Saber más...

Violencia contra las mujeres

MANCOMUNIDAD THAM DE SERVICIOS SOCIALES MUNICIPALES

Comunidad de Madrid

Punto Municipal del Observatorio Regional de la Violencia de Género
Comunidad de Madrid

Ilustración: Leyvel
leyvel.com

LA MÁQUINA DEL MACHISMO FABRICA MUJERES EN SERIE

25 NOVIEMBRE

Día internacional para la eliminación de la violencia contra las mujeres

Torrelodones

Charla-debate "Reapropiarnos de nuestro cuerpo" por Yolanda Bernárdez, psicóloga-psicoterapeuta.
Es necesaria inscripción previa.
El **21 de noviembre** a las 18:30h. en el Centro de Servicios Sociales.

"Cómo decir no cuando no quiero decir sí" por Carmen Molinero.
Es necesaria inscripción previa.
El **26 de noviembre** a las 18:00h. en el Centro de Servicios Sociales.

"Descubre la clown que hay en ti y libérate" por Tatiana Isaza (CIA Deyavú)
Es necesaria inscripción previa.
El **28 de noviembre** a las 18:00h. en el Centro de Servicios Sociales.

Espectáculo de narración y música: En femenino y Plural
Para mayores de 16 años.
El **23 de noviembre** a las 19:00h. en el Centro de Servicios Sociales.

Teatro. "Heridas. Las mujeres de García Lorca" (Concejalía de Cultura)
El **22 de noviembre** a las 20:00h en el teatro Bulevar: 6€.

25 N: Concentración a las 12:00 en la plaza de la Constitución.

Alpedrete

"Cómo decir no cuando no quiero decir sí" por Carmen Molinero
Es necesaria inscripción previa.
El **22 de noviembre** a las 18:00h. en el Centro de mayores-sala polivalente.

"Descubre la clown que hay en ti y libérate" por Tatiana Isaza (CIA Deyavú)
Es necesaria inscripción previa.
El **27 de noviembre** a las 18:00h. en el Centro de mayores-sala polivalente

Espectáculo de narración y música: En femenino y Plural
Para mayores de 16 años.
El **24 de noviembre** a las 19:00h. en el Centro de Cultura Asunción Balaguer.

25 N: Concentración a las 12:00 en la plaza de la Villa.

Hoyo de Manzanares

"Cómo decir no cuando no quiero decir sí" por Conchi Cazorla.
Es necesaria inscripción previa.
El **20 de noviembre** a las 18:00h. en Servicios Sociales.

"Descubre la clown que hay en ti y libérate" por Tatiana Isaza (CIA Deyavú)
Es necesaria inscripción previa.
El **22 de noviembre** a las 18:00h. en el Parque Alcántara.

Taller de autodefensa feminista
Es necesaria inscripción previa.
El **17 de noviembre** de 10:00 a 13:00h en el Parque Alcántara.

Teatro "La vida de Octavia" por Elena Octavia.
Para mayores de 16 años
El **23 de noviembre** a las 19:30 h. en el Teatro de las Cigüeñas

Teatro "Cuando tú me quieras" CIA El Terral Teatro.
El **26 de noviembre** a las 13:00h. para el alumnado del IES Francisco Ayala.

25 N: Concentración a las 12:00 en la plaza Mayor.

Moralzarzal

"Cómo decir no cuando no quiero decir sí" por Conchi Cazorla
Es necesaria inscripción previa.
El **26 de noviembre** a las 18:00h. en Servicios Sociales.

"Descubre la clown que hay en ti y libérate" por Tatiana Isaza (CIA Deyavú)
Es necesaria inscripción previa.
El **23 de noviembre** a las 18:00h. en el Centro Cultural.

Teatro: Jornada de Puertas Abiertas. Compañía "Yeses"
Para todos los públicos.
Actividad financiada por la Consejería de Políticas Sociales y Familia de la Comunidad de Madrid.
El **30 de noviembre** a las 20:00h. en el Centro Cultural.

Teatro "Entre tú y yo" CIA El Terral Teatro.
El **27 de noviembre** a las 13:00h. para el alumnado del IES Carmen Martín Gaite.

25 N: Concentración a las 12:00 en la plaza Mayor.

Todas las actividades son de acceso libre y gratuito salvo que se indique lo contrario.

Más información en el Centro de Servicios Sociales
o en www.mancomunidad-tham.es

SABER MÁS...VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES

Edita y distribuye: Mancomunidad de Servicios Sociales THAM financiado por la Consejería de Políticas Sociales y Familia (Dirección General de la Mujer) de la Comunidad de Madrid.
Avda. de la Dehesa, 63. 28250 Torrelodones.
Noviembre 2018.

Producción e impresión: Alaurco Servicios Integrales SL.
Distribución gratuita
La Mancomunidad no se hace responsable de las opiniones vertidas en esta publicación salvo las procedentes de la propia entidad o personas vinculadas a ella.

Ser transexual no es una elección

Soy Alicia, la madre de Andrea, una chica trans de 21 años que cuando tenía 18 nos dijo que siempre se había sentido una mujer, que quería ser mujer y que quería iniciar toda la transición para conseguirlo. Cuando oigo esas palabras, lo que estoy escuchando realmente es "¿me acompañas a recorrer este camino?". Sin pensar nada más, sin entender qué está pasando, tu corazón y tu mente dicen SÍ, a ciegas, sin saber qué significa ese recorrido, ni lo que conlleva caminarlo. No era algo que yo tenía que decidir, era algo que ELLA había decidido.

La mirada que tenía ese día, su sonrisa con lágrimas me decía que por fin era libre, que se había liberado y había dicho en alto, SOY UNA MUJER.

Ser una persona trans no es un antojo, cuando una persona trans dice que se siente hombre o mujer, tiene muy claro lo que está sintiendo, no tiene dudas, no tiene prejuicios. Nosotros somos los que tenemos dudas, prejuicios, miedos… Andrea siempre tuvo claro quién era, sólo tenía que ordenar cómo había vivido, cómo se sentía y cómo quería vivir.

Cuando me propusieron escribir este artículo sobre la transexualidad, lo acepté sin dudarlo. Pensé, qué buena oportunidad para contar mi experiencia como madre de una hija trans, para contar cómo viví su transición, todas las emociones que tenía, todos mis miedos, en fin todo lo que viví y vivimos juntas.

Pero luego pensé, por qué no contárselo a Andrea, a ella, a mi hija. Todo lo que sentí, cómo iba viviendo día tras día ese volcán que agitaba mi vida, su vida, nuestras vidas, todos los pensamientos

que se me venían a mi mente, todos los miedos que sentía y que no le dije, todas las lágrimas que derramé y lo tranquila que me iba sintiendo a medida que ella me iba transmitiendo toda su seguridad. Según íbamos caminando ella iba aliviando cualquier miedo que yo pudiese sentir.

Hemos hablado mucho ella y yo de sus sentimientos, de cómo se sentía, en fin, de todo, pero no de los míos, de esos días, de cómo viví su transformación y lo que significó para mí. Lo feliz que soy de tenerla, lo era antes y lo soy ahora (a pesar de que me quita toda mi ropa). Lo que he sufrido pensando que la podían hacer daño, lo orgullosa que estoy de ella, por su valentía y su fuerza, nos ha dado una gran lección a todos. Hablo sólo de mis sentimientos y mis vivencias porque nadie mejor que yo sabe lo que he sentido y siento, pero Andrea también tiene a su hermano y a su padre que la adoran y también la admiran por todo lo que ha hecho y por esa fuerza que ella tiene, la apoyan en todos sus pasos y han estado y están ahí para lo que ella necesite siempre.

Por eso este artículo es una carta para mi hija Andrea que me enseñó que ser mujer no es sólo tener una vagina.

> "No había un día o una noche que no llorase de emoción, cada momento era sentimiento puro, nunca podrás imaginar todo lo que he llorado, pero no de tristeza ni mucho menos

Para ti hija, te quiero

Andrea, hija, parece que ha pasado mucho tiempo desde el día que me dijiste que te sentías mujer y que querías iniciar todo el proceso para el cambio. Apenas han pasado 3 años pero han sido tan intensos, tan vertiginosos, tan llenos de emociones y de miedos que parece que ha pasado mucho más tiempo.

Justo en esa época me iban a operar para quitarme el útero, parece que el destino me decía, espera que tienes que parir a tu hija antes de operarte, qué momento… es como si te hubiese parido de nuevo. No habías elegido ni siquiera tu nuevo nombre ¿te acuerdas? Yo te seguía llamando Iván y me insistías en que por favor no te llamase así, que eligiese algo neutro, como "cariño". Para mí era muy difícil después de 18 años llamarte de otra manera, pero así lo hice o al menos lo intenté.

Ese gran momento, el del nombre, yo no pensaba en ello porque estaba en otras cosas, en verte como mujer, en no herirte con alguna duda mía o en no saber qué decir cuando nos quedábamos en silencio. Recuerdo que entrando en la consulta del endocrino, por primera vez, él te preguntó: ¿cómo quieres que te llame?, ahí es cuando tomé conciencia de lo que estaba ocurriendo, alguien más sabía que te sentías mujer. Cuando tú contestaste que todavía no lo habías elegido porque querías que fuera yo quien eligiese tu nombre, qué te puedo decir, fue el momento más bonito que había vivido. ¿Te acuerdas? me puse a llorar de alegría, nadie se puede imaginar ese momento, ni siquiera tú, Andrea, fue tomar conciencia de que esto que nos estaba pasando era real, es como cuando das a luz y te despiertas y dices, es verdad, tengo un hijx.

Desde entonces aprendí a ver con tus ojos, a pensar con tu cabeza, a sentir con tu corazón, a no tener miedo de tu decisión. Tú no elegiste ser chico o chica, habías nacido con un género que no se correspondía a lo que sentías y decidiste ser mujer. Me enseñaste a ser otra mujer, a valorar en la vida las cosas que realmente tienen importancia, a ver la vida de otra manera. A salir a la calle orgullosa y feliz de estar a tu lado. Hoy te siento como una compañera (aunque sin olvidar que soy tu madre), aprendimos juntas a caminar en este proceso, todo lo que yo no sabía tú me lo enseñabas y mientras, yo te daba la fuerza y la seguridad que da una madre para seguir caminando. Nunca te dije cuántas lágrimas derra-

mé, cuántas noches me despertaba con miedo de no saber ayudarte. Cada día que te miraba tenía que ir difuminando a Iván para que apareciese siempre Andrea, fueron momentos de tristeza y de alegría a la vez.

En esta transición, como en todas, siempre hay una primera vez. ¿Te acuerdas la primera vez que te pusiste un vestido? Era un vestido mío (reconozco que te quedaba mejor a ti que a mí), mis ojos tenían que aprender a verte con él pero con quien más tenía que luchar era con mi mente, estaba viendo a una mujer y tuve que hacer un esfuerzo para no pensar en nadie más que en ti, no pensar en los vecinos que te iban a ver salir de casa, tenía que eliminar mis prejuicios y luchar contra ellos, pensar sólo en ti y tú me enseñaste a hacerlo con tu valentía y tu determinación, reconozco que hiciste que las cosas fueran fáciles para mí, aunque siguiesen siendo duras. Recuerdo la primera vez que te vi maquillada, cuando te fuiste a hacer los agujeros para los pendientes, cuando te acompañé a hacerte la depilación laser, cuando nos sentábamos en una terraza a pedir un refresco y venía el camarero y nos preguntabas: ¿qué os pongo chicas?. Nos mirábamos con miradas de complicidad que decían, está viendo a dos chicas, entonces sonreíamos como triunfadoras de haber superado otra prueba más.

Hay tantas situaciones cotidianas que las mujeres cisgénero vamos viviendo sin darnos cuenta que para las mujeres trans a veces son muy difíciles o dolorosas incluso. Contigo las he vivido, has tenido que ir pasando por todas y cada una de ellas y superar cada momento que podía ser bueno y alegre o podía ser triste y doloroso, en el caso de que hubiese habido algún momento en el que te hubieses sentido rechazada.

Recuerdo otra primera vez, la que tuvimos que cambiar el nombre en la óptica. Tu ficha estaba a nombre de Iván y tú ya vestías como una chica cuando la dependienta te nombró, en ese momento le dijimos con una bonita sonrisa: ah, queríamos aprovechar también para cambiar el nombre por el de Andrea. En ese momento yo estaba nerviosa, con temor de que mirase raro o algo así, pero no se me notaba, al igual que tú estaba sonriente. Una vez que modificó el nombre en tu ficha nos miramos orgullosas de haber superado otra prueba. Al igual que esa, hemos vivido muchas situaciones, siempre alegres y con mucha fuerza y mientras yo iba descubriendo a mi reciente hija.

Andrea, cada día que vivíamos era diferente, no había ni un solo día que fuese igual. Siempre había una situación a la que nos teníamos que enfrentar. Yo sé que para ti era reafirmarte ante el mundo, y para mí era la felicidad, pero fueron días muy emotivos para mí, de mucha tensión, de confianza total en ti, tú me guiabas y yo te acompañaba y te seguía, pero fue un desgaste emocional brutal. No había un día o una noche que no llorase de emoción, cada momento era sentimiento puro, nunca podrás imaginar todo lo que he llorado, pero no de tristeza ni mucho menos.

Uno de los días en el que me recuerdo más nerviosa fue el día que tuviste que renovar tu DNI, todavía no habíamos iniciado el trámite en el registro civil para cambiar tu partida de nacimiento pero había que renovarlo porque te había caducado. Tuviste que hacerte una foto y claro tú te maquillaste y yo te dije que ibas a salir con nombre de chico y foto de chica en el DNI. En esos momentos no pensé que eso era lo lógico, no tenía por qué coincidir el nombre masculino con tu foto, pero no

sabía pensar así. Tú me contestaste que cuando te piden el DNI lo qué miran para identificarte es tu foto, no tu nombre. Me sentí tonta por no llegar a esa conclusión yo sola pero formaba parte de mi aprendizaje.

También recuerdo la fiesta que hicimos en casa para que la abuela, tus tíos y primos te vieran por primera vez como Andrea, aunque papá y yo ya habíamos hablado con ellos ese momento de verte iba a ser muy emotivo para todos. Fue un día muy especial para mí, sé que también lo fue para ti, para papá y para tu hermano. Fue un momento inigualable, emotivo, como si acabases de nacer pero con 18 años, yo estaba pendiente de sus miradas, de sus gestos, pero sobre todo estaba pendiente de ti, de cómo estabas y de cómo te sentías y te veía feliz, liberada, por fin podías decir a todos quién eras, sin más, ante tu familia. Ellos, al igual que nosotros, te querían y daba igual si te llamabas Iván o te llamabas Andrea. Cada día que pasaba me iba sintiendo más libre, menos tensa, todo iba muy bien, no habías pasado por ninguna mala situación.

