violencia en contra de las mujeres es una situación de emergencia para la salud pública y causa principal de muerte y discapacidad de las mujeres de 16 a 44 años de edad . Se ha estimado que la violencia en contra de las mujeres es una causa de muerte e incapacidad entre las mujeres en edad reproductiva tan grave como lo es el cáncer y una causa aún más importante de problemas de salud que los accidentes de tráfico y el paludismo combinados.

### Están afectados todos los países y todos los grupos socioeconómicos

La violencia en contra de las mujeres está presente en todos los países del mundo. En Camboya, el 16% de las mujeres reciben maltrato físico de sus maridos; en el Reino Unido el 30% de las mujeres son maltratadas por sus parejas o anteriores parejas. Esta cifra es de 52% en Cisjordania, de 21% en Nicaragua, 29% en Canadá y 22 % en Estados Unidos .

Con base en varios estudios realizados en diferentes partes del mundo, se recoge que la mitad de las muertes de mujeres registradas como homicidios son muertes a manos de sus cónyuges o parejas sentimentales actuales o anteriores. Las mujeres mueren por disparos de armas de fuego, palizas y quemaduras entre otras numerosas formas de abusos . En un estudio realizado en Sao Paulo, Brasil, encontramos que 13% de las muertes de mujeres en edad reproductiva se debieron a homicidios, de las cuales 60 % lo fueron a manos de sus parejas.

Aunque una mayoría de países cuenta hoy día con legislación referente a la violencia doméstica sigue habiendo un alto nivel de violencia. Resalta claramente la necesidad de enfocar los esfuerzos principalmente en la aplicación y la puesta en vigor de lo legislado y de poner fin a las leyes que anteponen la reunificación familiar a los derechos de las mujeres y de las niñas.

### La violencia en contra de las mujeres

- ▼ Guarda relación con un entramado de conductas abusivas y amenazantes, donde se incluye el maltrato físico, sexual y psicológico, el aislamiento, el uso de la fuerza, coerción e intimidación.
- ▼ Es la presión del poder y del control del varón sobre las mujeres.
- ▼ Su causa no es genética o patológica sino un conducta aprendida por la observación y reforzada por la familia y la sociedad.
- ▼ La aceptación social refuerza el hecho de que los varones ejerzan el control sobre las mujeres en sus relaciones con ellas y el derecho a usar la fuerza para asegurarse el control.

Grupos específicos de mujeres son más vulnerables a la violencia, como por ejemplo las mujeres indígenas, las inmigrantes, las refugiadas, las mujeres en medio de conflictos armados, las mujeres con discapacidades, las mujeres en situación de detención y las encerradas en instituciones, las niñas, las mujeres jóvenes y las ancianas.

**dónde encontrar  
más información:**

En tu YWCA nacional y en la YWCA Mundial [www.worldywca.org](http://www.worldywca.org)

En las oficinas del Fondo de Población de las Naciones Unidas (FNUAP) del país respectivo [www.unfpa.org](http://www.unfpa.org)

En las oficinas de UNIFEM del país respectivo [www.unifem.org](http://www.unifem.org)

Declaración sobre la eliminación de la violencia contra la mujer  
[www.unhchr.ch](http://www.unhchr.ch)

# capacitar

**Esta sección incluye un taller de trabajo para educar a las mujeres jóvenes en el tema de la violencia dirigida en contra de las mujeres.**

**Se puede adaptar el taller a las necesidades del grupo seleccionando cualquier combinación de las actividades incluidas.**

## Apuntes para las facilitadoras

1. Abrir al debate en público sobre el problema de la violencia requiere del máximo tacto y sensibilidad debido a que para algunas de las participantes este ejercicio puede ser especialmente duro y sobrecogedor. Estar preparadas para cualquier sorpresa y prestas a ayudar a quién necesite apoyo. No es posible conocer de antemano las situaciones que hayan vivido o estén viviendo las mujeres que participen en nuestro grupo. Algunas podrían haber sido testigos o haber experimentado ellas mismas una situación de violencia. Algunas podrían querer contar sus historias al grupo o en privado a la facilitadora, pero otras podrían negarse a hacerlo. Es posible que algunas se den cuenta al realizar este taller que vivieron una experiencia abusiva. Informarse debidamente de antemano sobre servicios disponibles de asesoría confidencial para mujeres en situación de violencia de género y saber si su YWCA cuenta con este tipo de servicios. O, infórmese sobre alguna otra organización local de mujeres con la que pueda asociarse para prestar apoyo a las participantes en caso necesario.
2. Debe cerciorarse de que todas conocen y comprenden los principios de respeto en los que se basa el trabajo abierto en grupo: Todas debemos ser tratadas con respeto, lo que se hable en el grupo es confidencial y nadie será presionada para que cuente nada que le haga sentirse incómoda.

