

LA BOLETIN *a*

la
violencia
estructural contra
las **ninias** y las
adolescentes





Photo by firm haeckshaw on Unsplash

ASOCIACIÓN DE MUJERES PARA LA SALUD

Dirección: Soledad Muruaga y Pilar Pascual

Colaboradoras: Edurne Rodríguez Martínez, Mercedes

Risco Salso, Rosa Mª Urien Mancebo, Irene Zugasti,

Laura Redondo Gutiérrez, AMANDA, Ana Hidalgo

Urtiaga, Angeles Alvarez, Nagore de Arquer

Diseño y maquetación: Estudio de Artetipo

Fotografías: Depositphotos, Unsplash, Envato Elements,

Banco de imagen de AMS.

Edición AMS DICIEMBRE 2023

© Asociación de Mujeres para la Salud

Depósito Legal: DL: M-22701-2014

Consulta numeros anteriores de La Boletina en

<https://www.mujeresparalasalud.org/>

[publicaciones/la-boletina/](https://www.escuelaesen.org/publicaciones/la-boletina/)

f mujeresparalasalud

f EscuelaESEN

@saludymujeres

@saludymujeres

▶ mujeresparalasalud

<https://www.mujeresparalasalud.org/>

<https://www.escuelaesen.org/>

AMERICA - AMPAI
TEA - ANTONEL
ARIADNA - ARIAI
LIANA - AUROR
BERNARDA - BER
JAVENTURA - CA
SANDRA - CASIL
ARIBEL - CLARI
CIA - CONSTANZ
DALILA - DAMAF
DIANA - DIANOR
ECO - EDA - EDD
ELISA - ELISAB
ERIKA - ERMINI
UNICE - EURÍDICI
LICIA - FELICIDAI
NATA - FRANCES
ANA - GENEROS
CONDA - GISELI
IDA - GUADALU
HELIENA - HEI
CIAR - IDA - IDAL
A - IRMINA - ISAB
UELINA - JAZMÍ
H - JUDIT - JULI
RA - KINISBURG
OCADIA - LEOCRIC
LIBERTAD - LIE
LORENA - LOREN
ITECIA - LUTGARI
MAICA - MAIR
ARITA - MARGAU
MARTA - MARTII
DES - MEREDITH
MIRRA - MIRT
NATALI - NATALI
DA - NINA - NIN
A - ODILIA - OFEL
QUÍDEA - ORNEL
PAULINA - PA
ONA - PRÁXEDE
QUETA - QUIRIN
ROMILDA - ROMII
KY - RUDY - RUFII
ELENA - SELM
ANGES - SOLED
TELMA - TEODOI
LENTINA - VALEF
RGINIA - VIRIDIAI
TA - ZOE - ZORAI
AGUSTINA - AÍD
ONSINA - ALFREI
ÁMBAR - AMELI
IAS - ANIA - ANT
DIA - ARGENTIN
RELIA - AURELIAI
NITA - BERENICI
BUENAVENTUR
AROLA - CAROLI
IA - CIRCE - CLAI
CONSOLACIÓ
NA - DAFNE - DAI
ESIRE - DEVORA
DULCE - DULCIN
ONORA - ELEON
QUETA - EPIFANÍ
EUGENIA - EULAL
A - FEDRA - FELIC
NTINA - FLORIDA
GEMA - GEMM
GINA - GINEBR
A - GRETA - GRET
HELENA - HELE
RTENSIA - HOSAI
IRACEMA - IREN
DE - JAEL - JAMI
A - JOVITA - JUI
AY - KEILA - KEITI
IF - LEILA - LELI
ÍA - LIANA - LIBEI
ZA - LOLA - LOR
LUMINOSA - LUI
MAGIA - MAGNOL
CIANA - MARFIS
ARISOL - MARIT
ELITINA - MELOD
MIRIAM - MIRINI
MAY - NATALI

LA BOLETINA. AÑO 2023. NUM: XXXVI

SUMARIO.

LA VIOLENCIA ESTRUCTURAL CONTRA LAS NIÑAS Y LAS ADOLESCENTES

- 4** EDITORIAL. Cómo la socialización de género, “desempodera” a las niñas y a las adolescentes
Soledad Muruaga
- 8** La hipersexualización de las niñas
Eduarne Rodríguez Martínez
- 12** Los efectos de la violencia de género en las niñas
Mercedes Risco Salso
- 16** Consecuencias en las vidas de las mujeres que han sufrido agresiones sexuales en la infancia
Rosa Mª Urien Mancebo
- 20** La naturalización de las violencias sexuales sobre las niñas y las adolescentes
Pilar Pascual Pastor
- 24** Violencia digital contra las niñas y adolescentes: ¿podemos hacer de la red un lugar seguro?
Irene Zugasti
- 27** La dualidad del deporte: un gran potencial en un campo con alta desigualdad
Laura Redondo Gutiérrez
- 30** No contaban con estas madres
AMANDA
- 32** ¿Es posible coeducar en la actual escuela mixta?
Ana Hidalgo Urtiaga
- 34** Los estereotipos de género no se refuerzan, se combaten y desafían
Angeles Alvarez
- 38** ¡Felicidades! Es una niña
Nagore de Arquer

- 40** VIOLENCIA ESTRUCTURAL CONTRA NIÑAS Y ADOLESCENTES
Resultados de la encuesta

- 50** TESTIMONIOS DEL ESPACIO DE SALUD ENTRE NOSOTRAS
- 56** PROGRAMAS PERMANENTES DE AMS
- 58** Espacio de Salud Entre Nosotras
- 60** Talleres de crecimiento personal
- 62** Divulgación y sensibilización. Consultoría, asesoría y formación especializada
- 63** Escuela del Espacio de Salud: Posgrado de Malestares

- 66** Un hasta luego

- 67** ACTIVIDADES 2023
- 68** ¡Nosotras a lo nuestro!

- 74** NOSOTRAS SUGERIMOS
- 76** Libros
- 78** Proyecto Cuerpo y mente saludables.



Soledad Muruaga

Presidenta de AMS

Cómo la socialización de género, “desempodera” a las niñas y a las adolescentes

La socialización de género temprana, es el proceso mediante el cual los niños y las niñas aprenden acerca de las expectativas sociales, actitudes y comportamientos asociados con el género de alguien.

Generalmente, a los tres años, las criaturas alcanzan a tener conciencia de su propia identidad, descubren si son niños o niñas y prestan mayor atención a la información relacionada con modelos del mismo género. .

Empiezan a aprender sobre los estereotipos culturales de género, qué comportamientos, actividades, juegos e intereses son típicos de los chicos y cuales son los que corresponden a las chicas.

Esta conciencia, tiene sus consecuencias sobre las diferentes actitudes y comportamientos de ambos géneros hacia los miembros de su mismo grupo y hacia aquellos del otro género. Suelen tener sentimientos más positivos hacia los miembros de su propio grupo y mostrar comportamientos discriminatorios de género, prefiriendo interactuar únicamente con los de su propio género.

Mientras que los niños o las niñas desarrollan destrezas para interactuar con miembros de su propio género, sus capacidades para relacionarse de manera igualitaria con ambos grupos, son más limitadas. En consecuencia, es importante proporcionarles, a corta edad, las oportunidades de jugar en grupos mixtos, con el fin de ayudarles a desarrollar relaciones interpersonales positivas tanto con niños

como con niñas, en actividades y juegos comunes.

Sus conocimientos acerca del género provienen de muchas fuentes de socialización, especialmente de sus padres, hermanos/as, sus pares, profesorado y medios de comunicación.

Los progenitores, proporcionan a sus hijos e hijas sus primeras lecciones de género. Especialmente los hombres tienen, generalmente, diferentes expectativas estereotipadas para sus hijos e hijas con respecto a sus rasgos de personalidad, capacidades y actividades.

En las investigaciones, se constata que cuando las criaturas reciben cuidados infantiles por parte de progenitores del mismo género, sus hijas e hijos, suelen adoptar menos estereotipos de género. Sin embargo, cuando estos progenitores del mismo género dividen las tareas domésticas, uno ejerciendo como cuidador principal y el otro como el sostén económico principal, sus hijos e hijas tienen más probabilidad de expresar puntos de vista estereotipados sobre los roles y ocupaciones de las personas adultas.

En la actualidad, hay mucha variación entre la forma de educar de los padres, algunos con expectativas tradicionales y otros expresando expectativas



Danie Franco. Unsplash

más igualitarias para sus hijas e hijos. Pero algunos padres pueden apoyar puntos de vista igualitarios en ciertos campos, como los ocupacionales, pero siguen siendo tradicionales respecto a otros campos, como por ejemplo en roles familiares. Especialmente, los hombres tienden a ser más rígidos en sus expectativas para los hijos que para las hijas y priorizan la asignación de recursos, desde la salud hasta educativos, ofreciéndolos a los varones, en detrimento de sus hijas.

Los análisis realizados en países occidentales, se demuestra que los padres brindan un trato diferente a los niños del que dan a las niñas, a través de actividades estereotipadas de género. Incluyendo el tipo de juguetes que les compran o las clases de actividades que promueven. Por ejemplo, proporcionar vehículos de juguete, juguetes articulados, y equipos deportivos para sus hijos, mientras tienden a dar muñecas, utensilios de cocina y juguetes de vestir para sus hijas.

También los padres y madres, refuerzan los estereotipos de género con expresiones esencialistas, como por ejemplo, diciendo: "A las niñas les gustan las muñecas" o "A los niños les gusta el fútbol". A pesar de los cambios de roles actuales, entre hombres y mujeres,

“

Sus conocimientos acerca del género provienen de muchas fuentes de socialización, especialmente de sus padres, hermanos/as, sus pares, profesorado y medios de comunicación.

existen relativamente muy pocos comportamientos y actitudes parentales verdaderamente igualitarios.

Pero los padres no son los únicos que influyen en la socialización de género de sus hijos e hijas. Mientras crecen los niños y las niñas, se vuelven más autónomos de sus progenitores y las influencias de sus **pares, profesorado y de los medios de comunicación**, se vuelven particularmente más poderosos.

En estudios realizados en EEUU, se ha comprobado que mientras más tiempo pasen los niños varones jugando con otros varones, más parecidos se vuelven, se hacen más activos, más dominantes y agresivos. Asimismo, las niñas que juegan más frecuentemente con otras niñas, empiezan a comportarse de manera acorde al estereotipo femenino.

Los niños y las niñas, pasan una gran cantidad de tiempo jugando con sus **pares del mismo sexo** y poco tiempo con sus pares del otro sexo. Este patrón se conoce como segregación de géneros. Comienza alrededor de los 3 años de edad y aumenta en fuerza e intensidad a lo largo de los años de la escuela primaria.

Esto significa que los niños y las niñas tienen experiencias distintas y aprenden con los pares del mismo sexo, destrezas, habilidades e intereses similares.

Dicho ciclo de segregación de géneros, promueve en la infancia, creencias, actitudes y sesgos estereotipados hacia el otro sexo.

Mayoritariamente, las y los infantes, crecen en mundos aparte y desarrollan habilidades para saber interactuar con miembros de su propio género, pero tienen pocas oportunidades de aprender y desarrollar habilidades para relacionarse adecuadamente con el otro sexo.

Dicha separación por sexos y su falta de entendimiento durante los primeros años de vida, se trasladan a las futuras relaciones femenino-masculino en la adolescencia y en la edad adulta, propiciando relaciones conflictivas, de desigualdad y de mayor vulnerabilidad en las niñas, que crecen incorporando valores negativos sobre sus cuerpos y acumulando falta de confianza en sus capacidades y en conseguir oportunidades de liderar en cualquier aspecto de la vida. Introyectan así, considerarse "El segundo sexo", tal como dice Simone.

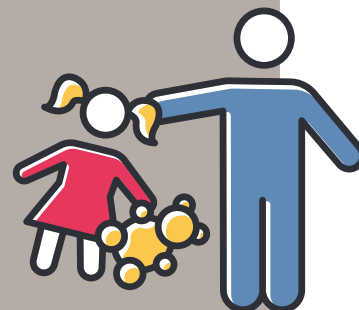
Además de los padres/madres y de los pares, también **el profesorado** es otra fuente de socialización de género. De manera similar a los progenitores, estas personas, tienen expectativas de género, imitan roles de género y refuerzan comportamientos estereotipados de género en sus aulas de clase. Por ejemplo, en la clasificación y la organización de estudiantes en diferentes actividades de grupo para niñas y niños. Esta segregación de género, refuerza los estereotipos de género e incita a evitar compañeros de juego de distinto sexo.

Esta socialización desigual hace que las niñas interioricen valores y normas de comportamiento tradicionalmente asignadas al género femenino, como la atención, los cuidados y la sensibilidad, mientras que a los niños se les socializa para que adquieran las costumbres socioculturales asignadas tradicional-





Jeremy-Bishop, Unsplash



“

Se constata una reducción de los años que dura la niñez, pasando a la adolescencia en edades prematuras, acelerándose la sexualización de las niñas, y los cuidados estéticos de su cuerpo, imitando a las adultas. Un gran número de ellas, a partir de los 8 años sufren problemas de alimentación, como la anorexia, consumen pornografía en las redes sociales, y de esta forma, las niñas aprenden a aceptar la violencia de género que le acompañará el resto de su vida.

mente al género masculino, como la fuerza, la valentía o la autoridad.

Los niños aprenden que el espacio es suyo y sólo hay que fijarse cuanto ocupan con un balón en un parque o en el recreo del colegio, mientras cuanto ocupan unas niñas con un carrito de bebé.

Esta educación machista hace que ellos no desarrollen las habilidades que potencian los juegos de cuidados, como son la empatía, estar tranquilos, atender necesidades de otra persona o expresar sus emociones y sentimientos.

También la **influencia mediática, especialmente la televisión y las redes sociales**, configura un orden simbólico patriarcal, que establece la jerarquía de los géneros en base a la supremacía de lo masculino, propio de los varones, en detrimento de lo femenino, propio de las mujeres.

Los programas de televisión infantiles, presentan una concentración estereotipada, unos lenguajes visuales androcéntricos y violentos, que excluyen, ocultan o desvalorizan la presencia femenina, con pervivencia de actitudes sexistas que mantienen una comunicación subliminal explicativa de la inferioridad de lo femenino.

Actualmente, se constata una reducción de los años que dura la niñez, pasando a la adolescencia en edades prematuras, acelerándose la sexualización de las niñas, y los cuidados estéticos de su cuerpo, imitando a las adultas. Un gran número de ellas, a partir de los 8 años sufren problemas de alimentación, como la anorexia, consumen pornografía en las redes sociales, y de esta forma, las niñas aprenden a aceptar la violencia de género que le acompañará el resto de su vida.

En las siguientes ponencias, las expertas feministas que participan en esta jornada de AMS, nos muestran como los agentes de socialización machista, son la causa de la violencia estructural específica de género que sufren las niñas y las adolescentes, hasta convertirse en futuras mujeres vulnerables y maltratadas.

Nos describen cómo, poco a poco, se va adiestrando a las niñas para que normalicen e interioricen la inferioridad, desigualdad y maltrato que implica nacer mujer en una sociedad patriarcal. ■

**Soledad Muruaga, Presidenta de AMS
Diciembre 2023**



Edurne Rodríguez Martínez

Psicóloga de AMS

La hipersexualización

de las niñas

Entendemos la hipersexualización como la exaltación de los atributos sexuales de una persona por encima de otras cualidades, así como definir la belleza a través del deseo sexual. Esta exaltación es reforzada por la sociedad desde que somos niñas, se espera de nosotras que seamos siempre guapas, jóvenes y delgadas convirtiéndonos en objetos sexuales y deseados para los demás.

Pero... ¿dónde empieza toda esta presión hacia nuestros cuerpos? Y, lo más importante, ¿cómo consiguen que lo interioricemos de tal forma que parezca que lo decidimos libremente?

A lo largo de este artículo voy a intentar exponer este fenómeno de la hipersexualización en diferentes ámbitos y cómo va ejerciendo dicha influencia en nosotras para normalizar que seamos tenidas a través de nuestro aspecto físico y así convertirnos en el modelo de mujer aceptado por la sociedad.

Comencemos por nuestra infancia fijándonos en nuestros juguetes donde nos podemos encontrar muñecas a las que hay que maquillar, vestir, peinar de diferentes formas (las muñecas FailFix "arregla el desastre" son un ejemplo claro de ello). De esta forma, las niñas vamos aprendiendo la necesidad de modificar partes de nosotras para poder estar más bellas y poder gustar a los demás.

Por otro lado, desde hace unos años se ha extendido entre las niñas celebrar sus cumpleaños recreando un día de spa o una tarde en el salón de belleza

(Beautyparties)¹ donde todas se maquillan, se pintan las uñas, se peinan y se ponen mechas de colores, se hacen tratamientos de "belleza" y terminan con un desfile ante la mirada atenta de los/as adultas/os que les refuerzan una vez más el "estar guapas". El valor de las niñas desde pequeñas se empieza a centrar en la apariencia física y son los primeros pasos hacia esa hipersexualización que irá cobrando más fuerza según van creciendo. Y... ¿les pasa lo mismo a los niños? Investigando sobre este tema encontré que las temáticas de otro tipo de cumpleaños siguen siendo muy diferenciadas entre los dos sexos (para niñas: unicornios, ballet, hadas, sirenas...y todo en color rosa pastel y para niños: game party (videojuegos), piratas, futbol, el espacio, Harry Potter y todo en tono azul...). Una gran diferencia, ¿no creéis?².

Y ¿qué ocurre con la posibilidad de acceder al mundo desde nuestras casas a golpe de clic? Vemos a niñas convertidas en "mini adultas" vestidas y maquilladas posando de forma "sexy" o a chicas mayores siendo el espejo de nuestras niñas de menos de diez años que ya tienen acceso a los móviles. Y cuyo objetivo, entre otros muchos, es el de recibir el mayor número de "me gustas" posibles. Y aquí aparece el fenómeno "Influencer" (personas que se muestran en las redes sociales convirtiendo en veraz aquello que muestran). De este modo nos encontramos con niñas en redes como TikTok con miles de seguidoras/es que muestran una imagen adulta con vestimenta y peinados de chicas mayores (@alessia_v28 con 2,1M de seguidores y 36,0M me gustas). Al mismo tiempo vemos como niñas siguen a chicas jóvenes querien-

1 <https://www.spaparainas.com/> o (<https://animacionesrania.com/fiestas-tematicas/beauty-party/>)

2 <https://lafiestadeolivia.com/pages/decoracion-de-fiestas-infantiles>



do usar todo lo que muestran en las redes (aquí podemos resaltar las niñas que acuden a las tiendas pidiendo, por ejemplo, cremas para la cara que no necesitan).

¿Para qué sobreexponemos de esta manera a las niñas? ¿Quién lo consiente? No podemos ocultar que somos las personas adultas (padres, madres, familiares...) quienes estamos fomentando este "negocio" compartiendo imágenes de nuestras hijas en redes desde que son pequeñas y permitiendo que nuestras niñas y adolescentes se miren en este espejo, que no olvidemos que es irreal (en la mayoría de los casos las Influencer usan filtros para conseguir que la imagen quede "perfecta") y que transmiten un mensaje subliminal del tipo "tú puedes lograr ser como yo", "solo así podrás tener el éxito necesario para ser feliz" o "esta es la única forma de conseguir los "likes" tan ansiados que buscas".

Pero ¿cuáles son los peligros de perseguir este ideal que les muestran las redes? Sin duda son muchos, pero aquí quiero resaltar uno de los más importantes y que más preocupan ahora mismo, los trastornos de conducta alimentaria que pueden provocar. Existen comunidades en internet como pro-ANA y pro-MIA que enseñan tips de cómo dejar de comer o cómo vomitar sin que se den cuentan las personas de tu entorno, que ponen en peligro la salud de nuestras niñas y adolescentes. Sabemos que la adolescencia es un momento vital de cambios y que puede generar ansiedad y sufrimiento no conseguir aquello que te

“

El valor de las niñas desde pequeñas se empieza a centrar en la apariencia física y son los primeros pasos hacia esa hipersexualización que irá cobrando más fuerza según van creciendo.

"venden" en las redes. En ocasiones, la necesidad de calmar esas emociones que les desbordan las lleva a buscar "soluciones" peligrosas para su salud, como las autolesiones (cortes en la piel u otras conductas para infringirse dolor físico y así mitigar el dolor emocional). No podemos olvidar que el acceso a las redes se produce cada vez a edades más tempranas, trastornos que antes aparecían en la adolescencia ahora se presentan a los nueve o diez años de edad.

Otro ámbito, que impulsa la hipersexualización es el de la ropa diferenciada por sexos que cada vez está más sexualizada en el caso de la niñas. Vamos a pensar, por ejemplo, en un pantalón corto (puede ser deportivo o no), un uniforme de colegio o una equipación de cualquier deporte de niño y de niña seguro



que encontramos alguna diferencia. Pero la más llamativa puede ser la cantidad de tela que se utiliza para hacer cada prenda³. La única razón es reforzar la sexualización de los cuerpos de las niñas convirtiéndolas en objeto de deseo visibilizando partes de su cuerpo que en los niños no haríamos. En los niños prima la comodidad y en las niñas prima el gustar, el que estén "monas", que se realcen los atributos femeninos.

Refiriéndonos al mundo deportivo, cada vez es más sabido que las chicas, llegada a la adolescencia, dejan de hacer deporte mucho antes que los chicos. Las chicas, a partir de los 12 años, empiezan a mostrar cambios corporales propiciados por el comienzo de la menstruación. Como dije anteriormente, para muchas de ellas empieza a ser difícil mostrar su cuerpo porque creen que no encajan en el canon de belleza impuesto, que como vimos es imposible de mantener. Y las equipaciones de la práctica deportiva femenina no suelen ayudar a manejar estos cambios y, es muy común, ver a las chicas jugando, preocupadas por su aspecto, estirándose los pantalones o las camisetas para sentirse más seguras. Parece que el deporte femenino también está destinado a gustar, sobre todo, a la mirada masculina más que para disfrutar en sí mismo.

Según vamos leyendo nos damos cuenta de que la hipersexualización del cuerpo de las niñas se exalta de una manera y otra y se va naturalizando, consiguiendo que pase desapercibido para muchas personas. Todo ello supone un peligro para nuestras niñas que van interiorizando y construyendo su autoestima a través de la mirada de los demás. Y no podemos olvidar que los adultos somos cómplices de esta sobreexposición de nuestros menores, siendo las niñas las más perjudicadas. Somos responsables, junto con los medios de comunicación en general, la publicidad en particular, las películas, series, videos musicales que no disfruten de su infancia descubriendo quienes son más allá de su cuerpo sexualizado. Es por ello por lo que cobra mucha importancia poner la atención en este tema y visibilizar lo que está ocurriendo.

Es importante dotar a la infancia y adolescencia de estrategias saludables para manejarse en este mundo tecnológico tal hostil. Con ello estaremos fomentado el pensamiento crítico y reflexivo que les va a evitar sufrir los riesgos que hay detrás de uso de las

“

En AMS, el desarrollo personal y de la autonomía desde que somos pequeñas ocupa un lugar muy importante en nuestro proceso de maduración y sabemos que la visión hipersexualizada desde edades tan tempranas solo pone trabas para conseguirlo.

redes sociales. Y para ello es necesario el acompañamiento de la persona adulta que será más efectiva cuanto más perspectiva de género haya en su mirada.

Para nosotras, en AMS, el desarrollo personal y de la autonomía desde que somos pequeñas ocupa un lugar muy importante en nuestro proceso de maduración y sabemos que la visión hipersexualizada desde edades tan tempranas solo pone trabas para conseguirlo. Por eso es importante plantearse qué decimos a los niños y en especial a las niñas porque, sin duda, influirá en su desarrollo emocional, físico y psicológico. Si conseguimos fomentar una autonomía saludable logrando que puedan verse más allá de su apariencia física estaremos reforzando cualidades importantes para el desarrollo personal de las niñas como su inteligencia, su capacidad de relacionarse, su superación antes las dificultades, etc... Al potenciar que se arriesguen, que se pongan a prueba para conseguir todo aquello que se propongan estaremos consiguiendo que su cerebro lleve a cabo conexiones neuronales que favorezcan los pensamientos de superación y de logro llegando muy lejos sin "perder" tiempo y energía innecesaria, así como dinero, en lograr una imagen para gustar y que sea deseada por los demás.

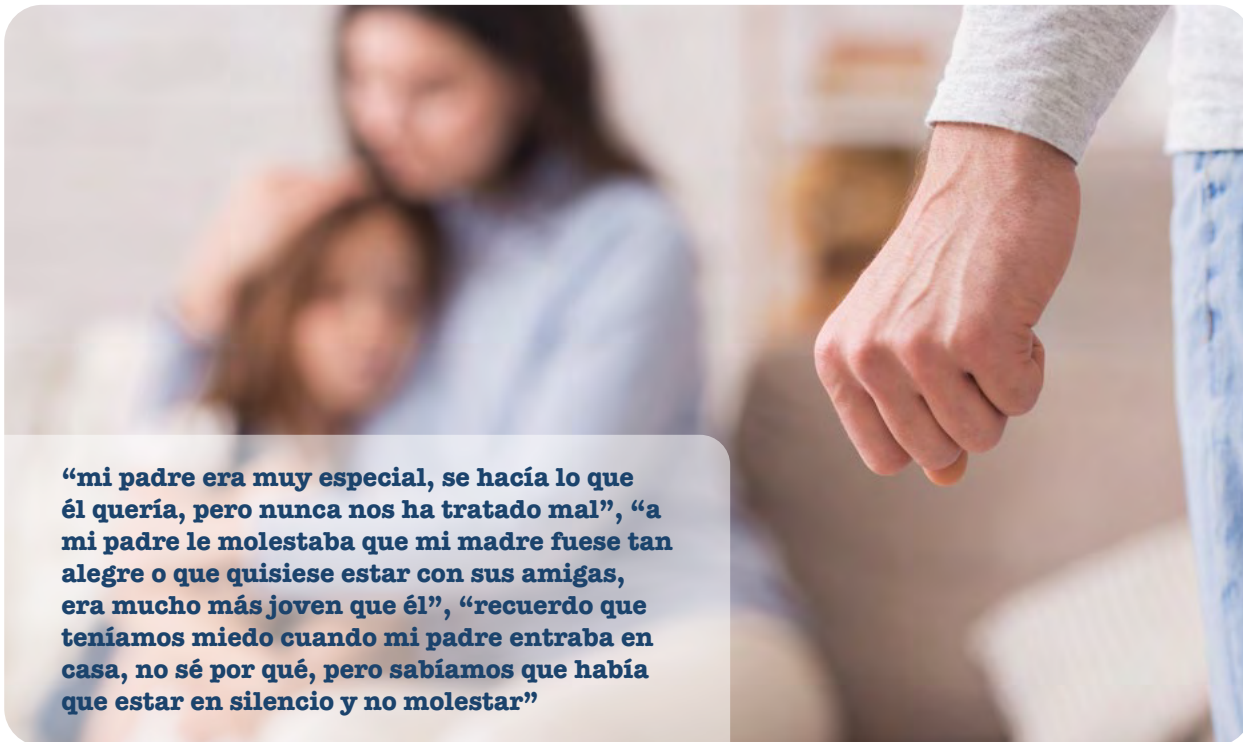
En AMS llevamos más de 30 años trabajando con mujeres adultas, en el Espacio de Salud Entre Nosotras, y sabemos qué secuelas y malestares provoca todas estas presiones a lo largo de la vida. Uno de los objetivos de la terapia es acompañar a las mujeres en ese proceso de aceptación de sus cuerpos, permitiéndoles sentir placer, disfrutar de la vida y perseguir el éxito que cada una deseamos, priorizando gustarnos a nosotras mismas. En definitiva, todas las mujeres con las que trabajamos van incorporando que lo más importante es aprender a autocuidarnos y para ello es esencial escuchar nuestro cuerpo y darle aquello que necesita y no lo que los demás necesitan ver en él. ■

3 <https://www.instagram.com/p/Ct3PEp2q8EM/?igshid=MTc4MmM1Yml2Ng%3D%3D>



mujeres
para la salud





“mi padre era muy especial, se hacía lo que él quería, pero nunca nos ha tratado mal”, “a mi padre le molestaba que mi madre fuese tan alegre o que quisiese estar con sus amigas, era mucho más joven que él”, “recuerdo que teníamos miedo cuando mi padre entraba en casa, no sé por qué, pero sabíamos que había que estar en silencio y no molestar”

Porque sí, las hijas e hijos de las mujeres maltratadas son **receptoras/es directas/os de la violencia** contra sus madres, incluso aunque no la presencien, aunque no sufran agresiones físicas o verbales directas, no son meras/os espectadoras/es, sino **víctimas directas de la violencia** y puede ser tan traumático para ellas y ellos como ser víctimas de abusos físicos, psicológicos o sexuales.

Y aunque la consideración de víctimas directas de violencia de los y las menores, ya es así considerada desde hace muchos años según nuestra legislación, todavía

“

Las hijas e hijos de las mujeres maltratadas son receptoras/es directas/os de la violencia contra sus madres, incluso aunque no la presencien, aunque no sufran agresiones físicas o verbales directas, no son meras/os espectadoras/es, sino víctimas directas de la violencia y puede ser tan traumático para ellas y ellos como ser víctimas de abusos físicos, psicológicos o sexuales.

hoy siguen siendo, en muchas ocasiones, las **víctimas invisibles**.