Y por fin, vino la operación de vaginoplastia, el gran momento, el momento que tú querías para poder dar el cambio a mujer físicamente. Andrea, para mí fue romper con Iván definitivamente, fueron los momentos más tristes y más alegres que he vivido en mi vida. Yo sé que tú eres la misma persona, da igual el género que tengas, sigues siendo mi hija. Pero sabía que tenía que dejar de lado a Iván para que apareciese Andrea, era una operación complicada. Un cambio de sexo no es cualquier operación, son 7 horas interminables y a mí no me daba miedo la operación en sí, sino que pensaba en que cuando te volviese a ver te habían quitado aquello que tú no querías tener y que empezaba una nueva etapa. Otra nueva etapa.

Andrea, hija, en el momento en que las enfermeras descubren tu vulva para hacerte la cura y la limpieza y veo el calibre de la operación fue impactante para mí, no tengo palabras para describir lo que sentí. Empezaba otro momento, pasábamos página y empezaba otra etapa. Tenía que coger de nuevo fuerzas, respirar profundo, procesar lo que estaba viviendo, mirarte a los ojos y estar ahí para todo lo que tú necesitabas, física y mentalmente. Ya lloraría después, ahora tenía que estar ahí fuerte para ti.

Una vez en casa, te vuelvo a cuidar como cuando

> Tú no elegiste ser chico o chica, habías nacido con un género que no se correspondía a lo que sentías y decidiste ser mujer. Me enseñaste a ser otra mujer, a valorar en la vida las cosas que realmente tienen importancia, a ver la vida de otra manera

naciste, pendiente de ti por la noche por si me llamabas para ir al baño, venías con la sonda y no te podías levantar sola. Te aseaba por la mañana y veía toda la transformación y yo pensaba, por qué mi hija tiene que pasar por esto para ser una mujer. Te miraba y te sentía, te adivinaba, quería ser yo la que pasase por eso pero no era yo, estaba en el otro lado y durante mucho tiempo dejé de pensar en mí para cuidar de ti, acababas de llegar al mundo como tú, quería estar a tu lado, me necesitabas a tu lado.

Otro gran momento importantísimo en tu vida y necesario fue cuando por fin te llamaron del Registro Civil para informarte de que ya tenías la nueva partida de nacimiento que indicaba que tu género era mujer y tu nombre era Andrea. Eso significaba que ante el mundo tú habías nacido como mujer y ya podías iniciar el trámite para el nuevo DNI. Lloré como una loca, estaba tan contenta de que ya no tuvieses que pasar por el trance de incomodidad y nerviosismo cada vez que te pedían el DNI, de no tener que llevar el documento que decía que por ley tenías derecho a que te llamasen como te sentías y no como aparecía en el DNI. No te puedo expresar la alegría tan inmensa que tuve, tenías ya todo por lo que habías luchado.

No puedo resumir en tan poco tiempo todo lo que viví y todo lo que sentí en esos momentos tan cruciales en tu vida, en mi vida, en nuestras vidas. Todo lo que compartimos hoy es increíble, nos entendemos como si fuéramos una sola persona, sin olvidar quiénes somos, madre e hija. Me encanta reír, llorar, bailar, cantar contigo. Cuando te miro ya no veo a Iván, sólo veo a la niña que siempre has sido, aunque sigamos teniendo en casa fotos de Iván.

Quiero darte las gracias por tu valentía, por esa fuerza que tienes para poder ser quién tú eres, por hacer lo que te propones, por tu seguridad, por enseñarme a recorrer el camino que tenía que andar, por tener paciencia conmigo, aunque soy madre tengo muchos miedos.

Todavía quedan más etapas en tu vida, tu primera relación sexual, tu primer novio, tus trabajos, tus nuevas amistades….ahí decidirás si me necesitas, si es así sabes que estaré, siempre que me necesites estaré. Confío en ti plenamente, me has enseñado que lo más importante es saber quién es unx mismx, y da igual si el resto lo sabe o no, hay que luchar por ser auténticx.

> Yo sé que tú eres la misma persona, da igual el género que tengas, sigues siendo mi hija

Te quiero con todo mi amor, gracias por ser así.

Durante todo este tiempo he sido una montaña rusa de emociones, he tenido la suerte de tener gente estupenda y encantadora a mi lado que han sabido darme todo el amor, cariño y la fuerza que necesitaba. Quiero dar las gracias a Isidro, trabajador social del programa LGTBI de la Comunidad de Madrid, además de ser un gran profesional como persona es especial, nos dio todo su cariño, sin él no hubiese sido lo mismo, nos hizo encontrar a cada uno de nosotros nuestro espacio, nuestro momento, nuestro ritmo con el tema de Andrea sin sentirnos culpables de nada.

Quiero agradecer a mis compañerxs de trabajo todo el cariño y apoyo que me han dado, día a día han vivido conmigo toda la transición de Andrea, hemos llorado y hemos reído juntxs. Andrea se convirtió casi en una hija para cada unx de ellxs, sufrieron y celebraron su transformación, su operación. Han sido como una gran familia para mí, han sido mi terapia. Gracias a todas por estar el día de la operación de Andrea tan pendientes de ella y de nosotros, fue como un parto para todas. Sé que estaban esperando la llamada donde oyesen: Andrea está bien.

Agradecer a las amigas de mi hija, que ya lo eran de pequeñas y lo siguen siendo, su incondicional amor hacia ella, independientemente de su género, la naturalidad con la que han vivido todo el proceso. Los momentos que compartí con ellas para sorprender a Andrea el día antes de la operación con una fiesta sorpresa, para que le diesen todas las fuerzas que necesitaba para afrontar la operación que ella tanto esperaba.

A mi familia porque sé que no es fácil lo que ha vivido, por respetar cada momento y por hacerle fácil a Andrea su llegada a la familia. Gracias por su apoyo y su cariño.

Agradecer a mi hijo y a mi marido el espacio que me han dejado para poder estar todo el tiempo que Andrea me necesitaba. El amor que le han dado durante toda la transición que le daba fuerzas para seguir adelante. Les quiero mucho.

Y sobre todo a mi madre, que con 84 años aceptó sin ningún problema a su nueva nieta Andrea, aún hoy a veces se confunde y habla en masculino de ella, pero no se lo tomamos en cuenta.

> Quiero darte las gracias por tu valentía, por esa fuerza que tienes para poder ser quién tú eres, por hacer lo que te propones, por tu seguridad, por enseñarme a recorrer el camino que tenía que andar, por tener paciencia conmigo, aunque soy madre tengo muchos miedos

Dueñas de nuestro cuerpo y de nuestro placer

En la actualidad existe mucha mayor consciencia en las mujeres de que el ser dueñas de nuestro cuerpo no es solo un reclamo, sino la asunción de su verdadero significado. Dicha asunción conlleva una mayor determinación en nuestras decisiones relacionadas con el cuerpo, así como una mayor libertad al reconocernos como personas (mujeres) autónomas. Esta consciencia nos permite poner límites a las violencias cotidianas que sufrimos las mujeres por el solo hecho de serlo.

Del mismo modo, la sexualidad de las mujeres, en particular, está mucho más liberada de tabúes e inhibiciones. Tenemos mucha mayor información, conocimiento y apertura respecto a la diversidad sexual, destronando la heteronormatividad como modelo sexual impuesto.

Las mujeres reivindicamos la sexualidad como un derecho, como una vivencia en la que el placer cobra todo su protagonismo.

También advertimos que la conexión con nuestro cuerpo resulta fundamental para dejarnos fluir por lo que estamos experimentando. Nos sentimos cada vez más conscientes de que la vivencia del placer está en nuestras manos. Nos sentimos libres de expresar nuestros deseos y necesidades sexuales, de habitar en e identificarnos con el cuerpo que queremos sin que los genitales determinen quiénes somos, de elegir con quién nos relacionamos, hacia donde orientamos nuestros deseos sexuales e, incluso, de no experimentar la sexualidad como una opción de vida más.

Sin embargo, para algunas mujeres no es fácil aún vivir con toda libertad su sexualidad. Aún nos queda camino por andar. Por lo dicho resulta de suma importancia visibilizar la sexualidad, hablar de ella en lo cotidiano, introducirla en casa como tema de conversación, y aligerarla de estereotipos y prejuicios.

En este sentido, hemos de insistir en la importancia de la educación sexual, en educar a las niñas/os/es, no solo como un aprendizaje de sexualidad sana y centrada en el placer, sino como protección ante la violencia que se sigue ejerciendo contra las mujeres.

La ruptura de modelos de belleza que cosifican y sexualizan, especialmente a las mujeres como objetos de deseo, sigue siendo una tarea fundamental no solo en centros escolares sino también a nivel social, político e institucional.

La educación en la igualdad de derechos, en el respeto y en la autonomía de las mujeres sigue siendo un objetivo fundamental para toda la sociedad en la que estamos inmersas. Esto conlleva la obligación de dotar de los recursos necesarios para lograr este objetivo.

Nuestra sexualidad también tiene que ver con el cuidado, pero no con el de los demás, sino con el propio. De esta manera, sería interesante que nosotras, las propias mujeres, nos preguntáramos: ¿Cómo nos relacionamos con nuestra sexualidad? ¿Qué papel juega la sexualidad en nuestras vidas? ¿Dedicamos tiempo y espacio para experimentar el placer que nos proporciona la sexualidad? ¿Conectamos corporal y emocionalmente con nuestra sexualidad? Y, finalmente, ¿qué significado le damos a la sexualidad?

Estas preguntas nos permiten a las mujeres plantearnos nuestra sexualidad y ser conscientes de ella, pero sobre todo reafirmar la idea de que la sexualidad y, por ende nuestro cuerpo, nos pertenece. Somos dueñas de nuestro cuerpo y de nuestro placer sexual.

Gloria Arancibia Clavel
Psicóloga
Autora de: "Placer y Sexo en la Mujer" (2002) y "Vaginismo y Coito doloroso. Tratamiento y Solución (2012). Editorial Biblioteca Nueva
www.sexologiamujer.es

El abordaje de la seguridad urbana **desde el urbanismo feminista**

Col·lectiu Punt 6

La seguridad urbana es un tema prioritario de la agenda local de la mayoría de ciudades del mundo. Por norma general, las políticas locales de seguridad se basan en estrategias restrictivas, como incrementar la presencia de la policía y el control en el acceso a los espacios públicos, y muchas veces centradas en la protección de la propiedad o los bienes materiales.

Desde los años 70 el movimiento feminista ha reclamado la visibilización y la erradicación de la violencia machista tanto en el espacio público como en el privado. A excepción de ciudades como Montréal, Toronto o México, son pocas las ciudades que han incorporado la perspectiva de género en sus políticas de seguridad. La seguridad en las ciudades continúa enfocándose sobre todo en los crímenes, excluyendo de su análisis la violencia machista y sin tener en cuenta como la percepción de seguridad impacta de manera diferente en el uso que mujeres y hombres hacen de la ciudad.

Desde el movimiento feminista el trabajo que se ha hecho en relación a la seguridad pretende ir más allá de lo que se entiende por crimen y, por lo tanto, de lo marcado por ley, y se analiza la seguridad desde la perspectiva de género. El objetivo es visibilizar las violencias machistas que las mujeres vivimos en el continuo del espacio público y privado y visibilizar tipos de violencia que no siempre están tipificados por ley, como por ejemplo, el acoso callejero. El trabajo sobre seguridad que se ha desarrollado desde el urbanismo feminista se enfoca en la percepción de seguridad desde una perspectiva de género interseccional. Por lo tanto, visibiliza cómo las mujeres restringimos nuestro uso, acceso y derecho a la ciudad por miedo a vivir una agresión sexual, el tipo de agresión que afecta a la parte más íntima de nuestros cuerpos. Incorporar la percepción diferenciada de miedo en las políticas de seguridad es esencial. Primero, basar las políticas de seguridad solo en datos cuantitativos de agresiones denunciados es solo ver la punta del iceberg, ya que muchas mujeres no denuncian ni reportan haber vivido una agresión. Por otro lado, las mujeres cuando conocemos un caso de violencia en nuestro entorno, automáticamente sabemos que eso nos puede pasar a nosotras, y por lo tanto, incrementa nuestra percepción de inseguridad.

> La seguridad en las ciudades continúa enfocándose sobre todo en los crímenes, excluyendo de su análisis la violencia machista

La percepción de seguridad está condicionada por la diferencia que existe entre el tipo de violencia que pueden experimentar las personas dependiendo de su sexo, género, edad, origen, etc. Y en particular, la percepción de inseguridad de las mujeres está marcada por la violencia ejercida sobre nuestro cuerpo sexuado y determina en gran medida cómo las mujeres vivimos los di-

ferentes espacios: domésticos, comunitarios o públicos.

Incluir la percepción de (in)seguridad también permite tomar conciencia y responder a cómo el miedo limita la libertad y la movilidad de las mujeres, principalmente en las actividades nocturnas, tanto en ámbitos de recreación como de trabajo, y especialmente en los trayectos y el uso de determinados espacios, provocando que el sentimiento de pertenencia sea menor y, por lo tanto, se dé menos participación activa de las mujeres.

Nosotras entendemos la seguridad como la autonomía y la integridad física desde un enfoque integral, que está estrechamente ligada a otras variables, como por ejemplo la seguridad económica o la seguridad ambiental. Esta visión de la seguridad también incluye otro tipo de violencias que no se recogen en el código penal del contexto, como el acoso callejero, las agresiones verbales o la violencia simbólica o económica y que en la mayoría de los casos no se intentan erradicar desde las instituciones. Es importante también incluir otro tipo de situaciones que generan inseguridad, por ejemplo un entorno urbano donde los coches circulan a gran velocidad y las personas mayores o niños y niñas sienten inseguridad al cruzar una calle.

En el análisis y abordaje de la seguridad urbana también es importante romper y continuar cuestionando la división impuesta por la sociedad patriarcal entre lo público y lo privado. El ámbito de lo público se considera como perteneciente al hombre y relacionado con lo masculino, donde las mujeres son aceptadas, pero no controlan ese espacio; lo privado se asocia con las mujeres, lo femenino y lo doméstico. Esta dicotomía transmite a las mujeres la idea de que el espacio público es el ámbito de lo masculino y que por lo tanto les es ajeno. Se continúa socializando a las mujeres para que tengan miedo de los espacios púbicos, de la noche y de los desconocidos, sin embargo, el mayor número de agresiones a mujeres son en su espacio doméstico y por parte de personas conocidas.

Aunque la seguridad depende de factores sociales, políticos y económicos, la configuración física de las ciudades también influye en las percepciones. Mejoras en el espacio público pueden favorecer la apropiación, el sentimiento de pertenencia y la percepción de seguridad. Esta ha sido una prioridad del urbanismo feminista aplicado en diferentes lugares del mundo, por ejemplo, por la Red Mujer y Hábitat de América Latina o Femmes et Ville en Canadá.