## TALLER

### TAMAÑO DEL GRUPO: 10 – 20

#### 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.

#### Necesitarás:

- Bolígrafos y papel para escribir
- Pizarra de papel
- Suficiente papel para dibujar para todas las participantes. (\*Siempre es útil tener papel extra.)
- Varios rotuladores de colores diversos
- Asientos confortables y agua de beber para todas las participantes
- Espacios disponibles para colgar el trabajo realizado, como paredes o alguna otra superficie plana
- Cinta adhesiva, chinchetas, masilla o cualquier otra manera de pegar los trabajos y las manualidades a la pared

#### Material optativo:

- Bebidas y tentempiés para los descansos de la mañana y de la tarde
- Almuerzo para todas las participantes
- Material para trabajo artístico: rotuladores, tijeras pegamento, cuentas de colores, hojas de árboles, semillas, purpurita, papel de regalo en desuso, retazos de telas, revistas, etc

## ACTIVIDAD 1 PRESENTACIÓN, CÓMO ROMPER EL HIELO Y ESTABLECER EL TONO

Encontrará los ejercicios correspondientes en el capítulo “Romper el hielo, presentaciones grupales y establecer el tono”

## ACTIVIDAD 2 LIDERAZGO

Seleccione una actividad sobre liderazgo del capítulo sobre “El Liderazgo de las Mujeres Jóvenes”

## ACTIVIDAD 3 HISTORIA DE LA VIOLENCIA

**DURACIÓN: 1 HORA**

### Objetivos:

Escenificar diferentes formas de violencia en contra de las mujeres y estimular el debate en torno al problema de que se trate.

### Necesitarás:

- Diferentes relatos de situaciones de violencia (material facilitado)
- Pizarra de papel
- Rotuladores
- Fichas informativas (material facilitado)

### 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 al tipo de violencia predominante en la comunidad en que se muevan o los tipos de violencia que 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.

Disponer los asientos en círculo y colocar la pizarra de papel en un lugar visible para todas.

### En qué consiste la actividad:

Algunas participantes leerán o actuarán, para el grupo, las historias seleccionadas sobre casos diferentes de violencia. El grupo realizará un coloquio 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 jóvenes.
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 la pizarra de papel las frases clave que vaya mencionando el grupo.
6. Hablar de diferentes formas de violencia y de cómo la violencia contra las mujeres puede ser:  
FÍSICA EMOCIONAL SEXUAL PSICOLÓGICA
7. Anotar las diferencias que surjan con respecto a lo que las mujeres jóvenes consideren acto de violencia.
8. Presentar la información y las estadísticas que haya podido reunir sobre el país respectivo, en caso de ser posible.

## HISTORIAS DE VIOLENCIA

Estas historias han sido adaptadas de situaciones de la vida real.

### HISTORIA 1 (Mujer joven envuelta en relaciones abusivas de noviazgo/ aislada de amigos y de actividades fuera de casa)

“Soy estudiante universitaria y he estado saliendo con mi novio en los últimos ocho meses. Antes, solía participar en muchas actividades con mi club de la YWCA, con chicas de mi edad. Jugaba al baloncesto y me encantaba ir al cine y de compras con mis amigas. Pero a mi novio no le gusta que yo haga esas cosas. Dice que sólo me quiere para él. Es muy bonito que me quiera tanto. Pero, algunas veces me gustaría también estar con mis amigas y jugar algún partido, pero eso le enfurece y yo no quiero que mi novio me deje”.

### HISTORIA 2 Mujer joven casada y objeto de maltrato físico por su marido

“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 3 Mujer joven víctima de agresión sexual

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 4 Joven mujer casada cuyo marido no quiere que estudie ni trabaje fuera de casa, no le deja administrar el dinero del hogar y la desprecia e insulta

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 5 Mujer obligada por el marido a tener relaciones sexuales**

Los últimos cinco años de mi matrimonio habían sido de cuento de hadas, de alegría y felicidad. Hace dos meses descubrí que mi marido estaba liado con otra. Acordamos que usaría condones. Anoche me dijo que ahora es un marido fiel y que no necesita usar condones. Me negué a tener relaciones sexuales con él, pero él exigió que le diera lo que él llama sus “derechos maritales”. Ahora no sé qué hacer. Es mi marido. Quizás no debería negarme a acostarme con él.