Sintomatología como la hiperactividad, el exceso o la falta total de control sobre su vida, la agresividad, el retraimiento, los problemas para establecer relaciones sociales, el aislamiento social, el miedo a que algo malo vaya a pasar o a la pérdida de su padre o su madre, las alteraciones del sueño, las pesadillas o los terrores nocturnos, los síntomas de ansiedad y depresión, la baja autoestima, los problemas de rendimiento, de atención y concentración en el colegio, la falta de seguridad y confianza, los problemas de alimentación, ... son indicadores habituales de estar sufriendo violencia de género en sus hogares. Sin embargo, esta sintomatología muchas veces no se asocia a la situación de violencia y se trata como problemas individuales, neurológicos o de conducta a través de la atención farmacológica o psicológica, que no tiene en cuenta los factores sociales que provocan desigualdad en las relaciones, ni la violencia de género a la que se ven sometidas/os. Y esto les obliga a permanecer en un entorno violento del que no pueden escapar, porque está invisibilizado y no se detecta. Lo que a su vez, va a aumentar el daño psicológico, físico y emocional tanto a corto, como a largo plazo.

Los **efectos de la violencia de género** son devastadores tanto en niños como en niñas y a corto plazo van a presentar, como hemos visto, una serie de síntomas emocionales, cognitivos y conductuales similares, comunes para ambos. Sin embargo, a largo plazo, el modelo de pareja, amor y afecto que están aprendiendo de sus progenitores, y los diferentes roles con los que se van a identificar por la socialización, pueden dar lugar a



la aparición de problemas distintos, según sean niños o niñas.

Puesto que **nuestro trabajo terapéutico en AMS** está dirigido a la atención de mujeres que presentan diversos malestares, consecuencia de la violencia estructural a la que estamos sometidas, nos centraremos a partir de ahora en las **consecuencias específicas** que la violencia de género tiene para las niñas. Niñas que se van construyendo en las mujeres adultas que nosotras vamos a poder atender. Por ejemplo, una de las repercusiones que la violencia de género va a tener en estas menores expuestas, además de las señaladas anteriormente, será el **aprendizaje y naturalización de las relaciones afectivas maltratantes**. Crecerán creyendo que la violencia es una forma normal de relacionarse en una pareja y que callarse, estar alerta, anticiparse a las necesidades de la pareja y adivinar lo que él necesita y espera de ella será la clave para que él le trate bien, y en consecuencia aprenderá a creer que es ella quien puede hacer algo para que él cambie y se sentirá responsable de la violencia que recibe por no haber sabido hacer que la relación funcione. Esto, unido a **la idea del amor romántico** que se nos inculca desde pequeñas y que asume como verdaderas una serie de creencias irracionales como “el amor es lo más importante y requiere entrega total”, “el amor lo puede todo”, “el amor verdadero lo aguanta todo”, “el amor es posesión y exclusividad”, alimentará el mito de la compatibilidad entre el amor y el sufrimiento e irá consolidando la **naturalización de relaciones de poder y violencia**. Cuando somos pequeñas nuestro mundo está construido en base a lo que nos rodea de forma cercana. No tenemos capacidad para discernir si lo que ocurre dentro de casa es normal o no, si es responsabilidad nuestra o de las personas adultas que nos cuidan. No podemos comparar con otras realidades porque, además, la estructura familiar dentro de esta sociedad favorece la ocultación de esta violencia (“los trapos sucios se lavan en casa”). De manera que, si no hay una intervención profesional adecuada, las menores interiorizarán estas dinámicas como algo cotidiano y propio de la convivencia y podrán establecer **modelos de vinculación disfuncionales**, basados en estas creencias, en los que la violencia y el amor van unidos y el manejo del poder del varón sobre la mujer está presente. Esto determinará la forma en que se relacionarán afectivamente con otras personas

“

Podemos observar que, desde muy pequeñas las niñas que sufren violencia de género van a aprender a ser sumisas, a ser invisibles, a intentar evitar cualquier conflicto que “empeore la relación de sus padres”. Tienen que ser muy obedientes, estar calladas, “portarse bien para que papa no se enfade más”. Aprenden a adoptar el papel de cuidadoras, de ser las “madres” de todos, de asumir la responsabilidad de aliviar el sufrimiento de sus madres cuando ven que ellas no son capaces de hacerlo por sí mismas, porque están anuladas o no tienen capacidad para salir de esa situación.

en el futuro y afectará a su autoconcepto, (negativo y basado en la aceptación de los demás), su seguridad (escasa), su autocuidado (inexistente), su independencia y su autonomía (sin desarrollar) y existirá una alta probabilidad de que el ciclo de la violencia se continúe perpetuando en ellas y en generaciones futuras.

Podemos observar que, desde muy pequeñas las niñas que sufren violencia de género van a aprender a ser sumisas, a ser invisibles, a intentar evitar cualquier conflicto que “empeore la relación de sus padres”. Tienen que ser muy obedientes, estar calladas, “portarse bien para que papa no se enfade más”. Aprenden a adoptar el papel de cuidadoras, de ser las “madres” de todos, de asumir la responsabilidad de aliviar el sufrimiento de sus madres cuando ven que ellas no son capaces de hacerlo por sí mismas, porque están anuladas o no tienen capacidad para salir de esa situación. Dejan de estar centradas en su mundo, en su desarrollo personal, muchas veces para atender las necesidades de los demás, para evitar, si tienen hermanos/as pequeños/as que vean la violencia que existe, en un intento de protegerles, tal y como han podido ver en el comportamiento



de su madre, una madre en un estado en alerta constante, atrapada, con miedo. A veces, van a juzgar a su madre, haciéndole responsable de la violencia ejercida por su padre, influenciadas también, por los argumentos de su padre en contra de ella, que no son más que mecanismos de control por parte de él.

Muchas veces, cuando las madres consiguen reunir fuerzas suficientes para, (habitualmente tras un proceso terapéutico), la violencia no desaparece. No son pocos los casos en los que **los padres que han ejercido violencia hacia las madres** y que, por tanto, tampoco se han hecho cargo del cuidado de las criaturas, han sido **negligentes** y no corresponsables, piden **custodias compartidas**, amplios periodos de visita, o incluso custodias completas para seguir sometiendo a las madres. A veces amenazan con "quitarles a los hijos/as", con hacerles daño e incluso, con asesinarles, algo que, por desgracia, ocurre. Todo para seguir controlando y maltratando a la madre, a través ahora de la **instrumentalización** de sus hijos/as, lo que supone una situación de tremenda indefensión y miedo para ellos/as, que tendrán que permanecer en un contexto de violencia, ya sin la protección de sus madres.

Por eso, es importante tener una **mirada de género** ante cualquier señal de atención que los y las menores

estén teniendo, ya que esto va a permitir, con una buena exploración, detectar las circunstancias por las que están pasando y poder dirigir la intervención, no solo a reducir sintomatología, como ocurre en la mayoría de los casos, sino a abordar la situación de violencia que están viviendo, dotándoles de las herramientas de afrontamiento necesarias para poder informar, pedir ayuda, expresar lo que están sintiendo, validar sus emociones, disculparlos de la situación que hay en casa, dejar de parentalizar a sus madres, entender la diferencia entre una relación sana y una relación maltratante y sobreponerse a los daños derivados de esa violencia.

Mirar con perspectiva de género es asumir que en un entorno en el que se produce violencia de género, no es posible que se cubran las necesidades de las/los menores. Es asumir que hay que dejar de reforzar que las niñas adopten roles de adultas protegiendo a los/las hermanos/as y a sus madres, ("fíjate, qué madura es"), ya que es muy probable que esta **parentalización** sea un indicador de la violencia a la que están expuestas. Es asumir que un padre que ejerce violencia contra la madre, no es un buen padre, que su objetivo es mantener bajo control a toda la familia. Es asumir que lo que no se mira, no se ve y abrir la mirada de género por parte de todas las profesiones es nuestro gran reto. ■



Rosa Mª Urien Mancebo

Psicóloga de AMS

Consecuencias en las vidas de las mujeres que han sufrido agresiones sexuales en la infancia

EN HONOR A LAS NIÑAS

Hay situaciones, que nos evocan recuerdos, olores que nos traen historias del pasado, sensaciones corporales que nos transportan o nos hacen vivir momentos pasados. Esto puede ser muy desagradable para las mujeres que han sufrido agresiones sexuales en su infancia, en adelante ASI. Tener un espacio terapéutico de atención psicológica seguro y solo para mujeres como el que proporciona AMS, les supone poder hablar y sanar, *-cuando tú puedas, cuando estés preparada-*, sobre estos acontecimientos traumáticos que sufrieron en la infancia y que es fundamental para poder recuperarse. En AMS construimos ese espacio con cada mujer que sufrió abusos en su infancia, porque estas mujeres fueron niñas agredidas en la esfera más personal y de intimidad, muchas veces por las personas que tenían su confianza y que tenían que protegerlas, lo que supone una de las secuelas más complicadas de restaurar para ellas.

Hay palabras que cuesta mucho pronunciar y que pueden ser muy sanadoras, pero que también avivan los terrores sufridos en el pasado. Algunas palabras como respeto, honor, valor o credibilidad no están en el voca-

bulario de las mujeres que fueron abusadas, porque se les arrancó cuando fueron niñas, junto con la posibilidad de aprenderlas para sí mismas. En el proceso de terapia psicológica que llevamos a cabo en AMS trabajamos intensamente para restaurar todo este dolor.

Las agresiones sexuales en la infancia son actos de carácter sexual que se realizan sobre las y los menores, sin que necesariamente haya violencia explícita o intimidación y que atentan contra su libertad sexual. Pueden ser por contacto físico directo o no, también es ASI exponer a las criaturas al visionado de material pornográfico, el intercambio de imágenes (cualquiera sea la vía- *grooming*), la extorsión por este motivo (*sexting*), los tocamientos, caricias o exposición /incitación a los mismos, el hecho de tratar con menores con intenciones sexuales y, cualquier otra conducta sexual que sea dañina para el bienestar emocional, físico o mental de las niñas y los niños. La ley marca que antes de los 16 años, no puede haber ningún tipo de consentimiento por parte de la infancia, pero como profesional de la psicología afirmo que una niña no consiente en tener relaciones incestuosas después de esta edad, por mucho que algunas corrientes lo puedan seguir afirmando.



Estos son actos de violencia contra los niños y las niñas. En este artículo nos vamos a centrar en la realidad y en el sufrimiento de las niñas, por ser un grupo del que realmente, se habla poco.

Son muchos los años de experiencia en trabajo con mujeres que han sufrido ASI en AMS. Sus secuelas en las mujeres adultas son la consecuencia del silencio y de la ocultación social sobre estos hechos. **Los abusos sexuales son una realidad oculta y ocultada, porque los agresores son hombres;** hombres relevantes en el entorno, hombres que son los *mantenedores* de la familia, hombres que son padres, hermanos mayores, abuelos, amigos cercanos de la familia, sacerdotes, profesores, médicos, psicólogos. Siempre son hombres que están en el entorno de confianza de la infancia. Porque no estamos hablando del *lobo feroz o del hombre del saco*, que vive oculto en el bosque y que tiene un aspecto de lobo o de persona perversa. No. Hablamos de hombres, en la mayoría de los casos, bien integrados en la sociedad, vividos por el resto como *amables*, valorados como miembro de su comunidad como buen padre, a veces como buen marido, a veces es el hombre en que otras personas confían. Siempre está en el entorno de las niñas, puede acceder a ellas, tiene influencia sobre ellas, es una persona de su confianza.

Incido en el concepto de confianza, porque precisamente, **en esta confianza radica el poder del agresor y ahí se anclará el sufrimiento posterior de la víctima.** No tiene que hacer mucho para acceder a la víctima. Las niñas están a su *alcance*. Abusa de ellas porque está en una posición de poder. Tiene influencia sobre ellas y confían en él, pero la sociedad también confía en él.

“

Incido en el concepto de confianza, porque precisamente, en esta confianza radica el poder del agresor y ahí se anclará el sufrimiento posterior de la víctima. No tiene que hacer mucho para acceder a la víctima. Las niñas están a su alcance. Abusa de ellas porque está en una posición de poder.

Cuando el agresor es un desconocido (es un % mucho más bajo) la recuperación de la víctima suele ser más favorable, va a depender mucho de cómo se la escuche y de que no se la ponga en duda.

Según la OMS, el 80% de los casos de ASI se dan en el entorno de mayor confianza de la niña, concretamente, en la familia. Y hace una terrible predicción, 1 de cada 5 menores en Europa será agredido sexualmente por una persona conocida.

Los estudios más recientes (Save de Children, 2017-2021) revelan que entre un 10 y un 20% -25% de la población en España ha sufrido algún tipo de abusos sexuales durante su infancia.



Pero, aunque afecta a un % alto de la población, casi nadie habla de ASI, algunos no creen que exista, negando la mayor o preguntan "¿por qué no lo cuentan las niñas?"... ¡siempre el peso sobre las víctimas!, que ya tienen un gran estigma con las secuelas que estas violencias les han ocasionado, para además obligarlas a ser ellas las que identifiquen lo que les pasa (muchas veces a edades muy tempranas) y denunciar a las figuras de poder que están abusando de ellas.

Esta responsabilidad que se carga sobre las niñas para que hablen y denuncien la situación de agresión a la que están siendo sometidas, es desconocer lo más básico de cómo actúan los perpetradores. Cada niña conoce y tiene un vínculo de confianza, fidelidad y afecto hacia su agresor (que puede ser su papá, su hermano mayor, su abuelo, el entrenador que la eligió...) es muy importante colocar nuestro lenguaje, ahora en la esfera emocional de las niñas. Ya que muchas veces quedarán atrapadas emocionalmente en esos momentos de la vida. Siendo difícil la resolución de estas experiencias (que llamamos traumáticas) por que no pueden resolverlas por sí mismas, al no tener las herramientas psicológicas necesarias. El abusador, la *convence* de que es *alguien especial*, y que le da algo solo para ella, de lo que nadie se puede enterar, o de que ella lo provoca, de ahí pasa al secreto, que blinda la situación y la deja indefensa, ante el aumento de las manipulaciones y el uso de la fuerza, si fuera necesario.

Todavía existen muchos mitos sobre los ASI en nuestra sociedad, que no han sido desmontados, propios de una sociedad patriarcal, protectora de los varones, aunque sean agresores. Como que las madres manipulan a las niñas en procesos de separación o que directamente las niñas mienten por despecho o no haber recibido suficiente atención. Estas creencias erróneas, sirven para proteger a los agresores y revictimizar de nuevo a las niñas, en las que va aumentando la indefensión. Además, funciona como efecto *mordaza* para otras niñas a las que les puede estar pasando y no hablan para no ser cuestionadas.

Las consecuencias en la salud que sufren las niñas afectarán a todas las áreas de su vida. Siempre teniendo en cuenta, las respuestas del entorno. Si ha habido un descubrimiento temprano y ha sido protegida y sostenida emocionalmente tendrá un pronóstico más favorable para el desarrollo de una vida satisfactoria. Por el contrario, si lo ha guardado en secreto (como probable-

“

Todavía existen muchos mitos sobre los ASI en nuestra sociedad, que no han sido desmontados, propios de una sociedad patriarcal, protectora de los varones, aunque sean agresores. Como que las madres manipulan a las niñas en procesos de separación o que directamente las niñas mienten por despecho o no haber recibido suficiente atención. Estas creencias erróneas, sirven para proteger a los agresores y revictimizar de nuevo a las niñas, en las que va aumentando la indefensión.

mente le ha aleccionado su agresor) las secuelas a medio y largo plazo son importantes. Irán aumentando la indefensión (él le dice que no la van a creer, que saben que es una mentirosa, que va a hacer mucho daño o que está loca), el miedo, los sentimientos de vergüenza y la culpa. Necesitará de atención sobre su salud integral, ya que las secuelas pueden afectar a todas las áreas de la persona.

Las secuelas más importantes que nos encontramos en las mujeres adultas en AMS, se van a dar en la manera de entenderse y valorarse a sí misma (autoestima), de relacionarse con las otras personas y en la intimidad (desarrollo físico, emocional y sexual). Cuando un ser humano es expuesto a una situación tan extrema como la de las agresiones sexuales en la infancia, con el agravante de ser una persona de su esfera afectiva, toda esta esfera cambia. Esto quiere decir que las estructuras cerebrales sufren cambios, el sistema de alerta del organismo se altera, la manera en que guarda y procesa la información y los recuerdos se verá alterada. También el acceso a la memoria y dependiendo de la edad y el tipo de agresiones sufridas, la personalidad puede quebrarse y sufrir alguna desintegración.

Todos estos padecimientos van a provocar una pérdida de confianza en los otros, en el resto de los seres humanos, por eso la intervención terapéutica, en ocasiones, es tan dificultosa con ellas. **Nuestra tarea es establecer un vínculo terapéutico saludable, no dependiente, sororario, feminista**, que parte del conocimiento de la sociali-



zación de género de las mujeres y que va a tener sobre todo un objetivo; restaurar e integrar a la niña que fue, poniendo en valor todo lo que ella hizo para sobrevivir, rescatando las variables de resiliencia que serán la base de su proyecto de vida. Cuando, en el trabajo terapéutico, consigue conectarse con ella misma, proveerse de seguridad, aceptar y valorar su cuerpo, disfrutar de su día a día, integrar las partes más críticas y escucharse con amabilidad, entender su historia, desmontar la culpa y la vergüenza. Entonces, también, se pueden establecer relaciones más satisfactorias con las otras personas, el sistema de alerta se recoloca y la vida puede ser. Otro de los aspectos más importantes, es que el abusador, sale del centro de la propia vida, se le destierra, ya no gobierna tu mente, tus sentimientos ni tus emociones, su voz es acallada, por ti. Es un gran triunfo. En mi experiencia como psicóloga en AMS, he acompañado en este proceso a mujeres que descubriendo el daño al que han sido sometidas, han pactado con ellas mismas permitirse una vida saludable; otras que se están comprendiendo después de escuchar sus necesidades más profundas, algunas veces a las partes más oscuras de una misma, que resultó que tenían algo interesante que transmitir y que siempre tienen un valor; otras, todavía en dura lucha con el sufrimiento van accediendo a un espacio de vida más seguro y estable emocionalmente, creado por y para ellas. También hay mujeres que han guardado el secreto del abuso durante décadas y que cuando lo rebelan en sesión, cuentan que sienten una liberación que las hace sentirse livianas de cuerpo durante semanas, porque el cuerpo llevaba una gran carga emocional.

Hacemos una defensa de las niñas actuales, de las niñas dañadas en el pasado y de las que queremos que no sean agredidas en el futuro. Es necesario incluir en los programas educativos y sanitarios la realidad de las agresiones sexuales en la infancia. Enseñar a padres, madres e infancia, que aprendan que esta realidad existe, ponerle palabras, respetarles cuando no quieren besar a alguien, aprender a escucharlos cuando hablan de sus relaciones con otros adultos, enseñar a los niños y a las niñas que nadie puede tocar su cuerpo y cuál es el contacto físico inadecuado, que se pueden negar a ello, que pueden y está bien contarlo (pedir ayuda) y serán bien recibidos en ese relato. Así desmontamos el secreto, podemos impedir que la agresión se mantenga en el tiempo. Además, existen cuentos y actividades diseñadas por la OMS y diversas asociaciones que nos pueden ayudar en esta tarea (La regla de Kiko, Clara y su sombra, Ojos verdes,...)

Es obligatorio que nuestra sociedad se involucre con la infancia y les proteja. Cuando las niñas relatan una agresión por parte de su padre, su abuelo, su tío, su profesor, ... lo principal es proteger a la víctima no al victimario. Poner en duda su testimonio o permitir que sigan realizándose las visitas o mantener las custodias compartidas en estos casos, va en contra de la salud y de la vida de las niñas y solo se las enseña a seguir callando, amordazándolas ahora, el sistema. Esto es un tipo de violencia estructural y revictimiza a las niñas, haciendo más largo el proceso de terapéutico. ■



Pilar Pascual

Pilar Pascual. Coordinadora de AMS

La naturalización de las violencias sexuales sobre las niñas y las adolescentes

Con demasiada frecuencia escuchamos o leemos noticias en las que grupos de varones menores cometen agresiones y abusos sexuales contra niñas o chicas adolescentes a las que conocen y nos preguntamos, ¿qué está pasando?, ¿qué estamos haciendo mal para que chicos menores de edad crean que pueden abusar de sus compañeras de instituto o chicas de su entorno, sin ser conscientes de que están cometiendo un delito?

A finales de octubre la Fundación de Ayuda a Niños y Adolescentes en Riesgo (ANAR) presentaba un estudio longitudinal¹ en el que se destaca que el número de niñas y adolescentes atendidas por violencia en la pareja ha crecido un 87%, en los últimos cuatro años, en este caso los victimarios chicos, también son menores de edad.

Por otro lado, leemos y escuchamos en los medios de comunicación a profesionales de la judicatura, la psicología, la medicina o la educación que nos alertan sobre las consecuencias de la pornografía en los menores y su relación con los delitos sexuales. Menores desde los 8 años de edad acceden, con facilidad, a contenidos pornográficos en los que se expone una

sexualidad basada en la sumisión de las mujeres a los deseos del varón y en la que se relaciona peligrosamente sexualidad y violencia contra las mujeres.

Al mismo tiempo, sigue siendo polémico que los centros escolares ofrezcan una verdadera educación afectivo-sexual basada en los principios de la Igualdad entre mujeres y hombres, lo que podría contrarrestar los perjudiciales efectos de los modelos deformados que transmite la pornografía.

En AMS estamos muy preocupadas por cómo van a afectar estas “nuevas y crecientes violencias” a las niñas y las adolescentes. Por nuestra experiencia de trabajo terapéutico con las mujeres adultas en el *Espacio de Salud Entre Nosotras* sabemos que lo que sucede en la infancia puede desencadenar malestares muy profundos más adelante porque son hechos que se producen cuando el cerebro está desarrollándose y la personalidad de la menor se está construyendo. Nosotras vemos las secuelas que dejan estas violencias a lo largo de la vida de las mujeres y el daño que ocasionan sobre su salud, sobre su cuerpo, su sexualidad, su autoestima, su asertividad y la confianza en sí mismas.

A lo largo de este artículo me gustaría explicar la relación que existe entre estos fenómenos, así como

¹ Estudio longitudinal Evolución de la violencia contra las mujeres en la infancia y adolescencia en España (2018-2022).

“

alertar a las familias y las/os profesionales, sobre los riesgos a los que estamos exponiendo a las menores.

Comenzaré explicando los ámbitos o contextos donde se producen estas violencias, los tipos de violencias que se ejercen y a los/as protagonistas.

Las últimas agresiones sexuales múltiples perpetradas por menores han sido protagonizadas por grupos de entre 3 a 6 chicos con edades comprendidas entre los 12 y los 17 años. Las víctimas han sido niñas y chicas de entre 11 y 15 años. El lugar elegido para la agresión ha sido el instituto, en el recreo, en el baño de un centro comercial o en un jardín urbano. El momento puedes ser a cualquier hora del día y, casi siempre, grabando la escena del delito para después subirla a las redes, porque exponer su hazaña forma parte del ritual, cometiendo así un segundo delito.

Con respecto a la violencia en el ámbito de pareja en las y los adolescentes, según el estudio de la Fundación ANAR, las niñas/adolescentes no detectan señales de conductas violentas que se están produciendo en su relación de pareja, confunden las conductas de control, por parte de su pareja, como normales, porque “me quiere mucho”, llegan a confundir la dependencia, los celos y la necesidad de control con muestras de afecto y preocupación por su pareja. Hay que poner especial atención al control que ejercen los chicos sobre los dispositivos electrónicos, móviles y redes sociales, de ellas, porque suponen un control y monitorización constantes. Sería importante prevenir a las menores sobre otros tipos

de violencia, además de la física, como la violencia de control y la psicológica.

La escucha y el trabajo realizado durante todos estos años en el Espacio de Salud, por el que han pasado más de 12.000 mujeres, nos ha permitido desarrollar un tratamiento especializado denominado Psicoterapia de Equidad Feminista, dirigido específicamente a la recuperación de la salud mental de mujeres que enferman por el impacto patológico que ejerce sobre sus vidas la desigualdad estructural del sistema patriarcal.

El perfil que podemos observar de los chicos agresores es que han sido educados en los valores machistas, de dureza emocional, no mostrar vulnerabilidad, ni pedir ayuda, tienes que ser siempre fuerte,... Al principio se muestran especialmente amables y atentos con las chicas, pero al final ejercen un control casi total de la vida de la víctima.

Rescatamos algunos testimonios de las adolescentes que han participado en el informe de ANAR por su claridad: *“Me pide que le envíe fotos de la ropa que me*

de violencia, además de la física, como la violencia de control y la psicológica.





quiero comprar, y no le gusta que me compre camisas de tirantes" (14 años). "Si salía con mis amigas me insultaba, me llamaba puta. Solo quería que saliese con él" (16 años). "Una vez me golpeó al verme hablando con un amigo. Los golpes cada vez se volvieron más frecuentes" (17 años). "Mantuvimos relaciones sexuales y lo grabó sin mi permiso y luego me chantajeaba constantemente con publicarlo en redes sociales" (17 años). "Le pedí a mi chico que parase porque me estaba doliendo y no quería mantener relaciones sexuales, pero no me hizo caso y continuó" (15 años).

Según el informe publicado por *Save the Children*² los niños y chicos adolescentes acceden por primera vez a la pornografía antes de los 13 años, y casi uno de cada diez, lo hacen antes de los diez años, lo que significa que todavía no han terminado su proceso madurativo para poder procesar las conductas que visionan a través de la pornografía. La niñas y chicas adolescentes también ven pornografía y están normalizando esta sexualidad violenta y misógina, en la que ellas están al servicio de ellos.

Los vídeos pornográficos más vistos son agresiones sexuales en manada que se presentan como actividades que pueden ejercerse porque en el fondo eso "les gusta a las mujeres". La pornografía en la actualidad no solamente está centrada en placer masculino y en la utilización de las mujeres como objeto sexual a su servicio, sino que presenta que "todo es posible", incluso relacionando el placer y el deseo sexual con la humillación u otros comportamientos violentos sobre las mujeres. De esta forma los y las menores normalizan ciertas prácticas no éticas y aceptan que comportamientos violentos y vejatorios formen parte del deseo sexual en la adolescencia. Un 36,8 % de quienes consumen con más frecuencia pornografía no distingue entre la ficción de la pornografía y sus propias experiencias sexuales y 47,4 % de adolescentes que ven pornografía han imitado alguna vez aquello que han visto, pero no siempre lo han hecho de mutuo acuerdo con su pareja, según el último informe citado.

“

Las niñas/adolescentes no detectan señales de conductas violentas que se están produciendo en su relación de pareja, confunden las conductas de control, por parte de su pareja, como normales, porque "me quiere mucho", llegan a confundir la dependencia, los celos y la necesidad de control con muestras de afecto y preocupación por su pareja.

Si nos preguntamos cuáles son las causas de este fenómeno que está en continuo crecimiento podríamos nombrar varias. En primer lugar, la falta de una verdadera educación en igualdad sigue siendo un déficit importante en nuestro sistema educativo. No hemos conseguido aún que la coeducación, que es obligatoria en nuestro país, se haya desarrollado en todos los colegios e institutos. Lo que implica que tampoco las niñas y los niños estén recibiendo una educación afectivo-sexual saludable y adaptada a sus edades.

La segunda causa es el uso indiscriminado de dispositivos móviles desde los 9 años, una herramienta para la que no están preparadas/os y con la que acceden a contenidos sexistas, machistas y violentos que están conformando negativamente sus cerebros y su personalidad. El caso de la pornografía es paradigmático porque está suponiendo la única "no-educación sexual" que están recibiendo en su mayoría.

La tercera causa es la cultura de la violación que está extendiéndose y afectando a todas y todos, aquella que hace creer a los hombres que ejercer violencia sexual contra las mujeres, en el fondo, no está tan mal, aquella que explicaría porqué incluso los chicos menores la están ejerciendo sobre sus iguales sin percatarse de que están cometiendo un delito. *La cultura de la violación es el conjunto de creencias, ideas y actitudes que justifican y normalizan la violencia sexual y que, según la ONU, es "omnipresente". Sigue un patrón*

² <https://www.savethechildren.es/actualidad/informe-online-grooming>



expresan. En las redes están aumentando los grupos de hombres misóginos ⁴ que reivindican el modelo patriarcal de dominación masculina y sumisión femenina, o la vuelta a las relaciones en las que las mujeres están al servicio de los hombres para que ellos se sientan más seguros a través del control y el ejercicio del poder, son verdaderas subculturas misóginas online que culpabilizan a las mujeres de todo y que promueven la violencia hacia ellas. Estos grupos están llegando masivamente a contactar con hombres jóvenes desde la adolescencia en muchos lugares del planeta.

sociocultural de discriminación que reproduce, motiva e incentiva la violencia sexual a través de mensajes en los que el cuerpo de las mujeres está en permanente disposición masculina. La existencia de la prostitución y la pornografía son ejemplos de esta cultura, pero también hacer creer a las mujeres que se atreven a denunciar la violencia sexual que sus testimonios van a ser puestos en duda desde el primer momento, que van a sufrir un juicio paralelo social, periodístico y jurídico a pesar de que ellas son las víctimas, por lo que la mayoría de estos delitos quedan impunes.

