



Violencia de género

*“Para todas aquellas mujeres que vivimos en deseos”.*

Este material ha sido elaborado por el equipo de Creación Positiva:

- En la coordinación y elaboración de contenidos:  
M<sup>a</sup> Luisa García Berrocal y Montserrat Pineda Lorenzo.
- En la revisión de contenidos:  
Rosa Povedano Pérez y M<sup>a</sup> del Mar Velasco Salles.

Y hemos contado con la colaboración de Isabel Canudas i Cusidó, Margarita Maragall Vidal y con la inestimable confianza de las mujeres con las que hemos compartidos nuestras historias en la asociación y durante los talleres de sexualidad.

Este material ha sido subvencionado por:



Diseño: l'Apòstrof, SCCL

## Marco teórico

### Objetivo de la carpeta

- Conocer el marco donde se produce la violencia de género y machista.
- Entender qué es la violencia de género contra las mujeres.
- Enmarcar el impacto que tiene la violencia de género en la sexualidad de las mujeres.
- Redimensionar el impacto de la violencia de género en la vida de las mujeres.
- Conocer los vínculos y sinergias entra la violencia de género y el VIH.

### Contenidos de la carpeta

- Qué entendemos por violencias de género.
- Tipos de violencia de género.
- La violencia sexual más allá de los abusos sexuales.
- El impacto de las violencias de género en la sexualidad.
- En impacto de las violencias de género en la salud.
- Empoderar: más que una palabra.

### Palabras clave

- Violencia de género.
- Violencia de género contra las mujeres.
- Violencia machista.
- Violencia sexual.
- Poder.
- Amor romántico.
- Coacción.
- Coerción.
- Patriarcado.
- Abusos sexuales.



## Marco teorico

### Una primera aproximación de las violencias de género

Para empezar, os facilitamos un posible listado de los términos para encuadrar la(s) violencia(s) contra las mujeres:

- **Agresiones sexuales:** Uso de la violencia física y sexual ejercida sobre las mujeres mayores o menores de edad, determinada por el uso premeditado del sexo como arma para demostrar el poder y abusar.
- **Acoso sexual:** Cualquier comportamiento verbal, no verbal o físico no deseado de índole sexual que tenga como objetivo o produzca el efecto de atentar contra la dignidad de una mujer o de crearle un entorno intimidatorio, hostil, degradante, humillante, ofensivo o molesto.
- **Acoso en razón de sexo:** Cualquier comportamiento no deseado relacionado con el sexo de una persona con ocasión del acceso al trabajo remunerado, la promoción en el puesto de trabajo, la ocupación o la formación, que tenga como propósito o produzca el efecto de atentar contra la dignidad de las mujeres y de crear un entorno intimidatorio, hostil, degradante, humillante u ofensivo.
- **Atención:** Acciones destinadas a una persona para que pueda superar las situaciones y las consecuencias gene-

radas por el abuso en los diferentes ámbitos: personal, familiar y social, garantizando la seguridad y facilitándole la información sobre los recursos y los procedimientos necesarios para que pueda resolver la situación.

- **Detección:** Puesta en funcionamiento de los diferentes instrumentos teóricos y técnicos que permitan identificar y hacer visible la violencia machista, tanto si ésta aparece de forma precoz como de forma estable, y que permitan, también; conocer las situaciones en las que se tiene que intervenir, con el fin de evitar el desarrollo y la cronicidad de la violencia.
- **Mutilación sexual femenina o riesgo de sufrirla:** Incluye cualquier procedimiento que implique la eliminación total o parcial de los genitales femeninos o que produzca lesiones.
- **Precariedad económica:** Percepción de ingresos igual o inferior al indicador de renta de suficiencia del Estado, que se establece anualmente.
- **Prevención:** Acciones encaminadas a evitar o reducir la incidencia de la violencia machista por medio de la reducción de los factores de riesgo, e impedir su normalización, y aquellas encaminadas a sensibilizar a la ciudadanía, especialmente a las mujeres, en torno al hecho de *que ninguna forma de violencia es justificable, ni tolerable.*