Partiendo de los 6 principios elaborados por Anne Michaud en la Guide d'aménagement pour un environnement urbain sécuritaire de la Ville de Montréal, Col·lectiu Punt 6 ha definido 6 características que una ciudad debe incorporar para construir entornos seguros desde la perspectiva de género.

- Un entorno señalizado que disponga de señales y marcas legibles (visuales, acústicas y táctiles) que ayuden a comprender la ciudad y su estructura, y a orientarse fácilmente. Una señalización realizada con iconografía no sexista y diversa (edades, cuerpos) que incluya a las diferentes personas que forman parte de esta sociedad y las haga sentir parte de ella de igual a igual. Ejemplos de un entorno señalizado van desde la ubicación paneles electrónicos con la frecuencia de paso en paradas de transportes, a señales de tránsito que incluyen diversidad de cuerpos sexuados.

- Un entorno visible que permita a través del diseño del espacio que las personas puedan visualizar todos los elementos y personas que hay en el entorno y localizar posibles salidas en una situación de riesgo. Pero además, que promueva la visibilidad simbólica y social de las mujeres como sujetos activos, reconociendo los diversos papeles que desempeñan en la sociedad sin caer en estereotipos, fomentando espacios que reconozcan figuras femeninas y roles infravalorados. Ejemplos de un entorno visible incluyen calles con iluminación que acompaña de manera continua los itinerarios peatonales, sin rincones, con edificios con actividad en las plantas bajas. Y también espacios que visibilizan el trabajo de las mujeres, por ejemplo, como la recuperación de la historia de lavaderos comunitarios o plazas y calles con nombres de mujeres.

- Un entorno vital que garantice la presencia de personas, la diversidad de actividades, el encuentro, la relación y la ayuda mutua. Encontramos entornos vitales en zonas multifuncionales, que combinan actividad residencial, comercial, administrativa conectadas con transporte público y ejes peatonales.

- Un entorno vigilado que permita la vigilancia informal, aquella ejercida entre iguales y de manera solidaria y no autoritaria, que responde a la acepción de "cuidar" que reclamaba Jane Jacobs. Se da por ejemplo en una plaza donde existe diversidad de personas (edad, grupo social, sexo) que utilizan simultáneamente ese espacio, donde se permiten variedad de actividades y usos.

- Un entorno equipado con infraestructuras y elementos que apoyan las actividades de la vida cotidiana a una distancia y tiempo accesibles, en un ambiente limpio y acogedor; que garantice que haya personas diversas usando los espacios públicos porque están dotados, por ejemplo con bancos para el descanso y la socialización, árboles que provean sombra en verano, pero bien mantenidos para que no obstaculicen la iluminación, o zonas de juego para diferentes grupos de edad y que permitan la socialización también tanto de las personas que juegan como de las que cuidan.

- Un entorno comunitario que favorezca la apropiación y el sentimiento de pertenencia de las perso-

nas reforzando la cohesión social y la participación comunitaria. Según los usos y actividades que se prioricen y se propicien en el diseño de los espacios se puede favorecer la convivencia, el intercambio y la socialización de las personas de manera igualitaria, contribuyendo al desarrollo de las redes sociales y fortaleciendo la pertenencia a la comunidad.

A lo largo de estas décadas también se han desarrollado diferentes metodologías cualitativas participativas para incorporar la experiencia cotidiana de las mujeres en las políticas urbanas. En el caso de la seguridad, colectivos feministas han desarrollado diversidad de métodos vivenciales. En Col·lectiu Punt 6 hemos recopilado nuestros métodos de trabajo en la guía Entornos Habitables. Auditoría de Seguridad Urbana con perspectiva de género en la vivienda y su entorno. El objetivo es recoger información a diferentes escalas territoriales, desde el cuerpo, la vivienda, el barrio, la ciudad y la región. Por eso, utilizamos técnicas como el mapeo corporal, la casa sin género, la red cotidiana, las marchas exploratorias y los mapas perceptivos.

> Se continúa socializando a las mujeres para que tengan miedo de los espacios púbicos, de la noche y de los desconocidos

Para más información puedes consultar nuestras guías y materiales en:

http://www.punt6.org/guias-propias-de-col%C2%B7lectiu-punt-6/

Celofán

María Solórzano (3º ESO)

La vida es solo celofán. Capas y capas de celofán. Celo y papel de regalo...

No te preocupes, cubre de celo tu pobre y roto corazón de papel. Péinate un poco, de paso. Y maquíllate el moretón del brazo. No te preocupes por el escozor de la cara, es solo un bofetón. Sonó mucho, pero pudo haber dolido más. Si es que la culpa es tuya. Había tenido un día muy largo, y tú replicaste demasiado. Y se arrepiente mucho, ya ves cómo te abrazó y consoló, te quiere muchísimo. Menos mal que no estaba Clara delante. Siempre te dice que no puedes consentir eso, que denuncies, pero no la hagas caso, tiene catorce años, está en edad de ser una feminista incansable. Además, luego anda por ahí contándoselo a Martín. Martín no debería saber eso, es demasiado pequeño. Y Clara debería darse cuenta, ya había sido castigada antes. Muy bien, sonríe, deja de llorar que no es para tanto, y sal a la calle, que has quedado con la madre de Max.

> Cuando envuelves un regalo, pones lazos donde hay celo, ¿no? Para camuflarlo. Haz lo mismo aquí y ahora

La vida es solo celofán, papel de regalo y cintas rosas. Cintas puestas para camuflarlo todo. Cuando envuelves un regalo, pones lazos donde hay celo, ¿no? Para camuflarlo. Haz lo mismo aquí y ahora. Mira, justamente está pasando por tu lado. Salúdale con un beso. Llámale "cariño", que te está mirando toda la calle. Eso, muy bien, sigue sonriendo. Despídete, con sencillez pero amor. Lo vas pillando. Claro que Nora está muy contenta con tu actuación. Te comenta la bonita pareja que sois. Tú contestas modestamente que no es para tanto, que solo sois dos personas que se quieren mucho. Ella sigue hablando de sus discusiones con Max. Su hijo es un travieso, al parecer. Desde que se divorció de su marido, dice que tanto ella como Max son más felices. ¿Podría ser, que si tú te divorciaras...? ¡No, hombre, no! ¿Cómo piensas en divorciarte? Tenéis peleas, pero como toda pareja. Venga, sonríe, que no se noten tus dudas.

La vida es celofán, papel, cintas y caprichos

Todos tienen caprichos, ¿cierto? Pues no te preocupes más, solo es pasajero. ¿Que te engaña? ¡no digas tonterías! Si solo te quiere a ti, hombre. Llegas a casa. La que tiene un capricho eres tú, así que te vas a la cocina, a por una onza de chocolate. De paso, te sirves una copa. Justo cuando acabas de servirte, se abre a puerta. Lo estás haciendo bien, salúdale así, con alegría...ops. Eso no me lo esperaba. Además con el maletín. Caes al suelo, frotándote la cabeza con una mano. Una patada. No te resistes. Esperas a la siguiente. Otro puntapié, y uno o dos más. Esperas. La tormenta ha amainado. Te incorporas un poco, pero eres recibida con un bofetón. No debiste, no debiste. Ahora te lo está gritando. "¡¿quién eres tú husmeando en mi vida?!" "¿¿quién te manda hacerlo?!". Clara se ha asomado a la puerta, lo que faltaba. Él

se tranquiliza y te abraza. "lo siento, amor, no quería ser tan violento." "perdón, cariño, es que no soporto que la gente se entrometa." "te prometo que eres solo tú". Qué buen marido tienes. Clara te dirige una mirada de "tenemos que hablar". Vas hacia su cuarto. Como siempre, la charla del feminismo. Clara, hija, ¿qué no entiendes que tu padre ha tenido un día muy largo? Piensas para ti misma. Entra él en el cuarto, justo cuando Clara dice lo mal que te trata. Teniendo en cuenta el día que ha tenido, Clara debería callarse algo. Pero ella no ha reparado en él. Recibe un sonoro bofetón. Luego un puñetazo. Tú lo contemplas, impotente. Con Clara no debería ser así. Entonces se acerca a Martín, que está en la puerta. Él le dice que no se preocupe, pero Martín murmura algo sobre que a las chicas no se las pega. Con sus cinco años y tan inocente. Él amenaza con pegarle un bofetón al pobre niño. Por ahí no pasas. Puede tener un arranque de ira y pegarte a ti, puede enfadarse y tratarte mal. Pero no con los niños. Clara sabía lo que hacía, podía defenderse, pero Martín no había hecho nada. Las palabras de Clara, por fin, han encontrado un hueco en tu pobre corazón recubierto de celofán. Coges a los niños y, corriendo, te metes en tu cuarto y echas el pestillo. Empiezas a hacer las maletas, con él gritándote desde el otro lado de la puerta.

Intentas pegar el lazo al regalo, con el celo bien preparado. Conseguiste el divorcio, pero tuviste que levantarte a las 5 a.m. para poder huir de tu propia casa e ir a denunciar. Pero ya eres feliz. A tus cuarenta y dos años, encontraste a Finn. Por fin, un novio bueno, tierno, cariñoso y comprensivo. Clara está orgullosa de ti, y Martín ya no tiene pesadillas. Todos sois felices. Y pensar que podías haber sido feliz mucho antes..

Contra la violencia machista: La importancia de la educación

Marina Subirats

Vemos hoy aparecer un conjunto de fenómenos sociales que se atribuyen, en forma muy corta de miras, a comportamientos individuales más o menos desviados y habitualmente destructivos. Ello sucede a menudo en el mundo educativo: acoso a determinadas chicas y chicos, enfrentamientos con el profesorado, fracaso escolar, embarazos tempranos, etc.; y, en la población adulta, violencia machista, conductas agresivas de los chicos, de los hombres en determinadas circunstancias, etc. Cuando investigamos sobre este tipo de conductas nos damos cuenta que no se trata de problemas psicológicos, originados por patologías individuales, sino que se derivan de pautas culturales y sociales muy extendidas. Es decir, que tienen relación con las normas de los géneros, el masculino y el femenino, que transmitimos a las nuevas generaciones, de manera habitualmente no consciente.

Por ello, para ir a la raíz de unos tipos de conductas que necesitamos erradicar, porque de otro modo son enormemente destructoras para las mujeres, pero incluso más para los hombres, es necesario estudiar los actuales géneros y las formas en que son transmitidos, y a la vez es necesario debatir sobre cómo deberían cambiar y cómo es posible hacerlo. Hay que partir de la base que la violencia machista no es innata, sino aprendida. El instinto de usar la violencia existe en todas las personas, pero es totalmente moldeado por la educación que se recibe desde el nacimiento. Por ello, otra educación puede modificar en gran parte, sino en su totalidad, el uso de la violencia machista que hoy observamos tanto en la sociedad como incluso en las escuelas.

> La violencia machista no es innata, sino aprendida. El instinto de usar la violencia existe en todas las personas, pero es totalmente moldeado por la educación que se recibe desde el nacimiento

En relación a estos objetivos apuntaré algunas ideas, por si pueden ser útiles para el profesorado.

Respecto de los géneros: la primera necesidad es entender qué son los géneros actuales, cómo no podemos identificarlos al sexo y cómo los géneros, que son modelos culturales presentes en todas las sociedades, pueden y deben cambiar.

Al comenzar el análisis sobre los géneros aparecen rápidamente algunos hechos: los actuales modelos de género –cómo deben comportarse los hombres, cómo deben comportarse las mujeres- son totalmente obsoletos. Fueron creados en el pasado, en sociedades con muchas carencias, con una fuerte división sexual del trabajo y con unas necesidades completamente distintas a las nuestras. Hoy la sociedad cambia muy rápidamente: nuestra mentalidad evoluciona mucho más lentamente, y ello crea situaciones de sufrimiento innecesario a las personas. Es por ello que debemos acelerar también el cambio en las mentalidades y sobre todo en los hábitos, mu-

cho más potentes, a la hora de actuar, que nuestras propias convicciones.

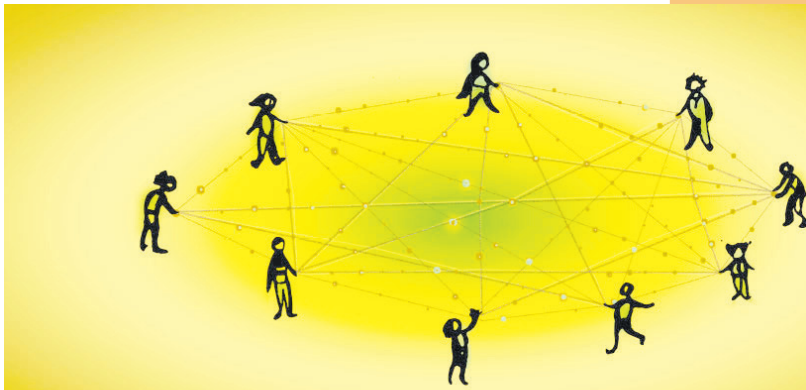
Dicho muy sintéticamente: la esencia de la masculinidad que se sigue inculcando a los niños, desde su nacimiento, es la del guerrero; el individuo fuerte que se impone sobre su entorno, que manda, que triunfa, que pelea, que compite. Que puede ser capaz de morir y matar, porque no tiene miedo, porque disfruta peleando. Y esta esencia tiene como corolario la incapacidad de empatía, de piedad, de volcarse en el otro; el guerrero debe anteponer siempre sus objetivos a cualquier otro interés.

El problema reside en que hoy no necesitamos guerreros, por suerte; fabricar guerreros es hoy fabricar unos personajes competitivos sin escenario real en el que desarrollar su lucha. Y que por ello, en muchos casos, acabarán actuando en forma destructiva sobre su entorno o sobre sí mismos, en el afán de imponerse y mostrar unas capacidades que ya nadie necesita. De aquí que encontremos, por ejemplo, una tasa muy superior de muertes masculinas que femeninas, especialmente en las edades jóvenes; y que estas muertes sean, en la gran mayoría de los casos, resultado de haber asumido unos riesgos totalmente innecesarios. Y no sólo para sí mismos: también las mujeres corren riesgos innecesarios, visibles a través de toda la violencia machista que se desarrolla sobre nosotras.

En cuanto al género femenino, su evolución ha sido mayor, como corresponde a las características de todo grupo dominado, más capaz de cambiar porque en el cambio encuentra esperanza. Sin embargo, asistimos también a una serie de retrocesos que tienden a anclar a las mujeres en el género tradicional: el papel de objetos sexuales, cuya felicidad depende de los hombres, y que, por lo tanto, sea cual sea su posición profesional o pública, aceptan seguir sujetas a la dominación privada. Y todo ello no a partir de la represión, frente a la cual sería relativamente fácil la resistencia, sino a través de la seducción y el glamour, elementos frente a los cuales las mujeres son más vulnerables.