Otra causa sería el aumento de mensajes dirigidos contra de la violencia de género ³, del feminismo y de la igualdad por parte de partidos políticos que niegan la existencia de esta violencia y consideran que el feminismo se “está pasando” y está haciendo que los hombres se sientan mal en las relaciones con las mujeres porque estas saben lo que quieren y lo

Las posibles soluciones que ya se están demandando desde diferentes ámbitos profesionales como la fiscalía de menores, la medicina, la psicología, la educación y las familias son la necesidad del control de los dispositivos móviles (retrasando la edad hasta los 16 años); la prohibición de la pornografía para los y las menores; la obligatoriedad de una educación en igualdad global que incluya una educación afectivo-sexual saludable y respetuosa para todas y todos; la erradicación de la cultura de la violación empezando por “despatriarcalizar” el sistema judicial y acabar con la impunidad de los delitos sexuales. Y, por último, conseguir una mayor implicación de los hombres, en particular, para que sean más activos ante este grave problema social y para que lleguen a ser referentes de buen trato e igualdad para las nuevas generaciones. ■

³ Como contrareacción a los avances de la 4ª Ola del feminismo y el movimiento “Me too” que consiguió, por primera vez, que una gran mayoría de mujeres denunciaran la violencia sexual y consiguieran meter en la cárcel a los culpables.

⁴ Manosfera o machoesfera, es una red de sitios web, blogs y foros en línea que promueven la masculinidad enfatizada, la hostilidad hacia las mujeres o misoginia, y una fuerte oposición al feminismo. La manosfera se ha asociado políticamente con la extrema derecha y la derecha alternativa.²⁴⁵⁶ Los movimientos dentro de la manosfera incluyen al antifeminismo, incels (célibes involuntarios), MGTOW (Men Going Their Own Way), artistas del ligue, el movimiento por los derechos de los hombres, blogueros y comentaristas, entre otros. Laura Bates, *Los hombres que odian a las mujeres. Incels, artistas de la seducción y otras subculturas misógina* (Capitán Swing), 2023



Irene Zugasti

Política y periodista

Violencia digital contra las niñas y adolescentes: ¿podemos hacer de la red un lugar seguro?

¿Es internet un lugar seguro para las niñas y adolescentes? Según los datos de la Fundación Anar, la tecnología está implicada en el 44% de los casos de violencia contra las menores, y la tendencia ha crecido un 82% desde la pandemia. Además, ocho de cada diez adolescentes víctimas de violencia de género la sufren por un canal tecnológico, y en el caso de la violencia sexual, en 2023 la Fiscalía General del Estado advertía del aumento exponencial de la violencia sexual entre menores en los últimos años.

El uso de Internet es una práctica mayoritaria en los jóvenes de 16 a 24 años, con un 99,7% en los hombres y un 99,8% en las mujeres (INE, 2022). Nueve de cada diez mujeres jóvenes utilizan las redes sociales para comunicarse, mayoritariamente WhatsApp e Instagram, con más del 90 % de usuarias en cada plataforma. YouTube es la primera red social que empiezan a usar las jóvenes, y dos de cada tres lo hacen antes de los 12 años (Instituto de las Mujeres, 2022). Pero más allá de los números, es decir, de la evidencia de la digitalización de la sociedad, y de las jóvenes y las niñas como usuarias activas de las mismas, debemos plantearnos por qué internet se ha convertido en un espacio profundamente desigual y violento contra

ellas y por qué no se está actuando en consecuencia, pues la violencia digital contra las niñas y adolescentes tiene graves consecuencias en las vidas, la salud y el desarrollo de quienes la sufren e impide además usar las redes en condiciones de libertad y seguridad.

No podemos -ni como profesionales, ni como familias, ni como feministas- permanecer ajenas a un fenómeno que durante demasiado tiempo ha permanecido como una "tarea pendiente" dentro de la lucha contra las violencias machistas y también en el marco de la violencia contra la infancia. Y, sobre todo, **es necesario relacionar ambos hechos, porque la violencia digital se ceba con las niñas y con las jóvenes** y es la manifestación más común de violencia machista que se ejerce contra ellas. Tomar conciencia de esta violencia, de sus formas y manifestaciones y también de sus victimarios, es decir, de quiénes las ejercen, es imperativo para poder abordarlas desde y con las infancias y las adolescencias y exigir medidas a las administraciones, a los centros escolares o a los servicios de intervención con menores, sensibilizar y actuar contra ellas y reparar también el daño a sus víctimas. A su vez, apoyar las redes feministas digitales y los espacios de toma de poder y de alianzas e incidencia en la red es igualmente importante: internet, la red, es también nuestra y disputarla desde el feminismo la mejor forma de ganar terreno al patriarcado digital.

Existen **ejemplos recientes en nuestro país** que prueban las muy diferentes formas en las que esta se despliega. Podemos pensar, por ejemplo, en los recientes casos de “deepfake” digital contra las menores ocurrido en Extremadura, en los que se utilizaba la Inteligencia Artificial para recrear pornografía con rostros de esas jóvenes. Otro ejemplo muy reciente en los medios es el caso de los deportistas canteranos que difundieron grabaciones sin consentimiento de relaciones sexuales con menores de edad. Y sin salir de España, podemos recordar también las últimas cifras en torno al acceso ilegal, pero no controlado y en aumento de menores a redes sociales que funcionan como plataformas de prostitución digital como OnlyFans o SugarDating y que son percibidas como “alternativas libres” para obtener dinero fácilmente funcionando como redes de captación sexual. El INCIBE, (El Instituto Nacional de Ciberseguridad) advertía en 2022 del peligro de que las menores se registren en OnlyFans a la hora de sufrir acoso y abuso sexual ‘online’. Fenómenos como el ‘sugar daddy’ están normalizando que una adolescente mantenga una relación con un hombre mayor que ella, y que se legitime como “empoderante” en muchos discursos culturales.

Volvemos a las cifras para comprender el impacto de esta violencia en las niñas, adolescentes y jóvenes: el estudio *Mujeres jóvenes y acoso en redes sociales*, publicado en 2022 por el Instituto de las Mujeres, revelaba que casi la mitad de las mujeres jóvenes encuestadas se ha sentido alguna vez ofendida, humillada, intimidada, acosada y/o agredida en las redes sociales. Esta violencia tiene una clara naturaleza sexual: la mayoría de los mensajes de los agresores, un 56,2 %, son de carácter sexual e intimidatorio y en un 53 % se refieren a la divulgación de fotografías, sexualmente explícitas, sin el consentimiento de la víctima. El 44% de las agresiones se producen además por medio de insultos, amenazas, burlas o mensajes hirientes tras la negativa de una mujer a los deseos del hombre.

En el caso de la infancia, el 84% del total de los casos denunciados en 2022 de delitos sexuales a través de Internet tienen como víctimas a niños, niñas y adolescentes. El anexo sobre online grooming que acompaña al último informe de Save The Children, titulado *Por una justicia a la altura de la infancia: Análisis de sentencias sobre abusos sexuales a niños y niñas en España*, (octubre de 2023), concluye que en casi la mitad de los casos de abusos sexuales contra la infancia a través de Internet el agresor es una persona desconocida y en el 95% de los casos, sin antecedentes penales.



“

La violencia digital contra las niñas y adolescentes tiene graves consecuencias en las vidas, la salud y el desarrollo de quienes la sufren e impide además usar las redes en condiciones de libertad y seguridad.

Según esta misma ONG, en su estudio *Violencia viral*, los datos confirman que las niñas sufren esta violencia en mayor grado: según sus datos, 529.425 jóvenes sufrieron ciberacoso antes de los 18 años, afectando más a las niñas y adolescentes, que serán adultas cuya vida ya se ha visto afectadas y mediadas por esta violencia y por sus consecuencias en la salud física y mental, en el desempeño educativo o profesional y en las relaciones con su entorno: estigmatización, daños a la reputación, una menor productividad, efectos negativos sobre la salud mental y el bienestar psicológico, aislamiento tanto en el mundo virtual como en el mundo real, etc. (UNFPA, 2022). Consecuencias a las que las administraciones públicas y las y los profesionales estamos llegando tarde.

La falta de conocimiento y perspectiva de género a la hora de abordar este problema lo ha convertido a menudo en un “elefante en la habitación”: al suceder en un entorno virtual, muchas veces los propios centros educativos no detectan o no contemplan esta violencia dentro de su ámbito de actuación. Ocurre lo mismo en el seno de los hogares, donde existe una evidente brecha de uso y conocimiento en torno a qué contenidos acceden las y los menores y si lo están haciendo en



condiciones de seguridad. Y también, en ambos casos converge la problemática de la falta de recursos conocidos a la hora de intervenir una vez se detecta esta violencia, ya que requiere medidas de prevención y de actuación frente al delito específicas y adaptadas al problema.

Además, las evidentes lagunas de regulación de los entornos digitales y la ausencia de perspectiva de género en las políticas de uso y seguridad digital son dos de los motivos por los que hoy esta violencia digital ha alcanzado dimensiones preocupantes. El anonimato, la falta de monitoreo y la facilidad para burlar los mecanismos de seguridad y acceder a plataformas

o contenidos y las ineficientes medidas de seguridad que tienen las propias plataformas son algunos de los problemas que han trasladado del debate hasta la Unión Europea, donde se está negociando una directiva que por fin ponga coto a esta violencia.

Probablemente muchas personas hayan sentido ya familiaridad con conceptos como el “grooming” o la “sextorsión”, sin embargo, existen otras muchas formas de violencia machista digital operando en Internet, especialmente, en las redes sociales, pero también en otros espacios virtuales como foros, videojuegos, plataformas de streaming, o a través de la propia publicidad digital. En el siguiente cuadro se recogen algunas de las principales:

FORMAS DE VIOLENCIA MACHISTA DIGITAL

Acoso	Interacciones reiteradas sin consentimiento. (<i>stalking</i>). Conductas de carácter orquestado y/o reiterado que tienen como objetivo agredir, perturbar o intimidar. Pueden tomar forma de burlas (<i>troleo</i>), a discursos de odio o envío de contenido no solicitado (<i>spam</i>), especialmente de contenido sexual.
Amenazas	Envío de contenidos o mensajes agresivos, lascivos o violentos que manifiestan una intención de daño contra la víctima, sus seres queridos o bienes. Destaca el uso del terror sexual y expresiones que lleven o sugieran la violación.
Extorsión	Uso de la manipulación para obligar a seguir la voluntad o peticiones de un tercero ante la amenaza de un daño. A menudo tiene un componente sexual mediante el ejercicio de poder para explotar sexualmente su imagen o cuerpo contra su voluntad (puede implicar la obtención de un beneficio sexual, lucrativo o de otro tipo). (En ese caso, se conoce como <i>sextorsión</i>).
Grooming o captación	Contacto a través de redes de un adulto hacia una menor para establecer relaciones que, mediante engaño, derivan en abusos o explotación sexual. Se basa igualmente en la amenaza de compartir y difundir información o contenido privado de una persona (<i>sexspreading</i>).
Doxxing	Indagación en información personal, así como su difusión en redes sociales, con un componente de acoso y control. Puede incluir el contacto con compañeras/os o familiares para obtener acceso e información sobre una persona.
Desprestigio	Descalificación pública y privada de la trayectoria, credibilidad o imagen a través de la difamación o la exposición de información falsa, manipulada o fuera de contexto. Uso del descrédito e infantilización. Acciones deliberadas para neutralizar o invisibilizar la opinión de una persona de los canales de comunicación (<i>shaming</i>).
Deepfake	Creación de contenido sexual alterando una publicación pornográfica ya existente mediante la aplicación de tecnología deepfake mediante Inteligencia Artificial en los rostros de las víctimas. Se combina con otras formas de violencia digital como el sexspreading y la sextorsión.

Fuente: Elaboración propia a partir de las clasificaciones de De Diego, G. Franco & Zugasti (2020) Adaptación para AMS.



Laura Redondo Gutiérrez

Doctora en psicología. Experta en actividad física y el deporte

La dualidad del deporte: un gran potencial en un campo con alta desigualdad

Adía de hoy, no existe la igualdad por sexos, como numerosos indicadores demuestran, desde las ratios de empleo, sueldos, la sobrecarga de los cuidados, la feminidad de la pobreza, la desigualdad de oportunidades, la explotación sexual y reproductiva de las mujeres y el sexismo social, base de todo lo anterior, que ya se inculca y manifiesta desde la infancia. De hecho, las niñas lo aprenden rápidamente. En concreto, desde los 2/3 años, en plena eferescencia de la plasticidad cerebral, el entorno social es un mar de mensajes simbólicos que se asimilan con gran voracidad. Y posicionan a las chicas en la debilidad, generándoles vulnerabilidad; y a los chicos en la fortaleza, dotándoles de privilegios.

Esta desigualdad emana de distintos campos de juego social, pero uno destaca con especial fervor por su potencial muchas veces desaprovechado para educar en valores, así como por su alcance masivo en medios, sobre todo a nivel de competición: el deporte. Dentro de este nos encontramos con una menor participación de las mujeres siendo más sedentarias y realizando menos ejercicio regular (37,7%) (INE, 2023), encontrando un punto crítico en la adolescencia con un doble de casos de abandono de la práctica deportiva en las niñas (Isorna y cols., 2013). A este respecto, estudios como los de Redondo-Gutiérrez y cols. (2022) que abordaron la autopercepción física en niñas, niños y adolescentes no había diferencias significativas en edades tempranas, por lo que es de interés acotar

cómo es la adolescencia y el marcaje sexista uno de los factores a considerar en este fenómeno.

Así, se han identificado otros factores de corte disuasorio o desincentivante en la práctica deportiva de niñas y mujeres como la baja dirección hacia la competición, como reflejan las licencias federadas, donde las mujeres suponen un 24,7% de las mismas. De estas, en base al Ministerio de Cultura y Deporte (2023) de las 65 federaciones solo en 6 las mujeres son mayoría (9,2%), siendo estas de mayor a menor proporción: la gimnasia, el baile deportivo, la hípica, el voleibol, el pentatlón moderno y el patinaje. Cabe destacar el descriptor de género de estos deportes y que no se encuentran entre los más reconocidos ni que mayor potencia económica suponen. Por su parte, en base a la propia Asociación del Deporte Español [ADESP] (2022) las mujeres ocupan solo el 35% de las juntas directivas, siendo un 28% en el caso de la autonómicas. En esta línea, los logros de las mujeres deportistas solo se reflejan en un 6% del total de las noticias deportivas y solo un 10% de mujeres son editoras de las mismas. Eso por no hablar del menor sueldo, oportunidades de carreras deportivas, la violencia machista en estadios con insultos e incluso amenazas, y la propia violencia y acoso que las jugadoras y deportistas se ven expuestas.

En concreto, cuando se contrasta el propio estado psicológico de las mujeres deportistas que sí continúan con su carrera o práctica deportiva, como ex-

ponen estudios como los de Rivas (2023) nos encontramos con distintas manifestaciones de discriminación (p.ej. apariencia física, negación de derechos, prejuicios), sexismo, sentimiento de inferioridad (por la percepción superior que se hace de los hombres en diferentes disciplinas), discriminación corporal (por el estándar de otras compañeras), así como falta de reconocimiento (de sus potencialidades, y en comparación a los hombres al no poder superar al sexo masculino), falta de inclusión e integración de las mujeres en el contexto deportivo y cultural de la sociedad, machismo directo (denigración, limitación de toma de decisiones, subordinación a hombres a nivel laboral, cotidiano y relacional). Por tanto, la situación de las mujeres que se vivencia en el deporte pone de manifiesto variables de por qué se abandona, así como las dificultades sociales de poder llevarlo a cabo. Por tanto, esta infrarrepresentación está desde las referentes, la dirección a la propia práctica, de manera global.

A esta situación de partida hay que añadirle nuevas amenazas que entorpecen la consecución de una igualdad efectiva para las niñas y mujeres en el ámbito deportivo como las leyes identitarias que borran las categorías por sexo, lo que supone que se permita que hombres compitan en sus categorías por su mera palabra de que pertenecen a la misma (Redondo-Gutiérrez, 2021), lo que supone otra desincentivación más que suma a las anteriores, y que hace aún más difícil la resistencia por parte de las mujeres en el deporte, especialmente en puestos de poder y saliencia social como la competición. Asimismo, es importante destacar las implicaciones de la realización de práctica deportiva al bienestar físico y psicosocial, por lo que la falta de adherencia o abandono del desarrollo de actividad física y/o deporte que las niñas y mujeres presentan suponen consecuencias negativas a nivel físico, psicológico, económico y social. En suma, el deporte refleja la desigualdad social entre sexos, con menor participación, protagonismo, reconocimiento, con puestos de poder en menor proporción, e incluso





Nos encontramos con distintas manifestaciones de discriminación (p.ej. apariencia física, negación de derechos, prejuicios), sexismo, sentimiento de inferioridad (por la percepción superior que se hace de los hombres en diferentes disciplinas), discriminación corporal (por el estándar de otras compañeras), así como falta de reconocimiento (de sus potencialidades, y en comparación a los hombres al no poder superar al sexo masculino), falta de inclusión e integración de las mujeres en el contexto deportivo y cultural de la sociedad, machismo directo (denigración, limitación de toma de decisiones, subordinación a hombres a nivel laboral, cotidiano y relacional).

con vivencia de discriminación, acoso y violencia. Esto es tanto en la toma de decisión y los organismos de poder como en la práctica y reconocimiento, lo que va de la mano.

Sin embargo, el deporte más allá del impacto positivo que puede tener en la salud y bienestar, es también un medio para educar en valores e incluso para promover el desarrollo y la paz mundial como desde la propia UNESCO (2009) se manifiesta. Dentro de los valores del deporte está la equidad, el trabajo en equipo, la igualdad, la disciplina, la inclusión, la perseverancia y el respeto, en la línea de los propios objetivos del Desarrollo 2030 donde la igualdad ocupa un pilar indiscutible. No obstante, si bien este es el planteamiento de base y deseable para el deporte, la realidad es otra, por lo que es importante redirigir esta situación y canalizar este potencial para el fomento de la igualdad.

Un ejemplo de la dualidad del deporte, la necesidad del reconocimiento de las mujeres en el mismo, así como el trato discriminatorio y el sexismo social presente ha sido el caso que ha vivido la futbolista y campeona del mundo Jenni Hermoso. Cuando el de aquellas presidente Luis Rubiales en plena celebración del triunfo de las españolas en el Mundial le propinó un beso en la boca, conducta compatible con violencia sexual, donde además existía desigualdad de poder al ser un

superior, y se ejercía ante millones de espectadores. Hechos que han supuesto la inhabilitación de tres años por el Tribunal Administrativo del Deporte (TAD), así como la suspensión como presidente de la Federación española de fútbol que de aquellas ostentaba. Es importante destacar que las consecuencias a estos actos no han sido evadibles debido a la presión social, el movimiento feminista, y la labor de las propias jugadoras, como se ha reflejado en las comparecencias o el propio discurso de Aitana Bonmatí al ganar el premio a mejor jugadora del año. Su mensaje, y el de todas, ha sido el de plantarse a la violencia machista. Y desde el altavoz mediático del deporte se refuerza la necesidad de tomar conciencia de que la situación de desigualdad es modificable, con una inversión y apuesta social sin fisuras, destacando la labor profesional y política. Y hemos de tomar en el Deporte el lugar que nos corresponde a las mujeres, pues es un medio y modelo sin igual de construir y conseguir la igualdad social entre sexos de manera efectiva. ■

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Asociación del Deporte Español [ADESP] (2022). *Estudio preliminar sobre mujeres directivas y profesionales en el deporte federado español*. <https://deporte.es/es/noticia/6467/mas-de-15-mil-mujeres-forman-parte-de-las-estructuras-de-las-federaciones-deportivas-en-espana-conforme-al-estudio-que-ha-elaborado-adesp-sobre-igualdad-en-nuestro-deporte/>

Instituto Nacional de Estadística [INE] (2023). *Encuesta de Condiciones de vida 2022*. https://www.ine.es/prensa/ecv_2022.pdf

Isorna, M., Ruíz, F., & Rial, A. (2013). *Variables predictoras del abandono de la práctica físico-deportiva en adolescentes. (Predictor variables of the dropping out of physical sport activity by teenagers)*. *Cultura, Ciencia y deporte*, 8(23), 93-102.

Ministerio de Cultura y Deporte (2023). *Licencias federadas según sexo por federación*. <https://www.cultura.gob.es/dam/jcr:4b866486-1c11-4dc4-a528-8611c431a7e7/licencias-federadas-por-sexo.pdf>

Redondo-Gutiérrez, L. (2021). *El impacto de las leyes identitarias en los menores y las mujeres: puntos de colisión y nuevas formas de sexismo*. In *El sexo en disputa. De la necesaria recuperación jurídica de un concepto* (pp. 153-190). Centro de Estudios Políticos y Constitucionales.

Redondo-Gutiérrez, L., Afonso, R. C., Molina, A., Sanchez-Lastra, M. A., & Ayán, C. (2022). *Associations between self-perceived and desired health-related physical fitness in Spanish children*. *Children*, 9(9), 1314.

Rivas, J. (2023). *Discriminación hacia las mujeres en el deporte*. Feminismo Inc. <https://feminismoinc.org/2023/05/discriminacion-hacia-las-mujeres-en-el-deporte.html>

UNESCO. (2009). *Policy guidelines on inclusion in education*. UNESCO.



AMANDA
AGRUPACIÓN DE MADRES DE ADOLESCENTES
Y NIÑAS CON DISFORIA ACELERADA

AMANDA

Agrupación de Madres de Adolescentes y Niñas con Disforia Acelerada

No contaban con estas madres

AMANDA es una agrupación apartidista, independiente y laica de familias con hijas e hijos que, sin haber manifestado jamás ninguna incomodidad con su sexo, afirman de forma sorpresiva ser trans al llegar a la pubertad o la adolescencia.

La agrupación comienza a tomar forma en septiembre de 2021, cuando un pequeño grupo de madres contactamos a través de redes sociales. Compartimos la preocupación por la afirmación repentina de nuestras hijas de que son trans y la inquietud de encontrar un único punto de vista al buscar información: aquel que nos conduce a validar de forma inmediata la afirmación de nuestras hijas sin aportar evidencias científicas ni estudios de calidad que avalen que esa sea la vía más adecuada para afrontar la situación. No se informa de las consecuencias de la transición social (cambiar de nombre y forma de presentarse a los demás) ni de la transición farmacológica o quirúrgica y se confunden constantemente los conceptos de sexo y género. Este enfoque choca frontalmente con el principio básico que debería regir cualquier intervención en el ámbito de la salud, “primero no hacer daño”, y se aleja de lo que consideramos imprescindible: afrontar la cuestión con prudencia y con un abordaje que garantice en todo momento la salud de nuestras hijas e hijos.

En nuestra búsqueda de información para abordar la situación descubrimos que nuestras hijas encajan perfectamente en el patrón descrito por la dra. Lisa Littman y nombrado por esta como Disforia de género de inicio rápido. Y así es como comenzamos un camino de investigación, de búsqueda de fuentes de información fiables que aborden la cuestión desde todos

los ángulos posibles y que detallen las consecuencias psicológicas, sociales y físicas que tiene el camino de la transición. Y lo que vamos descubriendo nos mueve a definir lo que es AMANDA en la actualidad:

- Fuente de información acerca de la transición mal llamada de género, con una extensa recopilación de artículos científicos sobre la transición y sus consecuencias, así como información acerca de otras formas de aproximación a la situación.
- Punto de encuentro de familias que se enfrentan a la misma situación y que comparten la preocupación por abordar el malestar de sus hijas e hijos desde la prudencia.
- Colectivo interlocutor con administraciones y partidos políticos, a los que hemos hecho llegar información completa acerca del fenómeno conocido como disforia de género de inicio rápido, información sobre cómo países de nuestro entorno están abandonando el enfoque afirmativo y posicionamientos de importantes sociedades y colectivos de la salud españoles en favor de la prudencia, entre otra información.

Dos años después de iniciar el camino, han contactado con AMANDA más de 600 familias que nos han contado historias muy similares, historias como estas:

“Actualmente mi hija tiene 20 años. Tiene altas capacidades y es muy sensible. Con 15 años tuvo su primer ingreso psiquiátrico por trastorno de conducta alimenticia y

Las hijas de AMANDA: adolescentes y jóvenes vulnerables



Fuente: Elaboración propia a partir de información proporcionada por las familias agrupadas en AMANDA.

autolesiones, tras llevar 5 años con diversos problemas psicológicos. Poco después nos dijo que era trans y fue derivada a la Unidad de Transexualidad e Identidad de Género; que yo sepa no hubo coordinación de ésta con el equipo de salud mental que la trataba. Su psiquiatra intentó hablar con la Unidad de Género y no hubo manera. Allí, no vieron problema alguno para su transición y le dijeron que tenía derecho a pedir la hormonación, sin que ningún médico o psicólogo tuviera que dar el visto bueno. Eso sí, mientras fuera menor de edad yo tenía que firmar que estaba de acuerdo. Tuve muchísimos problemas con ella porque como madre decidí que no la dejaría hacer nada hasta los 18 años y continuó tratamiento psiquiátrico. Ha sido diagnosticada de trastorno límite de la personalidad y ha tenido varios intentos de suicidio. Al poco de cumplir la mayoría de edad, cuando creía que retomaría la asistencia a la UTIG, me dio las gracias por no haberla dejado hormonarse, porque ya no quería ser un chico. Hace poco fue capaz de contar a su terapeuta y a nosotros que sufrió abuso sexual en la infancia por parte de un familiar. Sigue en tratamiento en salud mental, donde consideran que el trauma sufrido está en el origen de toda su problemática". (Madrid)

"Somos tres amigas y nuestras hijas, de 14 años, también son amigas desde la infancia. Las tres acuden al mismo grupo scout. Hace aproximadamente un año que las tres se han declarado trans." (Valencia)

"Mi hija tiene trastorno límite de la personalidad y es lesbiana. Durante el confinamiento por la pandemia su salud mental empeoró mucho y, al poco de acabar éste, conoció a un chico trans y nos comunicó que no era lesbiana sino un chico trans. Ya es mayor de edad, así que pidió ser atendida en Transit. Le atendió por videoconferencia una ginecóloga que no le preguntó por sus antecedentes y, al rato de terminar la videoconferencia, le llegó por correo electrónico la receta de la testosterona, sin siquiera hacerle analíticas previas. Su salud mental sigue empeorando". (Cataluña)

"Tengo dos hijas, de 16 y 12 años, ambas con altas capacidades y dificultad de relación con iguales. La mayor hace tres años conoció a un grupo de chicos y chicas trans, no binarios, de género fluido, e inició transición social. Desde entonces, su popularidad subió como la espuma. Ahora me encuentro que la pequeña me dice que ella también es trans. Aunque sea por estadística, esto no tiene sentido". (Cataluña)

No, no tiene ningún sentido estadístico. Diversos estudios apuntan a un incremento de varios miles por ciento de adolescentes que se autodiagnostican incongruencia de género y afirman ser trans, con una incidencia de 3 a 1 de chicas. Cuando ya se ha demostrado que la transición social no es inocua, se sigue empujando a menores en los ámbitos educativo y de la salud a realizar una transición que es la antesala de las intervenciones farmacológica y quirúrgica.

No, los bloqueadores de la pubertad no permiten ganar tiempo y esperar a que la menor madure porque, precisamente, bloquean el proceso madurativo a la vez que provocan daños cuya reversibilidad se desconoce: se trata de tratamientos experimentales no aprobados para el uso que se les está dando en menores.

Y no, una niña que lleva la falda rota y no le gusta vestir de rosa, que si pierde un pendiente no se preocupa porque alguien lo encuentre, que se ríe feliz cuando se pinta un bigote con acuarela, que salta de alegría cuando mete un gol y todos lo celebran, la que a primera hora se quita una horquilla, no es un niño. Es una niña que ha roto con los estereotipos de género que la sociedad le pretende imponer.

Y no, no contaban con estas madres. No nos vamos a rendir, vamos a seguir insistiendo en que se analice el fenómeno de la disforia de género de inicio rápido, que se analice el contagio social y que se abandone el enfoque afirmativo que solo conducirá a una generación rota. ■



Ana Hidalgo Urtiaga

Presidenta de Docentes Feministas por la Coeducación (DoFemGo)

¿Es posible coeducar en la actual escuela mixta?

En 1991 María José Urruzola, profesora de enseñanza secundaria y fundadora del colectivo feminista Lanbroa, titula un ensayo: *¿Es posible coeducar en la actual escuela mixta?* La actualidad de su pregunta requiere que volvamos a ella para pensar en qué punto se encuentra la implementación del modelo de escuela coeducativo y, para tal fin, nada mejor que repasar la genealogía de la educación de las niñas..