- **Recuperación:** Etapa del ciclo personal y social de una mujer que ha vivido situaciones de violencia, en la que se posibilita el restablecimiento de todos los ámbitos dañados por la situación vivida.
- **Reparación:** Medidas tomadas por los diversos organismos y agentes responsables de la intervención en el ámbito de la violencia machista (jurídicas, económicas, sociales, laborales, sanitarias, educativas, etc.) que contribuyen al restablecimiento de todos los ámbitos dañados por la situación vivida.
- **Sensibilización:** Acciones pedagógicas y comunicativas encaminadas a generar y modificar el imaginario social para avanzar hacia la erradicación de la violencia machista.
- **Victimización secundaria (o revictimización):** Maltrato adicional ejercido contra las mujeres que aparecen en situaciones de violencia machista como consecuencia directa o indirecta de los déficits -cuantitativos y/o cualitativos- de las intervenciones llevadas a cabo por los organismos responsables, así como por las actuaciones desacertadas provenientes de otros agentes implicados.

## Qué entendemos por violencias de género contra las mujeres

*“No se nace sino que se deviene mujer”*

Simone de Beauvoir

La violencia de género contra las mujeres es aquella violencia machista ejercida contra las mujeres solo por el hecho de *ser mujeres*. Pero no por el hecho de ser mujeres desde una concepción biológica sino de los papeles y la posición que se asigna a las mujeres desde una concepción social. Ese “solo por el hecho de ser mujeres” muchas veces no toma la suficiente relevancia que tiene, porque ese “solo”, implica una desigualdad de por sí imposible de justificar si no es desde las posturas más machistas de la sociedad.

La Asamblea General de Naciones Unidas (1993) adoptó la Declaración sobre la Eliminación de la Violencia contra la Mujer, en la que se afirma que *“la violencia de género deteriora o anula el desarrollo de las libertades y pone en peligro los Derechos Humanos fundamentales de las mujeres, la libertad individual y la integridad física de las mujeres”*. Y especifica, entre otras cuestiones, que la violencia

contra la mujer significa cualquier acto violento basado en la pertenencia al sexo femenino, que tenga o pueda tener como resultado un daño físico, sexual o psicológico para la mujer que incluye las amenazas de tales actos, la coacción, o privación arbitraria de la libertad, tanto si se produce en la vida pública como en la vida privada.

El género determina una jerarquización entre lo masculino y lo femenino. Por tanto, una atribución de poder entre lo masculino y lo femenino, y eso supone que las mujeres seamos socialmente relegadas a un segundo término. En palabras de Simone de Beauvoir: “No se nace mujer, se llega a serlo”. Eso de por sí, ya es una forma de violencia contra las mujeres. Se trata de la primera violencia, la estructural, aquella que sitúa a las mujeres en un lugar de desigualdad. Violencia muy invisible porque se configura como la base del sistema social que conocemos.

Como hemos comentado en la carpeta sobre el Género, el sistema patriarcal es el sistema predominante en la sociedades y el que establece “un orden simbólico y real de la relaciones, de las identidades”, de la sexualidad, de los vínculos, de las desigualdades. Lo hace básicamente a través de dos elementos: la socialización y la violencia de género.

Los procesos de socialización nos explican en “quiénes debemos ser, cómo nos debemos comportar y qué debemos esperar”. Naturaliza todos estos mandatos como si fuesen “desde siempre y porque no puede ser de otra manera”.

La violencia de género es la forma que tiene el sistema patriarcal de dominar y controlar que el orden que ha establecido se mantenga. Es decir, que se mantengan los mandatos de género y se salvaguarden, tal y como están configurados, y que el lugar donde “coloca a las mujeres y a los hombres sea inamovible” (o por lo menos lo parezca). Para ello, establece, a través de una serie de mecanismos o formas violentas, el orden y la desigualdad. La violencia de género es intencional.