**HISTORIA 6 Mujer joven víctima de abuso sexual por su padre**

Cuando mi madre trabaja en el turno de noche, mi papá entra en mi habitación y me hace tocarle el pene. Odio hacerlo, pero me dice que atraeré la vergüenza a la familia si le cuento algo a alguien. Además, ¿quién me creería? Todos quieren a mi papá. Estoy muy avergonzada.

**HISTORIA 7 Mujer falsamente acusada de adulterio y con miedo de que la maten**

Me quedé más tiempo del que debía en la casa de mi abuela porque ella no se sentía bien. Cuando salí de su casa, el autobús que me acerca a casa ya se había ido. Había un hombre en la parada del autobús cuando llegué ahí y me alegré de conocerle porque ya era muy tarde. Empezó a llover, él abrió su paraguas para que no me mojara. Alguien debe habernos visto porque cuando volví a casa mi marido me acusó de haber estado con otro hombre. Intenté explicarle pero él estaba furioso y me dijo que me lo haría pagar. Todos sabemos de esposas que han sido asesinadas por haber sido vistas con otro hombre. Estoy muy asustada.

**HISTORIA 8 Mujer joven acosada sexualmente por su supervisor**

Después de cada reunión del departamento, mi supervisor me pide que me quede en la sala después de que todos se han marchado. Aunque me habla del trabajo, se acerca demasiado a mí, puedo sentir su aliento y algunas veces me aprisiona contra la pared. También me dice “sexy” o “cachonda” cuando nadie le puede escuchar. Me hace sentir muy mal, pero qué puedo hacer. Es mi jefe. Quizás estoy exagerando. Después de todo, nunca me ha tocado.



## HOJA INFORMATIVA PARA ACTIVIDADES 3 Y 4:

### ¿Cuántos tipos de abusos diferentes hay?

Cualquiera de los siguientes actos violan el derecho de la mujer a la dignidad y a la protección y constituyen formas de abuso y violencia.

**Físicos:** bofetones, empujones, golpes, puntapiés, mordidas, etc.

**Sexuales:** ser obligadas a relaciones sexuales (incluso dentro del matrimonio).

**Emocionales:** apodos, menosprecio, insultos, etc.

**Psicológicos:** Amenazas: “Si haces tal cosa... te mato.”

**Intimidación:** gestos, miradas, romper muebles

**Aislamiento:** retenida, encerrada, sin poder salir o hablar con otros.

**Económicos:** no poder aceptar un empleo, no poder administrar su dinero.

## el ciclo de violencia contra la mujer

Fases:	Tipo de Violencia:
<b>Antes de nacer</b>	Elegir sexo del bebé por medio del aborto Efectos de las palizas durante el embarazo por causa del sexo del bebé.
<b>Después de nacer</b>	Infanticidio femenino; abuso físico, sexual y psicológico
<b>Infancia</b>	Prometidas en matrimonio; mutilación de genitales femeninos, abuso físico, sexual y psicológico; incesto; prostitución infantil y pornografía.
<b>Adolescencia y Vida adulta</b>	Violencia durante las citas y el noviazgo, ejemplo: arrojarle ácido y violarla. Obligarla a prostituirse por causas económicas, ejemplo: Niñas en edad escolar que se acuestan con hombres viejos adinerados amantes o protectores suyos a cambio de dinero para estudios y gastos escolares. Incesto; abuso sexual en el trabajo, violación, acoso sexual, prostitución y pornografía forzosas. Trata de mujeres y niñas, violencia en la pareja, violación en el matrimonio, abusos y asesinatos por causa de la dote matrimonial, homicidio por la pareja, abuso psicológico, abuso de mujeres con discapacidad y embarazo obligado.
<b>Ancianas</b>	“Suicidio” inducido u homicidio de viudas por razones económicas; abusos sexuales, físicos y psicológicos.

Fuente: Violence Against Women Information Pack, World Health Organization, 1997.