Durante la Revolución Francesa, los hombres ilustrados tuvieron que elegir qué sistema educativo poner en marcha: por un lado, el proyecto de 1790 del político Nicolás de Condorcet, integrante de la Comisión de Instrucción Pública, planteaba un modelo obligatorio, laico, gratuito y universal; es decir, para las niñas y niños de todos los estamentos. Su iniciativa reconocía el derecho a la libertad de cátedra y permitía a las mujeres ejercer la profesión docente. Una propuesta radical y revolucionaria de quien conocía tanto las vindicaciones sobre la educación de las niñas de los *Cuadernos de Quejas* de las mujeres del pueblo como las de las *salonnières* de la época; una de ellas su esposa, Sophie de Grouchy, que presidió un reconocido salón filosófico parisino.

El otro proyecto educativo fue el que Jean-Jacques Rousseau había desarrollado casi treinta años antes en *Emilio, O de la Educación* (1762), una obra más moralista que pedagógica donde defendió que solo los niños debían instruirse, pero en una educación práctica y alejada de la abstracción académica para así forjar ciudadanos útiles al Estado. Las niñas, por el contrario, debían educarse en sus hogares observando a sus padres y debían ceñir su aprendizaje a conocer a los hombres para así hacerles la vida más fácil cuando se convirtieran en sus esposas o sus madres, y a coser y

pintar. Las inclinaciones intelectuales no les eran propias así que los padres debían usar la violencia para domar a sus hijas en caso de mostrarlas, explicaba el ginebrés.

El Contrato Social que refrendó la Constitución Francesa de 1791 supuso, por primera vez en la historia, que los hombres de los Tres Estados compartiesen el espacio público a cambio de que éstos encerrasen en sus hogares a las mujeres que habían hecho la Revolución junto a ellos. Para conseguir su doma y sumisión, pusieron en marcha el modelo educativo de Rousseau, que selló el Contrato Sexual, como lo definió la británica Carole Pateman en su obra homónima en 1988. España adoptó este sistema educativo diferencial en la Constitución de las Cortes de Cádiz de 1812 y, con sus idas y venidas, las niñas y los niños no se sentaron codo con codo hasta la aprobación de la EGB en 1970, que abrió la puerta a la escuela mixta hasta trece años.

Durante los años 80, la coeducación sufrió un giro conceptual en España y pasó a definir la educación por y para la igualdad entre chicas y chicos, y, en 1990, la LOGSE (1990) la reconoció y legitimó al incorporarla como un eje transversal del currículum escolar. Por entonces, las coeducadoras habían formado colectivos docentes, como Lanbroa, o grupos de trabajo como el Feminario de Alicante, y se realizaron cientos de talleres, charlas, materiales, etc. Además, registraron sus planteamientos y sus propuestas en obras de rigurosa actualidad como *Orientaciones para la Elaboración del Proyecto Coeducativo de Centro* (1994) de Begoña Salas o *Introducción a la Filosofía Coeducadora* (1995) de María José Urruzola, entre otras. Por eso, cuando Urruzola se planteó la pregunta que da título a este artículo, su respuesta fue negativa: la escuela mixta no coeducaba. No obstante, la pedagoga irunesa

“

El modelo moralista de Rousseau se extendió con éxito por la población europea a través de la instrumentalización de la escuela y así ha ocurrido con las ideas transgeneristas yogyakartanas



así como las demás enseñantes señalaron el camino que debía andar la escuela para llegar a ser feminista y las bases que la debían cimentar: la actualización de los contenidos para incluir los saberes y experiencias femeninas, la inclusión de la educación afectivo-sexual y, sobre todo, mucha formación al profesorado para desactivar en el gremio docente los sesgos androcentristas, machistas y sexistas inherentes a toda sociedad patriarcal.

Dos décadas después, Elena Simón reflexionó sobre la misma pregunta de Urruzola en *La Igualdad también se aprende. Cuestión de coeducación* (2010) para coincidir con ella en que “la escuela mixta no coeduca” (p. 32). La educación en igualdad, denunció la docente alicantina, nunca había sido una prioridad educativa para el Ministerio de Educación y, en consecuencia, no se la había dotado de presupuesto, calendario, medios o espacios. Desde entonces, poco ha cambiado a tal respecto y son las docentes feministas quienes se han encargado de sacar adelante propuestas, proyectos, planes de igualdad, etc. en sus centros, empujadas por una fuerte convicción y a base de regalar horas extras a una administración que muestra poca o ninguna voluntad política y que se salta a la torera no solo la obligatoriedad de la implementación de la coeducación, recogida en las ocho leyes educativas que hemos tenido desde entonces, sino de dos leyes orgánicas que así lo dictan: la L.O. 1/2004 de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género y la L.O. 3/2007 para la Igualdad Efectiva de Mujeres y Hombres.

Pero, desde 2014, la coeducación ha sufrido una nueva e inesperada embestida: los partidos políticos de todo el arco parlamentario han aprobado, por las puertas de atrás, protocolos educativos *trans* en casi todas las

CC.AA, que se suman a las más de cuarenta normas del ordenamiento jurídico español que validan la auto-identificación del sexo -también llamada *identidad de género*- que no se puede poner en duda pero cuya existencia la ciencia ni ha podido ni podrá demostrar pues es un sentimiento interno que solo quien lo siente puede reconocer. Tales textos legales dan carta de naturaleza a un nuevo Contrato Social patriarcal: los *Principios de Yogyakarta* de 2007 que, a pesar de no ser vinculantes porque sus firmantes no representaban a ningún organismo público, se reconocieron como tal por la comunidad internacional.

El modelo moralista de Rousseau se extendió con éxito por la población europea a través de la instrumentalización de la escuela y así ha ocurrido con las ideas transgeneristas yogyakartanas: los centros educativos se han convertido en espacios de creación y captación de estas supuestas *infancias trans* y, para ello, se ha usurpado y secuestrado el propio concepto de coeducación así como sus fines, planes, proyectos, talleres, temáticas, etc., tal y como Silvia Carrasco et al recogen y documentan en *La Coeducación Secuestrada* (Octaedro, 2022).

Por todo ello y dando respuesta a la pregunta de Urruzola, la falta de voluntad política para fomentar la coeducación real durante más de 30 años sumada al retroceso actual a causa del desembarco de la propaganda transgenerista en las aulas nos lleva a concluir que el sistema educativo está hoy más lejos de formar por y para la igualdad entre los sexos de lo que estuvo hace una década. Con todo, las docentes feministas, como vanguardia de la coeducación, prosiguen su camino en el desarme de estas dos caras del patriarcado pues, como solía decir Urruzola: “la clave del triunfo feminista es la paciencia revolucionaria” ■



Angeles Alvarez

CONTRABORRADO

Los estereotipos de género no se refuerzan, se combaten y desafían

Reflexionar sobre las consecuencias del reconocimiento jurídico del género como una identidad humana, plantea al feminismo un desafío de enormes magnitudes a pesar de que para la mayoría social sea algo inapreciable.

El feminismo como movimiento político, social, académico, económico y cultural ha explicado hasta la saciedad que el concepto "género" es una categoría analítica que describe los papeles, comportamientos, actividades, espacios y atributos que cada sociedad impone como apropiados para cada uno de los sexos. Es por tanto el constructo cultural sobre el que se articula la jerarquía sexual y se construyen los modelos sociales basados en la segregación que propone el sexismo y que impone diferencias considerando que desde los derechos a la ropa, son femeninos o masculinos.

Cuando determinados movimientos sociales tratan de definir el género como una "identidad humana", se está proponiendo que sean esos comportamientos los que definan qué es un hombre y qué es una mujer. Para ello se está procediendo al uso sinonímico del género como sustitutivo del sexo biológico.

Este pensamiento que refuerza los estereotipos sexistas y apuntala los elementos más perniciosos sobre los que se basa la discriminación por razón de sexo se ha institucionalizado en el ámbito educativo a través de la imposición de contenidos curriculares acientíficos, pseudocientíficos o directamente negacionistas

del sexo biológico. Hoy los centros educativos españoles al amparo de legislaciones que promueven la idea de que el sexo es algo subjetivo, elegible y autodeterminado.

Esta imposición impacta negativamente sobre la vida de las mujeres y las niñas, ya que el género es un concepto variable en el espacio y el tiempo, y está influido por las modas y las prácticas culturales. El sexo, sin embargo, es un concepto estable que se basa en la biología de cada miembro de la especie.

Esta es la esencia del feminismo que combate y desafía los estereotipos de género para ayudar a todas las niñas/os a darse cuenta de su potencial, y en particular a las niñas y mujeres jóvenes a tener confianza en sus capacidades.

La normativa en vigor en nuestros centros escolares en relación con la "ideología de la identidad de género" obliga a informar sobre el impacto que tiene sobre la vida en los centros escolares los protocolos transgenerista y a denunciar las consecuencias sobre nuestros menores y principalmente sobre nuestras menores ya que es a las chicas a las que más está afectando la conocida como Disforia de Género de Inicio Rápido.

No olvidemos que la activación de un protocolo ante un caso de supuesto transgenerismo o de transexualidad incide en toda la comunidad educativa. Alumnao, profesorado, personal no docente y familias son obligados a aceptar sin reservas el autodiagnóstico de menores que se identifican como "trans" o que son



Viola Klein. Unsplash



Cuando determinados movimientos sociales tratan de definir el género como una “identidad humana”, se está proponiendo que sean esos comportamientos los que definan qué es un hombre y qué es una mujer. Para ello se está procediendo al uso sinonímico del género como sustitutivo del sexo biológico.

identificados como tales por sus progenitores o desde los centros escolares

El género no es una identidad. Son los estereotipos sexistas o roles que socialmente se asignan a cada sexo. A pesar de que esta afirmación es incontestable, son 13 los protocolos educativos derivados de leyes LGTBI/trans que como normativa de obligado cumplimiento están introduciendo contenidos que validan to-

dos los elementos culturales en los que se asienta no solo el sexismo, sino también la homofobia y lesbofobia, al basar sus criterios en la creencia sexista de que hay comportamientos sociales propios de niños y de niñas.

Estos **protocolos autonómicos son contrarios a la coeducación como método que para neutralizar la socialización diferenciada** que se hace en función del sexo de las niñas o niños busca una intervención educativa sin estereotipos ni roles sexistas.

Es inaceptable que a los menores que no se ajustan a las normas sexistas tradicionales, en base a estereotipos de género y los roles sexuales que les discriminan y perjudican, se les anime a pensar que han nacido en un “cuerpo equivocado” y se les anime o dirija a pensar que la solución es cambiar su cuerpo mediante tratamientos e intervenciones farmacológicas, estéticas y quirúrgicas.

Es el criterio de prudencia el que debe aplicarse desde la comunidad educativa que además ha de considerar la madurez de los menores para comprender las con-

secuencias de una reasignación de sexo y de las intervenciones médicas para llevarla a cabo.

No deberían tampoco despreciar el hecho de que un 85% de menores con trazas de "disforia de género" desisten si se les permite transitar por una pubertad normal y que es temerario impedir las valoraciones psicológicas a menores -como hacen las actuales leyes en vigor-

El profesorado ha de saber que en muchas ocasiones el rechazo a las imposiciones de género, cursan con orientaciones sexuales homosexuales, o sencillamente suponen, en el caso de las niñas, con un rechazo a aceptar los roles discriminatorios que se imponen a las mujeres.

Es una imprudencia inaceptable que el sistema educativo se vea obligado, por ley, a dirigir a estos menores y sus familias a organizaciones que promueven las transiciones sociales desde perspectivas del activismo transgenerista, sin considerar que los indicadores de rechazo a las imposiciones de género pueden cursar con otras problemáticas, responder a rebeldías contra las rigideces de las imposiciones de género, o atender a malestares vinculados al diferente desarrollo puberal.

La modificación de los Protocolos educativos actuales es imperiosa. La promoción que se está haciendo de la "transición de sexo" en menores, no conformes con los estereotipos de género, amenaza peligrosamente el sano desarrollo y la salud de niños/as.

No se puede promover desde los centros educativos la idea de que si los comportamientos del alumnado no son los que se esperan de tu sexo serán interpretado como una persona "trans". ¿de verdad es aceptable que la rebeldía de las niñas con gustos, actitudes, preferencias no estereotipadas obtengan como respuesta del sistema educativo un camino a la hormonación?

El número de menores, principalmente niñas, derivadas a las clínicas de género, ha aumentado alarmantemente, sobre todo por la propaganda social. En la clínica Tavistock, de la sanidad pública de Reino Unido, se ha incrementado el número de niñas atendidas en un 4000% en menos de 10 años.

La escuela no debe sumarse a promover entre los menores la idea de que la transición sea la solución a todos sus problemas. La llamada Disforia de Inicio Rápido (ROGD) afecta particularmente a las chicas (8 de cada 10 casos) y se vincula con la exposición continuada a contenidos culturales y educativos relacionados con el transgenerismo, el uso de redes sociales e Internet y el contagio que se produce en grupos de



Tanya-Duset. Unsplash



“
Es una imprudencia inaceptable que el sistema educativo se vea obligado, por ley, a dirigir a estos menores y sus familias a organizaciones que promueven las transiciones sociales desde perspectivas del activismo transgenerista, sin considerar que los indicadores de rechazo a las imposiciones de género pueden cursar con otras problemáticas, responder a rebeldías contra las rigideces de las imposiciones de género, o atender a malestares vinculados al diferente desarrollo puberal.

iguales en que uno o varios miembros ya se han auto-declarado transgénero.

Los signos que los protocolos educativos actuales señalan como indicadores de disforia de género en niños/as son de facto un compendio de comportamientos atípicos de género, sin necesidad de que dichos comportamientos supongan rasgos de transexualidad.

En el análisis realizado por la Alianza Contra el Borrado de las Mujeres, se identificó que en el 100% de los protocolos, no se exige que las niñas y niños tengan ningún tipo de certificación de disforia de género para ponerlos en marcha e iniciar así la conocida como transición social.

No menos peculiar resulta el hecho de que muchos de ellos responsabilizan al centro educativo de “identificar” los supuestos casos en base a “comportamientos no adscritos al género” e impongan como primer paso la derivación y contacto de los menores con organizaciones trans activistas.

Todos los protocolos educativos analizados permiten, a cualquier edad, el cambio de nombre en la documentación administrativa del centro sin que haya un cambio registral oficial y por tanto sin que haya una causa reconocida legalmente.

El 100% de los protocolos usan sinónicamente los términos transexual y trans.

El 100% usan una terminología sin base científica y el 100% de los protocolos están orientados a validar, promover y consolidar una ideología sin base científica, contraria a los principios de la educación en igualdad.

Cabe recordar que el profesorado no cuenta con cualificación profesional para realizar ni aceptar autodiagnósticos cuando ello supone dirigir tempranamente la vida de los menores hacia terapias hormonales, máxime cuando son muchos los profesionales que alertan de que el autodiagnóstico no puede tomarse como el criterio principal debido a la poca madurez de los menores, y reclaman la exigencia de evaluaciones especializadas.

Es obligada la implicación de la escuela para combatir, por ejemplo, el acoso escolar, el racismo, la violencia contra las mujeres y las niñas o combatir la discriminación por orientación sexual. También es su misión fomentar el respeto a las diferencias animando la convivencia igualitaria entre diferentes. Parafraseando a J.K. Rowling cabe decirles a los niños y a las niñas que vistan como quieran, que se llamen como quieran, que cuando sean adultos pueden relacionarse y amar a quien se lo consienta. Hay que decirles que vivan la mejor vida en paz y seguridad, pero que nadie tiene derecho a mentirles afirmando que el sexo es una ficción. La realidad material no atenta contra ningún derecho. ■



Nagore de Arquer

Estudiante de Psicología. Coautora del libro “Mamá soy trans”

¡Felicidades!

Es una niña

Nuestra sociedad ha avanzado mucho. Pasamos, en pocas décadas, de considerar una desgracia que nuestras hijas fueran de sexo femenino, a que sea relativamente indiferente. ¿O no?

Ahora, el médico felicita a los orgullosos padres, independientemente de cuál sea el sexo de la nueva persona. Lo más importante es que esté sana, que tenga un desarrollo normal, y que no haya complicaciones para la madre.

Sin embargo, esto no es todo. Sí, todos queremos que tanto la madre como el bebé estén sanos, pero también proyectamos expectativas sobre esa nueva idea de persona. “Si es niña, le compraré unos vestiditos preciosos”. “Si es niño, le enseñaré a jugar al fútbol”.

Esas expectativas no se refieren únicamente a lo que les vamos a poner o a los juegos a los que van a jugar: también esperamos que se comporten de manera diferente. Es normal que un niño sea hablador, ruidoso y activo, pero, si ese mismo patrón lo muestra una niña, será “contestona y machorra”. Es normal que una niña sea coqueta y tímida, pero, si lo es un niño, es que le pasa algo raro.

El feminismo ha avanzado mucho en las últimas décadas. O eso pensábamos. Pasamos de tener que llevar sí o sí faldas y vestidos, a poder usar pantalones y sudaderas; de no poder estudiar más que cuidados, a poder ser ingenieras en la NASA. Pero también pasamos de poder vestir cómodas a tener que sexualizarnos para encajar. De ser consideradas poco más que objetos para el cuidado de la casa y de los niños,

a ser consideradas poco más que objetos sexuales en muchos ámbitos.

Cuando la abolición de la prostitución empezó a hablarse en los ambientes feministas, la palabra “puta” se comenzó a ver como una forma de deshumanizar a las mujeres y reducirlas a simples objetos destinados al placer masculino.

Ahora, cada vez está más extendido llamarse a una misma “puta”, decir que vas de “puterío”, que estás “muy zorra” ... Como si fueran términos neutrales, casi buscando despojarles de la crueldad que llevan inscritos. Y es que, detrás de todo esto, sigue habiendo miles de mujeres obligadas a acostarse con hombres que pagan a un proxeneta para disponer de los cuerpos de sus “subordinadas”, y cada vez más personas defienden estos actos por ser “una necesidad básica”.

Pasamos de buscar libertad para poder abortar sin morir, a que se nos venda como liberador gestar un bebé para luego venderlo a alguien que desea tenerlo, pero no puede. Pasamos de buscar poseer al 100% nuestros propios cuerpos, a que se nos presente como deseable dejar que otros los posean.

Y en este contexto nos encontramos. Invito a las lectoras y los lectores a darse una vuelta un sábado por la noche por la zona por la que salen los y las jóvenes. Podrán ver a chicos y chicas cada vez más jóvenes, a grupitos en los que ellos visten de forma cómoda mientras que ellas llevan las prendas más incómodas y el maquillaje más elaborado. Podrán ver, a su vez, en parques, a mujeres forzadas a drogarse para poder mantenerse vivas cuando, día tras día, varios

hombres les arrebatan sus propios cuerpos para sentir un placer egoísta.

Podrán ver también cómo la pornografía está destrozando las ideas de nuestros jóvenes con respecto a las relaciones sexuales. Cómo ellos, provistos de un nuevo poder, se sienten con derecho a despreciarlas a ellas, a dañarlas, a violarlas, a pegarlas, a escupirlas, a hacerles las barbaridades más grandes que se les ocurran; mientras, ellas deben aguantar, desearlo, suplicar y, sobre todo, deben normalizarlo. Porque la dominación es "sexy", la agresión es "excitante", y el dolor es "reconfortante".

Cuando una chica llega a su casa y dice "Mamá, es que yo no soy una chica, yo soy un chico", sabe perfectamente lo que está diciendo. Podemos tratarla de loca, podemos decirle que exagera, podemos decir que es una etapa, castigarla y prohibirle ver la tele durante un mes. Pero eso no va a cambiar su pensamiento. Sufre, se ignoran sus problemas, y eso empeora la (ya mala) situación.

¿Quién quiere ser mujer cuando tiene las ideas llenas de pornografía, de sexualización, de machismo? Y, peor aún, ¿quién quiere ser una mujer cuando se presenta todo esto como la verdadera liberación de la mujer, como el objetivo final de todas nosotras?

Yo no. Y lo tengo muy claro. Yo no soy la marioneta de ningún hombre, no soy el objeto de ninguno, no soy lo que un hombre ha imaginado de mi sexo. No quiero atraer a un hombre, si eso implica que vaya a proyectar en mí sus fantasías pornográficas. No quiero tener que pasar frío para ir "guapa", no quiero tener que pasar hambre para ser "atractiva", no quiero operarme para gustar, para encajar en unos cánones que parecen diseñados para infantilizarnos.

No, yo no quiero ser lo que me presentan que tiene que ser una mujer. Por eso entiendo cuando una chica no quiere seguir siendo chica.

Y me duele en lo más profundo del "alma". Me rompe ver que estamos diciendo a las niñas "Tienes que ser así, y, si no quieres ser así, no eres una buena mujer".

Pero no pienso que estén enfermas, ni que tengan ningún trastorno. Son hijas sanas del sistema enfermo en el que vivimos, sus pensamientos y sus preocupaciones son síntomas de una enfermedad global. Ahora, en nombre de la liberación somos más prisioneras que nunca.

Aun así, cada vez más jóvenes niegan la violencia machista, cada vez se escucha más "ella lo quería, si no, ¿por qué vestía así?", cada vez se tiene más normalizado que las mujeres debamos comportarnos de forma diferente a los hombres.

Y yo me pregunto, ¿por qué?



¿Por qué si yo me pongo un traje, me corto el pelo, no me maquillo y me enamoro de una mujer, ya no soy vista de la misma manera? "Ella es queer, es diferente".

No. No lo soy. Al igual que no lo fueron las mujeres feministas que iniciaron el movimiento de verdadera liberación. La mujer que es libre no es diferente: es libre. No ha nacido con un gen diferente: se ha liberado. No se ha dejado: se ha liberado.

Por eso definiendo que las chicas que buscan transicionar, en cierta manera también se han liberado. O, al menos, lo han intentado. Pero ahora no es igual que antes. Ahora, la liberación de la mujer es sexualizarse, acostarse con muchos hombres, maquillarse hasta los pies, ser subordinada y querer que te peguen.

Y, cuando eres igual de libre de lo que fueron las mujeres que iniciaron el feminismo, ya no eres mujer. Y te lo repiten, sí, te lo repiten hasta la saciedad. Te lo repiten una y otra vez en los dibujos animados, cuando la chica es "la rosada", cuando te dicen que tal personaje es trans "porque viste así", cuando creces y ves que lo que haces es "raro".

Las chicas que buscan transicionar son las que antes habrían defendido el feminismo por encima de todo. Lo que falla no son ellas: es el patriarcado, y sus artimañas para dar la vuelta al significado del movimiento. ■

<https://www.planetadelibros.com/libro-mama-soy-trans/373066>

Resultados de la encuesta sobre violencia estructural contra niñas y adolescentes

La violencia contra las niñas y las adolescentes es un problema situado en la centralidad del debate feminista en torno a las violencias machistas, su abordaje, teorización, su reparación y sobre todo, su erradicación.

Desde AMS, con el objetivo de investigar y, sobre todo, de abrir canales para el conocimiento y el diálogo entre nosotras, las mujeres, hemos dedicado este año nuestra encuesta a esta cuestión, incorporando algunas novedades en su metodología y planteamiento, con el fin de profundizar en la violencia estructural contra las niñas y adolescentes y aportar nuestra experiencia y conocimientos situados para su eliminación y para la construcción de vidas y sociedades libres de violencia contra las mujeres.

Podéis consultar este y otros informes en:

<http://www.mujeresparalasalud.org/publicaciones>

Encuesta realizada por la Asociación Mujeres para la Salud

Dirección: **Soledad Muruaga y Pilar Pascual**

Elaboración de la encuesta: **Pilar Pascual e Irene Zugasti**

Proceso y análisis de datos: **Irene Zugasti**

Análisis de resultados: **Irene Zugasti y Pilar Pascual**

Redacción de artículo e informe: **Irene Zugasti**

© Todos los derechos reservados

Para más información, contactar con info@mujeresparalasalud.org

www.mujeresparalasalud.org

LA VIOLENCIA ESTRUCTURAL CONTRA LAS NIÑAS Y LAS ADOLESCENTES

PLANTEAMIENTO DE LA ENCUESTA

¿Ponemos nombre a las violencias sexuales que sufren niñas y adolescentes? ¿Contamos con mecanismos para abordarlas como profesionales? ¿Y como familias y entorno, como ciudadanas en sociedad? ¿Cómo se detectan? ¿Qué consecuencias tiene el sufrir estas violencias en sus vidas presentes y futuras? El objetivo de esta encuesta ha sido la medición y análisis, -a través de una muestra que representa la pluralidad de personas que forma el entorno de AMS-, del nivel de conocimiento y de percepción que tenemos sobre este fenómeno para así plantearnos soluciones juntas y compartidas y “problematizar” con perspectiva de género y una mirada aterrizada en nuestra realidad cercana y cotidiana.

Nuestro objetivo en esta ocasión no era obtener grandes magnitudes de estudio a través de una muestra representativa de mujeres, ni tampoco ahondar cuantitativamente en la incidencia del fenómeno. Al contrario, partiendo precisamente de estudios y encuestas comparadas que ya existen y que hemos estudiado con detenimiento, hemos pretendido convertir los datos a nuestro alcance en las preguntas y preocupaciones comunes que a menudo nos planteamos entre nosotras y que detectamos en el ecosistema de AMS, que nos interpelan como profesionales, y como ciudadanas y que hemos querido ampliar a un mayor número de personas para convertirlas en conocimiento compartido.

Para ello, diseñamos una metodología de encuesta en la que innovamos respecto a anteriores ediciones:

- En primer lugar, **permitiendo la participación de hombres**, tanto como profesionales en la intervención con menores como contando con su opinión como familias y ciudadanía en general.
- En segundo lugar, **dividiendo la encuesta en dos sectores**, el de profesionales relacionadas con la temática y con la actividad de AMS (de la psicología, las políticas de igualdad, la educación o la

intervención psicosocial, por ejemplo) y, por otro lado, el de población general, para contrastar el nivel de sensibilización, conocimiento o enfoque que había entre ambos grupos en torno a estas violencias.

- Todo ello, como cada edición de esta Boletina, con el objetivo último de generar una **reflexión colectiva y con perspectiva de género**, que nos ayude a detectar espacios de intervención, conocimiento y aprendizaje y continuar trabajando en la construcción de sociedades libres de cualquier forma de violencia contra las mujeres.

¿Quién respondió a esta encuesta?

Como puede extraerse de los principales datos mostrados en el cuadro, en esta encuesta logramos contar con un equilibrio de representación entre quienes contestaron en calidad de ciudadanía en general (el 55,7%) y quienes lo hacían desde alguna rama profesional relacionada con el tema objeto de la investigación, bien trabajando directamente en la atención a la infancia y juventud (30,9%) o bien en el ámbito de las políticas de igualdad (el 13,4%), siendo un total de un 44,3% de la muestra resultante.

Sin embargo, no logramos una representación amplia de población masculina, que se limitó a un 7,3% del total de personas que participaron de la encuesta. Probablemente hallemos la respuesta en que, al tratarse de un cuestionario cuya difusión en bola de nieve se transmite a través de la comunidad y el entorno afín a AMS, que es abrumadoramente femenino, han sido pocos los varones que han accedido a la encuesta. De entre ellos, la representación de profesionales es menor (eran el 2,9%

FICHA TÉCNICA DE LA ENCUESTA:

Técnica: entrevistas online

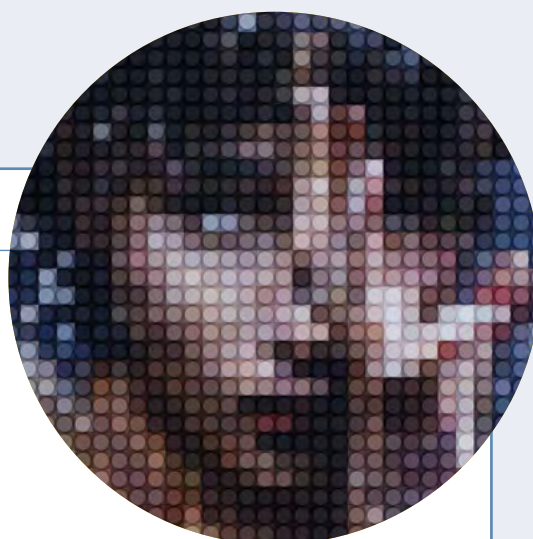
Ámbito geográfico: España

Universo: población de 18 años en adelante

Número de entrevistas: 949

Muestreo: Virtual online - Bola de nieve

Trabajo de campo: Del 26 octubre al 27 noviembre de 2023



Vadim-Bogulov Unsplash

LA VIOLENCIA ESTRUCTURAL CONTRA LAS NIÑAS Y LAS ADOLESCENTES

El perfil más común de persona que ha participado en esta encuesta es el de una mujer entre 40 y 55 años y nacionalidad española.

de los encuestados) que la de ciudadanía y familias (el 5,5% de las respuestas venía de progenitores varones) lo que nos conduce a pensar que son éstos quienes han tenido más interés y/o accesibilidad al estudio, siendo, en todo caso, profesiones altamente feminizadas.