Esta socialización femenina tiene también graves consecuencias negativas sobre las mujeres. Inseguridad, sentimiento de culpa, baja autoestima, continua búsqueda de aprobación por parte de algún hombre, etc. Un conjunto de características que dañan a las mujeres, que dificultan su pleno desarrollo personal e incluso su plena participación en el mundo público.

Hoy es necesario cambiar estos géneros, estos estereotipos, y es necesario para librar de sus consecuencias a mujeres y a hombres. La dificultad está en cómo hacerlo, cuando los poderes públicos no han establecido una política clara respecto a ello. Porque los cambios deben producirse sobre todo en el ámbito educativo; el sistema educativo es el que la sociedad destina a una correcta socialización y educación de las nuevas generaciones, y es el lugar adecuado para emprender este aspecto del cambio cultural. A



Tomemos nuestros libros y nuestros lápices.
Son nuestras armas más poderosas

MALALA YOUSAFZAI
(Pakistán, 1997)

través de lo que llamamos coeducación, que no sólo es la educación mixta sino, mucho más allá de ella, el cambio cultural que ha de permitir la superación de los géneros antiguos y por lo tanto la prevención de la violencia, tanto en el ámbito escolar como en el conjunto de la vida social.

No acabaremos con la violencia de género masculino hasta que no hayamos identificado cómo estamos contribuyendo a su transmisión y a su valoración, sin ser ni siquiera conscientes de ello. Por tanto, para poder intervenir desde la escuela y cambiar los modelos de virilidad –y también de feminidad, en lo que todavía se transmite de forma inconsciente- el primer paso es descubrir los micromachismos y su transmisión, lo que nosotras denominamos "la construcción de la mirada violeta". Aprender a identificar los aspectos ocultos del machismo, del androcentrismo y de la minusvaloración de las mujeres y las niñas en la práctica educativa, en los libros de texto, en la cotidianidad escolar.

Ello requiere cierto tiempo y dedicación, y no es aquí el lugar para poder explicar los procedimientos, que por otra parte son sencillos. Hay que aprender a observar, a anotar, a poner en común, a no tener miedo de descubrir que el profesorado, nosotras mismas, estamos transmitiendo la superioridad de lo masculino y valorando las actitudes agresivas y violentas. Esto es algo que nos ha transmitido la cultura en la que nacimos, no es culpa de nadie; pero es importante identificarlo para poderlo cambiar y no seguir transmitiéndolo de generación en generación.

> Aprender a identificar los aspectos ocultos del machismo, del androcentrismo y de la minusvaloración de las mujeres y las niñas en la práctica educativa, en los libros de texto, en la cotidianidad escolar

Algunos ejemplos: se aceptan mal las actitudes tiernas en los niños, especialmente entre ellos, y se tiende a reprimirlas. El famoso "Tú no llores, los hombres no lloran, …" todavía presente en muchas escuelas, que tiende a reprimir algo que es totalmente espontáneo en un niño. O dos niños que se besan, o que tengan una actitud de cariño entre ellos; impedir

> Cuando te dirijas a un niño, pregúntate, antes de hablarle: ¿le diría lo mismo que voy a decirle si fuera una niña?

estas actitudes hace que sólo permitamos a los niños relaciones agresivas, relaciones que acaban convirtiéndose en habituales, y que tienen como consecuencia el menosprecio de aquellos niños que no actúen así.

Frente a esta actitud, hay que hacer ejercicios concretos para permitir a los niños que puedan tocarse suavemente, cariñosamente, sin que ello implique de inmediato una duda sobre su virilidad. Por ejemplo, separando en algunos momentos a los niños de las niñas, haciendo que se tiendan sobre una alfombra, luz suave, música suave, y que se den un masaje ligero unos a otros. Y en las niñas hay que fomentar las actitudes que puedan empoderarlas, ir eliminando la sensación de fragilidad e impotencia que se les ha ido inculcando desde que nacieron. Es decir, devolver a niños y niñas aquello que la cultura les ha negado ya desde el inicio: la ternura, delicadeza y empatía en los niños y la fortaleza, seguridad y autoestima en las niñas.

Y una forma rápida de comenzar a detectar nuestro sexismo: cuando te dirijas a un niño, pregúntate, antes de hablarle: ¿le diría lo mismo que voy a decirle si fuera una niña? Si entiendes que no, no se lo digas al niño. Y lo mismo en el caso contrario. Te darás cuenta así de la cantidad de sexismo que arrastramos. Y el sexismo es precisamente la tierra sobre la que crece la violencia machista.

La ilustración, herramienta de libertad

La invisibilización de la mujer es una más de las manifestaciones de la violencia que se ejerce contra las mujeres.

En concreto, su trabajo ha sido invisibilizado a lo largo de la historia, en todos los ámbitos, desde el científico hasta en el humanístico o artístico. Mujeres que han sufrido el hecho de que su nombre fuera olvidado o que el mérito de su trabajo se lo atribuyera a un hombre.

Según un estudio de Mujeres en las Artes Visuales sobre la feria de arte, ARCO, la presencia de mujeres artistas se limitó a un 25,3% en la última edición. La situación empeora cuando hablamos de mujeres españolas, quedando un porcentaje de apenas un 6%. Este dato resulta más curioso cuando lo cierto es que la mayoría de las personas que estudian Historia del Arte son mujeres, representando entre un 60% y un 80% de las estudiantes.

En las últimas décadas nos encontramos con mujeres que desarrollan su arte para dar a conocer el feminismo y dar visibilidad a las mujeres que han luchado por la igualdad a lo largo de la historia, que aclaran conceptos y aportan ideas para combatir el machismo, que intentan romper, a través de sus publicaciones, los estereotipos de género y mostrarnos a mujeres poderosas.

Queremos mostrar la ilustración como una herramienta de libertad femenina y presentaros mujeres artistas con un modo de expresar su vida, su deseo, compartir su mirada para vincular arte, mujeres y feminismo.

...“Un día las púas dejaron de pinchar y el tiempo se volvió suave”
www.instagram.com/lachicaeriza

La chicaeriza , Virginia Aguilar

“Aunque siempre tuve un lápiz a mano no fue hasta que cumplí la veintena que decido dedicar mi tiempo a dibujar mis historias “normales”, mi imaginario y vivencias en pedazos de papel que inundan mi estudio, telas, maderas y en muros ocasionales. Aterricé en el Módulo Superior de Ilustración en la Escuela de Artes y Oficios, Arte 10 y años después en la escuela de la Palma, en Artes aplicadas al Muro. Ambas en Madrid.

Desde hace años, combino la ilustración con la educación en el tiempo libre e intento introducir las artes como piezas fundamentales dentro del desarrollo adolescente, fomentando el pensamiento crítico para potenciar las herramientas artísticas que cada cual lleva en su interior.

Dibujo por necesidad de retener

instantes de vida que mi mente pierde y así construyo mi particular caja de recuerdos, gotas recogidas en trazos de mujer y destiladas en distintos soportes y con distintas técnicas. Para comprender, fortalecer, avanzar... El color y la línea es mi lenguaje y el papel mi ilusión. Me encantan las cicatrices que dejan los lápices en el papel y las arrugas que deja el papel en la punta de los lápices…y su sonido… mi mirada de mujer al mundo

He participado en varias exposiciones individuales y colectivas, y en eventos que aúnan distintas disciplinas como la danza y el teatro. Entiendo el arte como relación multidisciplinar donde aprender del otro para dar más de uno mismo y viceversa… un motor que una vez prende solamente puede llevar a dimensiones fantásticas.

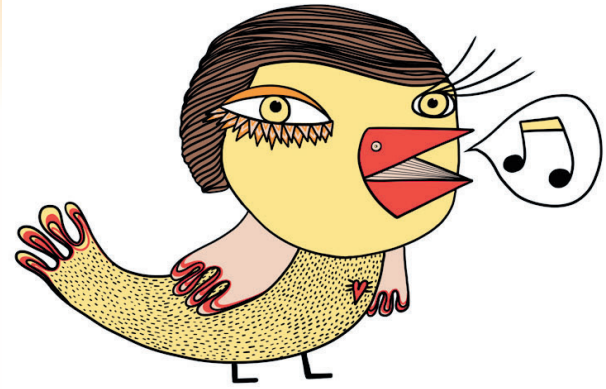
Actualmente vuelo entre el jazz y al swing, danzo con locura entre sus notas, y a ritmo de ellas crea mi mente..."

P.nitas

Soy Inma; ilustradora, artivista y ciberactivista feminista extremeña, Licenciada en Bellas Artes en la Universidad de Barcelona.

Desde hace más de 12 años me dedico a dibujar mi propio universo utilizando gritos y cuerpos de mujer como medio de expresión, desde una sensibilidad radicalmente feminista.

Dibujo mujeres y niñas a través de una imaginería cargada de ironía, franqueza, ingenuidad y picardía. Bocas, vulvas, pelos enmarañados, enormes ojos, cuerpos asimétricos, en movimiento, ilustraciones de bocas y vulvas siempre abiertas, gritos firmes de libertad elevados a la máxima potencia dibujada.



El grito de mujeres de la historia y el imaginario colectivo representado a través de mis lápices y cuadernos. Ilustraciones de líneas expresivas y colores vivos que vibran, sentimientos transformados en grito dibujado.

p.nitas* son ilustraciones de mujeres desnudas que gritan, hablan, lloran, gozan, se contorsionan, cantan, hacen preguntas, buscan respuestas, recitan poemas, a la vez que bailan, silban, tocan palmas, cuentan historias… muestran sus formas posibles, caderas rotundas, pechos voluptuosos, o todo lo contrario… sin miedo ni vergüenza. Siempre con la boca abierta y en VOZ ALTA.

Koe Blasco

Soy Sara Fernández, ilustradora licenciada en Bellas Artes en Valencia.

A través del soporte digital, la tinta china o el collage, creo ilustraciones sencillas, casi infantiles, donde el peso recae en el concepto.

Aunque en nuestra sociedad la empatía no es símbolo de fortaleza, tenemos la oportunidad de compartir, de querer, de llorar, de ser humanos. Mis ilustraciones aplauden a los valientes que se atreven a sentir y mostrarse vulnerables, de forma que las debilidades nos unan para generar lazos y conciencia de grupo.

Pretendo, a través de la ilustración, generar esa llamada de atención: "No estás sola. No eres la única. Caminemos juntas."

Puedes ver algunos trabajos en instagram:@koeblasco

Marta de la Rocha

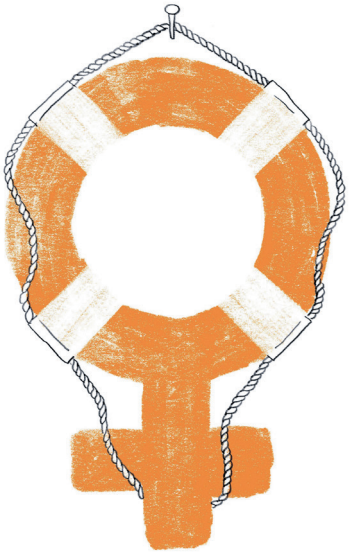
La vida me ha conducido por el camino del arte. Recuerdo dibujar desde niña. Mis inquietudes pictóricas se dividían entre los fondos marinos y el diseño de trajes de princesas Disney. Era una incansable lectora de cuentos ilustrados de María Pascual (no teníamos muchos ilustradores de referencia en aquella época) y sobre todo una fan incondicional de "Esther y su mundo" de Purita Campos. Con ella aprendí a dibujar perfiles. Con el mar sigo obsesionada como medio asturiana que soy, aficionada al submarinismo y apasionada de los tiburones blancos. En cuanto a la moda, soy profesora de dibujo en IADE, dónde me diplomé en Diseño de Moda. Y como artista y retratista trabajo profesionalmente hace dos décadas.

Como soy inquieta y la creatividad siempre me impulsa, pasé unos meses en Londres y a la vuelta y tras variopintas experiencias laborales decidí meterme de lleno en el arte licenciándome en la facultad de Bellas Artes (UCM). No tenía escapatoria, el arte en todas sus manifestaciones siempre me envuelve. Me especialicé en arte feminista, y en la actualidad estoy realizando un doctorado en el Instituto de Investigaciones Feministas y de Género (UCM).

http://www.martadelarocha.com

Emma Gascó

Después de licenciarme en Traducción e Interpretación (UPCO), pasé durante unos años por el mundo de la comunicación relacionada con la cooperación y el ámbito de las ONG



y la incidencia política. Tras esa etapa, copubliqué un libro sin ningún dibujo: Crónicas del estallido: viaje a los movimientos sociales que cambiaron América Latina, un proyecto de tres años sobre la lucha contra el neoliberalismo, por los derechos humanos y la ecología en el continente. Desde entonces, hago ilustración para prensa e imagen gráfica para campañas de colectivos sociales, instituciones y ONG. Formo parte de El Salto, de Pikara Magazine y de la cooperativa de ecovivienda Entrepatios.

Violencia contra las Mujeres y Trastornos de la Alimentación

Psicólogos y psicólogas colegiados/as con experiencia en TCA

Desde hace siglos vivimos la división cultural del mundo en dos grandes modelos, que van cambiando y ajustándose a los tiempos y que se van construyendo según los intereses de las diversas culturas y sociedades. Así se nos presentan modelos de ser mujer y de ser hombre. Las mujeres han desarrollado un género social que se relaciona con los cuidados, la reproducción, y la necesidad de ser vista y reconocida para tener identidad. Los varones, por su parte, han desarrollado una identidad de género asociada al control, la fuerza, el trabajo remunerado, la tecnología y la representación social u política.

Esta diferenciación es una clasificación jerárquica, el varón tiene valor por sí mismo, la mujer debe mostrar su valor en función de la mirada de otros. La construcción de la identidad de género comienza ya antes del nacimiento, desde el momento de la concepción. Las personas individuales van adaptando su comportamiento y su identidad a los modelos y expectativas sociales generadas.

> La delgadez se convierte en un valor social que se muestra a través de los medios de comunicación

Esta jerarquización genera un sistema de relaciones de poder en las que el modelo masculino es el valorado y el femenino el subordinado. Este sistema, que llamamos patriarcal, se asienta sobre una serie de creencias erróneas: los estereotipos de género y el lenguaje sexista y no inclusivo es una de las herramientas por las que el sistema se perpetúa. Esta es la base de la violencia de género, descrita ya por numerosas expertas y expertos.