# ACTIVIDAD 4 TRABAJO GRUPAL ESTUDIA LA VIOLENCIA Y GENERA IDEAS SOBRE CÓMO DETENERLA

**DURACIÓN: 1 HORA**

## **Objetivos:**

Dar a las participantes un espacio para analizar la violencia y pensar en medidas preventivas.

## **Necesitarás:**

- Una facilitadora
- Pizarra de papel
- Rotuladores

## **Preparativos:**

Disponer los asiento en círculo y colocar la pizarra de papel en lugar visible para todas.

## **En qué consiste la actividad:**

Formar grupos pequeños de participantes para debatir sobre la violencia, sus consecuencias y medidas para prevenirla.

## **Instrucciones para la facilitadora:**

1. Pedir a las participantes que se distribuyan en pequeños grupos.
2. Dar a las participantes cinco minutos para leer la hoja informativa de la anterior actividad y pedir a cada grupo que elija a su facilitadora y a su relatora.
 

\*Nota: Las participantes deberán ser conscientes de que los temas que se van a tratar pueden llegar a ser muy íntimos y de que nadie debe sentirse presionada para revelar lo que no quiera.
3. Preguntar para la discusión en grupo:
  - > ¿Cuál es la prevalencia de la violencia contra las mujeres en tu comunidad y en tu país en general?
  - > ¿Por qué se produce la violencia contra las mujeres?
  - > ¿Cómo se puede frenar?
4. Dar 45 minutos a las participantes para esta discusión en grupos. Proporcionar a cada grupo su pizarra de papel y marcadores de colores para que apunten las observaciones sobresalientes de su grupo.
5. Al final, pedir a todas que vuelvan a la reunión en plenaria para poner en común lo analizado.
6. En la plenaria, pedir a la relatora de cada grupo que presente sus comentarios. La facilitadora guiará la discusión poniendo en relación los análisis de cada grupo y animando a todo el grupo a hacer más aportaciones .
7. Terminar esta actividad señalando que existen muchos mitos asociados con la violencia, como los siguientes mitos:
  - > Mito: la violencia sólo ocurre en las familias de rentas bajas y sin estudios o solamente en las grandes ciudades o solamente en pueblos.
  - > Mito: El alcohol y la drogodependencia son la principal causa de la violencia contra las mujeres.
  - > Mito: Que las mujeres “se lo buscaron” o que “se lo merecían”, por ejemplo, debido a su forma de vestir o por haber estado fuera de casa hasta altas horas de la noche o porque no deben negarse a tener relaciones sexuales o a que los besos vayan a más, etc.
8. Si hubiera tiempo, abra el coloquio sobre el punto 7.

# ACTIVIDAD **5** COMPROMISO PARA LA ACCIÓN

**DURACIÓN: 2 HORAS**

## **Objetivos:**

Asegurar que todas las participantes entiendan las dimensiones de la violencia contra las mujeres y generen ideas para pasar a la acción.

## **Necesitarás:**

- Una facilitadora
- Pizarra de papel
- Marcadores

## **Preparativos:**

Disponer los asientos en círculo y colocar una pizarra de papel en un lugar visible para todas.

## **En qué consiste la actividad:**

En grupos pequeños, las participantes generarán estrategias para eliminar la violencia contra las mujeres y presentarán sus estrategias como en un programa de noticias de la televisión.

## **Instrucciones para la facilitadora:**

1. Comenzar por un ejercicio para cargarse de energía, ver capítulo “Liderazgo de las Mujeres Jóvenes”.
2. Dividir a las participantes en grupos para que generen estrategias o programas para eliminar la violencia contra las mujeres.
3. Pedir a las participantes que preparen sus estrategias en un formato de noticias para la televisión.
4. Las participantes tendrán una hora para crear su propio espacio de 5 a 10 minutos en el programa de noticias de la televisión. Narrarán cómo las mujeres jóvenes han generado acciones positivas a partir del análisis de las situaciones de violencia.
5. Animar a los grupos para que incluyan en sus trabajos lo que deberían o podían haber hecho desde:
  - >. la YWCA
  - > la comunidad local
  - > las autoridades públicas/gobierno/organismos de Naciones Unidas
  - > el trabajo con la participación de hombres y niños
  - > círculos de amigos y asociaciones de vecinos
6. Al final de la hora, pedir a los grupos que hagan sus presentaciones al tiempo que se recogen las ideas en la pizarra de papel.
7. Después de las presentaciones, pedir a las participantes que opinen sobre esta actividad y los tipos de soluciones propuestas en los diferentes teleinformativos.
8. Pasar revista a las diferentes estrategias con el fin de resumirlas en un cuadro sinóptico.