Para que esta violencia se mantenga, se establecen una serie de mecanismos que invisibilizan que la violencia se da en todas las esferas de nuestras vidas y que tiene un calado en todas nuestras relaciones en mayor o en menor grado. Porque de eso se trata: del grado de la violencia de género que sufrimos las mujeres y los hombres; y la gravedad y la profundidad de las heridas que produce esta violencia en la vida de las mujeres.

Los hombres sufren violencia de género, porque deben cumplir los papeles de la masculinidad de forma castrante para su libertad. Las mujeres sufrimos la violencia de género porque nos someten a los papeles asignados a la feminidad y esto supone, además, el riesgo de sufrir violencia por parte de “otros” por el hecho de ser mujeres.

La violencia de género contra las mujeres más visible por el impacto a corto y largo plazo en la vidas de las mujeres es el maltrato de las parejas o exparejas. Este maltrato puede llegar hasta el asesinato en muchos casos, pero lo más habitual es un asesinato invisible en la parte psíquica de las mujeres, desposeyéndolas de su ser. El maltrato de los hombres contra las mujeres no es un hecho individual de unos pocos hombres a ciertas mujeres, es un hecho social, es un problema de los hombres que lo sufren las mujeres.

Violencia contra las mujeres son también todos aquellos comentarios, demandas, coacciones emocionales, exigencias o actitudes del compañero que menosprecian, limitan, ridiculizan y no respetan las necesidades de una mujer. Frecuentemente, son un indicio de posibles actos de violencia física en el futuro. Desgraciadamente, este tipo

de violencia, a menudo se esconde tras bromas, actitudes hechas “sin mala intención”, y forman parte incluso de los refranes y dichos populares de “toda la vida”.

## Tipos de violencia de género contra las mujeres

Los tipos de violencia de género contra las mujeres se pueden clasificar de muchas maneras. Una de ellas es el **ámbito** donde se produce, así:

- **Violencia en el ámbito de la pareja (y expareja).** Violencia física, psicológica, sexual o económica ejercida sobre las mujeres y realizada por parte del hombre que es o ha sido su cónyuge o persona atada por relaciones similares de afectividad.
- **Violencia en el ámbito familiar.** Violencia física, sexual, psicológica o económica, ejercida sobre las mujeres tanto mayores como menores de edad, que se da en el seno de la familia, perpetrada por parte de miembros de la misma familia y determinada por el marco de las relaciones afectivas y los vínculos del entorno familiar.

- **Violencia en el ámbito laboral.** Violencia física, sexual o psicológica, que se puede producir tanto en el centro de trabajo y durante la jornada de trabajo, como fuera del centro y de las horas de trabajo, siempre que tengan relación con el trabajo.
- **Violencia en el ámbito social o comunitario.** Comprende las agresiones sexuales, el acoso sexual, el tráfico y explotación sexual de mujeres y niñas, la mutilación genital femenina o el riesgo de sufrirla, los matrimonios forzados, aquella derivada de los conflictos armados, y la violencia contra los Derechos Sexuales y Reproductivos de las mujeres.
- **Violencia contra los Derechos Sexuales y Reproductivos de las mujeres.** La violencia sexual es la vulneración de los Derechos Sexuales. Los abusos sexuales, las violaciones; pero también los abortos selectivos, el aborto penalizado, las esterilizaciones forzadas, matrimonios forzados, abusos sexuales, coacción y coerción para mantener algún tipo de relación sexual, o para no utilizar métodos de prevención (condones,...), la realización de mantener relaciones con terceras personas o intercambio de parejas

con elementos de coacción, la homofobia, lesbofobia y transfobia.

- **Violencia derivada de los conflictos armados.** Incluye todas las formas de violencia contra las mujeres que se producen en estas situaciones, como el asesinato, la violación, la esclavitud sexual, el embarazo, el aborto y la esterilización forzada, la infección intencionada de enfermedades (ITS), la tortura o los abusos sexuales.