Al hilo del DÍA DE LA MUJER, los y las miembros del Grupo de Trastornos Alimentarios (anorexia, bulimia y otros) y Obesidad del COP de Madrid, no queremos dejar pasar la oportunidad de remarcar que algunos componentes que "ayudan" a emerger los trastornos alimentarios tienen relación directa con las distintas manifestaciones de la violencia sobre la mujer y las microviolencias de la vida cotidiana, como el ninguneo, la luz de gas, la cosificación, la agresión…

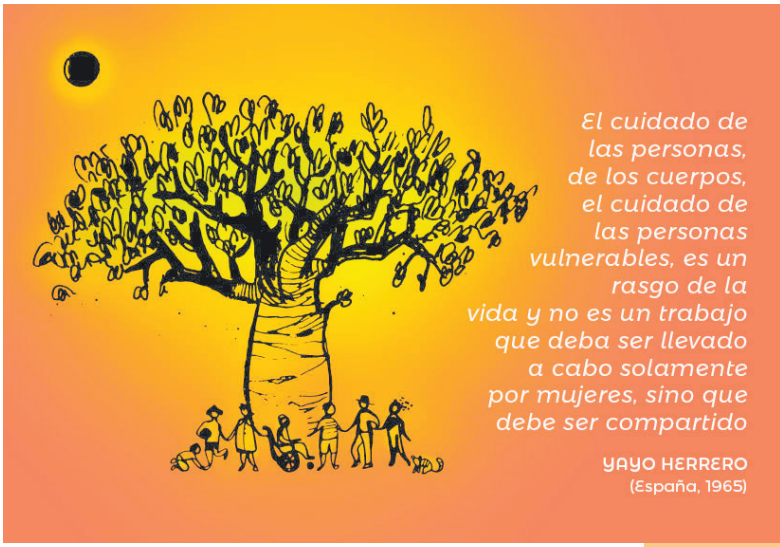
La cultura popular dominante a menudo centra la atención en el cuerpo de las mujeres. Los modelos estéticos, disociados del concepto de salud biopsicosocial y centrados en las modas y el consumo, nos presentan cuerpos imposibles, anclados en la pubertad, se niegan los cuerpos de las mujeres, sus formas y, en este entorno, las mujeres van elaborando su proceso identitario de acuerdo con patrones sociales y culturales en los que la valía está en la apariencia. La delgadez se convierte en un valor social que se muestra a través de los medios de comunicación. Recibimos continuamente imágenes que nos muestran cómo son los cuerpos de éxito y esta presión recae especialmente sobre las mujeres.

Desde los juguetes hasta las revistas, los mensajes diferenciados para niños y niñas, chicos y chicas van conformando los diferentes modelos de ser persona adulta, y en el tránsito de

la adolescencia, se desean cuerpos imposibles que nos traerán el ansiado reconocimiento social.

Los ideales de una belleza eterna, perfecta, sin fallos ni defectos, absolutamente fuera de la realidad se promueven cada vez más desde redes sociales como Instagram, Facebook, Snapchat, entre otras. En estas mismas cuentas, la aparición de comida sana, "healthy" provoca una idea errónea de pautas alimenticias que ayudan también a la formación de los trastornos de la conducta alimentaria en personas con factores psicológicos vulnerables.

La idea que prevalece en el fondo de la cuestión sobre los cánones de belleza que promueven estas redes y cuentas sociales es la de evitar envejecer, en los dos sexos, pero en el caso de la mujer cobra más peso la idea de la eterna juventud, ya que las mujeres sufren más presión, menos valoración, menos visibilidad en todas las esferas de la vida a medida que ganan años y arrugas.



> Educar desde un modelo no sexista, no jerarquizado, es educar en el feminismo

La prevalencia de los TCA (trastornos de conducta alimentaria) en la sociedad es del 0,7% a 3% de TCANE (trastornos de la conducta alimentaria no especificado) 1% de bulimia nerviosa en mujeres y 0,3% de anorexia nerviosa en mujeres jóvenes (fuente, Revisión Sistemática de Evidencia Científica: RSEC 2006), aunque los datos de la prevalencia varían según país y estudio escogido, habiendo estudios que elevan la cifra a un 14% de la población.

Hablar de trastornos de alimentación (anorexia, bulimia y otros) implica comprender y abordar el problema desde variables bio-psico-sociales. Alrededor del 90% de las personas afectadas son mujeres frente a un 10% de hombres. Dentro de los factores predisponentes, perpetuantes y precipitantes tenemos el haber sufrido abusos sexuales, la educación orientada al cuidado del otro y no al propio cuidado, modelos estéticos dominantes que promueven la extrema delgadez y no representan la diversidad, presión a la mujer de tener pareja como medio de realización personal y social, cosificación en la publicidad, retoque fotográfico publicitario como forma de engaño…

Luchar contra el machismo es educar en la igualdad de derechos. Educar desde un modelo no sexista, no jerarquizado, es educar en el feminismo. Educar para ser, para que cada persona tenga valor en sí misma, con independencia de las tradicionales categorías socioculturales y de género. Trascender el sistema patriarcal supondría una disminución en la tasa de diagnóstico y la mejora del éxito del tratamiento.

Los y las miembros del grupo de trabajo en Trastornos Alimentarios y Obesidad del Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid condenamos todo tipo de machismo, macro y micro, evidente y sutil y apoyamos la construcción de un modelo social feminista en el que se promueve la igualdad de derechos entre hombres y mujeres, la igualdad de derechos entre todos los seres humanos sin categorizaciones.

Entrevista a Natalia Duarte

Hace un año corrieron como la pólvora los titulares de que un personaje tan importante en Hollywood como Harvey Weinstein era destituido de su empresa tras la publicación, por parte de The New Yorker y The New York Times, de numerosas acusaciones de acosos sexuales supuestamente cometidos durante décadas y silenciados a golpe de talonario. Testimonios como los de Mira Sorvino, Angelina Jolie o Gwyneth Paltrow desencadenaron un enorme terremoto en Estados Unidos que se ha sentido en todo occidente y que ha ido derribando, en cascada, a hombres poderosos, semidioses en sus respectivos gremios. Testimonios que han animado a cientos de miles de mujeres anónimas que, bajo el grito de Me too (Yo también) y sintiendo que no están solas, han roto el silencio y se han lanzado a compartir sus propios casos de abuso.

El fenómeno ha generado un potente movimiento de mujeres principalmente contra la discriminación, la desigualdad y las violencias invisibilizadas. Además vemos que esta "cuarta ola del feminismo" puede actuar como catalizador para luchar y visibilizar la raíz del problema: la discriminación de la mitad de la sociedad.

En España, varias actrices españolas reconocieron en diferentes medios la existencia de acoso sexual en el cine español y muchas mujeres de todos los lugares han defendido el movimiento a través de redes sociales, haciendo público su "me too" vivido en cualquier espacio público o privado.

Esto ha su supuesto un cambio importante al poner la carga de la responsabilidad en el acosador, maltrador o machista y no en las mujeres. Les ha dado credibilidad.

Natalia, tienes una gran trayectoria como actriz en teatro, principalmente en la Compañía Nacional de Teatro Clásico y ahora en televisión. También en 2017 obtuviste el premio como mejor actriz en el festival Iberoaméricano de ABC.

¿Cómo ves este movimiento en tu entorno social y laboral?

Siento que ha habido un pequeño cambio, sé que hemos empezado a hablar más, sobre todo entre nosotras. Pero creo que, a veces, las redes sociales generan olas de opinión momentáneas que dan la sensación de crear movimientos muy fuertes, pero que en realidad se desinflan al poco tiempo. Como si se generasen modas esporádicas y efímeras. Y creo que eso es peligroso.

¿Te parece que estas situaciones de abuso también se han dado por parte de directores o, incluso compañeros hacía actrices en España?

Sí que hay situaciones de abuso en España, tanto a actrices como a otras mujeres. Es importante hablar con mucha seriedad sobre este tema y empezar a sentar bases para conseguir herramientas que nos ayuden a actuar frente a estas situaciones.

¿Existe algo parecido que vivan los hombres?

La verdad es que he podido hablar con muchos compañeros, familiares y amigos y no creo que los hombres se enfrenten a esas situaciones de manera cotidiana. No existe algo parecido porque cuando nosotras expresamos lo que hemos vivido tanto a nivel personal como a nivel profesional, la reacción de ellos siempre ha sido de sorpresa. Parece que les sorprende que pase tantas veces y a tantas mujeres, y creo que les asusta darse cuenta de que son mujeres cercanas a ellos las que sufrimos los abusos.

¿Has notado la influencia de este movimiento en tu entorno?, ¿Han cambiado cosas, o por el contrario todo sigue igual?

Como he dicho en la primera pregunta creo que sí que he notado una cierta apertura a la hora de poder dialogar entre nosotras y con nuestros compañeros masculinos sobre la situación. Yo me he dado cuenta de que somos muchas las que hemos vivido momentos duros a lo largo de nuestra vida y nuestra carrera y antes de este ¨movimiento¨ no habíamos hablado demasiado sobre ello. Espero que no se quede en una anécdota y estemos en el camino de la reflexión.

Entrevista a

En España hay un 52% de mujeres y los personajes femeninos en el cine son un 20%, ¿crees que lo femenino no interesa?, ¿a qué crees que se debe?

Yo pienso: ¿Cómo no va a interesar lo femenino? ¿Qué quiere decir lo femenino? Pero es verdad que de un modo u otro se me aparecen todos los estereotipos a los que, supuestamente, tendríamos que acercarnos las mujeres. Me veo envuelta en dudas con respecto a mi imagen, mi nariz, mis pechos, mi pelo(por ejemplo)…y todas estas dudas responden a unos

patrones que no son míos, que no tienen nada que ver con mis motivaciones. Por eso creo que apenas se cuentan historias en las que aparezcan mujeres de todas las edades, con sus conflictos y con sus cuerpos reales. Parece que hay años de nuestra vida como mujer que es mejor obviarlos. Me hace pensar que es doloroso para la sociedad asumirnos a las mujeres tal y como somos. ¿Doloroso o amenazante? no lo sé.

Como actriz ¿consideras que en el campo de la interpretación existe igualdad de oportunidades de trabajo para hombres y mujeres? ¿Cómo podría mejorar?

No creo que haya igualdad de oportunidades, y podemos comprobar claramente como el papel de la mujer ha estado supeditado al del hombre a lo largo de toda la historia. Ahora mismo hay muchas actrices, escritoras, dramaturgas, escenógrafas, directoras que están luchando con mucha fuerza para intentar eliminar

Natalia Duarte

esta brecha. Podríamos mejorar aumentando el diálogo, apostando por las mujeres y sus trabajos de calidad, y generando debate y reflexión. Es importante reconocer la realidad objetiva y no poner ninguna excusa.

Ahora estás interpretando a Carolina en "Amar es para siempre" de Antena 3, una serie ambientada en 1975. Al preparar el papel ¿has notado las diferencias entre lo que era ser mujer en esa época y en estos momentos?

Bueno, la verdad es que no hemos cambiado apenas. Casi todas mis palabras podrían decirse en la actualidad. Sí que hay algunos temas que podemos expresar de otra manera, pero me doy cuenta de que seguimos siendo esclavas de las mismas responsabilidades impuestas.

¿Cuál sería el personaje que te gustaría representar? ¿Por qué?

A mí me gusta representar cualquier personaje. Creo que es importante reconocer y aceptar la pluralidad. Precisamente abriendo el rango de personajes y maneras de pensar podré entender mejor quién soy. Eso me interesa, generar conflicto y debate conmigo misma. Si puedo encarnar distintas momentos históricos, distintas maneras de pensar, estaré ampliando mi realidad. No querría hacer solamente personajes que me resulten atractivos porque comparten ideas o situaciones similares a las mías. Supongo que lo que me interesa es el ser humano, con sus dudas, sus contradicciones, sus lados menos aceptados socialmente, en realidad, con todo lo que conlleva ser una persona, y eso es infinito.

¿Cuál sería para ti el reto a conseguir en los próximos años?

El reto global como sociedad es llegar a la igualdad real entre hombres y mujeres. Una igualdad que abarque todos los ámbitos: laboral, social, sexual, etc.

Me parece importante generar estos debates como adultos para poder trasladarlos a la educación de nuestros hijos. Creo que uno de los retos más urgentes está en la educación. No podemos dejarlo pasar más tiempo, hay que empezar a accionar, y en los más pequeños está la posibilidad del cambio para que desaparezcan de una vez las brechas.

Yo de manera personal intento acercar mi futuro y mis posibilidades al presente más inmediato. ¿Qué puedo hacer yo con el conocimiento que tengo hoy para ir hacia un camino mejor que el de ayer? Y supongo que el reto para mí es ser más precisa, ser más honesta. Escuchar, informarme y ponerme en duda. Así creo que podré sentar unas bases más reales que no desaparezcan como si fuesen modas pasajeras.

Microrrelatos 2017

Categoría juvenil

Esperanza

El primer amor nunca se olvida, eso dicen…cuando le conoció todo brillaba con una luz distinta. Se sentía feliz, mejorada. Vamos a estar siempre juntos, decía él. No necesitamos a nadie más, decía. Tú eres mía y yo tuyo, decía. Empezó a mirarle el móvil, no tenemos que tener secretos, decía. Un día en el instituto pusieron un cartel, "Si duele, no es amor" y a ella le dolía tanto! se puso a llorar, no podía parar, salió todo, impotencia, rabia, vergüenza. Ha pasado el tiempo y ella brilla con luz propia, siempre fuerte, siempre erguida va hacía su futuro.

Candela Viguera Mingot.
Ganadora categoría juvenil. Alpedrete

Una llamada contra las malas hierbas

Mi mano temblaba. La acercaba al teléfono, para luego echarme hacia atrás. Lágrimas, miedo y asco se mezclaban en un líquido rojo y espeso. Recordé lo que me decía mi madre de pequeña. "Para que crezca un rosal hay que arrancar las malas hierbas". También recordé como le había prometido a mi madre que sería una mujer valiente, con la cabeza alta, siempre fuerte, siempre erguida. Y no sé si fue valentía, rebeldía o asco por la situación en la que estaba. Pero fue lo suficiente como para alargar la mano y susurrarle al teléfono "necesito ayuda".

Irene Díaz Lázaro.
Primera finalista categoría juvenil. Alpedrete.

Punto y aparte

Ya me he cansado de sentirme inferior, de no poder salir con mis amigos, de vestirme para él, de depender siempre de alguien y, sobre todo, me he cansado de engañarme a mí misma, intentando convencerme de que va a cambiar, porque no lo hará.

De aquí en adelante todo irá a mejor, no digo que vaya a ser fácil, pero no volveré a caer. Me mantendré siempre fuerte, siempre erguida, con la cabeza alta y la mente abierta.

Beatriz Hernández Pérez.
Segunda finalista. Hoyo de Manzanares.

Categoría adulto

Doña Oliva

Doña Oliva vivía en mi rellano pared con pared. Era viuda, había sido maestra, siempre fue vecina discreta: jamás me pidió huevos, ni azúcar, ni explicaciones, ni siquiera cuando iba a su casa a recoger a los chicos después de resguardales allí, los días malos, los de gritos y golpes. Cuando murió, su hija llamó a mi puerta y me tendió un libro antiguo Nada. "Lo dejó para ti", me dijo abrazándome. La dedicatoria "Siempre fuerte, siempre erguida" estaba escrita con la letra temblorosa de Oliva. Esas cuatro palabras consiguieron, por fin, que mis hijos y yo voláramos.