# ACTIVIDAD 6 ELEGIR EL CAMINO A SEGUIR

**DURACIÓN: 1 HORA**

**Objetivos:**

Ayudar a las participantes a clasificar acciones concretas contra la violencia de género de acuerdo a un orden de prioridades.

**Necesitarás:**

Una facilitadora

**Preparativos:**

Ninguno

**En qué consiste la actividad:**

En grupos pequeños, las participantes darán un orden de prioridades a tres actuaciones contra la violencia de género.

**Instrucciones para la facilitadora:**

1. Decir al grupo que de las diferentes estrategias presentadas en la actividad 5, las participantes elegirán tres para trabajarlas en grupos pequeños.
2. Cada grupo pequeño elegirá en qué orden de prioridades se llevarán a cabo las tres estrategias elegidas para eliminar la violencia contra las mujeres.
3. Después de media hora, volver a la plenaria y pedir a cada grupo que diga qué tres estrategias eligió. Anime a las participantes a hacer sus aportaciones y comentarios sobre las ideas presentadas. ¿Son parecidas las ideas entre los grupos de trabajo? Guíe al grupo hacia el consenso. Si fuera necesario, pida que voten a favor de las que consideran las tres estrategias primordiales.
4. Si se prestara la situación, facilitar el proceso pidiendo voluntarias para guiar el trabajo de los diferentes grupos antes de pasar a la puesta en común en plenaria con el fin de trazar un plan/proyecto de actuación.



# ACTIVIDAD 7 CONCLUSIONES

**DURACIÓN: 1 HORAS**

## **Objetivos:**

Permitir a las participantes hacer sus aportaciones al taller de trabajo.

## **Necesitarás:**

- One facilitator
- Flip chart paper
- Markers
- Two colours of post-it notes or small pieces of paper and tape

## **Preparativos:**

Disponer los asientos en círculo

Colocar en la pared dos hojas de la pizarra de papel con los títulos: “Funciona” y “Se puede mejorar”

## **En qué consiste la actividad:**

Cuatro participantes leerán al grupo cuatro historias sobre diferentes formas de violencia. A partir de esas narraciones el grupo abrirá un debate sobre la violencia contra las mujeres.

## **Instrucciones para la facilitadora:**

1. Pasar revista a las actividades del día y haga énfasis en el gran y difícil trabajo que han hecho todas y cada una de las participantes para “desentrañar” los elementos que componen la complejidad de la violencia contra las mujeres.
2. Pedir opiniones y comentarios de las participantes acerca de lo que funcionó y lo que podría ser mejorado de cara a futuras actividades.
3. Entregar los papeles, en dos colores, del tipo “post-it” o de otro.
4. Tener preparadas dos hojas de pizarra de papel, una con el título “Funciona” y otra con el título “se puede mejorar”. Y, pida a las participantes que peguen sus papelitos con sus comentarios en la lista correspondiente.
5. Comentar las opiniones.
6. Clausurar formalmente la actividad.

# actuar

**Existen muchas maneras de definirse en contra de la violencia de género. Lean las siguientes ideas, añadan las suyas propias y pasen a la acción para liberar a las mujeres de la violencia. Toda acción, grande o pequeña, marca la diferencia. ¡ Tienen el poder de cambiar el mundo para bien!**

## HERRAMIENTA PARA LA ACCIÓN: teatro en la calle

Comprométete tu misma a nunca disculpar cualquier tipo de violencia de género, ya sea contra ti misma o contra alguna mujer que conozcas.

Inicia una campaña para convencer a los vecinos de tu comunidad a negarse a hacer la vista ciega frente a los abusos y a comunicar cualquier tipo de violencia doméstica de la que hayan sido testigos.

Trabaja de la mano con hombres y niños en tu comunidad para iniciar la campaña “Los hombres de verdad no maltratan a las mujeres” con el fin de que no recurran a la violencia contra las mujeres. Organizar sesiones pedagógicas para hombres y niños sobre cómo manejar y controlar la ira y las situaciones de conflicto.