Otra clasificación está determinada por las diferentes **manifestaciones** de la violencia de género o machista en la pareja:

- **Violencia económica.** La privación intencionada y no justificada de recursos para el bienestar físico o psicológico de la mujer y la limitación en la disposición de los recursos propios o compartidos en el ámbito familiar o de pareja.
- **Violencia física.** Cualquier acto u omisión de bastante contra el cuerpo de una mujer con el resultado o el riesgo de producirle una lesión física o un daño.
- **Violencia psicológica.** Toda conducta u omisión intencional que produzca en una mujer una desvalorización o un padecimiento, por medio de: amenazas,



humillaciones, vejaciones, exigencias de obediencia o sumisión, coerción verbal, insultos, aislamiento o cualquier otra limitación de su ámbito de libertad.

- o **Violencia sexual y abusos sexuales.** Cualquier acto de naturaleza sexual no consentido por las mujeres, incluida la exhibición, la observación y la imposición, por medio de violencia, de intimidación, de prevalencia o de manipulación emocional, de relaciones sexuales. Con independencia de que la persona agresora pueda tener con la mujer o la menor, una relación conyugal, de pareja, afectiva o de parentesco.

## La violencia de género en la pareja o expareja

*“La violencia del sexismo se debe comprender con relación a esa forma de muerte psíquica en la construcción del deseo de vivir y ser”*

Marta Lamas

La violencia de género en la pareja se produce porque las estructuras sociales socializan a agresores y víctimas a través de los papeles tradicionales de masculinidad y feminidad (roles de género).

Esto supone que en una relación basada en los valores enquistados de dominación tradicional la posibilidad de que se establezca una relación abusiva es muy alta, dado que la base de dicha relación está sometida al poder y al control por parte del hombre agresor a la mujer víctima.

Dicha violencia nunca es casual, siempre tiene un sentido: dominación y control. Existen unas bases socioculturales determinadas por el orden patriarcal que establecen las relaciones de género, las cuales se naturalizan hasta tal modo que las mujeres nos comportamos desde un modelo absolutamente vinculado a la “sumisión” y los hombres vinculados a la “dominación”.

Las mujeres no inician una relación con un hombre violento reconociéndolo como tal. Es a través del tiempo y del dolor que se puede identificar que estamos en una relación abusiva. Los papeles aprendidos, los estereotipos y el amor romántico se ponen en juego y se inicia una relación donde los valores tradicionales son valorados en positivo y los binomios empiezan a funcionar. Así, a las mujeres se les asigna el cuidado y a los hombres la protección. Aparecen los celos y el amor fusional, la dependencia emocional, las concesiones, y finalmente, la culpa. El círculo opresivo de la violencia ya está en funcionamiento.

## El amor romántico el colaborador silencioso de la violencia de género (de pareja)

El amor romántico no es el amor que nos hace crecer como personas y que crea una pareja respetuosa. Es aquella manera de entender las relaciones desde la fusión y desde dejar de ser una misma para convertirse en la mitad de otro. Un “Otro”, como veremos, “irreal”, sometido a los mandatos más tradicionalmente patriarcales de sumisión y de identidades ficticias.

El amor romántico, se traduce en aquel príncipe azul que se nos prometía en los cuentos de hadas que nos explicaban de pequeñas y que hoy es un galán o un vampiro de tres cuartos. Los celos, los sentimientos de posesión, ansias de control y paternalismo se nos transmiten como el “reflejo del amor”. Nada más lejos de la realidad.

El amor romántico, aquél por lo que la enamorada haría (*y tiene que hacer*) cualquier cosa para que su enamorado, que no conoce límites (*tiene que tener*), que no entiende de espacios propios (*todo se tiene que hacer con él y pensando en él*), que no contempla las necesidades que podrían hacer decir “no” en el otro (*si amas, lo importante es, siempre, éste otro*), que supone amarlo a él más que a una misma (*eso sería muy egoísta*), y que no entiende la propia satisfacción

y felicidad si no es mediante la del otro (*de nuevo el egoísmo y el no entregarse ni amar del todo*).

Si se actúa según estos postulados de este amor romántico, pasional e intenso, se fácil perderse de una misma, pues estamos esperando sólo la aprobación del otro, su felicidad, el ser merecedora de su amor (y constantemente deseada).