María Vallejo Martín-Albo.
Ganadora. Hoyo de Manzanares

Dos minutos

Él habría preferido un portazo, a su estilo, pero ella se fue despacio, casi deslizándose. Había preparado una bolsa. Respiró hondo y lo miró a los ojos sin temblar. Disimulando el dolor del costado, siempre fuerte y siempre erguida, salió de casa. Cruzó la calle hacia la parada. Antes de entrar en el taxi, dejó sus cosas y con un hilo de voz dijo al conductor, deme dos minutos. Le escocía la mirada de él desde el balcón, sacó un spray del bolso y junto al portal escribió: AQUÍ VIVE UN MALTRATADOR.

Maria E. Rueda Sabater.
Primera finalista. Moralzarzal.

Valor

Me quedan 4 metros. ¡Falta tanto! Atrás Kilómetros de golpes, insultos, gritos, lágrimas de desilusión, de rabia. Kilómetros de dientes y puños apretados, algún beso envenenado, dulces palabras de lengua de serpiente. Delante ¿qué tendré? En otro amor no creo, ser madre también me lo rompió, ¿qué queda por hacer?, ¿por ser?

De pronto, una brisa suave que acaricia y no golpea, brisa que huele a sol bronceador y no a sangre seca, es brisa de niñez y me doy cuenta que me queda libre por ser y vivir por hacer. Así que ¡siempre fuerte!, ¡siempre erguida!. Entro y denuncio.

Javier Vegas Sala.
Segundo finalista. Torrelodones.

XI Concurso de Microrrelatos
Contra la Violencia de Género 2018

Categoría adulto

Manolo

Manuel era noble, guapo y fuerte; tenía tanta fuerza que se tumbaba en el suelo, nos levantaba sobre sus pies y conseguía que mis hijos y yo voláramos riendo.

Creía que Manolo era igual que su padre, así que ninguna novia me parecía suficientemente buena para él. Pero ahora, observo cada domingo a mi nuera y cuando nos deja ver sus ojos, no noto alegría en ellos y peor aún, tampoco siento en los de Manolín que haya volado nunca.

Aunque mi hija dice que pienso barbaridades y que es imposible que su hermano sea así ¡Tengo que hacer algo!

María Vallejo Martín-Albo.
Ganador. Hoyo de Manzanares.

Sorpresa

Lo guardaba en secreto, pero todos sabíamos que ella, la más pequeña, tenía algo preparado para la fiesta de su cincuenta cumpleaños.

Dejó que amigos y compañeros homenajearan al admirable hombre sin tacha y después proyectó su collage audiovisual confirmando que además era el padre y esposo ejemplar. Sin embargo, a dos minutos del final, las convexas sonrisas que llenaban la sala, mutaron en horizontales muecas al aparecer sin censura los sonidos e imágenes que había guardado del hombre perfecto en su teléfono móvil. Ahí se acabó la fiesta. Pero ya fue inevitable que mis hijos y yo voláramos.

Gonzalo Muñoz Hernández.
Primer finalista. Moralzarzal.

Seis Letras

Cuando colgué, no sabía que sentir, Andrés, el padre de Julia y Miguel, quería vernos.

Ellos habían crecido conmigo, lejos de lo que decidí dejar atrás asustada, desorientada, con mi hogar y mis heridas encerrados en una maleta.

Nerviosa esperé a que mis hijos volvieran de la universidad. El silencio que se instaló entre los tres fue roto por Miguel; - que vas a hacer mamá?

Perdón tiene seis letras. Seis letras, que en nuestro encuentro, Andrés pronunció varias veces despacio, con profunda emoción e hicieron que mis hijos y yo voláramos.

Alfredo González Salvadores.
Segundo finalista. Hoyo de Manzanares.

Categoría juvenil

Vuelta a la armonía

A continuación, la inspiradora canción: "Que mis hijos y yo voláramos". Un piano empieza tocando las primeras notas de la canción. Son notas suaves y tímidas. Poco a poco empieza a oírse un saxofón, y su sonido, fuerte e imponente, al mezclarse con el piano, crea una bonita melodía. Sin embargo, llega un momento en que el saxofón ahoga al piano, y solo se le oye a él. Pero, al final de la canción, un conjunto de flautas le devuelven la esperanza al piano, acallando al saxofón, y devolviéndole la alegría.

Rocío de Haro San Martín.
Ganadora. Alpedrete.

Evolución cromática de la libertad

Día 1: Me miro al espejo. Mi ojo: Morado
Día 2: Duele. Negro
Día 3: "Respira", pienso. Azul
Día 4: Recapacito: mi vida, mi futuro, la libertad. Verde
Día 5: Ya no me duele. Mis hijos, su vida, su futuro, su libertad. Amarillo
Día 6: Volar, lejos, feliz, volver a ser yo. Blanco
Día 7: Morado, Negro, Azul, Verde, Amarillo, Blanco
Los colores consiguieron que mis hijos y yo voláramos.

Julia Dubois Gómez.
Primera finalista. Hoyo de Manzanares.

Volver a ser

Que mis hijos y yo voláramos era un sueño inalcanzable hace un par de meses, cuando aún vivía con Sergio. Cuando no quería que acabaran los agotadores días de trabajo sólo para no volver a casa y que los niños nos viesen discutir y … bueno, que me viesen sufriendo tanto. Pero ahora ya no. Ahora sólo quiero recoger a mis niños del cole y ver una peli (o dos), hacerme un peinado diferente, pintarme los labios y ponerme ese vestido rojo que tanto me gusta. Y bailar. Y cocinar. Y reír como lo hacía antes. Volver a ser yo misma.

Míriam Santamaría Mínguez.
Segunda finalista. Alpedrete.

No fabricamos **mujeres en serie**

Tatiana Isaza (Directora artística de la Compañía Artística 2x2DEYAVÚ)

"Hay mujeres que luchan un día y son buenas. Hay otras que luchan un año y son mejores. Hay quienes luchan muchos años, y son muy buenas. Pero hay las que luchan toda la vida, esas son las imprescindibles.
(Adaptado de Mercedes Sosa y Bertol Brech).

La cultura patriarcal ha querido históricamente dominar a las mujeres como objetos para sus fines y deseos; uno de estos fines es el cuidado de la vida y la crianza en el hogar donde la mano de obra, sin ningún coste, corre a cargo de las mujeres, por estar "supuestamente" dotadas para ello. Así el sistema machista se beneficia, el hombre no se quiere mover de su lugar cómodo y no asume estos roles naturalizando la situación bajo el cobijo de la cultura patriarcal.

"La cuestión del cuidado no es un asunto de mujeres. Es una necesidad de todas las personas que somos vulnerables e interdependientes. Los avances sustantivos que las mujeres han experimentado en términos de participación económica y política y de reconocimiento de derechos en diversos campos deberían también expresarse en el ámbito de la organización del cuidado, en el cual los cambios resultan, por el contrario, extremadamente lentos. Lograr mayor justicia en este campo es un paso ineludible para alcanzar mayor equidad económica y social, y construir sociedades más igualitarias.." (Corina Rodríguez, 2015)

Así, como lo plantea Corina Rodríguez, la mujer se utiliza como objeto para la reproducción y el trabajo doméstico, y en este sentido no se valora a las mujeres por todas la labores que realizan, no solo en casa, sino también hoy en día como mano de obra en los puestos de trabajo, donde reciben menos en comparación con los hombres. Además no se las pone en el lugar que deberían estar por sus capacidades, lugares de alto rango en direcciones o cargos superiores, por lo

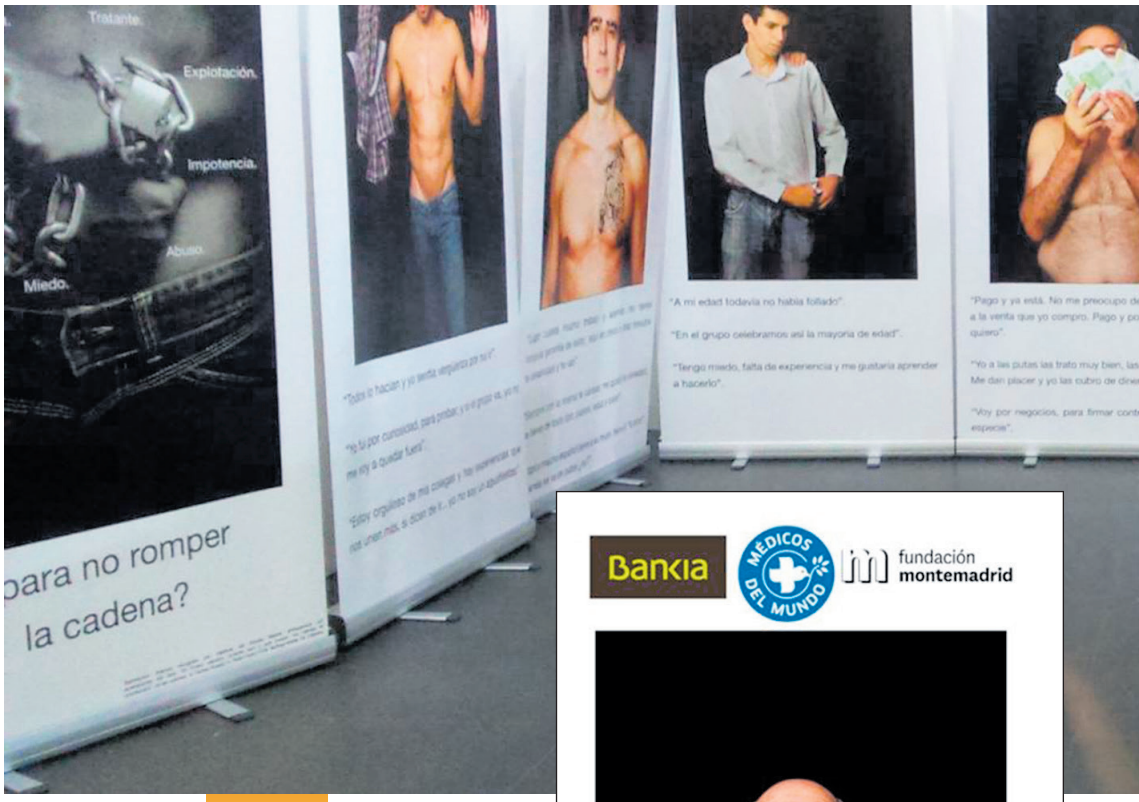
"El sistema reproduce hombres para la violencia con los anuncios donde se muestran a las mujeres como cosas, objetos para el deseo o portadoras de hijos

"La mujer se utiliza como objeto para la reproducción y el trabajo

que podemos decir que, aunque se ha avanzado en este aspecto, no hemos logrado una auténtica equidad. Así mismo, los espacios que se ofrecen a las mujeres como lugar para el pensamiento o el empoderamiento no son vistos como importantes y por ende pasan a un tercer plano para la inversión y la asignación de presupuestos.

El sistema reproduce hombres para la violencia con los anuncios donde se muestran a las mujeres como cosas, objetos para el deseo o portadoras de hijos. Por ello se creen dueños de sus vidas, y a veces se otorgan el poder para quitar sus vidas, en los múltiples casos de feminicidios. Pero esta violencia no solo es directa sino que invisiblemente se otorga el poder que les da el sistema para determinarlas en cómo deben hacer o actuar bajo el mando de la buena mujer .

En este sentido, si se quiere realizar un cambio social se debe permitir a las mujeres tener un lugar en el que estén en igualdad de condiciones, y que tanto hombres como mujeres asuman las responsabilidades correspondientes en el hogar, en la crianza, en el trabajo y en el deseo para no seguir fabricando mujeres en serie para el sistema machista.



EXCUSAS

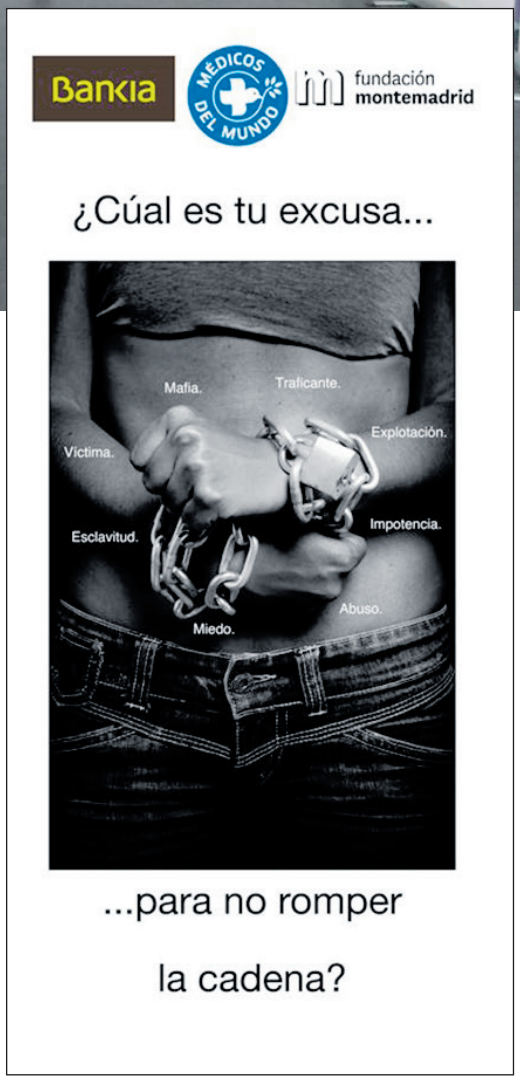
Una muestra que recoge las excusas de hombres para consumir sexo de pago

Bankia · Médicos del Mundo · fundación montemadrid

"Pago y ya está. No me preocupo de nada más, es algo a la venta que yo compro. Pago y por tanto, hago lo que quiero".

"Yo a las putas las trato muy bien, las tengo como reinas. Me dan placer y yo las cubro de dinero".

"Voy por negocios, para firmar contratos y gratificar en especie".



'Excusas. Por qué hay hombres que pagan por sexo exclavo'
(Cedida por Médicos del Mundo)
hasta el 28 de noviembre en el Centro de Servicios Sociales de Torrelodones

Tengo voz, tienen voz

Las heridas se curan, sólo es cuestión de tiempo. Me he sentido humillada, vejada, controlada… una loca también. Nunca recibí un "golpe físico", sí otras muchas cosas.

No estoy interesada en remover nada de eso, hoy camino firme, segura, he ganado peso, soy FELIZ. Hoy vuelvo a ser yo, a querer a la loca, no tengo por qué complacer a nadie ni gustar a todo el mundo. Me equivoco y, sorprendentemente, nadie me grita por equivocarme. Me río a carcajadas, me enfado y lloro porque quiero, cuando lo necesito. Hoy camino en LIBERTAD.