Dentro del grupo de profesionales, el 26,7% de las respuestas han venido de trabajadoras (usaremos el femenino genérico a lo largo del texto para referirnos al total de la muestra, incluyendo varones) de la educación, seguidas de profesionales de psicología (21,9%) sociosanitarias (21,4%) y servicios sociales (11,7%). Además, había una pequeña pero bonita y diversa muestra de otras profesiones, como abogacía, consultoría, monitoras, bibliotecarias, cooperantes...

Dentro del grupo de la ciudadanía en general, preguntábamos sobre parentescos directos para poder tener un retrato fiel sobre qué tipo de relación unía a esas personas con las niñas y las adolescentes objeto de nuestro estudio. Nos encontramos con un 46,5% de mujeres que

son madres frente a un 5,5% de progenitores varones y un 6,6% de personas con menores a su cargo por relaciones de parentesco o tutela, si bien no son sus progenitores. El 41,4% de las personas encuestadas en este segmento no tienen menores a su cargo.

La violencia sexual contra las menores

La violencia sexual contra las menores es la cuestión troncal de este estudio: hemos querido comprobar la persistencia de algunos de sus mitos y falsas creencias, el nivel de percepción de algunas de sus formas o manifestaciones más relacionadas con la juventud, como la violencia en el entorno digital o las principales causas y consecuencias que se imputan a la hora de producirse en los entornos familiares, escolares, o deportivos.

El 72,6% de las profesionales encuestadas están familiarizadas con el fenómeno de las agresiones sexuales a mujeres menores, bien porque conocen casos cercanos, se han formado o han trabajado en el tema. **En la población general, la cifra desciende al 53,3%.**

Ello contrasta con el 64,3% de profesionales que afirma que no han sido dotadas de formación y herramientas para abordarlo en su trabajo, y o bien han contado con recursos insuficientes ante un caso (38,1%) o bien no han contado con ninguno para hacerle frente (37,9%). En el caso de la población general, un 46,7% no siente

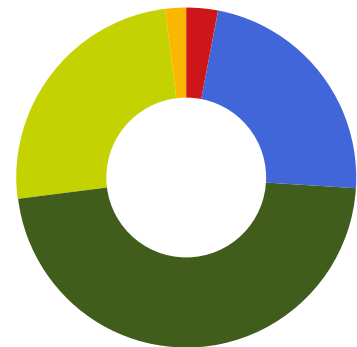
SEXO
MUJERES • **92,7%**
HOMBRES • **7,3%**

ESTUDIOS
Educación Superior (Universitaria) • **76,2%**
Educación Secundaria (FP o Bachiller) • **19,8%**
Educación Básica • **3,0%**
Sin estudios finalizados • **0,7%**

PAÍS
Española • **94,8%**
Argentina • **0,9%**
Mexicana • **0,6%**

CIUDADANÍA EN GENERAL: **55,7%** de las encuestadas
PROFESIONALES DEL ÁMBITO DE LA IGUALDAD: **13,4%**
PROFESIONALES DE LA ATENCIÓN A LA INFANCIA Y ADOLESCENCIA (docentes, ámbito psicosocial, sanitario, PAS, servicio público) **30,9%**

EDAD



Entre 18 y 25 años • **2,7%**
Entre 26 y 39 años • **22,9%**
Entre 40 y 55 años • **46,7%**
Entre 56 y 70 años • **25,2%**
Más de 70 años • **2,5%**

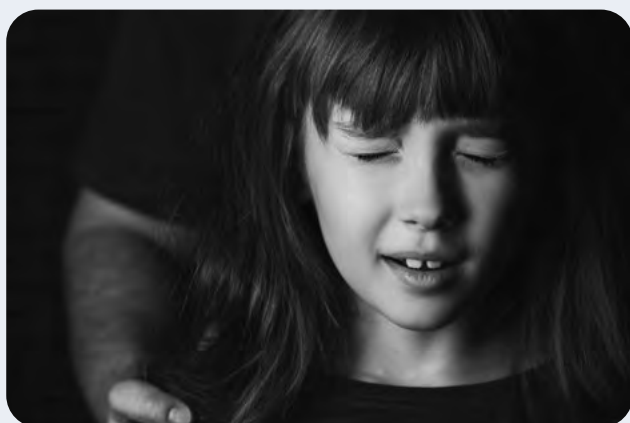
LA VIOLENCIA ESTRUCTURAL CONTRA LAS NIÑAS Y LAS ADOLESCENTES

el tema como cercano, una **cifra preocupante** dada la centralidad de esta violencia en el debate social, político y cultural actual y la magnitud de sus cifras.

En relación con la formación específica sobre abuso sexual a menores que les capacite para actuar llegado el caso, el 35,2% si tiene formación y sabría actuar, **pero el 23,6% ni cuenta con ella, ni sabría como obrar** ante una situación así. Otro 20% afirma que sí sabría qué hacer, pero no porque le hayan proporcionado esa formación en su puesto de trabajo. En el caso de la población general, el 68,4% sabría dónde acudir, percibiendo una mayor confianza o conocimiento en los recursos a su alrededor.

Hay un **amplísimo consenso en la confianza ante los testimonios de las víctimas**: el 97,6% de las profesionales consideran que las denuncias de abuso sexual infantil son testimonios veraces de las menores que son creídas por personas sensibilizadas de su entorno. Apenas un 1,9% considera el mito de la "llamada de atención" y el 0,5% apunta a la posible "denuncia falsa" en el marco de una custodia entre progenitores.

Este mismo bloque sobre violencia sexual en familias y población general aporta asimismo resultados muy ilustrativos en torno al **creciente conocimiento y sensibilización sobre el fenómeno**: quisimos evaluar las percepciones sobre esta violencia en el entorno familiar, donde encontramos que un abrumador 91,7% de las respuestas considera que la violencia contra las madres se reproduce contra las hijas y las menores son, por tanto, víctimas directas de la violencia de género. Además, un 51% considera que esa violencia va a afectar a las menores a nivel psicológico y físico con la misma gravedad que a la madre, y un 38,4% perciben que el haber padecido esta violencia puede ser un factor de riesgo para sufrirla en sus relaciones en la edad adulta. Nos complace pues, observar, que **no hay respuestas que sostengan** el ideal de que los y las menores pueden permanecer aisladas de esta violencia machista o de **que un maltratador pueda ser un buen padre**.



Del mismo modo, se percibe que **las niñas son víctimas de esta violencia en mayor grado** que los niños (68,2%) coincidiendo con los datos y cifras oficiales que presentan entidades especializadas como Save The Children o Fundación Anar. También coinciden ampliamente en señalar **los victimarios como hombres del círculo cercano** a la víctima (95,3%), **un resultado muy positivo** ya que rompe con el falso y peligroso mito del agresor desconocido que alimenta narrativas de terror sexual, descarga de responsabilidad al entorno cercano y genera un falso imaginario conservador en torno al agresor y a la libertad sexuales de las mujeres y niñas. Por desgracia, el entorno más peligroso para nosotras sigue siendo, mayoritariamente, nuestra propia casa.

Preguntadas las profesionales por las medidas prioritarias para abordar el problema, la mayoría (63,3%) se enfocaba en la **educación sexual y afectiva** y el un 54% abogaba por **sensibilizar y formar a familias y profesionales**. Este punto de vista coincide en un alto grado con las respuestas de la población general, a la que se le preguntaba también por las medidas para el abordaje de esta violencia, poniendo de nuevo el foco en la educación sexual y afectiva obligatoria (64%) y en la sensibilización a familias y entorno (53,7%). Un menor número (36,1%) se refiere a medidas prohibitivas o limitantes del acceso a contenidos violentos o sexuales, especialmente en la red (36,1%, un 31,2% en el caso de profesionales) o la prohibición de la pornografía (19,8%, un 18,8% en las profesionales).

La hipersexualización de la infancia y el rechazo a su propio cuerpo

Además de una mirada general sobre la violencia sexual contra niñas y adolescentes, hemos querido conocer la cercanía con uno de los conceptos clave de este estudio: el fenómeno de la hipersexualización de la infancia definido aquí como "una exaltación de la sexualidad como medio de obtención de un mayor valor social y que conllevaría una preocupación constante por la imagen corporal". Desde AMS, diagnosticábamos la hipersexualización como un elemento fundamental para abordar la sensibilización, prevención, actuación y reparación de estas violencias, comprobando que el 94,3% de las profesionales estaba familiarizada con el término y se mostraba de acuerdo con el sentido que dábamos mismo, si bien **apenas la mitad (47,9%) afirmaba que se abordaba en su trabajo**.

Para este grupo, el de profesionales, el principal causante de la hipersexualización de los cuerpos femeninos se encontraba en los **intereses de la industria** (moda, cosmética, etc.) en el 31% de los casos, seguidas de la falta de coeducación y de **educación sexual**

LA VIOLENCIA ESTRUCTURAL CONTRA LAS NIÑAS Y LAS ADOLESCENTES



Ambos grupos, profesionales y población general coinciden con cifras casi idénticas en la creencia de que, en el 80% de los casos, las niñas y adolescentes rechazan su cuerpo por verse empujadas a modelos inalcanzables de belleza, feminidad y éxito

Como nota de interés, se preguntaba a la población general específicamente su sentir acerca del auge de **celebraciones y eventos sexistas dirigidos especialmente a hipersexualizar a las niñas** (cumpleaños con temática de “belleza”, princesas, entornos híper estereotipados): un 78,8% de las respuestas conoce este fenómeno y considera que estos espacios fomentan la presión hacia las niñas en relación con sus cuerpos y expectativas de éxito en la edad adulta.

Ambos grupos, profesionales y población general coinciden con cifras casi idénticas en la creencia de que, en el 80% de los casos, las niñas y adolescentes rechazan su cuerpo por verse empujadas a modelos inalcanzables de belleza, feminidad y éxito- Un 20% de las profesionales indica directamente **al patriarcado como sistema de dominación y privilegio de lo masculino sobre la penalización y desvalorización del cuerpo femenino**, frente a una cifra algo menor, el 14% de la población general, grupo que sin embargo sí incide, en un 5%, señala la falta de referentes positivos.

afectiva. Los resultados varían ligeramente en el caso de la población general, donde sigue habiendo un amplio conocimiento y acuerdo en torno al concepto, (un 91,1%) si bien sí hallamos diferencias en las causas: si para la población profesional la principal eran los intereses económicos y empresariales los principales responsables de que se produzca una hipersexualización de los cuerpos de las niñas, en este segundo grupo de población general nos encontramos con **la falta de coeducación o de educación sexual** como factor principal, en casi el 70% de las respuestas, seguida de la **tolerancia social al problema** (16,3%) y al auge de la pornografía (14,7%), con lo que podemos deducir que las familias y la población en general sitúa en mayor medida la responsabilidad sobre los entornos educativos, mientras que las profesionales sitúan la problemática en un plano más estructural y relacionado con los intereses económicos en la relación patriarcado-capital que rentabiliza la sexualización de los cuerpos infantiles en diferentes mercados, como el cosmético-estético, el cultural o incluso el de la explotación sexual.

La violencia digital

Otra de las cuestiones a analizar en este trabajo han sido las diferentes formas en que las violencias digitales contra las niñas y jóvenes se despliegan en la red, ya que es necesario nombrarlas y clasificarlas para poder conocer los canales de actuación y las estrategias de prevención de las mismas. Pese a las diferentes iniciativas legislativas y administrativas, así como desde entidades, asociaciones y academia, la realidad todavía nos devuelve un importante nivel de desconocimiento sobre los entornos -canales, redes, mensajes, estrategias- digitales de una violencia que tiene en la población más joven sus principales víctimas, pero también sus perpetradores. Percibimos de nuevo una **mayor sensibilización y conocimiento en el grupo profesional**, donde un 76% conoce los principales términos relacionados en estas violencias digitales, frente a un 50,5% de la población general que dice estar familiarizada con conceptos como *doxxing*, *grooming*, sexting o sextorsión (conceptos explicados en la página 26). **La nota negativa es que casi la mitad de la muestra los desconoce.** Son números preocupantes, ya que los espacios digitales son el lugar donde gran parte

LA VIOLENCIA ESTRUCTURAL CONTRA LAS NIÑAS Y LAS ADOLESCENTES

de las violencias sexuales y las violencias machistas se generan, reproducen y ejercen y donde existe una mayor impunidad a la hora de abordarlas.

El deporte, escuela de ¿desigualdad?

Por desgracia, los deportes siguen siendo percibidos como entornos de desigualdad para las niñas y jóvenes: así lo perciben un 81% de las profesionales. Entre las causas del abandono temprano del deporte en las categorías femeninas, planteábamos varias opciones con respuestas múltiples, siendo la relacionada con el patriarcado deportivo la opción más señalada: el 72,3% de las personas encuestadas en el ámbito profesional consideran que **el deporte femenino no se valora del mismo modo que el masculino**. Además, apuntaban también razones como la falta de motivación (52,3%), o la ausencia de un futuro profesional o semiprofesional

(41,3%) que genere expectativas ilusionantes para las niñas y adolescentes que practican deportes.

Cuando la misma pregunta sobre el abandono de los deportes por parte de las adolescentes se planteaba al grupo de población general y familias, las respuestas sobre las causas variaban: así, aunque el 80% coincidía igualmente en el hecho de que el factor principal es el menor valor social de los deportes practicados por mujeres y el 65% señalaba asimismo la falta de motivación como segunda causa más común, **la falta de referentes se colocaba en tercera posición con un 59% -de ahí la importancia de movimientos como el #SeAcabó-** y en cuarto lugar reaparece el problema de la falta de perspectivas profesionales.

La necesidad de impulsar coeducación

La importancia de los entornos educativos es una constante a lo largo de este estudio, como lo es en los debates contemporáneos sobre igualdad y erradicación de las violencias machistas. Por ello, hemos querido también conocer cómo se valora el modelo coeducativo y si tiene una implantación real en nuestros entornos. **Un 71,5% de la población general se encuentra de acuerdo con el concepto de la coeducación**, a la que definimos en la encuesta como método educativo que parte de los principios de igualdad y no discriminación por razón de sexo, para incorporar en igualdad de condiciones la realidad e historia de mujeres y hombres. Ésta se plantea en esta encuesta como el modelo para el

Pese a las diferentes iniciativas legislativas y administrativas, así como desde entidades, asociaciones y academia, la realidad todavía nos devuelve un importante nivel de desconocimiento sobre los entornos -canales, redes, mensajes, estrategias- digitales de una violencia que tiene en la población más joven sus principales víctimas, pero también sus perpetradores.



LA VIOLENCIA ESTRUCTURAL CONTRA LAS NIÑAS Y LAS ADOLESCENTES



fomento de la igualdad en los espacios educativos que habitan las niñas y las adolescentes. **Un 75,5% de las profesionales considera que no se está aplicando verdaderamente en nuestro país**, y esa preocupación se refleja en el 59,3% de encuestadas que considera que en realidad la implantación de la educación en igualdad **depende en gran medida de centros y equipos docentes. Un 36,4% considera, de hecho, que ésta no está valorada en absoluto**. Las familias y población general tienen posturas algo menos negativas, pero igualmente llamativas y que nos convocan a un debate urgente: si un 37,5% considera que los entornos educativos son lugares donde se educa en igualdad, un 48,5% creen que son espacios donde ésta, la desigualdad, se perpetúa.

Preguntada la población general por el lugar principal donde debe inculcarse la igualdad y trabajarse en la prevención de las violencias machistas, **el 51,8% coincide en que la igualdad comienza en los hogares, y un 37,6% que debe ser los entornos educativos y públicos**, frente a solo un 11% que sitúa esa responsabilidad en medios de comunicación y redes sociales.

El trabajo preventivo y activo no solo con niñas, sino también con hombres y niños jóvenes, especialmente si son agresores, también ha tenido su espacio en la encuesta: lejos de ser concebido como una cuestión menor o secundaria, su abordaje **es considerado como prioritario** por un 88,6% de las profesionales encuestadas y un 95,3% de las familias.

Además, como en cada una de nuestras encuestas, damos un espacio para la autoexpresión de las participan-

Respecto al abandono de los deportes por parte de las adolescentes, las respuestas sobre las causas variaban: así, aunque el 80% coincidía igualmente en el hecho de que el factor principal es el menor valor social de los deportes practicados por mujeres y el 65% señalaba asimismo la falta de motivación como segunda causa más común, la falta de referentes se colocaba en tercera posición con un 59%

tes, habilitando unas líneas donde pueden ampliarse las respuestas o matizar algunas de ellas, dejar comentarios, quejas o sugerencias de mejora. Dada la heterogeneidad de la muestra y la amplitud de los temas tratados, este año han sido cientos las aportaciones que hemos recibido, de muy diferentes ámbitos y que no podemos recoger aquí en su totalidad, si bien querríamos transmitir que internamente, hemos leído y estudiado con cuidado y minuciosidad las mismas y cara a futuras actuaciones y no podemos sino detenernos a agradecer de vuelta todas las muestras de gratitud por esta iniciativa. Tomamos nota de las sugerencias y problemáticas que no han sido suficientemente desarrolladas en el estudio pero que se mencionan en estos comentarios, como la cuestión del incesto, la necesaria especificidad el trabajo con las mujeres y niñas con discapacidad, la importancia de investigar y actuar en lo

LA VIOLENCIA ESTRUCTURAL CONTRA LAS NIÑAS Y LAS ADOLESCENTES



Kenny-Eliason. Unsplash

relativo a la pornografía, las diferentes reivindicaciones sobre la falta de recursos de las profesionales, o la preocupación ante algunas de las referencias culturales negativas que se difunden desde el mainstream mediático y fomentan la desigualdad. Especialmente, queremos dedicar estas últimas líneas previas a las conclusiones a agradecer específicamente a todas aquellas mujeres que han usado este espacio para compartir testimonios de violencia sexual sufrida por ellas o por sus entornos. Desde AMS agradecemos vuestra confianza en este espacio seguro, confidencial y feminista, y esperamos devolver la generosidad con la que habéis compartido vuestra experiencia continuando nuestra labor para erradicar todas las formas de violencia contra las mujeres.

Reflexiones finales

Este estudio ha sido una experiencia muy positiva para activar nuestras redes y debates, que también hemos trasladado al entorno presencial, a publicaciones como ésta, y a nuestras redes digitales y presenciales de aprendizaje, divulgación, atención y terapia.

Detectamos también que existe una enorme demanda de mayor actuación en materia de coeducación, educación sexual y afectiva y trabajo desde los centros educativos, y si bien ello es síntoma de las carencias existentes, también lo es de la existencia de una sociedad que demanda cada vez más y de forma más explícita que los espacios escolares y educativos tengan la transversalidad de género incorporada en toda su actividad como la mejor y más completa forma de prevenir y actuar con niñas, jóvenes, pero también con niños y jóvenes adultos, con familias y con población adulta.

El recabar respuestas del entorno de AMS nos sirve para comprobar la existencia de problemáticas compartidas, de problemas, pero también para percibir las mejores estrategias para plantear también soluciones e itinerarios en positivo.

En materia de violencia sexual, esta encuesta refleja que existe un creciente conocimiento sobre esta, como se manifiesta y se le pone nombre: más de la mitad de las personas están familiarizadas con el abuso sexual, saben detectarlo, conocen sus formas y se sienten interpeladas a actuar frente al mismo, pero nos preocupa que precisamente, la otra mitad de la muestra manifieste, de una forma u otra, la falta de recursos para afrontarlo -como profesionales o como ciudadanía- la necesidad de formaciones y estrategias en sus espacios de trabajo para hacerlo o el hecho de que han tenido que formarse por su cuenta para actuar ante ca-

LA VIOLENCIA ESTRUCTURAL CONTRA LAS NIÑAS Y LAS ADOLESCENTES

sos cercanos. **Necesitamos programas de formación exhaustivos enfocados en el abordaje práctico, la atención temprana y efectiva y el conocimiento de los recursos ya existentes y a disposición, obligatorios y de calidad en el caso de profesionales, accesibles y extendidos también para familias, ciudadanía, y por supuesto, víctimas de esta violencia.**

Respecto al problema de la hipersexualización de las niñas, si bien nos satisface comprobar que es un término conocido y compartido y que somos capaces de señalar sus causas y consecuencias, el hecho es que aun necesitamos más espacios donde denunciar este problema y plantear soluciones a la estructura del mismo, ya que esa hipersexualización es un **elemento clave para el desarrollo de las violencias y la perpetuación de estereotipos de desigualdad.**

Detectamos también que existe una enorme demanda de mayor actuación en materia de coeducación, educación sexual y afectiva y trabajo desde los centros educativos, y si bien ello es síntoma de las carencias existentes, también lo es de la existencia de una sociedad que demanda cada vez más y de forma más explícita que los espacios escolares y educativos tengan la transversalidad de género incorporada en toda su actividad como la mejor y más completa forma de prevenir y actuar con niñas, jóvenes, pero también con niños y jóvenes adultos, con familias y con población adulta. **La legislación, pues, necesita de ser desarrollada e implementada con programas obligatorios y de calidad en entornos educativos formales e informales más allá de los centros educativos, también dirigidas a múltiples sectores profesionales y a la población adulta en general.**

En cuanto a los entornos "habitados" por niñas y jóvenes que reclaman nuestra atención, hemos reparado en dos: deporte y entornos digitales. Respecto de los entornos digitales, consideramos fundamental que exista una legislación y abordaje político que aborde la triada género-infancia-violencias para poder desarrollar medidas efectivas que conviertan la red en un espacio seguro donde desarrollarse, aprender, trabajar, sociali-

zar, compartir y consumir información. El todavía gran desconocimiento en torno a las formas y manifestaciones del fenómeno de la "manosfera" y de las formas de violencia contra mujeres y niñas en la red es el caldo de cultivo para su reproducción y falta de regulación: **debemos profundizar en conocimiento sobre las violencias digitales en red para poder combatir las desde el feminismo.**

Asimismo, comprobamos como los entornos deportivos -profesionales, federados o informales y de base- son espacios en profunda disputa donde las niñas y adolescentes siguen sufriendo una educación en la desigualdad, y son expulsadas de los itinerarios tanto profesionales como de ocio y socialización deportiva por el hecho de ser mujeres. Reivindicamos, como hacen muchas de las encuestadas, la importancia no solo de políticas que reviertan estas tendencias, sino la relevancia de **construir, apoyar y visibilizar referentes positivos no solo del deporte como salida profesional, sino como espacio de encuentro entre mujeres, de autocuidado físico, y de construcción personal.**

Referentes que, además, como el #SeAcabó protagonizado por las jugadoras de la selección española de fútbol profesional, han visibilizado el valor de las estrategias de lucha colectiva en favor de la igualdad de oportunidades y para denunciar y reparar la violencia sexual que se produce en los entornos deportivos con la especificidad propia de los mismos.

Concluimos, pues, con varios grandes retos que abordar desde nuestros entornos profesionales, pero también personales y como feministas con voz e incidencia política en las presentes y futuras medidas que se aborden para construir infancias y adolescencias libres de violencia machista. Existen ya importantes mimbres para la acción, una creciente concienciación y una base social, -como la que compone el entorno de AMS y ha participado activa y generosamente de esta y otras iniciativas- para actuar. Continuemos. ■





Testimonios

Contar con los testimonios de mujeres que han pasado por el Espacio de Salud Entre Nosotras nos parece uno de los mayores regalos que pueden hacernos. Gracias por ser tan generosas.

LO QUE QUIERAS CONTAR

Lita Martínez

Usuaria del Espacio de Salud Entre Nosotras

Así concluyó la frase Rosa en nuestro último encuentro cuando me propuso escribir estas líneas. "Cuenta lo que quieras contar, lo que quieras contar". Eso me abre una puerta de libertad que abarca todo. Un mundo lleno de posibilidades. Pero es verdad, que a su vez es tan grande que no sabes por donde empezar.

Así que empecemos por el principio. ¿Quién es Rosa, os preguntaréis? Pues es la "flor" que apareció en mi seco y lúgubre jardín en unos días de oscuridad profunda. Y que me ha ayudado a plantar mi propio jardín. Y lo estoy plantando. Y quizá pronto empiece a crecer alguna cosita. Tengo esperanza. Y, estoy segura, también crecerán flores. Parece difícil, ¿no? Pues crecerán, no sé cuándo, pero crecerán, tengo confianza. Quizá alguna cosita ya haya nacido, de hecho. Y tengo confianza porque hay muchas semillas nuevas en mí y de muchas semillas, algunas germinarán y darán fruto, lo que significa que cambiarán el lugar que habito. Desde donde me habito a mí misma está cambiando y cambiará a mejor porque las semillas que estoy plantando son de calidad; de autoestima, de amabilidad, de fuerza, de amor, de respeto, de paciencia, de confianza, de amistad, de alegría, de herramientas... Nuevos caminos en mi interior con nuevas direcciones. Todavía no hay nada en el exterior que haya florecido pero dentro de mí, en mi profundidad interna, sutilmente lo noto. O sea, estoy sutilmente diferente.

Una vez aclarado este punto, viene la pregunta difícil, ¿qué quiero contar? Pues quiero contarlo todo y no decir una sola palabra. Quiero gritar al mundo sin voz ni sonido, gritar a mi mundo, a esas parcelas del mundo que me rodea que están ciegas, sordas y dormidas. Que ni ven ni quieren ver, ni quieren moverse, ni quieren cambiar. Que hablan mucho pero hacen poco... Y quiero gritar a mis propias parcelas de mi mundo interno, esas que me ponen zancadillas y luchan con fuerza para que no pueda avanzar. Esas que se oponen, me desacreditan y me paralizan. Y quiero gritar tanto y a tantos lados, que la opción más fácil es respirar y en silencio mirar amablemente a mi interior sin manifestar nada. Tan solo ser y estar. Sentir y escuchar.

Hay tantas cosas implícitas en las personas, en las mujeres. Tantas cosas que se expresan tan solo en la presencia. En silencio. Cosas básicas. Necesidades propias de todas las personas. Necesidades reconocibles o que cuesta reconocer. Necesidades que igual ni sabes que necesitas y necesitas que alguien te ayude a verlas -valga la redundancia-. Necesidades externas e internas. Necesidades para aportar a la sociedad o necesidades conmigo misma. ¿Doy lo mismo que recibo? ¿Recibo lo mismo que doy? ¿Doy respeto? ¿Se dirigen a mí con respeto? ¿Me autorespeto? El respeto es una necesidad básica para mí. Estoy aprendiendo a respetarme. Pensaba que me respetaba pero no lo hacía bien. Y estoy mejorando y aprendiendo. Todavía me queda mucho pero voy avanzando. El respeto es uno de esos ingredientes implícitos también en una relación, que no se ve, pero que es necesario para tener una relación sana con otra persona. Muchas veces aparentemente está y en realidad no está, no hay, es un respeto vacío de respeto. Seguro que muchas me entendéis perfectamente lo que quiero decir. Así que no queda de otra que pasito a pasito irlo trabajando.

Y, por si no nos damos cuenta, necesitamos muchas cosas. Cosas implícitas en las personas, como digo. Necesito respetar mis tiempos, necesito seguridad, igualdad, apoyo, confianza, límites,



aceptación, protección, acompañamiento, orientación, comprensión, ser valorada... Y necesito primero dármele a mí misma, piel adentro, y segundo, piel afuera, es decir, que la sociedad y sus individuos e individuos -entre las que me incluyo- lo integren y lo den, y si no lo dan, pedirlo. Siempre con sentido común con las personas, situaciones, y tiempos. Muchas necesidades para ir trabajando o mejorando pero tenemos toda la vida, así que todo bien. Poco a poco.

El corazón es importante, es mi brújula. Es mi guía. He aprendido a proteger mi interior de forma diferente a cómo lo hacía antes. Ahora resueno con mi fortaleza y también con mi vulnerabilidad, me miro con compasión, amor y amabilidad. Como una madre mira a su niña cuando está aprendiendo. Se están creando estructuras nuevas de confianza, empoderamiento, atención, valor, y bondad. Nuevas conexiones de aceptación de mis defectos, de mis miedos y de mis debilidades están conformándose... Hay movimiento.

Pero sigue el bloqueo en situaciones cotidianas que me paralizan, sensaciones de no ser suficiente, no tener fuerza para, miedos y más miedos, ese "que viene el coco y te comerá" que aparentemente no hay nada pero que me hace temblar, los pensamientos viejos que reclaman mi atención una y otra vez en bucle... Eso sigue, no ha desaparecido, pero a veces soy capaz de mirar todo ello desde otro prisma, de vivírmelo igual pero sin juicios, o sin culpa, o sin despreciarme, o sin resignarme..., con otra aceptación, y voy ganando batallas. Así me lo tomo. Todavía no gano muchas pero sí caigo me levanto. Y si vuelvo a caer me vuelvo a levantar. Así que tengo confianza (esto ya os lo había dicho). Bueno, no sé por qué os cuento todo esto pero como la premisa era escribir lo que quisiera contar, contado está. Quizá este viaje me haya valido para darme cuenta o integrar todavía más que soy responsable y dueña de mi vida y de mi destino. ¡Así que gracias!