Así el amor romántico, el amor Ciego, nos ciega y es el terreno propicio para que las relaciones desiguales aparezcan y se consoliden como relaciones abusivas.

## El ciclo de la violencia o por qué se mantiene la violencia de género en la pareja

Como describió Leonor Walker, para que se mantenga la violencia, para que ésta se quede en lo invisible y para que sea tan extremadamente difícil identificar la situación de violencia que se vive, es necesario un patrón que la sostenga e invisibilice, que casi le dé sentido.

Por supuesto, partiendo de que la estructura abusiva ya existe en esa pareja; podemos describir tres grandes momentos en este ciclo de la violencia:

- La fase de tensión: donde hay fricciones y conflictos, donde el hombre expresa amenaza, hostilidad entre otras. Y donde las mujeres bajo la creencia de amor romántico creen que pueden “calmar la situación” y se sitúan en un lugar de constante sumisión y complacencia.
- Fase de agresión: donde se produce la violencia física, sexual o psicológica. Donde la agresión es vivida como violencia por parte de la mujer. Aunque por los mecanismos de la propia violencia, se justifique.
- Fase de conciliación: donde el hombre violento aparentemente se arrepiente y crea un artificio de cambio, donde las mujeres víctimas creen el artificio emocional de que “él puede cambiar” o “me quiere”.

Evidentemente cuanto más tiempo de la situación de maltrato en la que está la mujer, las agresiones son más frecuentes y con mayor intensidad.

Es importante identificar que la violencia de género contra las mujeres ejercida por la pareja o expareja, no es un hecho puntual. Es producto de un proceso sistemático y continuo de deterioro, por parte del agresor, de la autonomía, la libertad y la autoestima de las mujeres.

Este hecho no se produce de un día para otro, muy al contrario, es un hecho que su principal característica es que es de “escalada”, un escalada de peldaños pequeños y casi inapreciables.

## Algunos Mitos patriarcales violentos

Por último algunos mitos falsos que distorsionan la imagen de la violencia contra las mujeres:

- *Los hombres maltratadores han sufrido violencia de pequeños*. **Falso.**

Algunos hombres la han podido sufrir. Lo que condiciona a esos hombres a ejercer la violencia en sus parejas es el permiso que se dan para ejercer la dominación y la sumisión. Es un hecho consciente.

- *“Las mujeres tendemos al maltrato psíquico y los hombres al físico”*. **Falso.**

Es un mito de los arraigados sobre los estereotipos de la maldad de las mujeres. Es cierto que hay mujeres que ejercen violencia contra sus parejas, en este caso no es violencia de género. En todo caso hay que distinguir aquellas que lo hacen por reacción a otras violencias de sus parejas o aquellas que la ejercen por otros motivos.

- “La violencia de género está producida porque las mujeres nos estamos liberando”. **Falso.**

La violencia de género no es producto de que las mujeres vivamos con más autonomía sino de un sistema de control hacia las mujeres. En un producto de dominación.

- “Las mujeres víctimas de violencia lo son porque tienen baja autoestima”. **Falso.**

La baja autoestima es producto de la destrucción sistemática por parte del agresor a través del maltrato psicológico.

- “Una mujer que ha sufrido maltrato nunca se puede curar”. **Falso.**

Las mujeres requieren un proceso de recuperación largo de las secuelas que ha tenido en sus vidas la violencia. Esto no solo supone alejarse del agresor sino hacer un trabajo de recuperación profunda en todos los aspectos de la vida.

## La violencia sexual más allá de los abusos sexuales

*“Siempre que hay violencia física y/o psicológica contra las mujeres, hay violencia sexual”*

Montse Pineda

A veces, al hablar de la violencia sexual, pensamos exclusivamente en las violaciones. Pero va más allá de eso.

La violencia sexual es aquella violencia ejercida en la esfera de los cuerpos sexuados de las mujeres. El objetivo de ésta es desprender a las mujeres de su dignidad, de su autonomía y, también, del ejercicio del placer y del deseo.