No obstante todo eso, que no es poco, algo me duele, algo hace que me remueva en la silla.

Tiene siete años, es adorable, cariñosa, juguetona, risueña, muy activa y tremendamente emocional. Tiene dos enormes y brillantes ojos, yo diría que su mirada es inteligente, pero claro, soy su madre.

Se encontró de golpe en una situación que requería duelo, como otros muchos niños de su edad, ni más ni menos. Siempre he pensado que ella se adaptaba a los cambios rápidamente, y lo hizo. Es capaz de dar más de lo que recibe, es capaz de justificar lo injusto, pero es justa en su inocencia. ¿Y yo que la eché una mano para que viera la luz, qué podría hacer hoy por ella? Primero, ayudarla a quererlo tal y como es, ayudarla a entender que sencillamente se enfada mucho porque no conoce otro camino para solucionar situaciones.

"Se encontró de golpe en una situación que requería duelo, como otros muchos niños de su edad, ni más ni menos

Pero quiero enseñarle algo más, que las cosas no son como son y así deben quedarse, porque me siento reivindicativa. Tengo la obligación de enseñarle a protestar, a no callarse, a no conformarse, a no aguantarlo todo, sólo porque si no lo hace alguien se enfada. Incluso si la persona que se enfada es una de las dos personas más importantes de su vida.

Y llega la siguiente pregunta, y yo que tanto la quiero, ¿cómo puedo enseñarle todo eso? En ese preciso momento es en el que me encuentro ahora, a veces paralizada, otras motivada a hacer algo más. Explicarle que no debe tener miedo, que no sea una persona sumisa, he entendido que es toda una agresión, sería tratar de modificar lo que ella siente.

Cuando hay un divorcio los más afectados son los niños, los que más pierden son ellos. Cuando hay un divorcio conflictivo, las consecuencias para ellos son demoledoras. Están en el medio de dos personas que, en el mejor de los casos, no se encuentran en sus mejores condiciones para tomar las decisiones, no ya que favorezcan, sino que menos perjudiquen a sus hijos.

Dos personas que se enfrentan, detrás de ellas dos abogados, un procurador y un juez. Al lado, familiares y amigos. Todos ellos velando por los intereses de los menores, pero sin atenderlos suficientemente, sin escucharlos, sin verlos en la mayoría de los casos.

Y llega la tercera pregunta ¿somos conscientes de que tienen voz? ¿nos paramos a pensar que tienen

algo que decir, un dolor que expresar? Ahí es donde me gustaría llegar con toda esta reflexión. Los menores también necesitan a su "abogado", a su representante. Se me ocurre que quizá sea una persona que deba depender de algún organismo público (Ministerio Fiscal, Defensor del Menor…) que haga un seguimiento, que se interese por su evolución, por sus miedos, por sus vivencias en esa transición tan importante de su vida.

En mi humilde opinión, no los escuchamos, no sabemos si viven un conflicto, si están callando algo, lo que de verdad necesitan, en definitiva.

Y en esta osadía es en la que me encuentro, me atrevo a lanzar un órdago a la grande (no tengo ni idea de jugar al mus) y llamo a quien pueda interesar para que hagamos algo por ellos, para que hagamos el esfuerzo de movilizar a políticos, a organismos públicos, jueces, fiscales, abogados… y les pidamos que escuchen a quienes tienen voz, porque seguramente tienen algo muy importante que contar.

Y mi cuarta pregunta ¿para qué? Que cada uno saque sus propias conclusiones. La mía es para ella. No quiero que siga teniendo miedo, me gustaría que pudiese expresar sus sentimientos sin ser castigada por ello. Pretendo que pueda decir, "amar a mi madre es algo que me nace de dentro, puedo amaros a los dos".

> "Los menores también necesitan a su "abogado", a su representante que haga un seguimiento, que se interese por su evolución, por sus miedos, por sus vivencias en esa transición tan importante de su vida

Finalmente, me pregunto ¿cómo podría hacerse? Me gustaría pensar que en forma de asociación sería una manera. Una asociación que pidiese a quienes tienen la posibilidad de decidir que se esfuercen por pensar en ellos como los adultos que serán mañana. Y para que sean más justos mañana, les hagan un seguimiento hoy, que sepan por lo que están pasando hoy, y la única manera es preguntarles a ellos, porque tienen voz.

Anónimo

"Poses" un proyecto de Yolanda Domínguez

https://yolandadominguez.com/portfolio/poses/

Una de las discriminaciones directas más evidentes a que nos vemos sometidas las mujeres es sin duda la esclavitud de la imagen a la que tenemos que responder ante los prototipos de mujeres que se nos asignan.

Las mujeres debemos permanecer jóvenes, delgadísimas, etéreas, sumisas, los mensajes repiten, a veces sutiles pero casi siempre claros y directos, que sus puestos en la sociedad, en el hogar y en la empresa están condicionados por la calidad de nuestro pelo, por lo bien que olemos o por lo eficaces que somos comprando un detergente u otro.

"Poses" es una crítica a la representación de la mujer en las editoriales de moda. Estas imágenes (mujeres desparramadas, extremadamente delgadas, sumisas, enfermizas, absurdas…) funcionan como referente de lo "femenino" en los mass media y tienen una enorme influencia en la construcción de roles y comportamientos de hombres y mujeres.

En esta acción un grupo de mujeres reales traslada estas poses del contexto de la moda a

escenas cotidianas: la cola de un museo, el supermercado o un semáforo, provocando la reacción de los espectadores que acuden alarmados a socorrer a las mujeres o avisar a la policía. El objetivo es descontextualizar las imágenes que asumimos como "glamourosas" para desvelar su verdadero significado.

El proyecto "Poses", que cuenta con más de 1 millón de reproducciones en Youtube, ha sido di-

fundido y analizado en medios de comunicación de todo el mundo y ha tenido un impacto social: muchas mujeres anónimas comenzaron a realizar sus propias versiones de las poses ridículas que encontraban en las revistas, lo que dió origen a dos nuevos proyectos: "Pose N° 5" una convocatoria colectiva para imitar una pose concreta de la campaña de Chanel y la página web www.strikethepose.org una plataforma online a la que los usuarios pueden subir y denunciar poses denigrantes y realizar sus propias versiones.

También ha sido incluido en diversos programas educativos sobre género y conciencia social.

Queremos invitar a la reflexión sobre cómo funciona la publicidad creando referentes femeninos de difícil existencia.

Arturo y Clementina, Rosa caramelo e Historia de los bonobos con gafas:

Tres libros infantiles para educar en igualdad

María José Bruña Bragado
Profesora Titular de Literatura Española e Hispanoamericana. Universidad de Salamanca
Autora del Manual de literatura infantil y juvenil. Guía libertaria de lecturas para niños (editorial Síntesis)

"Graciela propuso a cuarenta escolares, comprendidos entre los siete y los doce años, que describieran a Adán y Eva, en el Paraíso. Luego recogió las respuestas. [...] Acerca de las virtudes y defectos de Adán y Eva, Graciela obtuvo los siguientes resultados: Adán es valiente (35), honrado (23), trabajador (38), inteligente (38), responsable (29), obediente (22). Su principal defecto es escuchar a las mujeres (33). En cuanto a Eva, se le reconoció sólo una virtud: bella (30). Un alumno dijo que era curiosa, pero que no estaba seguro de que ésa fuera una virtud o un defecto. En cambio, la lista de sus defectos es mucho más numerosa; 39 alumnos la juzgaron excesivamente curiosa, 33, charlatana y 25, consideraron que tenía mal carácter, 22 dijeron que era holgazana y 3, que era una frívola. Después, los alumnos y las alumnas se fueron a jugar". **Cristina Peri Rossi**

Felicidad Orquín analiza ideológicamente la década de los setenta y destaca que en 1971 un grupo de profesoras de la Universidad de Princeton investigó la imagen de la mujer en la literatura infantil en quince colecciones de libros y llegó a la conclusión de que lo que aprendía la infancia era, en esencia, que los hombres eran dominadores y las mujeres pasivas. Ya en la literatura popular y los cuentos de hadas, por ejemplo en La Cenicienta, Blancanieves y los siete enanitos o La Bella Durmiente del bosque, el mensaje implícito era que las mujeres son o buenas, sumisas y obedientes como sus protagonistas, o crueles y perversas –como las brujas y madrastras antagonistas-, y reciben castigo por ello. Los príncipes son los que despiertan a las princesas dormidas, los que recorren caminos peligrosos, vencen a difíciles enemigos y los que salvan y rescatan a las doncellas. Los personajes masculinos tradicionales son los que van a trabajar para traer el pan a casa, mientras la mujer limpia, se queda al cuidado de los niños o preparando una comida. La Bella Durmiente, por ejemplo, se presenta como el excelso personaje romántico fijado en el siglo XIX como el ideal femenino que se debía imitar. Representaría, en el movimiento más misógino de todos los tiem-

> En Arturo y Clementina dos tortugas enamoradas, Arturo y Clementina, deciden vivir juntas. Clementina afirma ilusionada: "Ya verás qué felices seremos. Viajaremos y descubriremos otros lagos, ¡será una vida estupenda!"

"Rosa Caramelo es otro clásico de la LIJ feminista, la coeducación y la igualdad recuperado por Kalandraka en estos últimos años.

pos, una de las escasas formas "aceptables" del "estar" femenino: las durmientes. La mujer duerme y espera –el hombre, entre tanto, actúa-. La pintura romántica retrató hasta el cansancio, o a mujeres dormidas sobre lecho de agua o sobre flores –pensemos en la Ofelia de Millais-. El sueño-muerte sacrificial simboliza una forma extrema de obediencia femenina, con la noción dualista implícita que convertía las relaciones hombre-mujer en una simple cuestión de dominación y sumisión, creando un espacio en el cual el varón podía vivir, realizar sus sueños, sin competidores en la intimidad.

En 1975, la UNESCO decreta el Año Internacional de la Mujer. Así es como nace en Italia, a mediados de los años setenta, la colección de referencia "Della parte delle Bambine" que se tradujo enseguida en España como: "A favor de las niñas", con textos de Adela Turin y Nella Bosnia. En ellos, desde una postura progresista y conscientemente militante no exenta de un acentuado lirismo y un extraordinario cuidado estético, se mostraban las diferentes maneras de opresión sobre la mujer –y el hombre- y cómo liberarse de ellas. Ofrecen una crítica inteligente y nada dogmática a esta situación sexista y muestra de ello es que cuatro décadas más tarde la prestigiosa editorial infantil Kalandraka ha decidido reeditar todos ellos en España.

En Arturo y Clementina dos tortugas enamoradas, Arturo y Clementina, deciden vivir juntas. Clementina afirma ilusionada: "Ya verás qué felices seremos. Viajaremos y descubriremos otros lagos, ¡será una vida estupenda!". Sin embargo, los planes de ella no coinciden con los de él. Arturo decide pescar, él solo, para ambos. Y Clementina se aburre. Cuando se lo confiesa a Arturo, éste le contesta: "Sólo se aburren los tontos". A Clementina le daba mucha vergüenza ser tonta. Un día le dijo a Arturo que quería tocar la flauta, otro que anhelaba pintar. A Arturo estas ideas le parecen auténticos disparates. "¿Tocarla flauta, tú? ¡Si ni siquiera distingues las notas! Eres incapaz de aprender. ¿Pintar, tú?

¿Es que te crees una artista? ¡Qué bobada!". Arturo era una tortuga macho muy complaciente. Cuando Clementina quiso tocar la flauta, le ofreció un aparato para oír discos; cuando pretendía pintar, le regaló un cuadro. A estos regalos se sumaron muchos más. Clementina se sentía, sin embargo, torpe, incapaz, estúpida, una tortuga que siempre pedía cosas absurdas y sin sentido. Arturo creía satisfacer todas sus necesidades y se mostraba orgulloso de ello. Sin embargo, un día regresa a casa y la encuentra vacía. Clementina había abandonado aquel hogar donde, se suponía, tenía de todo. Todavía hoy Arturo les sigue diciendo a sus amigos: "Qué ingrata la tal Clementina. ¡No le faltaba de nada!". Como se ve, es un libro idóneo para visibilizar la violencia de género desde una perspectiva psicológica –menos evidente pero igual de dolorosa y dañina que la física- y debatir temas como la libertad de elección, la vocación profesional y la igualdad.

> "En Historia de los bonobos con gafas se presenta un país en el cual los bonobos -los hombres- cifran el progreso en viajar al extranjero, aprender cuatro palabras inútiles y llevar gafas

Rosa Caramelo es otro clásico de la LIJ feminista, la coeducación y la igualdad recuperado por Kalandraka en estos últimos años. De hecho, casi más de cuarenta años después –yo diría que más que nunca ante la oleada ideológicamente conservadora que nos azota-, sigue siendo pertinente poner en manos de niños y niñas este cuento exquisito que muestra las peripecias de la audaz elefantita Margarita –destinada a ser una muy femenina y sumisa hembra de color rosa-, para liberarse de las ataduras, descubrir el significado de la libertad y abrir el camino de la igualdad para sus compañeras de manada. Es un espléndido libro ilustrado, con un texto asequible y atractivas ilustraciones y pone el énfasis en este caso en la subversión de valores supuestamente asociados a la femineidad como la belleza, la pasividad, la docilidad o sumisión mediante el enfrentamiento valiente, la confrontación individual con la sociedad, con la cultura –con los padres y el resto de elefantas-. Otros libros interesantes de la misma autora italiana, en los que se potencian los valores supuestamente femeninos y se ridiculizan –de forma matizada y no ácida- los que se asocian al dominio masculino son La chaqueta remendada o Las cinco mujeres de Barbanegra, que fueron también tempranamente traducidos al español. En Historia de los bonobos con gafas se presenta un país en el cual los bonobos -los hombres- cifran el progreso en viajar al extranjero, aprender cuatro palabras inútiles y llevar gafas. Por estas razones son superiores a las bonobas, sus mujeres, ejercen el poder y no trabajan. Las bonobas, en cambio, trabajan para resolver todas las dificultades de la vida y proveer a la subsistencia diaria. Aunque los bonobos no las dejen estudiar, las bonobas aprenden las cuatro palabras inútiles y quieren ponerse gafas. Ante la resistencia de los bonobos, las bonofas y sus bonobitos trasladan su campamento a otro rincón del bosque, trabajan para ellas solas y para sus hijos y hasta se cuelgan en hamacas colgadas de los árboles. Los bonobos se ven así obligados a trabajar ya buscarse el sustento, razón por la que prescinden de sus gafas, que no les sirven para nada, salvo para acreditar su superioridad. Algunos de ellos, arrepentidos y sumisos, vuelve al campamento de las bononas, ahora ya sin gafas.

Ahí tenemos tres títulos imprescindibles para educar a niñas, niños, madres y padres en la igualdad de género en la primera infancia.