Con mi mejor intención y cariño, por vuestro apoyo y acompañamiento a todo lo que está relacionado con las mujeres, "GRACIAS, MUJERES PARA LA SALUD". De verdad, hacéis un buen trabajo!! ■



MI CUERPO

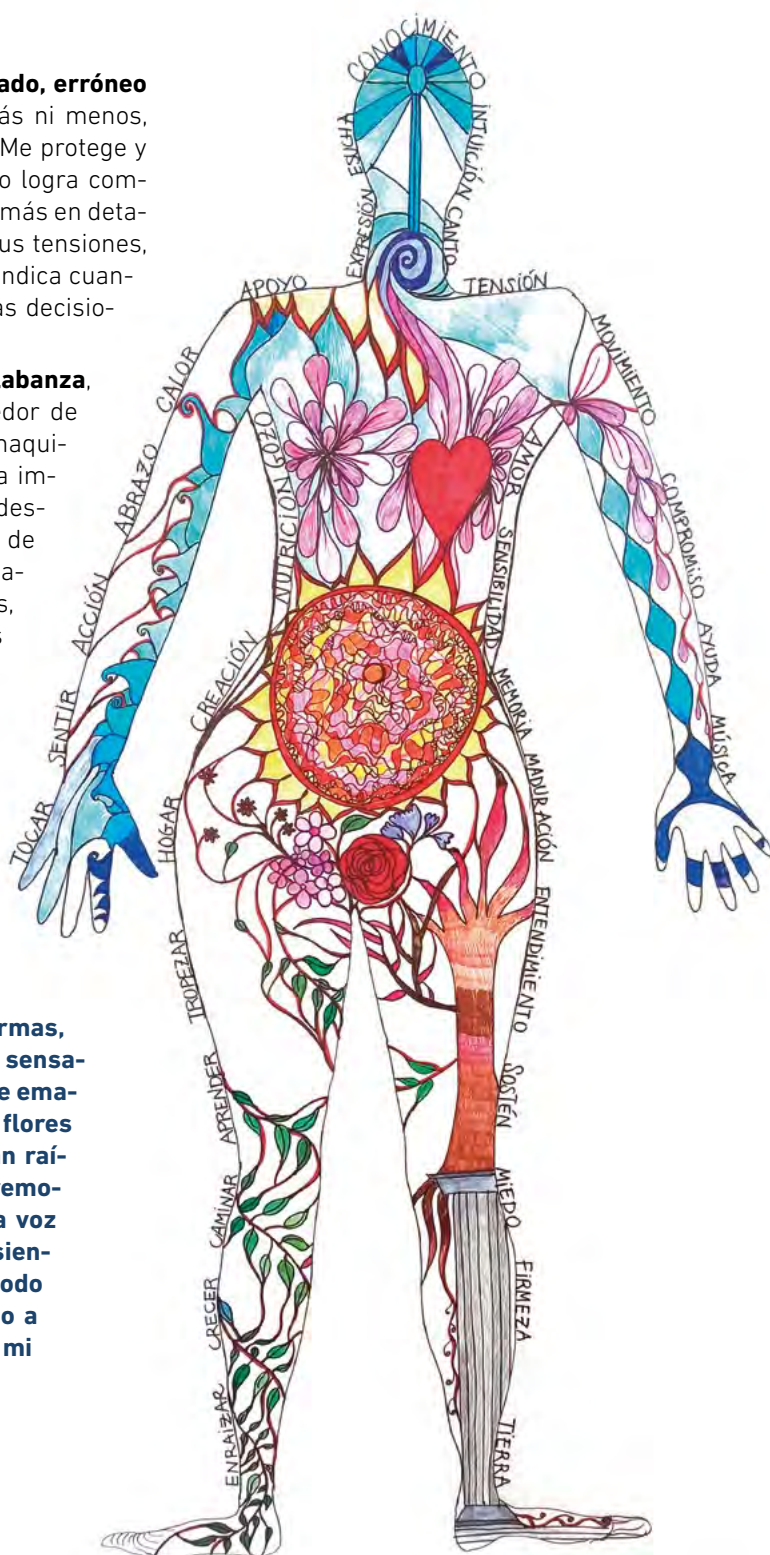
Isabel Ramírez Lucendo

Usuaria del Espacio de Salud Entre Nosotras

“Este cuerpo que juzgo de inadecuado, erróneo o desproporcionado, no es, ni más ni menos, que el vehículo que me permite estar viva. Me protege y me cuenta muchas cosas que mi mente no logra comprenderme. Si lo escuchara más a menudo, más en detalle, cometería menos errores porque, con sus tensiones, expansiones, dolores, o enfermedades, me indica cuando estoy en el camino correcto y cuando las decisiones que tomo se desvían de mi verdad.

En él reside una sabiduría digna de alabanza, constituido por polvo de estrellas, contenedor de memorias, capaz de crear vida, perfecta maquinaria que cumple sus funciones de manera impecable, transporte de oxígeno, nutrición, deshechos, renovación de células...pero a base de sexualizarlo, convertirlo en objeto de escape, de querer estandarizar sus medidas, nos hicimos presas de sus formas, presas de adornarlo, maquillar o disimularlo perdiendo así nuestro poder de creadoras, tal y como se veneraba en el principio de los tiempos.

Me siento junto a mi silueta y la lloro. Me dejo sentir, mi cuerpo, ahora lo tengo frente a mí y he de hacer algo con él. Lejos de escuchar la tediosa cháchara de siempre comienzo a dibujar y poco a poco se va desvelando aquello que me sugiere cada parte que acaba resultando un todo conectado de formas, un mar en mi brazo por dónde navegan las sensaciones del tacto de mis manos, una flor que emana vida en mis pechos, un sol en mi centro, flores en mi sexo, columnas y árboles que echan raíces y se enraman por mis largas piernas, remolinos en mi garganta por dónde emana la voz que me permite expresar lo que pienso y siento, una mente ordenada llena de ideas y todo ello conectado de arriba a abajo y de lado a lado, formando este, mi cuerpo, mi casa, mi morada, mi hogar” ■



“Érase una vez una poet(a)(isa)...”

Marisa Bello

Usuaría del Espacio de Salud Entre Nosotras

Me cuesta situar con precisión el origen de este recorrido. Podría utilizar la fórmula del *Érase una vez* ya que, bien pensado, cierto es que está muy próximo al cuento; próximo al cuento, sí, porque en cierto modo tiene algo de ficción o, cuando menos, así lo veo en estos meses: una escalinata de decorado cinematográfico.

Pues bien:

“Érase una vez una niña cuya querencia hacia el lenguaje era tan marcada como lo era su pelo rizado. Una inclinación también a la escritura que, sin darse apenas cuenta, cada día al levantarse le iba acompañando (...)”

El libro terminó de imprimirse en diciembre de 2023.”

FIN

Pero, ¿cuándo se empieza a sentir una tendencia como necesidad?, ¿cuándo a tener la clarividencia de que se trata de una actividad consustancial a una misma? Si hay un detonante concreto, si estuvo larvada o reprimida, si fue un camino trazado o lo contrario...

Vuelvo a la querencia, a las ganas de insistir en la escritura como hogar, pero, también, como lugar de confluencia con los otros. La pulsión imperiosa del encuentro y la expresión a través del papel. Todo oportunidades -manuscritas o tecleadas- para mi disfrute, mi bienestar y refugio.

No obstante, a la poesía como género, -su aprendizaje, su conocimiento, su práctica constante-, llegué algo más tarde, o, siendo más precisa, aún sigo llegando cada día.

No identifiqué, hasta pasados los cuarenta, que mi mirada - y, por ende, mi escritura- estaba empapada de otra lógica (no tan lógica). Y esa parte interior -lo poético- que se defendía de la coherencia dominante en otros espacios, me ha mantenido a salvo de algún modo.

En 2017, comencé a asistir a un taller de poesía de forma regular. Allí, combinábamos la formación teórica

con ejercicios en los que incorporábamos todos los elementos aprendidos, así como la técnica adquirida.

Una vez tuve suficiente material fui armando algún poemario para participar en concursos de poesía. En el último año y medio obtuve tres premios por poemas sueltos, lo que, sumado a la valoración de los compañeros y de mi profesor, aumentó mi confianza y motivación.

Aun así, me costaba definirme (bien como poeta o poetisa), soy reacia a la etiqueta por defecto. De algún modo, la siento como faja y carga extra al mismo tiempo.

Ser poeta, ¡qué responsabilidad y cuánta exigencia transmite la palabra!

Y, repentinamente, este verano llegó el Premio Internacional Marta Agudo de Poesía.

El plazo de presentación terminaba el quince de junio. Mes y medio después recibía una llamada telefónica: había resultado ganadora. El verano transcurrió con la neblina instalada sobre aquella llamada ¿era real o la había imaginado? El veinte de septiembre se hizo público el fallo.

Después el proceso para la edición: correcciones, fotografía, una breve biobibliografía..., los penúltimos peldaños antes de la entrega y presentación del libro que tendrá lugar en la primera quincena de diciembre.

El premio, organizado por la Asociación feminista de mujeres poetas *Genialogías*, pretende dar luz a las obras de autoras noveles. Consiste en la publicación del poemario ganador en la Editorial Tigres de Papel, así como la entrega de cincuenta ejemplares.



Y, aunque lo del síndrome de la impostora sigue incordiando, ya asumo y me asomo ilusionada a este primer libro y me visto con la ropa de poeta o poetisa sin escapatória posible.

No sé cómo terminará este cuento, aún lo desconozco, pero este es un hito bello e inesperado, una suerte de primer final que, ojalá, tenga muchos otros sucesivos. ■

CARTA ABIERTA A UNA MADRE

Laura Sonia Tavecchia

Usuaria del Espacio de Salud Entre Nosotras

A ti, que no sé si me buscaste mucho, si llegué de sorpresa, o si ni siquiera me querías, pero en cualquier caso, te cambió la vida el día en que llegué a desordenarlo todo.

A ti, que no te quedó más remedio que hacerte cargo de llevar una vida dentro, y aprender qué hacer con ella al margen, muchas veces, de tus deseos o incluso de tu autocuidado.

A ti, que tuviste que cargar a tu espalda con todos los prejuicios y expectativas de los demás sobre tu maternidad, como si no pesara bastante la tripa; que estoy segura que tuviste que escuchar decenas de consejos, de mandatos, y de opiniones no pedidas, acerca de cómo sería tu relación conmigo.

A ti, que tuviste que nacer y crecer en una sociedad que llevaba toda la vida diciéndote que DEBÍAS ser madre, y además CÓMO debías hacerlo, pero sin preocuparse de si tú querías, ni de cómo. Y que pensaba castigarte si hubieras decidido no serlo.

A ti, que tuviste que batallar las decisiones que marcarían tu vida para poder tenerme, que tuviste que recolocar toda tu vida para hacerme un hueco en el mundo.

A ti, que no sé si fuiste una madre tan presente que me resultabas pesada, o quizá no supiste estar cuando yo lo necesitaba, pero fuera como fuese, estoy segura de que no fue fácil ninguna de las formas.

A ti, que te cambió la vida el día en que llegué a desordenarlo todo... GRACIAS.

Porque quizá hoy no necesitas que te digan "¡Felicidades!" como si fuera tu cumpleaños, quizá lo que te mereces es más bien un "Gracias", por traerme al mundo y hacerlo lo mejor que has sabido, porque no era fácil; "¡Enhorabuena!", por tu trabajo diario de ser madre, por sobrevivir a esta sociedad dictadora que seguramente miles de veces te habrá hecho sentir una mala madre, por sacar adelante un trabajo que nadie te cuenta cómo se hace, pero del que todo el mundo juzga el resultado; y quizás, un "Perdona", por todas las veces que te hemos cargado con la responsabilidad de ser ideal, fuerte y todopoderosa, de no fallar, de sostenerlo todo.. y puede que no supieras, no pudieras o no quisieras, y es justo. Porque eres una persona, no el ser mitológico en el que te han (hemos) convertido por el hecho de ser madre.

Por todo, en este Día de La Madre, quería decirte:

Por todo, en este Día de La Madre, quería decirte:

GRACIAS, ENHORABUENA, Y PERDONA. ■



**Por todo, en este
Día de La Madre,
quería decirte:**

**GRACIAS,
ENHORABUENA, Y
PERDONA**



A MI CUERPO

Águeda Macián López 07/11/2022
Usuaria del Espacio de Salud Entre Nosotras

PERDÓN.

En mayúsculas.

Por humillarte,
maltratarte,
despreciarte,
vejarte,
herirte,
desgarrarte.

Por no entender.
Por no querer.
Por no saber.

Por olvidarte,
borrarte,
desdibujarte.

Por dejarte invadir.
Por ultrajarte.

Por no respetar tus
tiempos.
Por obligarte.
Por cumplir.
Porque es lo que toca.

Perdón por arrastrarte
a demasiados vacíos.
Por forzarte a nadar
contracorriente
cuando gritabas.

Perdón por estar ciega.
Y no verte.
Y no verme.

Demasiado tiempo.
Demasiadas veces.

Pero ahora,
RESPIRO.
En mayúsculas.

Ahora tengo un ancla.
Ahora sé que nunca estuve
sola.
Que estaban mis
hermanas.

PERDIDAS. Como yo.
SANGRANTES. Como yo.
ANHELANTES. Como yo.

Que todos esos PUTAS
no eran por mí.
Eran por TODAS.

Que estar LOCA
no era una carga.
Sino un regalo.

Que no.
Que no era yo.
Nunca fui yo.

El síntoma está fuera.
Yo no estaba podrida.
Lo está el PATRIARCADO.

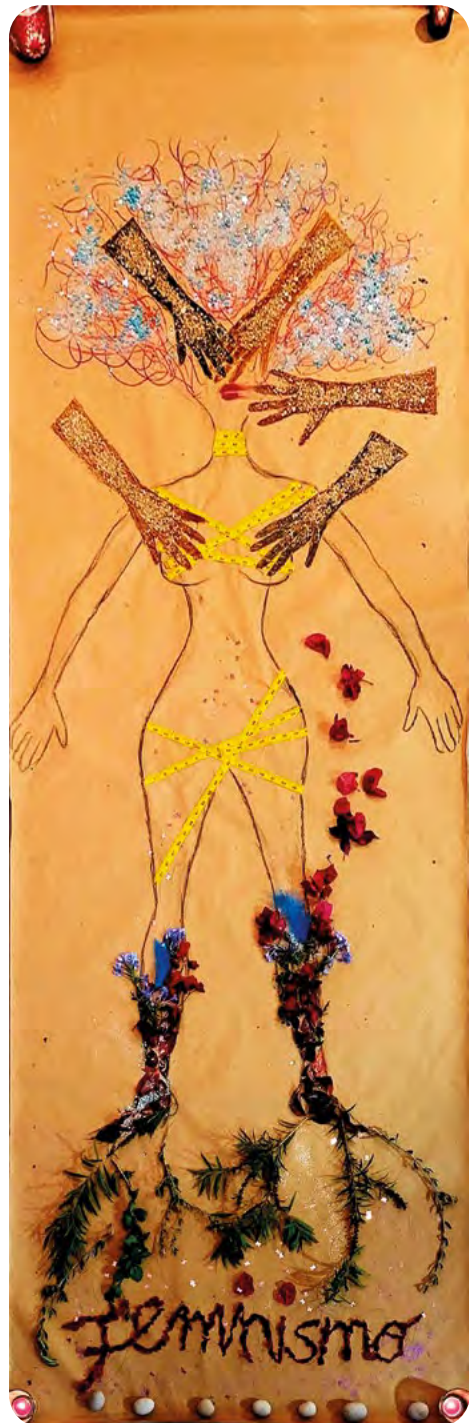
Que ya no me ahogan esas
manos.
¿No lo ves?

FLOREZCO.
En mayúsculas.

Tengo alas.
Y mariposas en el pelo.

Ahora, lo veo.
Ahora, me veo.

**EL FEMINISMO ME
SALVÓ.**



A - AÍDA - AINO - AITANA - ALBA - ALBANA - ALIDA - ALINA - ALIONORA - ALONDRA - ALMA - ANA - ANACLARA - ANAHÍ - ANÁIS - ANASTASIA - ANUNCIACIÓN - ANUNCIATA - APIA - APOLONIA - ANÓN - ASUNTA - ATALA - ATALANTA - ATANASIA - AN - BELINDA - BELLA - BENEDICTA - BENIGNA - A - BRENDA - BRUNILDA - BUENAVENTURA - CAROLA - CAROLINA - CASANDRA - CASILDA - CLARIBEL - CLARISA - CLARINDA - CLARITA - UELO - COPELIA - CORA - CORAL - CORDELIA - DARÍA - DÉBORA - DEDICACIÓN - DEJANIRA - DOMINIQUE - DOMITILA - DONA - DONATELLA - E - EGLÉ - HIELEN - EIRA - ELBA - ELCIRA - ELDA - IA - ENCARNACIÓN - ENCARNA - ENGRACIA - INA - ETHEL - EUFEMIA - EUGENIA - EULALIA - RA - FEDRA - FELICIA - FELICIDAD - FELICITAS - FRANCESCA - FRANCISCA - FREYA - FRIDA - ORGIA - GEORGINA - GERALDINA - GERALDINE - A - GLICERA - GLORIA - GODIVA - GODOLEVA - HADA - HARMONÍA - HAYDÉ - HAYDEÉ - HEBE - DAMIA - HIPÓLITA HOMBELINA - HONORATA - MA - INMACULADA - IOANA - IOLE - IRACEMA - E - JACOBA - JADE - JAEL - JAMILA - JANA - A - JUANA - JUDITH - JUDIT - JULIA - JULIANA - BURGA - KIONA - KIRA - KIRIAN - LAIA - LAILA - LEONCIA - LEONELA - LEÓNIDA - LEONIDAS - A - LILI - LILIA - LILIAN - LILIANA - LILIT - LINA - CILA - LUCINA - LUCRECIA - LUCY - LUDMILA - A - MADRONA - MAFALDA - MAGALI - MAGDA - MARCELINA - MARCIA - MARCIANA - MARFISA - SOL - MARITA - MARLENE - MARTA - MARTINA - MEREDITH - MERITXELL - MERYL - MESALINA - DIA - MOIRA - MONA - MÓNICA - MONTSERRAT


PROGRAMAS PERMANENTES DE AMS

A través de los programas permanentes desarrollamos la actividad central de nuestro proyecto.

En el Espacio de Salud Entre Nosotras, ofrecemos una terapia psicológica especializada en mujeres. En los talleres de crecimiento personal las ayudamos a mejorar como personas y ganar en calidad de vida y en la Escuela del Espacio de Salud, formamos a profesionales en la Psicoterapia de Equidad Feminista. Además ofrecemos servicios de consultoría, asesoría y formación especializada y realizamos, a lo largo del año y en distintos ámbitos, múltiples acciones de divulgación y sensibilización.



**mujeres
para la salud**



¿Te sientes mal, abatida, desilusionada? ¿Estás pasando un periodo de crisis o conflicto y crees que necesitas la ayuda de una psicóloga?

En el ESPACIO DE SALUD ENTRE NOSOTRAS te ofrecemos una **terapia psicológica especializada en mujeres**. Te proponemos un análisis de tu vida cotidiana y las relaciones importantes para ti, primero en una terapia individual y luego en una grupal con otras mujeres que atraviesan situaciones parecidas a la tuya.

A lo largo del proceso terapéutico **cuestionarás y cambiarás todo aquello que te impide ser el centro de tu vida y de tus decisiones**. Aprenderás nuevas formas de relacionarte contigo misma y con tu entorno desde el respeto y el buen trato.

Desde niñas aprendemos a ser sumisas, estar calladitas, ser buenas cuidadoras, ser las madres perfectas, las amigas perfectas, las parejas perfectas,... Sin olvidarnos de tener una imagen corporal estupenda, ser encantadoras y tener un buen trabajo... **Todo ello acaba generando presiones y malestares, incluso depresiones a muchas mujeres.**

En el Espacio de Salud Entre Nosotras te ofrecemos **un tratamiento psicológico especializado en analizar lo que te pasa por ser mujer**. Podrás revisar tus ideas y tus emociones, tu vida cotidiana y las relaciones importantes para ti. Juntas cuestionaremos y cambiarás todo aquello que te impide sentirte dueña de tu vida y de tus decisiones, se abrirán tus horizontes hacia nuevas perspectivas.

Las psicólogas del Espacio de Salud Entre Nosotras tenemos una dilatada experiencia en los malestares y los conflictos que afectan a las mujeres. A diferencia de la atención que presta el sistema médico tradicional, el objetivo de nuestra terapia es que entiendas **cuáles son las causas de tus malestares**, y que desarrolles tu poder personal, la confianza y la seguridad en ti misma necesaria para modificar todos esos condicionantes que te hacen sentir mal.

En otras palabras: te ayudamos a alcanzar tu empoderamiento personal para salir del conflicto en el que estás metida.

¿CÓMO ES EL ITINERARIO TERAPÉUTICO DEL ESPACIO DE SALUD ENTRE NOSOTRAS?

El itinerario terapéutico del Espacio de Salud Entre Nosotras pasa por diferentes fases.

Comienza siempre con una **entrevista** con una de nuestras psicólogas, en la que se valorará si esta terapia te puede ayudar a conseguir lo que estás buscando. Así te aseguras de que realmente es la idónea para ti.

A continuación, comenzarás tu recuperación psicológica con una **terapia individual** en la que reducirás los niveles de malestar emocional con los que llegaste y te preparará para la terapia grupal.

Finalmente comenzarás una **terapia grupal** en la que reflexionarás sobre las causas de tu malestar con otras mujeres que pasan una situación parecida a la tuya, comprobarás que existen alternativas y encontrarás herramientas para

TALLERES DE GRUPO

MUJERES JÓVENAS

¿Eres una mujer joven harta de formarte, pero con miedo a lanzarte al mundo laboral?
¿Tienes problemas con tus padres, tu pareja o te cuesta aceptar tu cuerpo?

MUJERES DE MEDIANA EDAD

¿Eres una mujer entre 35 y 50 con pareja e hijas/os menores de edad? ¿Te saturan tus responsabilidades, pero no puedes abandonar ninguna y eso te genera culpabilidad y tristeza?

MAYORES DE 40 CON INTERROGANTES SOBRE LA MATERNIDAD

Si eres una mujer independiente que te has dedicado a tu desarrollo profesional, que has tenido diferentes desengaños amorosos y/o te estás planteando la maternidad.

hacer los cambios que tú necesites en tu vida y tus relaciones. Aunque en esta fase la propuesta de trabajo es grupal, **tu seguimiento será totalmente individual** y tu psicóloga estará cien por cien pendiente de tus avances.

Para muchas mujeres estar en un grupo constituido solo por mujeres significa sentir, por primera vez, que sus intereses son centrales, válidos e importantes.

LAS VENTAJAS DE COMBINAR TERAPIAS INDIVIDUALES CON TERAPIAS GRUPALES

- Al estar con otras mujeres que sufren situaciones casi idénticas, comprenderás que tus problemáticas no tienen un origen individual sino social.
- Te sentirás en un espacio abierto y relajado, de confianza y aprendizaje en el que podrás analizar tus fortalezas y debilidades e iniciar tu camino hacia el cambio.
- Sentirás total libertad para explorar tus sentimientos.
- Te identificarás con otras mujeres que están viviendo lo mismo que tú y con las que crearás una red de apoyo de gran valor.



MUJERES A PARTIR DE LOS 55

¿Has dedicado tu vida a cuidar a tu familia y tu trabajo ha respondido más a una necesidad económica familiar que a un proyecto personal? Ahora tus hijas/os son mayores e incluso independientes y tú no consigues motivarte con nada y te sobra el tiempo por todas partes. ¿Por no hablar de los conflictos con tu pareja!

EXPERIENCIAS TRAUMÁTICAS

Si has vivido violencia de pareja, fuiste víctima de abusos sexuales durante tu infancia y/o adolescencia o estás pasando una separación de pareja complicada, en estos talleres te daremos las claves para recuperar tu bienestar.


Si eres una mujer mayor de edad, quieres revisar tu vida para encontrar una forma mejor de estar en el mundo, y si quieres hacerlo con profesionales que están realmente especializadas en lo que te pasa...

Este espacio es para ti.

Y si quieres más información general sobre el Espacio de Salud Entre Nosotras ponte en contacto con nosotras a través del teléfono 628.416.791 o en el correo electrónico info@mujeresparalasalud.org.

También puedes entrar en nuestra página www.mujeresparalasalud.org donde encontrarás más información sobre nuestros tratamientos, opiniones y testimonios de mujeres y el resto de servicios que te ofrecemos en Mujeres para la Salud, y además pedir una cita.

Talleres de Crecimiento Personal



Todos los talleres de crecimiento personal pueden ser presenciales y online y los impartimos en la sede de AMS y también nos desplazamos a las sedes de otras entidades que lo soliciten como ayuntamientos, asociaciones de mujeres, ONG,...

Te dejamos unos ejemplos de los talleres que realizamos. Puedes ver más en nuestra web

<https://www.mujeresparalasalud.org/que-hacemos-talleres-de-crecimiento-personal/>

DESARROLLAR LA AUTOESTIMA Y LA COMUNICACIÓN POSITIVA

La autoestima se aprende, cambia y puede mejorar. Una autoestima adecuada, vinculada a un concepto positivo de una/o misma/o, potenciará la capacidad para desarrollar habilidades y aumentará el nivel de seguridad personal. Para ello, la forma en que las personas nos percibimos y nos sentimos tiene que cambiar, y este cambio afectará al resto de las áreas de la vida, aportando una sensación de bienestar.

En este taller proponemos conocer una estrategia de comunicación que permitirá manifestar las convicciones y defender los derechos personales de una manera congruente, directa y equilibrada. ■

TALLER DE INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA MUJERES

¿Eres capaz de manejar tus emociones para que no se interpongan en tu camino y tu bienestar? ¿Alguna vez has pensado “ojalá supiera controlarme más y haber sido capaz de reaccionar mejor frente a esta situación”?

La inteligencia emocional es la capacidad de reconocer, aceptar y canalizar nuestras emociones para dirigir nuestras conductas a objetivos deseados, lograrlos y compartirlos con las demás personas.

Desarrollando una buena inteligencia emocional lograrás escuchar y comprender tus emociones y las de las personas de tu entorno. Potenciarás cualidades personales que muchas veces quedan olvidadas. ■

LA SOLEDAD NO DESEADA

La soledad es uno de los grandes problemas a los que se enfrenta la sociedad actual. Sin embargo, hay muchas “soledades” y no todas son vividas de forma negativa. Hablamos de una soledad que genera dolor y que puede estar provocada por la falta de relación con otras personas y con la falta de vinculación con el entorno comunitario. Incide de una manera especial en las personas mayores y sobre todo en las mujeres.

Reconocer los sentimientos de soledad, practicar el autocuidado, poner en valor los aspectos positivos y la sabiduría que aporta la edad, crear redes de sororidad y trabajar la independencia y la autonomía, construir una familia elegida, te ayudarán a superar la soledad no elegida. ■

VIAJE A BALNEARIO CON TALLER DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

Un viaje todo incluido a un balneario al que irás acompañada de las profesionales de Mujeres para la Salud y otras mujeres con las que compartirás unos días de bienestar integral.

Ven con nosotras y disfruta de las múltiples actividades que tenemos preparadas para ti: un taller de inteligencia emocional por las mañanas que complementarás con los tratamientos termales que ofrece el balneario y, después de cenar, un montón de actividades y sorpresas que pondrán la guinda final a cada uno de los días.

En Mujeres para la Salud ofrecemos un taller de Inteligencia Emocional muy especial: se desarrolla en un balneario, lo que nos permite completarlos con tratamientos termales con los que disfrutar y desconectar. Una experiencia para cuidar cuerpo y mente y lograr el bienestar integral. ■

<https://www.mujeresparalasalud.org/que-hacemos-talleres-de-crecimiento-personal/>

DIVULGACIÓN Y SENSIBILIZACIÓN: CONFERENCIAS, SEMINARIOS, TALLERES...

Colaboramos con todo tipo de personas y entidades que comparten con nosotras el objetivo de mejorar la salud y el bienestar de las mujeres

La sensibilización es el primer paso para la prevención de los malestares de las mujeres y las múltiples formas de violencia que se comete contra quienes representan más del 50% de la población mundial. Por eso, desde el principio, hemos comprendido que uno de nuestros objetivos debe ser divulgar y sensibilizar al mayor número de mujeres y al resto de la sociedad sobre los efectos que produce la educación y las presiones sociales de género sobre la salud y el malestar de las mujeres, y que trascienden de generación en generación.

Consideramos la sensibilización y la formación una parte fundamental de nuestra labor y compromiso con la sociedad. Por ello desarrollamos actividades en diversos campos: salud, educación, empoderamiento de las mujeres, violencia de género,...

Esta labor la llevamos a cabo tanto a través de diferentes medios:

- Nuestras redes sociales
- Las publicaciones de nuestro blog
- Nuestra revista anual La Boletina
- Charlas, ponencias, conferencias, talleres... fuera de nuestra sede
- Campañas especiales en torno a los Días Internacionales que consideramos de especial relevancia

Realizamos fuera de nuestra sede charlas, conferencias o talleres y participamos en jornadas, foros y encuentros, pequeños y grandes, de carácter local, regional e incluso internacional. Colaboramos con asociaciones, ONGs, grupos y colectivos interesados y trabajamos con las distintas administraciones públicas (en ámbitos de mujer, igualdad, sanidad, educación, etcétera) y entidades privadas.