Así la violencia sexual es de la(s) violencia(s) más invisibles ejercida contra las mujeres, por el hecho de que esta violencia sea la más tolerada por la sociedad. Una tolerancia, posiblemente, más oculta en lo referente a las violaciones y a las mutilaciones sexuales. Sin embargo, si le ponemos un poco más de interés a dicho análisis observaremos como la violencia sexual está teñida de impunidad. Incluso las violaciones se llegan a “justificar en determinados casos”. Un ejemplo de esto son las innumerables sentencias judiciales que exculpan a los violadores porque “(la mujer) llevaban

*tejanos y se necesita colaboración”, “en la agresión se puso el preservativo”, “la mujer llevaba minifalda” o “no hay señales de violencias físicas en dicha agresión”.*

Pero hay violencias sexuales construidas en base de los modelos tradicionales que someten los cuerpos de las mujeres a “cumplir” con dichos mandatos. Que “obligan silenciosamente a mujeres” a estar disponibles, a “dejar de ser frías”, a ser lo que la pornografía nos representa, o lo que el silencio del “todo por amor” significa en muchas ocasiones.

La violencia sexual se produce en muchísimas más ocasiones de las que podemos imaginar. Principalmente porque las mujeres somos construidas como cuerpos sexuados objetables, cuerpos aislados del deseo y del placer por una misma, cuerpos segmentados, cuerpos paralizados por un “botox sexual”, tóxico para nuestras vidas.

### **El impacto de las violencias de género en la sexualidad**

Cualquiera de las manifestaciones de la violencia tiene un impacto en la sexualidad de las mujeres, en mayor o menor medida. La sexualidad es, en sí misma, una construcción simbólica de las mujeres.

No vamos a hacer ahora referencia al impacto en la esfera biológica de la sexualidad: riesgo de infectarse de VIH y de otras ITS, de embarazos no deseados o planificados, dolor pélvico, vaginitis, etc... Señalamos el impacto silencioso que es el secuestro del deseo y del placer. En definitiva el secuestro de la autonomía y libertad de las mujeres.

Este rapto se puede evidenciar en diversas formas, todas ellas igual de trascendentes para la vida de las mujeres:

- Algunas veces se trata de una hiperbúsqueda de relaciones con otros en una búsqueda silenciosa de encontrar a la “sirena que se lleva dentro”.
- Otras veces, en la huida constante de la intimidad con otras personas.
- Otras, asumiendo el papel de “fría y/o frígida” como etiqueta castradora del placer y el deseo propio.

Todos estos raptos embargan nuestra “habitación propia interna”,... aquella desde la cual construimos nuestra identidad y nuestras capacidades para la acción, para crear y crearlos, y para reconocernos y reivindicarnos como sujetas de derechos y de deseos.



## Violencia de género y VIH: Interrelaciones peligrosas

*“El problema central de la infección con VIH en las mujeres no puede solucionarse con posters, campañas de información o sistemas de distribución de condones. El punto central no es tecnológico o biológico: es el rol o estatus inferior de las mujeres. Al punto que, cuando los derechos humanos y la dignidad de las mujeres no son respetados, la sociedad crea y favorece su vulnerabilidad al VIH”.*

Jonathan Mann

Al hablar de vulnerabilidad, hablamos de aquellos factores que hacen que algunas personas (o sectores de la población) tenga más probabilidades de resultar infectadas por el VIH. En la vulnerabilidad de las mujeres frente al VIH está su falta de poder sobre el propio cuerpo y sobre la vida sexual, la desigualdad económica y social, y la dependencia que todo ello conlleva.

La epidemia del VIH es un claro reflejo de la situación de desigualdad entre hombres y mujeres y que exponen a las mujeres a un mayor riesgo. El VIH es otra expresión de la violencia de género.