### ¿POR QUÉ RECURRIR AL TEATRO EN LA CALLE?

Los pasillos y corredores en la universidad, las calles de los centros comerciales o de parques y jardines con gran afluencia de público son lugares adecuados para educar al público sobre la violencia contra las mujeres, mediante el Teatro en la Calle. La escenificación de un caso concreto de violencia de género puede ayudar a la reflexión y la concienciación de que la violencia contra las mujeres no es “un asunto de familia” o “un tema privado”, sino un problema de toda la comunidad que necesita solución.

### CONSEJOS PARA EL TEATRO EN LA CALLE.

- ▼ Elegir previamente a la persona que se encargará de distribuir folletos sobre el problema reseñado por los actores, además de dar información sobre otras actuaciones del grupo.
- ▼ Preparar a varias personas para que dialoguen con los transeúntes.
- ▼ Para llegar a un público más amplio, el guión deberá ser corto para poder representarlo varias veces con descansos intermedios. Los descansos servirán para dialogar con los espectadores.
- ▼ Asegurarse de que el mensaje a transmitir sea claro y convincente. En caso de no ser así, los transeúntes no se quedarán y pasarán de largo.
- ▼ Asegurarse de contar con todos los permisos necesarios de las autoridades y de los dueños de los locales.
- ▼ Incorporar a los hombres jóvenes en sus esfuerzos de concienciación. Los hombres pueden ayudar a diseñar un guión para la obra de teatro, que tenga garra y que transmita bien el mensaje a los varones, con el fin de capacitarlos para que se definan en contra de la violencia.
- ▼ Asegurarse de que el Teatro en la Calle no se convierta en una ocasión para tomarla contra los hombres. Es vital contar con la cooperación de hombres y niños para eliminar la violencia contra las mujeres.
- ▼ Lograr que algunos hombres jóvenes acepten interactuar con el público para que otros hombres acepten involucrarse al darse cuenta de que ustedes cuentan con aliados, hombres, para eliminar la violencia contra las mujeres.
- ▼ Tener preparada de antemano alguna manera de invitar a los transeúntes a adoptar alguna acción específica como dar su firma para trabajar como voluntarios o dar su apoyo a las casas hogar para mujeres que huyen de la violencia. Tenga una hoja preparada para que escriban sus datos aquellas personas que quieran ser contactadas para otros eventos organizados por su grupo.

## PRÁCTICAS EXITOSAS

### Canadá. Recursos para las mujeres que huyen de los abusos

De acuerdo a estadísticas canadienses, la mujer pasará por una media de cinco intentos antes de decidirse a dejar para siempre una relación abusiva. Existe una larga lista de factores como son el miedo a más violencia, la dependencia económica y la angustia emocional como obstáculos para salirse de una relación abusiva. "Fresh Start" (Una nueva vida), es una publicación de la YWCA de Canadá, fundada para equipar a las mujeres con el necesario apoyo emocional y consejos prácticos que les permita liberarse.

Partiendo del análisis del ciclo de la violencia doméstica, esta publicación incluye información sobre la dinámica y las probables consecuencias de la violencia doméstica. Hace referencia a las contradicciones emocionales por las que pueden atravesar las mujeres. También proporciona información paso por paso para que las mujeres formen su plan personal de seguridad para ellas y sus hijos/hijas. Incluye información básica sobre el Código Penal, las leyes de protección de la infancia y legislación sobre acceso y custodia de los hijos, junto con explicaciones sencillas sobre normas de procedimiento, alternativas y procesos jurídicos.

Todos los años, la YWCA de Canadá proporciona hogares refugio a más de 6 000 mujeres y niños/niñas que huyen de la violencia. La YWCA de Canadá es una de las organizaciones más comprometidas con la prestación de servicios y casas seguras para supervivientes de violencia doméstica y esa experiencia acumulada la lleva a aconsejar la preparación emocional y un plan de seguridad personal como primeros pasos vitales para dejar atrás a la pareja abusiva.

Para ponerse en contacto con la YWCA de Canadá: el teléfono es 1-416-962-8881 y su página web es: [www.ywca.ca](http://www.ywca.ca)



## fuentes

Diniz, S.G., d'Oliveira, A.F. (1998)

Krug et al. (2002)

Fondo de Desarrollo de las Naciones Unidas para la Mujer [www.unifem.org](http://www.unifem.org)

YWCA Mundial [www.worldywca.org](http://www.worldywca.org)

YWCA de Canada [www.ywca.ca](http://www.ywca.ca)