Violencia sexual y sumisión química

Profesionales del PMORVG de la Mancomunidad THAM

La violencia sexual

La violencia sexual puede definirse como todo acto de carácter sexual impuesto a otra persona mediante la coacción, la amenaza o la fuerza, o aprovechando que la víctima no puede prestar un consentimiento válido.

La falta de madurez en menores de dieciséis años de edad o la presencia de algún trastorno que originen la persona una incapacidad intelectual impide que pueda prestarse un consentimiento libre.

La violencia sexual es una de las manifestaciones de la violencia de género. Ésta comprende todos los actos violentos que sufren las mujeres por el hecho de ser mujer o que afectan a las mujeres de forma desproporcionada y que implican o pueden implicar para las mujeres daños o sufrimientos de naturaleza física, sexual, psicológica o económica, incluidas las amenazas de realizar dichos actos, la coacción o la privación arbitraria de libertad, tanto en la vida pública como en la privada.

> La violencia sexual es una de las manifestaciones de la violencia de género

Los estudios muestran que la violencia sexual es una de las más extendidas de las violencias de género que sufren las mujeres. Así, según la Macroencuesta de Violencia contra la Mujer de 2015, el 13,7% de las mujeres residentes en España de 16 o más años ha sufrido, a lo largo de la vida, violencia sexual por parte de parejas, exparejas o terceros (el 8,1% de alguna pareja o expareja y el 7,2% de alguna persona con la que no mantiene ni ha mantenido una relación de pareja).

Pese a su prevalencia, también es una de las más invisibles, según el Informe de la Agencia europea para los derechos fundamentales de 2014, sólo el 25% de las mujeres denuncian los atentados a su libertad sexual de que han sido víctimas. Es decir, en torno al 75% de los actos violentos permanecen ocultos bajo la punta del iceberg.

La sumisión química

Se denomina "sumisión química" la anulación de la voluntad y de la consciencia de una persona mediante la administración de sustancias psicoactivas para atentar contra su libertad sexual o para llevar a cabo otras conductas delictivas.

Aunque no es un hecho nuevo, lo cierto es que en las últimas décadas las también llamadas "drogas de la violación" han ido estando cada vez más presentes siendo objeto de atención desde diferentes ámbitos profesionales, como el sanitario o el forense, y por parte de los medios de comunicación. Si bien no existen datos estadísticos, parece existir un progresivo incremento de los casos de ataques sexuales mediante sumisión química. Así se apuntaba, por ejemplo, en el XIV Congreso de médicos forenses celebrado el pasado año.

> El 13,7% de las mujeres residentes en España de 16 o más años ha sufrido, a lo largo de la vida, violencia sexual

Esta mayor prevalencia puede deberse, no obstante, no a un aumento de los casos, sino a una mayor información de las mujeres víctimas y una mayor formación del personal sanitario, que redundaría en un mejor diagnóstico. Aun así, no debe desdeñarse la posible influencia que puede tener también la mayor información de los potenciales agresores y la mayor disponibilidad de algunas de estas sustancias a través de internet.

Se debe aclarar que se habla de sumisión química tanto en los casos en los que el agresor proporciona la droga de forma intencionada a la víctima con la finalidad de consumar el ataque a la libertad sexual, como en aquellos supuestos en los que se aprovecha una situación provocada por el consumo voluntario de alguna sustancia psicoactiva.

En este sentido, se diferencia la sumisión química provocada (cuando es el agresor quien administra la sustancia a su víctima sin que la misma tenga conocimiento de ello) de la sumisión "oportunista" (el agresor se aprovecha de los efectos provocados por una sustancia consumida de forma voluntaria por la víctima).

La víctima y el agresor

Dada la dinámica comisiva de estos delitos y atendiendo al resultado de algunos estudios realizados en países de nuestro entorno, se puede extraer que la víctima es una mujer joven, aunque también se han conocido casos sufridos por niños y niñas.

El agresor es un hombre que en la mayoría de los casos pertenece al entorno familiar o social de la víctima (un amigo, la pareja o expareja, un conocido reciente...).

Como en las demás manifestaciones de la violencia de género, la violencia sexual es una manifestación de la desigualdad y desequilibrio que históricamente existe entre las mujeres y los hombres, sin que se circunscriba a determinada clase social, nivel formativo o económico, etc..

> Se habla de sumisión química tanto en los casos en los que el agresor proporciona la droga de forma intencionada a la víctima con la finalidad de consumar el ataque a la libertad sexual, como en aquellos supuestos en los que se aprovecha una situación provocada por el consumo voluntario de alguna sustancia psicoactiva

Las sustancias químicas

Puesto que lo que se persigue es la anulación de la voluntad y la consciencia de la persona para atentar contra su libertad sexual, cualquier sustancia con virtualidad para provocar dichos efectos es susceptible de ser utilizada como "droga de la violación".

Como características comunes de todas ellas pueden mencionarse las siguientes:

- Sus efectos se producen de forma rápida y durante un limitado espacio de tiempo.
- No tiene síntomas posteriores peculiares que permitan una detección inmediata por la propia víctima o por profesional sanitario.
- Priman las que se administran por vía oral, susceptibles de añadirse a otras bebidas, alcohólicas (que potencian sus efectos) o no.
- Suelen ser insípidas, inodoras e incoloras.

- Actúan con dosis pequeñas.
- Son en general fáciles de obtener.

En cuanto a sus efectos, como se decía, producen la anulación de la voluntad y de la consciencia de la víctima, consecuencia que puede ser provocada intencionadamente por el agresor o aprovechada por éste cuando la ingesta ha sido voluntaria por pare de la víctima. De los posibles efectos, pueden destacarse los siguientes:

- Sedación, de forma que se reduce o incluso se elimina la capacidad de atención y respuesta.
- Estado de pasividad y automatismo que lleva a ejecutar órdenes sin oposición.
- Amnesia anterógrada, que impide recordar los hechos nuevos de forma total o casi total, pero sin afectar a la memoria de los hechos anteriores.
- Alucinaciones o delirios, que a veces se entremezclan con recuerdos o sensaciones aisladas.
- Desinhibición, que lleva a aceptar situaciones que nunca hubiera permitido en un estado de normalidad.

En cuanto a las sustancias psicoactivas concretas, cabe señalar, en primer lugar el alcohol, las benzodiacepinas, fármacos hipnóticos, analgésicos-anestésicos, barbitúricos, el GHB, algunos disolventes orgánicos, derivados del cannabis, o la escopolamina, también conocida como burundanga, entre otras.

Aunque en la mayoría de los casos estas sustancias se administran por vía oral, algunas de ellas también pueden ser inhaladas o aplicadas a través de la piel mediante parches.

La detección de la sustancia puede realizarse mediante el análisis de una muestra de sangre, orina o cabello, pero la dificultad estriba en que su eliminación es muy rápida, de forma que todas se eliminan por el organismo en un corto espacio de tiempo, en algunos casos incluso inferior a una hora.

Pese a ello, es aconsejable y resulta necesario recoger las muestras aunque se hayan superado los límites temporales de detección puesto que algunas sustancias pueden descubrirse incluso días después en orina y cabello.

> Es aconsejable y resulta necesario recoger las muestras aunque se hayan superado los límites temporales de detección puesto que algunas sustancias pueden descubrirse incluso días después en orina y cabello

El marco legal

El Código Penal recoge el delito de abuso sexual y prevé penas de prisión de uno hasta diez años para el que realice actos que atenten contra la libertad o indemnidad sexual de otra persona que se halle privada de sentido o que se cometan anulando la voluntad de la víctima mediante el uso de fármacos, drogas o cualquier otra sustancia natural o química idónea a tal efecto (Art. 181 apartados 1, 2 y 4 C.Penal).

Los delitos contra la libertad sexual son delitos semi-públicos, de forma que para que pueda seguirse el procedimiento penal es necesaria la denuncia de la víctima (o si es menor de edad, de su representante legal o del Ministerio Fiscal).

No obstante la necesidad de denuncia para enjuiciar y castigar los hechos, ello no debe ser obstáculo para que en aquellos casos en que la mujer no desee presentar denuncia en un primer momento, deba procederse:

- Por las fuerzas y cuerpos de seguridad a recoger las pruebas del delito que puedan desaparecer.
- Por el personal sanitario a comunicar de inmediato los hechos al Juzgado de Guardia.
- Por el Juzgado de Guardia a ordenar las medidas de investigación necesarias por si la propia mujer en el futuro quisiera denunciar y ejercer la acción penal.

Sólo
SíesSí
En fiestas no todo vale
MORALZARZAL
juventud
MORAL&TÚ
MORALZARZAL NOS UNE

Pautas de actuación

La actuación en el ámbito sanitario y en el forense vienen detalladas, respectivamente, en un capítulo específico del Protocolo común para la actuación sanitaria ante la Violencia de Género (Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. 2012) y en las Instrucciones de actuación en casos de agresión sexual con sospecha de intoxicación (Subdirección General de Organización y Coordinación Territorial de la Administración de Justicia, Ministerio de Justicia. 2012).

Según dichos documentos, el Centro Sanitario comunicará inmediatamente al Juzgado de Guardia, que acordará la asistencia del médico forense a fin de que, además de la atención sanitaria que la mujer requiera, se recojan las muestras que sean necesarias desde el punto de vista médico-legal, se describan, lo-

> "todas las personas que estamos cerca de una mujer que pueda estar bajo los efectos de estas sustancias podemos ayudar a prevenir una agresión. Esto lo podemos hacer preguntándole si está bien, si está con gente conocida o avisando a sus amistades para que estén pendientes de que todo esté bien si notamos algún comportamiento raro o abusivo hacia ella

calicen y fotografíen las posibles lesiones, se realice el preceptivo Informe médico forense.

En la práctica, no resulta infrecuente que la atención sanitaria y/o médico-forense no sea llevada a cabo de manera inmediata, cuando la mujer manifiesta su voluntad de no denunciar, de forma que no se realiza la toma de muestras de sangre y orina ni la recogida de otras muestras de interés médico-legal. Esto supone que las posibilidades de detectar la presencia de las sustancias psicoactivas y de probar el ataque a la libertad sexual mediante la sumisión química se reducen o incluso se eliminan.

Para evitarlo y como ejemplo de buena práctica, el Hospital Clínico San Carlos de Madrid ha desarrollado un procedimiento para la detección y el abordaje integral a mujeres con sospecha de sumisión química.

Como indicadores de sospecha toman en cuenta las verbalizaciones de la mujer, que puede manifestar que:

- cree que le han echado algo en la bebida
- no recuerda o no sabe lo que le ha pasado
- se ha despertado acompañada de alguien, con la ropa desarreglada o sin ella...
- ha encontrado signos o tiene la sensación de que le ha ocurrido algo de carácter sexual
- presenta lesiones de mayor o menor entidad pero para las que no encuentra explicación.

En segundo lugar, se atiende a los síntomas que aparecen asociados a la ingesta de las sustancias psicoactivas:

- amnesia completa o parcial
- resaca desproporcionada o no relacionada con el tipo o la cantidad consumida que se recuerda
- pérdida de conocimiento
- parálisis
- alteraciones en el habla, visuales o motrices
- somnolencia
- confusión
- desinhibición o comportamiento inusual
- alucinaciones
- alteración del juicio
- mareo o vértigo
- nauseas o vómitos

Si existe sospecha de intoxicación se procede a la recogida de muestras biológicas para su análisis toxicológico-forense. Cada una de las muestras presenta ventajas e inconvenientes.

La de sangre, permite determinar la concentración y por tanto el efecto clínico de la sustancia, al menos de manera aproximada, pero la

rápida eliminación impide la detección en aquellos casos en que han pasado muchas horas.

La orina permite la detección en un período más prolongado, incluso de varios días.

El cabello puede ser analizado de 4 a 5 semanas después, si bien las bajas concentraciones de la sustancia esperables tras una ingesta única pueden hacer muy dificultosa la detección de la misma.

Las muestras recogidas son remitidas a los laboratorios de Policía Científica y del Instituto Nacional de Toxicología y Ciencias Forenses, donde serán analizadas para determinar la presencia o no de sustancias psicoactivas.

Respecto a los resultados de las pruebas, es importante destacar que, si bien un análisis positivo apoya la sospecha de sumisión química, un resultado negativo no significa que no se haya administrado una sustancia psicoactiva, simplemente denota que, de haberse suministrado, la misma ha sido eliminada del organismo en el tiempo transcurrido hasta la toma de las muestras.

La actuación sanitaria en el Hospital Clínico San Carlos finaliza con la emisión del preceptivo parte de lesiones que se remite al Juzgado y con la información a la mujer sobre el resultado de los análisis, su derecho a interponer denuncia y la derivación a los recursos sociales y sanitarios que resulten necesarios.

Recomendaciones

¿Qué podemos hacer para prevenir el abuso sexual mediante sumisión química?

Sólo avanzando en la igualdad y alcanzando la erradicación de la violencia de género se eliminará la violencia sexual.

Mientras se logra esta meta, es importante visibilizar éste y otros atentados a la libertad sexual de las mujeres, la información y el conocimiento nos ayuda a adoptar medidas de cuidado: evitar el consumo de sustancias que pueden alterar el juicio, la conciencia y la voluntad; estar atentas cuando nos sirven una bebida; no alejar la vista del vaso.

Lo anterior no significa que las mujeres tengamos la culpa si no adoptamos estas precauciones o si, pese a hacerlo, sufrimos un atentado a nuestra libertad sexual. Ninguna conducta por parte de la víctima justifica una agresión y la culpa siempre y en todos los casos es única y exclusivamente de quien agrede.

Además, todas las personas que estamos cerca de una mujer que pueda estar bajo los efectos de estas sustancias podemos ayudar a prevenir una agresión. Esto lo podemos hacer preguntándole si está bien, si está con gente conocida o avisando a sus amistades para que estén pendientes de que todo esté bien si notamos algún comportamiento raro o abusivo hacia ella.

¿Qué hacer ante una agresión sexual con sumisión química?

La realización de análisis de sangre y orina de manera inmediata es imprescindible para poder detectar la presencia de alcohol o cualquier otra sustancia en el organismo. Por ello, y aunque en un primer momento no se decida interponer una denuncia, es importante acudir al Hospital para recibir la atención sanitaria y médico forense necesarias.

Exigir la realización de las pruebas pertinentes en el Hospital y la presencia del médico forense está amparado en los protocolos que rigen su actuación y, como se explicaba, el Hospital Clínico San Carlos tiene una guía de actuación propia que constituye una buena práctica sanitaria.

Para la atención sanitaria, psicológica, social y jurídica la Dirección General de la Mujer de la Comunidad de Madrid cuenta con una red de atención a mujeres y con un centro específico para las mujeres que han sido víctimas de violencia sexual. De todos ellos puedes informarte en el teléfono 012.

Ilustración: Leyvel
leyvel.com