PLAN DE FORMACIÓN EN IGUALDAD PARA EMPRESAS Y ENTIDADES

Las empresas de más de 50 empleadas/os están obligadas a tener un Plan de Igualdad que es el conjunto de acciones que la empresa debe desarrollar para conseguir la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres en la organización.

AMS ha diseñado cursos que ayudan a las entidades y empresas a construir, implantar y mejorar su Plan de Igualdad, potenciar las habilidades personales y conseguir un clima laboral que genere motivación y compromiso. Cursos de formación en igualdad, inteligencia emocional, gestión del tiempo, motivación, habilidades sociales, asertividad, liderazgo pensados para las organizaciones y su personal.

Más info en <https://www.mujeres-paralasalud.org/plan-de-formacion-en-igualdad-para-empresas-y-entidades/>

CURSOS

- Formación en igualdad en el ámbito de la empresa
- Inteligencia emocional: aprendiendo a gestionar las emociones
- Gestión del tiempo para la mejora de la calidad de vida
- Perdiendo el miedo a hablar en público
- Resolviendo conflictos. Una comunicación no violenta
- Motivación para el trabajo
- Habilidades emocionales para gestionar y motivar equipos
- Liderazgo y habilidades directivas
- Asertividad y resolución de conflictos en el trabajo
- Curso de para la docencia e-learning
- Servicio de consultoría y formación para empresas y entidades



Si estás interesada en solicitar alguno de nuestros servicios ponte en contacto con nosotras a través de www.mujeresparalasalud.org | info@mujeresparalasalud.org | 628.416.791

POSGRADO .ESEN

EXPERTA EN MALESTARES DE GÉNERO

SU PREVENCIÓN E IMPACTO EN LA SALUD INTEGRAL DE LAS MUJERES



¿Eres titulada y/o profesional y trabajas con mujeres? Encuentra las herramientas para trabajar con ellas de una manera más saludable

Posgrado en los Malestares de Género -Su prevención e impacto en la salud integral de las mujeres- es una formación para todo tipo de mujeres profesionales que quieran mejorar la atención a las mujeres con las que trabajen. Encuentra las claves prácticas y teóricas necesarias para incorporar la mirada de género a tu profesión si atiendes, enseñas, defiendes, asesoras... o simplemente te relacionas con mujeres de cualquier edad. Una formación mixta presencial y online que te dará las actitudes y las aptitudes necesarias para afrontar las carencias que provoca en las mujeres y niñas la educación sexista y los malestares que la sociedad machista desencadena en las vidas de las mujeres por el simple hecho de ser mujer.



Una formación motivacional que te permitirá mejorar tu profesión y tu vida

Con este **posgrado en género** desarrollarás las actitudes y las aptitudes necesarias para afrontar las carencias que provoca en las mujeres y niñas la educación sexista y los malestares que la sociedad machista desencadena en sus vidas, por el simple hecho de ser mujeres.

Te proponemos un trabajo interno. Ponemos una mirada hacia el interior de cada alumna, un cuestionamiento personal que te permitirá tomar conciencia de tu propia educación sexista. **Entiéndete para ayudar al resto de las mujeres a entenderse.**

Nos define una pedagogía participativa, humanista, holística y feminista. Durante tu proceso de aprendizaje estarás continuamente acompañada de grandes profesionales que te darán las claves para encontrar nuevas formas de ser mujer.

Adquiere con el **Posgrado en Malestares de Género -Su prevención e impacto en la salud integral de las mujeres-** una visión crítica e ideológica desde diferentes disciplinas (filosofía, sociología, antropología, derecho, economía, política...) que te permitan impulsar el cambio del sistema patriarcal hacia un sistema de igualdad y respeto entre hombres y mujeres.

SI QUIERES MÁS INFORMACIÓN CONSULTA EN WWW.ESCUELAESEN.ORG O LLAMA AL 628.416.791

POSGRADO ESEN



Formación con perspectiva de género
Una formación en género diferente, activa y saludable

Equipo
ESEN 



Soledad Muruaga López de Guereñu
DIRECTORA

Pilar Pascual
CODIRECTORA



Rosa M^a Urien
PROFESORA



Mercedes Risco
PROFESORA

Maite García
ADMINISTRACIÓN



Edurne Rodríguez
PROFESORA

Profesorado de lujo

Además del Equipo de la Escuela ESEN, formado por Soledad Muruaga, directora, Pilar Pascual, codirectora y coordinadora pedagógica, Maite García, administrativa, Mercedes Risco, Edurne Rodríguez y Rosa Urien, profesoras, Escuela del Espacio de Salud Entre Nosotras (Escuela ESEN) cuenta con reconocidas profesoras e investigadoras en Estudios Feministas, de las Mujeres y de Género que se suman al equipo de profesionales de AMS para ofrecer una formación de posgrado de la más alta calidad.

Si quieres conocer la opinión de las alumnas de la 6^a promoción puedes consultar el Informe de Evaluación que realizaron al acabar el curso, en <https://www.escuelaesen.org/WE-BESEN/wp-content/uploads/INFORME-EVALUACION-6PPR.pdf>.

Algunas opiniones de las alumnas

¿Qué ha supuesto para ti el posgrado?

Haciendo un repaso por todos los módulos y contenidos, siento que entré creyendo que sabía que significaba ser mujer, ser feminista y qué es y hace el patriarcado y al acabar el primer módulo mi pensamiento fue: "esto es mucho más grande de lo que creía y prima, no tienes ni idea de nada". Me abrumó bastante ese primer módulo, tanta información y también tanto trabajo por hacer después de acabarlo.

Sentía que estaba en el lugar adecuado, pero dudaba de mí. Poco a poco fui conectando con mis compañeras, compartir este posgrado con ellas, el espacio, los saberes y experiencias han sido claves en este camino recorrido juntas.

Cada módulo, cada maestra (de fuera y de dentro de AMS) han ido ayudando a construirme desde otro lugar, enseñándome caminos nuevos dentro del feminismo que en muchas ocasiones yo no había transitado o por los que había pasado de puntillas: violencias recibidas, la autonomía, no maternidad, ASI, prostitución y pornografía...

Sobre la propia revisión y análisis personal se abrieron puertas en mí sobre las que aún sigo trabajando y creo que va para largo...

Creo que no soy la misma, de una manera muy sutil, muy suave... me siento diferente y a la vez, más grande, como si fuera un poquito más alta o como si la seguridad que he ido adquiriendo me hubiera hecho subir el pecho hacia arriba en lugar de encoger los hombros y la espalda y erguirme un poco más.

La verdad es que, como resumen es que mi vida ha mejorado en este año y no podía ser de otra manera que rodeada de mujeres. No es que sea otra, pero sí siento que soy una versión mejorada.

SI QUIERES MÁS INFORMACIÓN CONSULTA EN WWW.ESCUELAESEN.ORG O LLAMA AL 628.416.791

Contamos con un profesorado inmejorable, todas las profesionales que participan aúnan dos requisitos imprescindibles para esta escuela, además de ser expertas en sus materias y disciplinas son mujeres comprometidas con el feminismo y activistas en la denuncia de las desigualdades de género que propugna constantemente el patriarcado. Así el posgrado cuenta en su 8ª promoción con:



- **PILAR AGUILAR CARRASCO**, *ensayista, investigadora, escritora y crítica de cine y televisión feminista. Presidenta del partido Feministas al Congreso.*
- **ÁNGELES ÁLVAREZ ÁLVAREZ**, *es activista feminista y política, fue diputada del Congreso de los Diputados español por el PSOE durante las legislaturas X y XII.*
- **TASIA ARÁNGUEZ SÁNCHEZ** *es profesora de Filosofía del Derecho en la Universidad de Granada, doctora en derecho y licenciada tanto en esta materia como en filosofía.*
- **GRACIELA ATENCIO** *es licenciada en periodismo y directora de Feminicidio.net y de la Escuela Abolicionista Internacional.*
- **SILVIA BUABENT VALLEJO**, *activista feminista. Politóloga. Experta en políticas públicas en materia de igualdad y contra la violencia de género.*
- **CARMEN CASTRO GARCÍA**, *Doctora cum laude en Economía, especializada en modelos de bienestar y políticas europeas de género. Participa en la creación y desarrollo de la Cátedra d'Economía Feminista de la Universitat de València.*
- **ROSA COBO BEDIA**, *profesora titular de Sociología de Género y fundadora y directora del Centro de Estudios de Género y Feministas de la Universidad de A Coruña.*
- **PILAR FARELO FLORES**, *licenciada en Ciencias Económicas y Empresariales. Máster en coaching personal. Experta en coaching e inteligencia emocional.*
- **PAULA FRAGA ARIAS**, *es jurista, licenciada en Derecho económico con Máster en Derecho de la Unión Europea. Su trayectoria siempre ha estado ligada a los derechos de las mujeres y al feminismo.*
- **PILAR GARCÍA JOVE**, *diplomada en Trabajo Social y máster en Autoconocimiento, Sexualidad y Relaciones Humanas en la Terapia de Reencuentro, desempeña su profesión como trabajadora social con perspectiva de género especializada en mujeres mayores.*
- **ALTAMIRA GONZALO VALGAÑÓN**, *licenciada en Derecho (U. Zaragoza), especializada en Derecho de Familia y en Derecho Comunitario por la Escuela de Práctica Jurídica (UCM), es Secretaria de Igualdad del PSOE Aragón.*
- **YAYO HERRERO LÓPEZ**, *antropóloga, ingeniera, profesora y activista ecofeminista. Ha investigado sobre la crisis ecológica y social actual.*
- **ANA HIDALGO URTIAGA**, *es doctora en Estudios Literarios por la UCM y Presidenta de Docentes Feministas por la Coeducación (DoFemCo).*
- **SONIA LAMAS MILLÁN**, *psicóloga feminista, especialista en mujeres, violencia machista y comunicación en redes.*
- **ANA DE MIGUEL ÁLVAREZ**, *profesora titular de la Universidad Rey Juan Carlos, en el Área de Filosofía Moral y Política, siendo con anterioridad profesora titular de Sociología del Género en la Universidad de A Coruña.*
- **ALICIA MIYARES FERNÁNDEZ**, *doctora en Filosofía, profesora de Filosofía Moral en la UNED. Entre sus líneas de investigación destacan los aspectos sociales, políticos y morales del siglo XIX y su repercusión en la historia del feminismo.*
- **SOLEDAD MURUAGA LÓPEZ DE GUEREÑU**, *maestra, psicóloga clínica y sexóloga feminista, especialista en psicoterapia. Experta en la salud de las mujeres.*
- **PILAR PASCUAL PASTOR**, *psicóloga clínica. Especialista en psicoterapia y formación en género y salud de las mujeres, y máster en Gerencia de Servicios Sociales por la UCM.*
- **SUSANA PIEDRA ZORRILLA**, *es licenciada en psicología y coordinadora de proyectos de Diversidad Familiar y Mediación en la UNAF.*
- **ANA C. POLLÁN**, *Graduada en Filosofía por la Universidad de Valladolid. Colaboradora en medios como Tribuna Feminista o El Común.*
- **LUISA POSADA KUBISSA**, *profesora titular de Filosofía en la Universidad Complutense de Madrid, donde imparte, entre otras, la asignatura Teoría y crítica feministas.*
- **LAURA REDONDO GUTIERREZ**, *es licenciada en psicología con doble vía curricular en "Psicología Clínica y de la Salud" y «Psicología Social y del Trabajo», por la Universidad de Santiago de Compostela.*
- **MERCEDES RISCO SALSO**, *psicóloga. Especialista en la Psicoterapia de Equidad Feminista del ESEN-AMS y formadora de profesionales.*
- **EDURNE RODRÍGUEZ MARTÍNEZ** *psicóloga experta en género, especialista en Psicoterapia de Equidad Feminista y formadora de profesionales.*
- **ROSA SAN SEGUNDO MANUEL**, *catedrática de la Universidad Carlos III de Madrid y presidenta de la Plataforma Universitaria de Estudios Feministas y de Género.*
- **MARISA SOLETO ÁVILA**, *es una jurista feminista española especialista en políticas públicas en materia de igualdad de oportunidades. Desde 2001 es directora de la Fundación Mujeres.*
- **ROSA URIEN**, *psicóloga experta en género con amplia experiencia en docencia y en intervención clínica y psicosocial.*
- **IRENE ZUGASTI HERVÁS**, *licenciada en Ciencias Políticas y de la Administración y en Periodismo (UCM). Máster en Relaciones Internacionales y Diplomacia.*

UN HASTA LUEGO....

Soledad Muruaña (Sole). En Madrid, a 8 enero de 2024

3 DE ENERO DE 2024, nuestra apreciada compañera ALICIA GIL GÓMEZ, ha transitado a otra dimensión, se ha ido cumpliendo, con creces, su ciclo vital y sus objetivos para los que estaba destinada en esta tierra... Nos ha dejado una huella indeleble de luchadora, feminismo, creatividad y generosidad...

Trabajé con ella muchos años en la formación de la universidad Jaume I, en Castellón, así como también en el MF de América Latina.

Recuerdo que la llamé en 2014, en un momento personal muy difícil para ella.

Le invité a trabajar en AMS para la creación de un curso de posgrado en la Escuela que denominamos "eESEN". Así iniciamos el nuevo proyecto, junto a Pilar Pascual, con gran ilusión y esfuerzo. Elaboramos contenidos, sesiones, evaluaciones, foros, etc y establecimos contactos con profesoras feministas, de gran prestigio, que nos aportaron y aportan su gran sabiduría y calidad humana.

Entre las tres (Alicia, Pilar y yo), creamos un temario específico, para mujeres profesionales de distintas formaciones académicas, combinando el feminismo y la salud de las mujeres. Sin ALICIA, no habríamos conseguido lo que ella siempre nos decía: Debemos alcanzar "la excelencia". Espero que desde donde estés, compruebes que lo estamos consiguiendo en cada promoción. Este 2024, ya realizaremos la 8ª.

También me admiraba su infatigable esfuerzo en la dirección y realización de la revista feminista "CON LA A", su creación más entrañable y querida, a la que dedicó gran parte de su tiempo y su dinero para hacerla posible, hasta que, en 2023, se vio obligada a dejársela a sus compañeras latinas.

Otra faceta suya, que siempre he valorado mucho, es la personal y familiar, la dedicación y generosidad que mostró con su padre y su madre en los años de su ancianidad. Alicia, fue la que se encargó de que estuvieran bien cuidados y atendidos en una buena residencia, cercana a su domicilio, en Castellón. No faltaba cada fin de semana a visitarles con su hijo, Eduardo, e invitarles a comer a un buen restaurante y estar pendiente de su evolución, e Incluso, dedicaba grandes esfuerzos a mediar entre la pareja, en sus peleas de adolescentes (cómo nos hemos reído, contándome sus anécdotas de celos).

Por todos estos valores y compromisos, considero que mi amiga, Alicia Gil, ha realizado su posgrado vital con la "EXCELENCIA" que siempre ha buscado.

Como dice una buena amiga de ambas, pronto nos volveremos a encontrar en la "GALAXIA FEMINISTA"...



ACTIVIDADES 2023

En Mujeres para la Salud desarrollamos una serie de actividades puntuales, que no tienen una periodicidad fija ni una necesaria repetición a lo largo del tiempo, pero a través de las cuales damos forma a nuestros objetivos de sensibilización frente a la violencia de género y divulgación de las herramientas para hacerla frente y lograr el empoderamiento de las mujeres. Estas actividades se apoyan en la comunicación y la difusión como herramientas de sensibilización para alcanzar una sociedad igualitaria y libre de violencias.



mujeres
para la salud



¡NOSOTRAS A LO NUESTRO!

ACTIVIDADES DE AMS EN 2023

Pilar Pascual Pastor

CURSOS, TALLERES, CONFERENCIAS PARA LA CIUDADANÍA

VULNERABILIDAD DE LAS MUJERES CON DISCAPACIDAD DEL PROYECTO MADRESELVA



Rosa Urien, psicóloga de AMS experta en género y discapacidad, participó en la charla sobre mujeres con discapacidad y abusos sexuales, del Proyecto Madreselva.

LIDERAZGO PARA MUJERES EN EL ESPACIO PÚBLICO EN JAÉN



La Concejalía de Igualdad del Ayuntamiento de Jaén nos invitó a participar en el programa de actividades del 8 de marzo. Pilar Farelo, nuestra compañera impartió un taller para que las mujeres expresen sus opiniones en el espacio público, uno de los retos pendientes de las mujeres.

VAMOS A LOGROÑO A HABLAR DE LOS MALESTARES DE GÉNERO



El miércoles 3 de marzo, invitadas por la Dirección General de Servicios Sociales de La Rioja, nuestra compañera Pilar Pascual impartió el taller para profesionales: Los malestares de género y su impacto en la salud de las mujeres día 3 de marzo. Asistieron unas 50 mujeres profesionales y 3 hombres.

AUTOCONOCIMIENTO Y AUTOCUIDADO EN UN BALNEARIO



Las mujeres del municipio de Alcorcón realizaron un Taller de Autoconocimiento y autocuidado en el entorno de un Balneario, organizado por la Concejalía de Feminismo del Ayuntamiento de Alcorcón e impartido por Pilar Farelo. El taller es un trabajo de continuación a la atención que estas mujeres reciben en el Punto de Violencia del municipio.

MUJERES FUERTES Y LIBRES DE LEGANÉS



El Área de Igualdad del Ayuntamiento de Leganés ha diseñado un programa muy extenso para conmemorar el 8 de marzo. Dentro de la actividades programadas el 9 de marzo de 12:00 a 14:00 cuentan con Mujeres para la Salud. Con la ponencia que lleva el título de “Los malestares de género y su impacto en la salud de las mujeres” y tiene como fin sensibilizar sobre la necesidad de cuestionar la socialización patriarcal femenina para romper con las consecuencias negativas que provoca en la salud de las mujeres, que desarrollará nuestra compañera Pilar Pascual.

CONVERSATORIO DE SALUD MENTAL EN COLMENAR VIEJO



Viernes 24 de marzo: conversatorio de salud mental, nuestra compañera Pilar Farelo fue la encargada. Trató la soledad no elegida y cómo combatirla, qué dificultades y miedos hay en este sentido, las expectativas puestas en la familia y que no se cumplen, cómo encajar los cuidados a los demás sin descuidarse, y la importancia de crear redes de mujeres.

NOS FUIMOS CON LAS MUJERES DE MASSANASSA



El 26 de mayo, la psicóloga de AMS Rosa Urien viajó al municipio de Massanassa para participar en la jornada conmemorativa por el Día de Acción por la Salud de las Mujeres organizada por el Área de Mujer del Ayuntamiento de la localidad valenciana.

Por la mañana impartió un Taller de Mujer, Salud y Bienestar para las mujeres del municipio y por la tarde, una ponencia sobre La salud de las mujeres desde la perspectiva de género para sensibilizar a la ciudadanía sobre los factores patriarcales, sociales y culturales, que se imponen a las mujeres y sus consecuencias en la salud.

TALLERES DE INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA MADRES Y SUS HIJAS E HIJOS



Durante el último cuatrimestre del 2023 se han llevado a cabo distintas acciones para el Instituto de la Mujeres de Castilla la Mancha en el marco del pacto de estado contra la violencia machista. En concreto talleres de Inteligencia Emocional para madres e hijas/os víctimas de la violencia machista, uno por cada provincia de esa comunidad. Los resultados son muy positivos.

VIAJAMOS A SORIA PARA HABLAR DE LA SALUD MENTAL DE LAS MUJERES



Dentro del VI Ciclo de Encuentros para el Feminismo organizado por el Ayuntamiento de Soria. En el mes de octubre, nuestra compañera Pilar Pascual impartió la conferencia Los malestares de

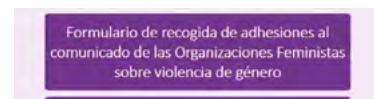
género y su impacto en la salud de las mujeres, el 20 de octubre, en el Espacio Feminista Concha de Marco, Soria.

VIOLENCIA DE GÉNERO Y SALUD MENTAL EN FUENLABRADA



El 17 de noviembre, nuestra compañera Pilar Pascual participó en la jornadas técnicas El impacto de la violencia de género en la salud de las mujeres organizadas por la Concejalía de Feminismo del Ayuntamiento de Fuenlabrada en conmemoración con el 25 de Nov.

ACCIONES DE SENSIBILIZACION Y ACTIVISMO



Comunicado Organizaciones Feministas ante la violencia de género, recogida de firmas por el balance de mujeres asesinadas en 2022.

ESTUVIMOS EN EL LABORATORIO DE PARTICIPACIÓN CIUDADANA ENTRE TODAS



La Dirección General de Participación Ciudadana y Derechos Humanos del Gobierno de La Rioja organizó el Laboratorio de Participación Ciudadana #EntreTodas, que tuvo lugar los días 24 y 25 de febrero en el Palacio de Congresos Rioja fórum de Logroño. En esta ocasión fue la presidenta de AMS, Soledad Muruaga la encargada de presentar a nuestra entidad en el apartado de Dinámicas participativas Entre Todas.

COPPA Y AMS COLABORAN PARA LLEGAR A LAS MUJERES DE ENTORNOS RURALES



La Asociación Mujeres para la Salud (AMS) ha iniciado, con la colaboración de la Coordinadora de Profesionales por la Prevención de Abusos (CoPPA), un proyecto que ofrece terapia psicológica gratuita a mujeres en situación de violencia o vulnerabilidad que vivan en pueblos con difícil acceso a recursos públicos de atención psicosocial. Octubre 2023.

8M 2023_ FEMINISTAS EN LUCHA POR LOS DERECHOS DE LAS MUJERES



Divulgación de las 8 reivindicaciones feministas acordadas con el Movimiento Feminista de Madrid para conmemorar el 8 de marzo de 2023 y convocatoria para la manifestación.

31 DE MAYO PRESENTACIÓN DEL LIBRO EN EL NOMBRE DEL PADRE



El 31 de mayo a las 18:00h, presentamos el libro En el nombre del Padre de Ana Trejo Pulido, para conmemorar el Día de Acción por la Salud de las Mujeres abordando, uno de los objetivos de la agenda feminista, como es la explotación reproductiva de las mujeres o la compra de bebés.

NO ES TRABAJO ES EXPLOTACIÓN, LA CIBA



El 14 y 15 de septiembre La Ciba de Santa Coloma de Gramanet presentó las Jornadas No es trabajo es explotación, políticas públicas por la abolición de la prostitución y AMS participó. En conmemoración con el Día internacional contra el tráfico y la explotación de mujeres, niñas y niños. Soledad Muruaga, presidenta de AMS, participó en la mesa de "Efectos y consecuencias de la prostitución en las mujeres."

ENCUESTA 2023 SOBRE LAS VIOLENCIAS QUE SUFREN LAS NIÑAS Y LAS ADOLESCENTES



Del 21 de octubre al 30 de noviembre hemos estado recopilando datos, hemos obtenido caso 1000 respuestas, de la encuesta de Mujeres Para la Salud con motivo del tema en el que vamos a centrar nuestro trabajo en los próximos meses: La violencia estructural contra las niñas y las adolescentes y las diferentes formas de violencia que sufren. Desde AMS desarrollamos estudios cualitativos y cuantitativos. Los resultados puedes consultarlos en esta revista.

25N CONTRA LA VIOLENCIA HACIA LAS MUJERES, UNIDAD CIUDADANA Y RESPUESTA INSTITUCIONAL



<https://www.mujeresparalasalud.org/25n-contra-la-violencia-hacia-las-mujeres-unidad-ciudadana-y-respuesta-institucional/>

IX JORNADA DE AMS 2023 LA VIOLENCIA ESTRUCTURAL QUE SUFREN LAS NIÑAS Y LAS ADOLESCENTES



El equipo de la Asociación de Mujeres para la Salud llevó a cabo su encuentro anual con la ciudadanía y las/os profesional centrado en la situación de las niñas y las adolescentes con respecto a la desigualdad, la discriminación y la violencia que sufren. Violencias que creemos están muy invisibilizadas, como las violencias por internet, o incluso naturalizadas, como la hipersexualización a la que se les somete desde que son muy pequeñas, para la mayoría de la ciudadanía. La jornada se celebró el 15 de diciembre con una gran asistencia tanto de forma presencial como online.

II CAMPAÑA 28 DE MAYO SALUD Y MUJER



Este año hemos vuelto a realizar una campaña en torno al 28 de mayo Día Internacional de Acción por la Salud Integral de las Mujeres para hablar sobre la salud mental de las mujeres. Del 16 al 31 de mayo hemos publicado y compartido en las redes sociales 11 artículos sobre las causas y las consecuencias del malestar mental de las mujeres en todas las etapas de la vida. Hemos abordado las depresiones y los síndromes de género de las mujeres descritas en nuestra metodología de intervención PEF y hemos compartido testimonios de mujeres que han realizado la terapia feminista que realizamos en AMS.

FORMACIÓN A PROFESIONALES

PLAN DE FORMACIÓN EN IGUALDAD PARA EMPRESAS Y ENTIDADES

FORMACION EN IGUALDAD Y HABILIDADES PERSONALES PARA LA EMPRESA	
SERVICIO DE CONSULTORÍA Y FORMACIÓN PARA EMPRESAS Y ENTIDADES	3
CURSOS	5
FORMACIÓN EN IGUALDAD EN EL ÁMBITO DE LA EMPRESA	5
INTERFERENCIAS EMOCIONALES: APROXIMACIÓN A GESTIONAR LAS EMOCIONES	7
GESTIÓN DEL TIEMPO PARA LA MUJER DE SE CALIDAD DE VIDA	8
PREVENIR EL RIESGO A NIVEL DE PUNTO	8
RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS: UNA COMUNICACIÓN NO VIOLENTE	10
PREVENCIÓN PARA EL TRABAJO	11
HABILIDADES PROFESIONALES PARA GESTIONAR Y MOTIVAR EQUIPOS	12
CONFLICTOS Y HABILIDADES DIRIGENTES	13
ACERTANDO Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS EN EL TRABAJO	14
CURSOS DE PLATA LA SOCIEDAD 6.0/IMPACTO	15
CURSOS DE IGUALDAD Y RELAX EN BALNEARIOS	17
SESIONES DE COACHING DE EQUIPOS	18
MUJERES PARA LA SALUD Y ESCUELA ESEN «¿QUÉ ENEMIGOS SON?»	19
ENTIDADES PARA LAS QUE HEMOS TRABAJADO	20

Este año hemos abierto una nueva línea de formación para empresas y entidades que quieran desarrollar los Planes de Igualdad de sus organización a través de la forma-

ción de sus trabajadoras y trabajadores. Las empresas de más de 50 empleadas/os están obligadas a tener un Plan de Igualdad que es el conjunto de acciones que la empresa debe desarrollar para conseguir la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres en la organización y, así evitar la discriminación por razón de sexo en la empresa, objetivo final del plan junto al establecimiento de verdaderas relaciones de igualdad entre mujeres y hombres. Dentro de los Planes de Igualdad una de las acciones esenciales sería la formación en igualdad desde la perspectiva de género. 23 de mayo

FORMANDO EN IGUALDAD A LA PLANTILLA DE SONYMUSIC



A finales del mes de febrero iniciamos una formación en igualdad, que se extendió hasta el mes de julio, en la empresa Sony Music y que abarcará a toda la plantilla de profesionales.

COMUNICACIÓN ASERTIVA PARA PROFESIONALES DE LA INSPECCIÓN DE TRABAJO



Del 22 al 26 de mayo, se desarrolló una nueva edición del curso de Comunicación Asertiva para las y los profesionales de la Escuela de Inspectoras/es de Trabajo y Seguridad Social de toda España.

EL IMPACTO DE LA VIOLENCIA SEXUAL EN LA SALUD DE LAS MUJERES



AMS participó en el Curso online Prevención y sensibilización sobre la violencia sexual para profesionales organizado por el Centro de la Mujer del Ayuntamiento de Valdepeñas e impartido por Feminicidio.net. Soledad Muruaga, impartirá la sesión del 13 de junio sobre el impacto de la Violencia sexual en la salud de las mujeres.

VISITA DE ESTUDIANTES AMERICANAS A AMS



El pasado 1 de junio recibimos en AMS a un grupo de 25 estudiantes y profesionales de Texas Christian University - Harris College of Nursing & Health Sciences que va a estar en Madrid cursando un programa de verano llamado Aspectos Globales de la salud en Madrid. El grupo pertenece a la facultad de enfermería con énfasis en el sistema sanitario español, con especial interés en los diferentes aspectos de la prestación, la política, y la práctica de la atención médica.

PERDIENDO EL MIEDO A HABLAR EN PÚBLICO



Gracias a los buenos resultados de ediciones anteriores, la Escuela de Inspectores de Trabajo y Seguridad Social, nos ha vuelto a solicitar un curso para el personal de sobre las habilidades necesaria para hablar en público. Este año se ha desarrollado del 18 al 22 de septiembre.

PREVENCIÓN EQUITATIVA DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO



El 10 de octubre de 2023, Soledad Muruaga, presidenta de AMS participó en el jornada organizada por la Asociación de Familias Monomarentales-FAMS el próximo 10 de octubre en el salón de actos del Consejo de Mujeres de Madrid. Estas jornadas, enmarcadas en el proyecto Garantía Mujer, están organizadas en colaboración con la entidad Salud y Familia.

NEVA EDICIÓN DEL CURSO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA LA IITSS



Debido al gran resultado obtenido en ediciones anteriores, de nuevo la Escuela de inspectores/as de Trabajo y Seguridad Social nos

propone un Curso de Inteligencia Emocional para sus trabajadoras/es y también en esta ocasión será nuestra compañera Pilar Farelo la encargada de impartirlo, del 9 al 11 de octubre de este año.

CUARTA EDICIÓN DE LOS CURSOS DE LA PEF PARA LA DGI



PSICOTERAPIA PARA LA ATENCIÓN A VÍCTIMAS DE VIOLENCIA DE GÉNERO: Formación online para las y los profesionales de la Red de Atención a la Violencia de Género de la Comunidad Autónoma de Madrid 2023. Por cuarto año consecutivo se ha llevado a cabo una nueva edición de los cursos sobre la Psicoterapia de Equidad Feminista (PEF) para 43 mujeres y 2 hombres profesionales de la red de atención a la violencia de género de la Comunidad de Madrid, tres cursos online simultáneos, dependiente de la Dirección General de Igualdad. Comenzó en septiembre y se desarrolló hasta primeros de diciembre. Mercedes Risco, Rosa Urien y Edurne Rodríguez psicoterapeutas y expertas en formación de la PEF han impartido los cursos.

5ª EDICIÓN DEL CURSO SOBRE LA VIOLENCIA DE GÉNERO EN TOLEDO



Por quinto año consecutivo, los días 16 y 17 de octubre de 2023 Pilar Pascual impartió el curso sobre violencia de género organizado por el Instituto de la Mujer de Castilla la Mancha, este año en la ciudad de Toledo. El curso se ha convocado por la Dirección General de la Función Pública por la que se convocan acciones educativas incluidas en el Programa

de Formación Específica, dentro del Plan de Formación para el personal de la Administración de la Junta de Comunidades de Castilla - La Mancha para el año 2023.

FORMACIÓN EN IGUALDAD PARA HOSPITAL PUERTA DE HIERRO



Durante el mes de noviembre del 2023 se han llevado a cabo diversas formaciones sobre Igualdad entre Hombres y Mujeres para las y los profesionales sanitarios del Hospital Público Puerta de Hierro de Madrid. En concreto se han desarrollado cuatro cursos y han asistido 50 personas, 46 mujeres y 4 hombres.

FORMACIÓN FEMINISTA PARA MATRONAS



El próximo año iniciamos una nueva formación La salud sexual y reproductiva y los efectos de la violencia sobre las mujeres para matronas de la Federación de Matronas de España (FAME) con la que este año firmamos un acuerdo de colaboración. Es un curso gratuito para las 14 profesionales que la federación seleccione entre todas las candidatas. Comenzará en enero de 2024 y tendrá una duración de 1 año.

POSGRADO 7PR



La Escuela ESEN, dependiente de la Asociación de Mujeres para la Salud, ha impartido durante el año 2023 la 7ª promoción del Posgrado Experta en los malestares de género y su impacto en la salud integral de las mujeres a un total de 13 mujeres profesionales.

APARICIONES EN MEDIOS DE COMUNICACIÓN

LA DESIGUALDAD PUEDE PROVOCAR DEPRESIÓN DE GÉNERO A MUJERES



El diario, Día de la Rioja, 3 de marzo, entrevistó a nuestra compañera Pilar Pascual sobre el taller que impartió a las y los profesionales de Servicios Sociales y del área de Igualdad de La Rioja.

LAS MUJERES NECESITAMOS ATENCIÓN PSICOLÓGICA CON PERSPECTIVA DE GÉNERO



El sábado 3 de marzo, la cadena Ser de la Rioja entrevistó Pilar Pascual sobre el Taller "Los malestares de género y su impacto en la salud" impartido el día anterior a las/os profesionales de los servicios sociales y del área de igualdad de la Rioja.

ONDA CERO MOVIENDO MONTAÑAS



Nuestra compañera Pilar Pascual participó el 23 de mayo en el programa Moviendo montañas de Onda Cero Madrid sur explicando cuáles son los factores que afectan a la salud mental de las mujeres.

MUJERES MAYORES EN EL SIGLO XXI



El pasado 1 de octubre participamos en el artículo Ser mujer mayor en el siglo XXI: más riesgo de soledad, pensiones bajas y peores diagnósticos de la revista digital 65 y más <https://www.65ymas.com/>. Invisibles, infrarrepresentadas, con mayor riesgo de sufrir soledad no deseada y dependencia económica. Estos son solo algunos de los problemas a los que se enfrentan las mujeres mayores en su día a día.

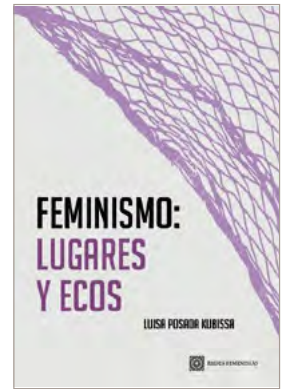
A - AÍDA - AINOA - AITANA - ALBA - ALBANA -
ALIDA - ALINA - ALIONORA - ALONDRA - ALMA
LA - ANACLARA - ANAHÍ - ANÁIS - ANASTASIA
UNCIACIÓN - ANUNCIATA - APIA - APOLONIA -
ÓN - ASUNTA - ATALA - ATALANTA - ATANASIA
N - BELINDA - BELLA - BENEDICTA - BENIGNA
A - BRENDA - BRUNILDA - BUENAVENTURA -
CAROLA - CAROLINA - CASANDRA - CASILDA -
CLARIBEL - CLARISA - CLARINDA - CLARITA -
UELO - COPELIA - CORA - CORAL - CORDELIA
DARÍA - DÉBORA - DEDICACIÓN - DEJANIRA -
DOMINIQUE - DOMITILA - DONA - DONATELLA -
EGLÉ - HIELEN - EIRA - ELBA - ELCIRA - ELDA
IA - ENCARNACIÓN - ENCARNA - ENGRACIA -
INA - ETHEL - EUFEMIA - EUGENIA - EULALIA
RA - FEDRA - FELICIA - FELICIDAD - FELICITAS
FRANCESCA - FRANCISCA - FREYA - FRIDA -
ORGIA - GEORGINA - GERALDINA - GERALDINE
A - GLICERA - GLORIA - GODIVA - GODOLEVA -
ADA - HARMONÍA - HAYDÉ - HAYDEÉ - HEBE
A - HIPÓLITA HOMBELINA - HONORATA -
VMACULADA - IOANA - IOLE - IRACEMA
OBA - JADE - JAEL - JAMILA - JANA -
A - JUDITH - JUDIT - JULIA - JULIANA
KIONA - KIRA - KIRIAN - LAIA - LAILA
NCIA - LEONELA - LEÓNIDA - LEONIDAS
LI - LILIA - LILIAN - LILIANA - LILIT - LINA
A - LUCINA - LUCRECIA - LUCY - LUDMILA -
- MADRONA - MAFALDA - MAGALI - MAGDA -
MARCELINA - MARCIA - MARCIANA - MARFISA
SOL - MARITA - MARLENE - MARTA - MARTINA
MEREDITH - MERITXELL - MERYL - MESALINA
DIA - MOIRA - MONA - MÓNICA - MONTSERRAT

NOSOTRAS SUGERIMOS

**En este apartado os sugerimos
libros que han sido publicados
recientemente sobre temas de
salud y género.**



mujeres
para la salud



La coeducación secuestrada. Crítica feminista a la penetración de las ideas transgeneristas en la educación (Octaedro, 2022)

Silvia Carrasco Pons (Coord.), Ana Hidalgo Urtiaga, Araceli Muñoz de Lacalle, Marina Pibernat Vila.

La coeducación, la herramienta feminista clave para luchar desde la escuela contra el patriarcado que persiste a pesar de las leyes que nos declaran iguales, ha sido secuestrada.

Lo que parecía un renovado interés por la coeducación por parte de gobiernos de todo signo es en realidad una suplantación para introducir las ideas transgeneristas reaccionarias en todas las etapas educativas. Inspiradas en la teoría queer y aparentando una intención transgresora y liberadora, sostienen la existencia de una infancia y una adolescencia trans, que se basa en otra ficción transmitida ahora desde la propia escuela: la idea de que se puede cambiar de sexo, que se puede nacer en un cuerpo equivocado y que ser mujer u hombre es un sentimiento. En las comunidades autónomas se han ido aprobando normativas que convierten la ideología transgenerista en la nueva verdad y establecen sanciones para el profesorado y las familias que dudan o discrepan del «autodiagnóstico» infantil y adolescente y de sus «identidades sentidas». Cuando otros países ya dan marcha atrás, en España aumenta el daño irreversible con tratamientos hormonales y cirugías a un número creciente de menores, especialmente chicas, que se declaran trans tras su exposición a estas ideas, y se convierten en dependientes de la industria farmacéutica.

Pero las autoras van más allá. Argumentan que esto no es una moda ni

obedece solamente a intereses económicos inmediatos: forma parte de un proyecto para el cual los derechos de la ciudadanía y, más aún, los derechos de las mujeres y de la infancia, son un estorbo. La abrumadora propaganda que difunde y apoya el transgenerismo y la exclusión de las voces críticas en los medios resulta, como mínimo, inquietante.

<https://octaedro.com/libro/la-coeducacion-secuestrada/>

Delirio y misoginia trans: del sujeto transgénero al transhumanismo (Catarata, 2022)

Alicia Miyares

El feminismo afronta hoy uno de sus mayores debates: la cuestión trans. En ella los términos sexo, género y mujer son el centro de una agria disputa. Desde la tradición feminista comprometida con la justicia sexual y la igualdad efectiva entre mujeres y varones, Alicia Miyares disecciona la distinción sexo/género; el sexo es un dato biológico innegable y el género el conjunto de disposiciones, estereotipos e ideologías que condicionan la desigualdad social sufrida por las mujeres. La doctrina queer/trans impugna tal binomio: niega el sexo como categoría biológica, condenándolo a la irrelevancia política y jurídica, mientras afirma el género como una identidad autopercibida y subjetivamente autodeterminada. Ello conduce al peligro de ocultar la opresión femenina como una realidad social, en favor de políticas subjetivas de identidad de género. Esta tendencia se refleja en el ámbito legal, comprometiendo el sentido de leyes contra la discrimina-

ción por sexo u orientación sexual. Al exponer las conexiones con el transhumanismo, ideología prometeica que augura la intervención total en la condición humana, y sus derivaciones en nuevas formas de misoginia, Miyares propone una renovada argumentación por un feminismo que no diluya el significado tradicional del binomio sexo/género y, por tanto, que no naufrague en un caos de identidades y trampas conceptuales que lo abocan a su fragmentación, enmascaramiento y despolitización.

https://www.catarata.org/libro/delirio-y-misoginia-trans_140998/

El sexo en disputa. De la necesaria recuperación jurídica de un concepto (Foros y debates, 2021)

Rosa María Rodríguez Magda (coord.)

Hemos querido con el título de este libro dar una réplica irónica al de Judith Butler "El género en disputa", pues si el suyo trataba de poner en cuestión el género, la teoría "queer", que en ella reconoce una de sus autoras paradigmáticas, ha conseguido multiplicar los géneros, generizar el sexo, y difuminarlo bajo una capa electiva. Hoy lo que está en disputa es el sexo, ese que ha dejado el sólido espacio anatómico-biológico constatable en el que permaneció durante centurias para pasar a presentarse cual espectro fluido y mero efecto de normatividad social. Un sexo que, en cuanto concepto, parece proscrito de la academia, confundido permanente –e intencionadamente– con el género en muchas legislaciones. Un sexo del que se afirma incluso que debe ser eliminado de toda documentación. Ahora

Nosotras sugerimos libros

Taller de inteligencia emocional para mujeres víctimas de violencia de género y sus hijas e hijos

Es temprano, amanecemos y nos dirigimos a la estación de Atocha a coger el AVE, hoy nos toca Cuenca, el último taller de este año, dejamos atrás Guadalajara, Toledo, Albacete y Ciudad Real. Vamos a vivir una experiencia enriquecedora, con mujeres, niñas y niños que nos esperan de diferentes lugares para pasar unos días con nosotras, un reto más, preparado con cariño. ¿Qué nos deparará?

En este año terrorífico de violencia machista en el que las estadísticas aumentan cada día y las noticias nos despiertan cada mañana con la muerte de una mujer en manos de su maltratador, asesinos que sesgan sus vidas, nosotras hoy vamos a encontrarnos con muchas mujeres víctimas de esta violencia, que están en proceso de reconstrucción y que nos muestran sus heridas y su sufrimiento.

Todas ellas acuden con grandes cargas emocionales, sobre todo sentimientos de culpa, sin entender por qué a ellas les han truncado sus expectativas de una vida feliz.

Al llegar los niños y niñas con sus mochitas de colores nerviosos gritan con entusiasmo que van a compartir unos días felices con sus iguales, muchos de ellos y ellas esconden en sus ojos la luz de la ilusión y la tranquilidad de unos días en paz y armonía.

Por las mañanas realizamos el taller, un espacio vivencial de observación, escucha y trabajo grupal, en el que los objetivos son trabajar la autoestima y seguridad en ellas mismas para fortalecer la relación con sus hijas e hijos, facilitar espacios en el que puedan expresar sus sentimientos y escuchar a otras mujeres, crear redes entre ellas que les proporcionen un soporte emocional y en ocasiones afectivo, recuperar el control de sus vidas para ser independientes y buscar

otras relaciones.

Por las tardes continúan con el programa de autocuidado, en esta ocasión disfrutando del circuito termal en el que, además de aprovechar los beneficios del agua comparten risas y confidencias y se desprenden de algunas de sus cargas emocionales.

Mientras los menores están al cuidado de dos monitoras de ocio y tiempo libre, participando en un taller sobre las emociones, realizando juegos cooperativos y colaborativos y aprendiendo a establecer relaciones libres de violencia.

Además, hay disponibles un gran número de actividades como paseos en la naturaleza, cine, baile, aquagym,... de las que pueden disfrutar las mujeres solas o en compañía de sus hijas e hijos.

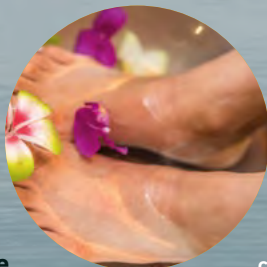
Y así cada día, y en cada amanecer somos testigo de cómo van sanando su autoestima y recuperando la ilusión, de cómo sus risas son cada vez más sonoras y de cómo van estrechando los lazos de afecto.

Casi sin darnos cuenta llega el momento de la clausura y de la despedida, es entonces cuando empezamos a notar el cansancio en nuestro cuerpo, pero también la satisfacción de haber podido contribuir a que los objetivos se alcancen y a que todas ellas puedan regresar a sus hogares con las fuerzas e ilusiones renovadas y con nuevas amistades en las que poder apoyarse.

Ya en el tren de regreso a Madrid, nos recreamos recordando todo lo vivido en cada uno de los cinco talleres, uno por cada provincia, con la emoción del recuerdo y sobre todo con el profundo sentimiento de pertenencia y agradecimiento a la Asociación Mujeres para la Salud, por crear y desarrollar programas como éste y por permitirnos formar parte de él.

No podemos dejar de agradecer a las monitoras con las que hemos compartido esta experiencia por su profesionalidad y humanidad, al personal administrativo y de coordinación de AMS por su gran implicación, a la Junta de Comunidades de Castilla la Mancha y a sus profesionales por la colaboración y el apoyo recibido en todo momento, a todas las mujeres que han participado por su entrega generosa y confiada y, sobre todo, a la Presidenta de AMS, Soledad Muruaga, por su confianza y por su incansable trabajo en la lucha contra la violencia de género y en favor de la igualdad.

Pilar García Jove y Pilar Farelo Flores



ACACIA - ADA - ADABELA - ADELIA - ADELA - ADELINA - ADELINA - ADRIANA - AFRICA - AFRODITA - AGATA - AGOSTINA - AGUEDA - AGUEDA - AIDA - AINOA - AITANA - ALBA - ALBANA - ALBINA - ALBERTA - ALBERTINA - ALDA - ALDANA - ALEGRA - ALEGRÍA - ALEJANDRA - ALEJANDRINA - ALEXIA - ALEXANDRA - ALFONSA - ALFONSINA - ALFREDIA - ALI - ALICIA - ALIDA - ALINA - ALIONORA - ALONDRA - ALMA - ALMENDRA - ALMUDENA - ALTAGRACIA - ALTEA - AMADA - AMALIA - AMANCAY - AMANDA - AMAPOLA - AMAYA - ÁMBAR - AMELIA - AMÉRICA - AMPARO - ANA - ANABEL - ANABELLA - ANAELARA - ANAHÍ - ANAÍS - ANASTASIA - ANDREA - ANDREINA - ÁNGELA - ÁNGELES - ANGÉLICA - ANGELINA - ANGIE - ANGUSTIAS - ANIA - ANTEA - ANTONELA - ANTOLINA - ANTONIETA - ANTONIA - ANTONINA - ANUNCIACIÓN - ANUNCIATA - APIA - APOLONIA - AQUILINA - ARABELA - ARACELI - ARANTXA - ARANZAZU - ARCADIA - ARGENTINA - ARIADNA - ARIANA - ARMONÍA - ARTEMISA O ARTEMIS - AROA - ASCENSIÓN - ASTRID - ASUNCIÓN - ASUNTA - ATALA - ATALANTA - ATANASIA - ATENEA - AUGUSTA - ÁUREA - AURELIA - AURELIANA - AURORA - AUXILIADORA - AYELEN - AZALEA - AZUCENA - BÁRBARA - BEATA - BEA - BEATRIZ - BEGONIA - BEGOÑA - BELÉN - BELINDA - BELLA - BENEDICTA - BENIGNA - BENITA - BERENICE - BERNARDA - BERTA - BETHSABE - BETIANA - BETINA - BETTY - BIANCA - BIBIANA - BLANCA - BONA - BRÍGIDA - BRISDA - BRIGITA - BRIGITTE - BRANCA - BRENDA - BRUNILDA - BUENAVENTURA - BONAVENTURA - CALA - CAMELIA - CAMILA - CANDELA - CANDELARIA - CANDIDA - CANELA - CARIDAD - CARINA - CARLA - CARLOTA - CARMELA - CARMEN - CARMINA - CAROL - CAROLA - CAROLINA - CASANDRA - CASILDA - CASTALIA - CATALINA - CATERINA - CATHY - CAYETANA - CECILIA - CEFERINA - CELESTE - CELESTINA - CELIA - CELINA - CINTA - CHANTAL - CINTHIA - CINTIA - CIRCE - CLARA - CLARIBEL - CLARISA - CLARINDA - CLARITA - CLAUDIA - CLELIA - CLEMENTINA - CLEOPATRA - CLEO - CLÍO - CLOE - CLORIS - CLOVILDE - COLETA - CONCEPCIÓN - CONCHA - CONSOLACIÓN - CONSTANZA - CONSTANZA - CONSUELO - COPELIA - CORA - CORAL - CORDELIA - CORINA - CORINA - CÓSIMA - COTADONGA - CREUSA - CRISPINA - CRISTAL - CRISTINA - CRISTIANA - DAENE - DAISY - DALIA - DALILA - DAMARIS - DANIA - DÁNAE - DANIELA - DARIA - DÉBORA - DEDICACIÓN - DEJANIRA - DELA - DELFINA - DOMINGA - DOMINIQUE - DOM - EDIT - EDITH - EDNA - EDUIN - ELISABET - ELISENDA - ELOÍSE - EPIFANÍA - ERICA - ERIKA - ERI - EUFEMIA - EUGENIA - EULAL - FEBE - FEBRONIA - FEDERIC - FLAMINIA - FLAVIA - FLOR - FUENSANTA - GABRIELA - GAL - GERALDINE - GERDA - GERMA



TALÍA - THAIS - TIARA - TIFFANY - TINA - TITANIA - TOMASA - TRINIDAD - VEDIA - VELANIA - VELIA - VENTURA - VENUS - VERA - VERÓNICA - VIVIANA - WANDA - WENDY - XENIA - XIMENA - YANET - YANINA - YAZORRAIDA - ZULEICA ABRIL - ACACIA - ADA - ADABELA - ADELIA - ADELINA - ÁGUEDA - AGUSTINA - AÍDA - AINOA - AITANA - ALBA - ALBANA - ALBINA - ALBERTA - ALBERTINA - ALDA - ALDANA - ALEGRA - ALEGRÍA - ALEJANDRA - ALEJANDRINA - ALEXIA - ALEXANDRA - ALFONSA - ALFONSINA - ALFREDIA - ALI - ALICIA - ALIDA - ALINA - ALIONORA - ALONDRA - ALMA - ALMENDRA - ALMUDENA - ALTAGRACIA - ALTEA - AMADA - AMALIA - AMANCAY - AMANDA - AMAPOLA - AMAYA - ÁMBAR - AMELIA - AMÉRICA - AMPARO - ANA - ANABEL - ANABELLA - ANAELARA - ANAHÍ - ANAÍS - ANASTASIA - ANDREA - ANDREINA - ÁNGELA - ÁNGELES - ANGÉLICA - ANGELINA - ANGIE - ANGUSTIAS - ANIA - ANTEA - ANTONELA - ANTOLINA - ANTONIETA - ANTONIA - ANTONINA - ANUNCIACIÓN - ANUNCIATA - APIA - APOLONIA - AQUILINA - ARABELA - ARACELI - ARANTXA - ARANZAZU - ARCADIA - ARGENTINA - ARIADNA - ARIANA - ARMONÍA - ARTEMISA O ARTEMIS - AROA - ASCENSIÓN - ASTRID - ASUNCIÓN - ASUNTA - ATALA - ATALANTA - ATANASIA - ATENEA - AUGUSTA - ÁUREA - AURELIA - AURELIANA - AURORA - AUXILIADORA - AYELEN - AZALEA - AZUCENA - BÁRBARA - BEATA - BEA - BEATRIZ - BEGONIA - BEGOÑA - BELÉN - BELINDA - BELLA - BENEDICTA - BENIGNA - BENITA - BERENICE - BERNARDA - BERTA - BETHSABE - BETIANA - BETINA - BETTY - BIANCA - BIBIANA - BLANCA - BONA - BRÍGIDA - BRISDA - BRIGITA - BRIGITTE - BRANCA - BRENDA - BRUNILDA - BUENAVENTURA - BONAVENTURA - CALA - CAMELIA - CAMILA - CANDELA - CANDELARIA - CANDIDA - CANELA - CARIDAD - CARINA - CARLA - CARLOTA - CARMELA - CARMEN - CARMINA - CAROL - CAROLA - CAROLINA - CASANDRA - CASILDA - CASTALIA - CATALINA - CATERINA - CATHY - CAYETANA - CECILIA - CEFERINA - CELESTE - CELESTINA - CELIA - CELINA - CINTA - CHANTAL - CINTHIA - CINTIA - CIRCE - CLARA - CLARIBEL - CLARISA - CLARINDA - CLARITA - CLAUDIA - CLELIA - CLEMENTINA - CLEOPATRA - CLEO - CLÍO - CLOE - CLORIS - CLOVILDE - COLETA - CONCEPCIÓN - CONCHA - CONSOLACIÓN - CONSTANZA - CONSTANZA - CONSUELO - COPELIA - CORA - CORAL - CORDELIA - CORINA - CORINA - CÓSIMA - COTADONGA - CREUSA - CRISPINA - CRISTAL - CRISTINA - CRISTIANA - DAENE - DAISY - DALIA - DALILA - DAMARIS - DANIA - DÁNAE - DANIELA - DARIA - DÉBORA - DEDICACIÓN - DEJANIRA - DELA - DELFINA - DOMINGA - DOMINIQUE - DOM - EDIT - EDITH - EDNA - EDUIN - ELISABET - ELISENDA - ELOÍSE - EPIFANÍA - ERICA - ERIKA - ERI - EUFEMIA - EUGENIA - EULAL - FEBE - FEBRONIA - FEDERIC - FLAMINIA - FLAVIA - FLOR - FUENSANTA - GABRIELA - GAL - GERALDINE - GERDA - GERMA

Instituciones que nos financian



POR SOLIDARIDAD OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

RSULA - VALENTINA - VALERIA - VALLIVANA - VALVANERA - VANESA - VIOLA - VIOLANTE - VIOLETA - VIRGINIA - VIRIDIANA - VISITACIÓN - YOCO - YOLANDA - YVONNE - ZAIRA - ZARA - ZENOBIA - ZITA - ZOE - ZORRAIDA - ADRIANA - ÁFRICA - AFRODITA - ÁGATA - AGOSTINA - AGRIPINA - ÁGUEDA - AGUSTINA - AÍDA - AINOA - AITANA - ALBA - ALBANA - ALBINA - ALBERTA - ALBERTINA - ALDA - ALDANA - ALEGRA - ALEGRÍA - ALEJANDRA - ALEJANDRINA - ALEXIA - ALEXANDRA - ALFONSA - ALFONSINA - ALFREDIA - ALI - ALICIA - ALIDA - ALINA - ALIONORA - ALONDRA - ALMA - ALMENDRA - ALMUDENA - ALTAGRACIA - ALTEA - AMADA - AMALIA - AMANCAY - AMANDA - AMAPOLA - AMAYA - ÁMBAR - AMELIA - AMÉRICA - AMPARO - ANA - ANABEL - ANABELLA - ANAELARA - ANAHÍ - ANAÍS - ANASTASIA - ANDREA - ANDREINA - ÁNGELA - ÁNGELES - ANGÉLICA - ANGELINA - ANGIE - ANGUSTIAS - ANIA - ANTEA - ANTONELA - ANTOLINA - ANTONIETA - ANTONIA - ANTONINA - ANUNCIACIÓN - ANUNCIATA - APIA - APOLONIA - AQUILINA - ARABELA - ARACELI - ARANTXA - ARANZAZU - ARCADIA - ARGENTINA - ARIADNA - ARIANA - ARMONÍA - ARTEMISA O ARTEMIS - AROA - ASCENSIÓN - ASTRID - ASUNCIÓN - ASUNTA - ATALA - ATALANTA - ATANASIA - ATENEA - AUGUSTA - ÁUREA - AURELIA - AURELIANA - AURORA - AUXILIADORA - AYELEN - AZALEA - AZUCENA - BÁRBARA - BEATA - BEA - BEATRIZ - BEGONIA - BEGOÑA - BELÉN - BELINDA - BELLA - BENEDICTA - BENIGNA - BENITA - BERENICE - BERNARDA - BERTA - BETHSABE - BETIANA - BETINA - BETTY - BIANCA - BIBIANA - BLANCA - BONA - BRÍGIDA - BRISDA - BRIGITA - BRIGITTE - BRANCA - BRENDA - BRUNILDA - BUENAVENTURA - BONAVENTURA - CALA - CAMELIA - CAMILA - CANDELA - CANDELARIA - CANDIDA - CANELA - CARIDAD - CARINA - CARLA - CARLOTA - CARMELA - CARMEN - CARMINA - CAROL - CAROLA - CAROLINA - CASANDRA - CASILDA - CASTALIA - CATALINA - CATERINA - CATHY - CAYETANA - CECILIA - CEFERINA - CELESTE - CELESTINA - CELIA - CELINA - CINTA - CHANTAL - CINTHIA - CINTIA - CIRCE - CLARA - CLARIBEL - CLARISA - CLARINDA - CLARITA - CLAUDIA - CLELIA - CLEMENTINA - CLEOPATRA - CLEO - CLÍO - CLOE - CLORIS - CLOVILDE - COLETA - CONCEPCIÓN - CONCHA - CONSOLACIÓN - CONSTANZA - CONSTANZA - CONSUELO - COPELIA - CORA - CORAL - CORDELIA - CORINA - CORINA - CÓSIMA - COTADONGA - CREUSA - CRISPINA - CRISTAL - CRISTINA - CRISTIANA - DAENE - DAISY - DALIA - DALILA - DAMARIS - DANIA - DÁNAE - DANIELA - DARIA - DÉBORA - DEDICACIÓN - DEJANIRA - DELA - DELFINA - DOMINGA - DOMINIQUE - DOM - EDIT - EDITH - EDNA - EDUIN - ELISABET - ELISENDA - ELOÍSE - EPIFANÍA - ERICA - ERIKA - ERI - EUFEMIA - EUGENIA - EULAL - FEBE - FEBRONIA - FEDERIC - FLAMINIA - FLAVIA - FLOR - FUENSANTA - GABRIELA - GAL - GERALDINE - GERDA - GERMA



TU ESPACIO DE SALUD Y CRECIMIENTO

C/ Colombia, 32, posterior. 28016 Madrid

Llámanos 628.416.791

www.mujeresparalasalud.org | info@mujeresparalasalud.org

Financian esta revista



Instituto de las
MUJERES