La violencia de género es un factor que pone en riesgo a las mujeres de infectarnos por VIH, en tanto que la violencia contra las mujeres es una vulneración de los Derechos Sexuales y Reproductivos y por tanto, imposibilita poder ejercer nuestra sexualidad en libertad y tener una buena salud sexual, en la que se incluye, entre otros, la prevención para el VIH y otras ITS (acceso y disponibilidad a los métodos barrera, negociación de los usos de los métodos barrera, acceso a la información...).

Las mujeres que se encuentran en una relación abusiva con un hombre aumentan por 100 el riesgo de infectarse por VIH debido, entre otras situaciones, a:

- Miedo a las consecuencias (físicas y emocionales) si no mantienen relaciones sexuales cuándo y cómo su compañero “lo quiere” (exige).
- El temor y la amenaza de violencia futura, rechazo, abandono y/o pérdida de apoyo económico si intenta negociar sexo más seguro o si se niegan a practicarlo.
- La coerción y la manipulación emocional a las que se ven sometidas.
- Relaciones sexuales violentas o agresivas, violación, por parte de la pareja abusiva.



- Son obligadas a tener relaciones sexuales con otras personas o a participar en actos sexuales denigrantes; o son inducidas a la prostitución por una pareja abusiva.

Las mujeres que viven o vivimos con el VIH también estamos en riesgo de sufrir una mayor violencia de género. El miedo a ser rechazadas por la pareja, la amenaza y el miedo a que la pareja desvele su situación al entorno social, el estigma y la discriminación asociado, aún, con la infección por VIH,... hace que se inicien, se mantenga y/o se incrementen las situaciones de violencia.

Es por ello que para la prevención y la atención en VIH es necesario implementar acciones políticas y sociales de tolerancia cero para con las violencias de género. De igual manera, la intervención para la eliminación de cualquier violencia de género, incluidas el estigma y la discriminación para las personas que viven o vivimos con el VIH, es una potente y necesaria estrategia para la prevención primaria, secundaria y terciaria del VIH.

## Empoderar: más que una palabra

Desde la Conferencia Internacional de Beijing en 1985, el concepto de empoderamiento ha sido imprescindible para poder hablar de la vida de las mujeres libre de violencia. El motivo de dicha situación tiene dos esferas diferentes y complementarias:

- La necesidad de establecer **espacios** de empoderamiento personal de las mujeres. Se trata de reconocerse y darse la posibilidad del ejercicio del poder de una misma como una forma de recuperación y de libertad. Se trata de posibilitarse espacios de trabajo personal de recuperación de la vida digna. Se trata de un camino del ejercicio de la libertad y de los derechos, en especial del ejercicio de los Derechos Sexuales.
- El empoderamiento de las mujeres como **elemento político**. Al igual que el hecho de ser mujer es un hecho político, el tener un nuevo espacio en el mundo y una nueva relación con el poder, requiere resignificar el poder de las mujeres en el mundo. Requiere una transformación de las estructuras patriarcales de dominación. Requiere “otro mundo”,...

— |

Todo esto es imprescindible que se haga al mismo tiempo, que se promuevan debates sobre la necesidad de establecer las relaciones en base de los *buenos tratos*. Donde se explore el cómo se pueden establecer relaciones desde el respeto y la igualdad. Donde se establezcan las bases de un nuevo modelo social basado en la deconstrucción del género como el orden social predominante y castrante de las vidas de las personas.

Es necesario preguntarnos y trabajar para darle sentido a otro mundo basado en la justicia, en la igualdad, en el valor de la diferencia y la diversidad. Preguntarnos:  
¿Qué es para mí una relación de buen trato? ¿Qué se necesita, qué necesito, para que en una relación se dé buen trato? ¿Qué valores predominantes sociales deben darse en aras de que haya relaciones de buen trato?

| —

Recuperarse de una situación de violencia de género no debería ser un reto para las mujeres que lo han sufrido en sus vidas, sino debería ser el mandato de toda una sociedad, de un sociedad más justa.





## Mis anotaciones







Elaborado por:



[www.creacionpositiva.net](http://www.creacionpositiva.net)  
93 431 45 48

Subvencionado por:

