

**Escuela de Formación en  
Liderazgos Feministas y Acciones  
Positivas por la Igualdad**



En este manual “Escuela de formación en liderazgos feministas y acciones positivas por la igualdad” han participado:

***Dirección y coordinación de textos:***

Andrea Lourdes López Véliz

***Edición:***

Mayte Nahomy Hernandez Díaz

***Ilustración de portada, maquetación y diseño:***

Cynthia Paola Segura Camargo

***Imprime:***

Fundación Friedrich Ebert

***Edita:***

Fundación Oxlajuj N'oj

***Correo electrónico:***

[fundaciónoxlajujnoj@gmail.com](mailto:fundaciónoxlajujnoj@gmail.com)

Guatemala, Fraijanes 2021

***Apoya:***



Todas las imágenes contienen fines ilustrativos.

# Índice

MÓDULO 1: Los movimientos feministas.	6
MÓDULO 2: Brechas de género.	12
MÓDULO 3: Empoderamiento feminista.	20
MÓDULO 4: Autoestima y autocuidado.	24
MÓDULO 5: Liderazgo feminista y sororidad.	30
MÓDULO 6: Participación de las mujeres y obstáculos.	31
MÓDULO 7: Empoderamiento económico.	33
MÓDULO 8: Economía feminista.	34
MÓDULO 9: Conceptos básicos de participación política.	38
MÓDULO 10: Formas de ejercer participación política, herramientas y democracia.	44
MÓDULO 11: Sororidad.	48
MÓDULO 12: Políticas públicas, leyes y participación política de las mujeres en el país.	52
MÓDULO 13: Salud con enfoque de género.	58
MÓDULO 14: Nuestros cuerpos y Derechos Sexuales y Reproductivos.	64
MÓDULO 15: Conceptos básicos para la elaboración de proyectos y políticas públicas con enfoque de género.	68
MÓDULO 16: Implementación de acciones positivas y elaboración de matrices con enfoque de género.	74
MÓDULO 17: Indicadores de género y políticas públicas con enfoque de género.	78



# planners

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado  
Domingo

**Notas**

---

---

---

---



# Notas Adicionales



*Angela Davis*

Fuente: Angela Davis / Foto vía Pasatiempo

# Los movimientos feministas



Los feminismos son movimientos sociales y políticos, organizados por mujeres que se pronuncian por el respeto de derechos y garantías de las mujeres y niñas.

## ¿Se dice feminismo o feminismos?

Feminismos, porque son diversos los contextos y realidades que atraviesan a las mujeres, cada grupo de mujeres ha creado su propia lucha feminista, no existe un feminismo existen feminismos y todos son importantes y valiosos.

## ¿Por qué surgen?

A consecuencia de la opresión patriarcal que ha discriminado y oprimido al colectivo del sexo femenino.

## ¿De dónde se origina la opresión patriarcal?

El patriarcado es una creación histórica elaborada por hombres y mujeres en un proceso que tardó casi 2.500 años en completarse. La primera forma del patriarcado apareció en el estado arcaico. La unidad básica de su organización era la familia patriarcal, que expresaba y generaba constantemente sus normas y valores.

## ¿Qué es el patriarcado?

El patriarcado es un sistema de dominio institucionalizado que mantiene la subordinación e invisibilización de las mujeres y todo aquello considerado como 'femenino', con respecto a los varones y lo 'masculino', creando así una situación de desigualdad estructural basada en la pertenencia a determinado 'sexo biológico'.

## ¿Qué dicen las autoras de los feminismos?

"Los feminismos son tendencia a mejorar la posición de la mujer en la sociedad".

-Larouse

"El feminismo es la toma de conciencia por la mujer de la opresión que padece. Una opresión que no es solo económica, jurídica y sexual, sino sobre todo psicológica".

-Anne Jacqueline

"El patriarcado es un tema central para mantener el edificio de los poderosos".

Rita Laura Segato

"El patriarcado es la manifestación e institucionalización del dominio masculino sobre las mujeres y niños/as de la familia y la ampliación de ese dominio sobre las mujeres en la sociedad en general".

**“No estoy aceptando las cosas que no puedo cambiar, estoy cambiando las cosas que no puedo aceptar”**

**-Angela Davis**

*-Gerda Lerner (1986)*

### **Tipos de feminismos**

- Feminismo de la Igualdad
- Feminismo de la Diferencia
- Feminismo Radical
- Ecofeminismo
- Feminismo Autónomo
- Feminismo Comunitario
- Feminismo Poscolonial
- Feminismo Indígena

### **¿Qué tienen en común todos?**

Luchan en contra de las opresiones por diferencias sexuales, sexismo, desigualdades sociales y de poder.

### **Enfoque interseccional**

La interseccionalidad, hace referencia a un enfoque que nos permite identificar qué sucede incluir de determinada raza/etnia, lengua clase social, generación (si es niña, joven, adulta o adulta mayor), identidad de género, situación socioeconómica y dónde vive (por ejemplo, en la ciudad o en el campo), entre otras.

### **Aportes históricos de los feminismos**

- Derecho al voto.
- Derechos sexuales y reproductivos.
- Derechos laborales y económicos.
- La convención de la Cedaw.
- Declaración y Plataforma de Acción de Beijing.
- Introducir comunicación con enfoque de género.

*Fuentes: Hooks, B. (2017) / Ruiz, C. (2019)*

## **Autoras que tienes que leer**



Feminismo Radical -  
**Kate Millet**



Feminismos Negros-  
**Audre Lorde**  
**Angela Davis**  
**Kimberlee Crenshaw**

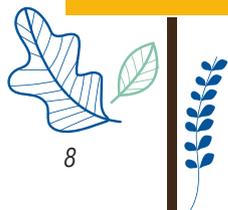


Feminismos Comunitarios  
**Adriana Guzmán**



Feminismos Indígenas  
**Lorena Cabnal**  
**Aura Cumes**

**VoTo  
PARA LAS  
MUJERES**







# planners

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado

Domingo

**Notas**

---

---

---

---



# Notas Adicionales



*Lorena Cabnal*

Fuente: Lorena Cabnal / Foto vía Página12

# Brechas de género

## ¿Qué es?

La brecha de género es la diferencia entre las tasas masculinas y femeninas en la categoría de una variable. Cuanto mayor es la brecha, mayor son las diferencias entre varones y mujeres. Cuanto menor es la brecha, más cerca estamos de la igualdad.

## Agendas feministas y brechas de género

Las agendas feministas son el medio para garantizar que las brechas de género se reduzcan y logremos igualdad de oportunidades entre el sexo masculino y sexo femenino.

### ¿Qué son las agendas feministas?

Son las líneas de trabajo de los movimientos feministas, a nivel nacional e internacional. Por medio de ellas realizan proyectos, iniciativas de leyes, reformas a leyes y políticas sexistas, garantía de derechos, campañas de sensibilización, introducir educación en igualdad, prevención de violencia contra las mujeres entre otros temas.

### ¿Por qué son importantes?

Son las directrices que los movimientos de mujeres usan para garantizar que se cumplan los derechos de las mujeres y se creen espacios de empoderamiento para las mujeres y niñas, contribuyen a parar las prácticas sexistas y misóginas que están institucionalizadas y practicadas en sociedad.

### Agendas a nivel internacional y puntos en común entre todas las mujeres del mundo:

- Derechos sobre nuestros cuerpos.
- Garantizar el derecho de salud, sexuales y reproductivos.
- Parar la violencia de género.
- Promover los derechos económicos y laborales.
- Garantizar empoderamiento de las mujeres y educación.

## ¿Cuáles son las agendas en Guatemala?

Para comprenderlas primero debemos de repasar un poco de historia de Guatemala. Hay 5 expolios que han determinado las demandas de los feminismos en el país:

1

La invasión, con el despojo de las tierras y la apropiación de la fuerza de trabajo de los pueblos originarios;

2

La independencia de los liberales de la corona para no pagar impuestos;

3

La reforma liberal, con el despojo de tierras comunales a los pueblos indígenas;

4

El régimen militar contrainsurgente, a través de la tierra arrasada y el genocidio;

5

La democracia neoliberal, que consolida una política de precarización de las condiciones de vida.

## Brechas de Género en Guatemala

En 2018 Guatemala registró una brecha de género del 66.8%. Con ese porcentaje Guatemala se sitúa en el puesto número 107, de los 149 del ranking de Brecha de Género. Existen grandes diferencias entre hombres y mujeres, luego es preciso que esa brecha se estreche.

1.



### Brechas económicas

Para asegurar el empoderamiento económico de las mujeres en un mundo cambiante, se requiere cerrar la brecha salarial entre hombres y mujeres que a nivel global es de un 24%.

En Guatemala, por cada Q100 que gana un hombre, una mujer gana Q68 generando una brecha salarial de 32%. Guatemala requiere impulsar una economía inclusiva y con equidad de género en la remuneración.

2.



### Brechas en la Educación

En la *población ladina* el 59% son mujeres y el 41% son hombres.

En todas las poblaciones es mayor el porcentaje de mujeres analfabetas.

En la *población maya* el 62% de mujeres son analfabetas, en contraparte del 38% de los hombres.

En la *población Xinka* el 58% de las mujeres son analfabetas mientras que los hombres ocupan el 42%.

3.



### Brecha Digital

Por género existen brechas, digitales, en el departamento de Guatemala, que es el que tiene mayor cobertura, el 80.39 por ciento de hombres respondió que usa celular, el 46.82 por ciento, computadora y el 56.7 por ciento Internet, mientras que el 77.79 por ciento de mujeres usa celular, el 42.1 por ciento, computadora y 52.52 por ciento Internet.

4.



### ***Brechas en cuanto al acceso a la tierra***

En cuanto a la propiedad de la tierra, la Encuesta de Vivienda realizada en 2018 mostraba la exclusión de las mujeres: sólo el 26% de las mujeres que trabajan en la agricultura declaraba explotar tierra propia, respecto a un 57% de los hombres.

Es decir, tres de cada cuatro mujeres cultivan una tierra que no les pertenece.

5.



### ***Brechas en cuanto al acceso a la universidad***

El Censo Nacional de Población y VII de Vivienda, 2018, evidencia también la desigualdad entre géneros, visibilizando que a nivel medio únicamente el 49% de mujeres finalizó sus estudios en contraparte del 51% de hombres. A pesar de esto se estima que la población de mujeres en la USAC durante el 2018 de 101,272 fue mayor en comparación a los 87,835 hombres inscritos.

## ***Agendas actuales en Guatemala***

- Luchar por la institucionalidad democrática y las reformas legales.
- Exigir los derechos económicos, sociales, políticos y culturales.
- Solicitar infraestructura económica y productiva (tierra, recursos, capacitación).
- Solicitar infraestructura social (justicia, salud, educación, participación).
- Asegurar un desarrollo sostenible para el medio ambiente (impulsar políticas agrarias y rurales).
- Garantizar el acceso a la tierra para las mujeres (tenencia, copropiedad, semillas, alimentación y generación de ingresos).
- Exigir un ordenamiento territorial (derecho a la vivienda).
- Reducir los embarazos en niñas y adolescentes.
- Parar la violencia contra las mujeres.
- Garantizar los Derechos sexuales y reproductivos.

Fuente: Escobedo, S. (2017)



**“Mientras haya una  
mujer sometida,  
nunca seré una  
mujer libre”.**

- Audre Lorde.



# planners

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado  
Domingo

**Notas**

---

---

---

---



# Notas Adicionales

# Empoderamiento feministas

Por empoderamiento de las mujeres nos referimos al proceso por el cual las mujeres, en un contexto en el que están en desventaja por las barreras estructurales de género, adquieren o refuerzan sus capacidades, estrategias y protagonismo, tanto en el plano individual como colectivo, para alcanzar una vida autónoma en la que puedan participar, en términos de igualdad, en el acceso a los recursos, al reconocimiento y a la toma de decisiones en toda las esferas de la vida personal y social.

El empoderamiento de las mujeres es tanto un proceso (individual y colectivo).



## ¿Cuál es el objetivo?

Afrontar estrategias para lograr la igualdad efectiva en todos los ámbitos de la vida. E impulsar una mayor participación de las mujeres en los escenarios de poder, hasta lograr una participación paritaria.



## ¿Desde cuándo se está trabajando?

El término empowerment o empoderamiento de las mujeres, como estrategia para la igualdad y la equidad, fue impulsado en la conferencia mundial de las mujeres de naciones unidas en beijing (1995) para referirse al aumento de la participación de las mujeres en los procesos de toma de decisiones y acceso al poder.



## ¿Qué es la plataforma de acción de Beijing?

- La plataforma de acción de beijing, resultante de la conferencia mundial, estableció que las mujeres tienen igual derecho a participar en la gestión de los asuntos públicos y, mediante esa participación, a contribuir a redefinir las prioridades políticas al incluir en los programas políticos nuevos temas y ofrecer nuevos puntos de vista sobre cuestiones políticas generales.



## Marcó dos objetivos estratégicos:

1. Garantizar a las mujeres igualdad de acceso y la plena participación en las estructuras de poder y en la adopción de decisiones.
2. Aumentar la capacidad de las mujeres de participar en la adopción de decisiones y en los niveles directivos.

Fuente: ONU Mujeres (2017)



# planners

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado  
Domingo

**Notas**

---

---

---

---



# Notas Adicionales

# Autoestima y cuidado

## ¿Porqué es importante la autoestima?

Autoestima es la valoración, percepción o juicio positivo o negativo que una persona hace de sí misma en función de la evaluación de sus pensamientos, sentimientos y experiencias.

Es un término de psicología estudiado por diversos expertos en el área, sin embargo, se utiliza en el habla cotidiana para referirse, de un modo general, al valor que una persona se da a sí misma.

Una autoestima sana pasa, aun y todo, por la aceptación de nuestro ser imperfecto.

En una autoestima alta, encontramos firmeza y defensa de los propios valores y principios, incluso para modificarlos si hace falta; confianza en el criterio propio aunque sea diferente al de los otros.

En una autoestima baja, encontramos autocríticas e insatisfacción consigo mismo; hipersensibilidad a las críticas de los demás y estado de alerta y a la defensiva; miedo a equivocarse e indecisión constante; deseo excesivo de complacer y necesidad de la confirmación de los demás; perfeccionismo rígido y sentimiento de fracaso si no va bien.

## Ejercicio

Esta semana usa un calendario para mantener control del tiempo que dedicas a tus propias necesidades.



- Haz una lista de las veces que te has entregado a tus necesidades personales en la última semana. Puede incluir actividades como hacer ejercicio, comer bien, dormir lo suficiente, divertirse, pasar tiempo con familiares y amigos, meditar, darse un masaje, etc.

### ¿Fue suficiente?

Un inventario concreto de tu estado actual de autocuidado puede ayudarte a decidir cuáles van a ser los siguientes pasos hacia la restauración.



- Escribir una cita en el calendario y no sólo confiar en tu memoria y buenas intenciones, puede hacer que tu objetivo se haga realidad. Para tener éxito, trata tus citas contigo mismo como si fuesen del trabajo u obligaciones familiares.

- Aprender a decir que no, en ocasiones, puede ser una parte vital del auto cuidado. Tienes el derecho, incluso el deber, de reponer tu vitalidad y entusiasmo.

## ¿Qué es el autocuidado?

Se refiere a actitudes, emociones y acciones que conllevan que esa actitud de cuidado hacia los demás innata en el ser humano se dirija hacia uno mismo.

Cuidarse a sí mismo significa preguntarse qué necesito y darme una respuesta honesta.

Puede ser tan simple como acostarse temprano después de un largo día de trabajo, o tan difícil como estudiar los hábitos que hemos creado y sus efectos a largo plazo.

Significa tomar medidas para cuidar de nosotros mismos y de nuestras necesidades físicas, emocionales, mentales, financieras, ambientales y espirituales.

Comienza con el reconocimiento de que nosotros somos los responsables de nuestro propio bienestar y que se extiende más allá del contexto individual para incluir a todos los que son importantes para nosotros: nuestra familia y nuestra comunidad.

Es cualquier acción que se tome para respaldar nuestra salud mental, física y emocional.

### **La necesidad de cuidarse**

Para que las mujeres que cuidan puedan reducir el impacto negativo de cuidar en su salud y su calidad de vida a nivel individual, es preciso prestar mucha atención al cuidado de sí mismas, incluyendo aspectos básicos como: mejorar la autoestima, aprender a pedir ayuda, delegar responsabilidades, compartir tareas, trabajar la asertividad y aprender a decir no, mantener las relaciones sociales, aprender a comunicarse mejor con familiares y personas del entorno, etc.

Fuente: Branden, N. (1989)

Fuente: Sara Curruchich / Foto vía Mamita Records

Sara Curruchich





**Está bien ponerte  
a tí primero.  
Se tú prioridad.**

**Amor propio cariño, amor propio.**





# planners

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado

Domingo

**Notas**

---

---

---

---

# Notas Adicionales

# Liderazgo feminista y sororidad

## ¿Qué es liderazgo feminista?

Se trata de dialogar para establecer colectivamente bases que marquen ciertas líneas, trazadas dentro del grupo o comunidad.

## ¿Cómo se construye?

- Reconociendo la importancia del debate y la formación.
- Trabajar la autoestima a nivel personal y colectivo.
- Valorar nuestras capacidades
- Favorecer constructivamente la resolución de conflicto.
- Siempre desde la humildad que permita reconocer las habilidades y capacidades de las compañeras, y sabiendo dejarles el espacio de hacer sin sentirse supervisadas o vigiladas.

## Niveles

Interpersonal - colaboración.

Compartir- consenso.

Intrapersonal- compromiso- vida personal.

## ¿Porqué es importante el liderazgo feminista y poder?

Nos ayuda a ganar el control sobre nuestras decisiones, capacidades, habilidades, sobre nuestras propias vidas.

Desnudar los estereotipos de género que se han instaurado en nuestros cuerpos, en nuestra manera de pensar y actuar y elegir nuestro propio ropero.

¿Qué nos dicen las autoras de **liderazgo feminista?**

“El poder de una mujer estará en el poder que tiene el conjunto de las mujeres”.



Hannah Arendt

“El poder como espacio de las iguales”



Celia Amorós

# Participación de las mujeres y obstáculos

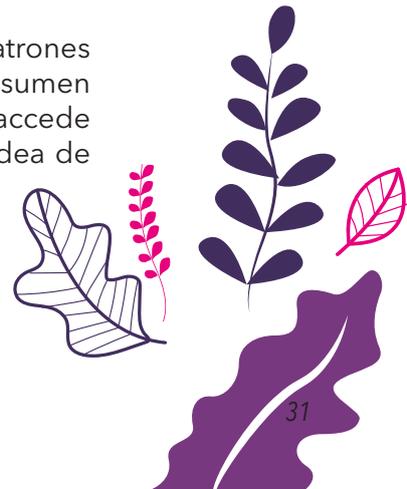
## *Obstáculos culturales de origen patriarcal:*

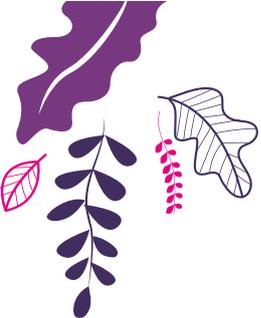
- La creencia de que las mujeres no deben participar en la política, ya que se sostiene que es un asunto sólo de varones.
- El uso del lenguaje sexista.
- El rol de los medios de comunicación, reforzando la imagen de los roles tradicionales de género y juzgándolo por cuestiones de aspecto físico o vestimenta.

## *Obstáculos vinculados a la práctica y experiencia política de las mujeres:*

- Falta de formación para participar en el ámbito político.
- Formación en competencias discursivas y en conocimiento de legislación que las pueda respaldar.
- Falta de experiencia política.

La tendencia a medir la participación de las mujeres con los patrones masculinos debería ser en el ámbito político. Así, las mujeres asumen roles de liderazgo tradicionalmente masculinos cuando se accede a los puestos de poder, ya que se asocia (erróneamente) la idea de liderazgo con atributos masculinos.





## Participación de las mujeres en la toma de decisiones

La participación política de las mujeres es un derecho fundamental, y asegurar su ejercicio es una obligación del estado.

A nivel internacional:

Esto se refleja tanto en la aprobación de tratados de derechos humanos como en la adopción de acuerdos políticos resultantes de conferencias internacionales que incorporan compromisos relacionados con este asunto.

De igual manera, en el ámbito nacional:

La constitución política incluye disposiciones sobre la garantía de este derecho. Estas normas constitucionales se desarrollan en leyes que establecen medidas para aumentar la participación de las mujeres en los escenarios de toma de decisiones políticas.

## ¿Porqué es importante la participación política de las mujeres?

La participación de las mujeres en la política conduce a mejores resultados para el desarrollo humano:

- 1 Primero**, porque el desarrollo humano -entendido como el conjunto de procesos que buscan mejorar el bienestar general y aumentar los derechos y capacidades de todas las personas- se fortalece en un sistema democrático, en la medida en que uno de los componentes de este es, precisamente, el goce efectivo de los derechos de toda la ciudadanía, incluido el derecho a la participación política de las mujeres.
- 2 Segundo**, porque, frente a otro concepto de desarrollo humano que ubica en el centro la calidad de vida de las personas, es importante tener en cuenta que la experiencia ha señalado que la presencia de las mujeres en espacios de decisión política mejora la destinación del presupuesto público y la definición de las agendas legislativas y de políticas públicas.
- 3 Tercero** las investigaciones han constatado que su inclusión favorece la incorporación de temas que no son priorizados o que son novedosos y que favorecen a toda la sociedad, como la violencia de género, la salud sexual y reproductiva, la educación, la seguridad en espacios públicos, el medioambiente, entre otros asuntos, lo cual también se traduce en mayores niveles de desarrollo humano.



# Empoderamiento económico

Invertir en el empoderamiento económico de las mujeres contribuye directamente a la igualdad de género, la erradicación de la pobreza y el crecimiento económico inclusivo. Las mujeres contribuyen de manera muy significativa a las economías, ya sea en empresas, granjas, como emprendedoras o empleadas o trabajando como cuidadoras domésticas no remuneradas.

El empoderamiento en el ámbito económico, por lo tanto, tienen un significado que va más allá de promover simplemente que las mujeres participen en la actividad económica, sino que esa participación debe construirse desde presupuestos de igualdad de oportunidades y de trato.

Sólo la aplicación de la perspectiva de género de forma adecuada, en el marco de la igualdad de derechos de mujeres y hombres, garantiza el resultado de las intervenciones en relación con los derechos de las mujeres.

En el caso de la participación de las mujeres en el tejido económico, particularmente cuando hablamos de creación de empresas, esto pasa por el desarrollo de estrategias en diferentes ámbitos:



## **Empoderamiento personal:**

del perfil y la actitud de las propias mujeres que desean (porque tienen que desearlo) montar una iniciativa empresarial.



## **Empoderamiento empresarial:**

que pasa necesariamente por construir iniciativas empresariales de mujeres no sólo viables en el nivel de subsistencia, sino con capacidad de crecimiento y generación de riqueza.



## **Empoderamiento político:**

creación y fortalecimiento de redes de mujeres y posicionamiento de las mujeres empresarias en los círculos de toma de decisiones políticas y económicas.

# Economía feminista

Surge como crítica a las economías consideradas legítimas y/o dominantes, surge en el siglo XIX, cuando una serie de mujeres se enfrentan a los economistas clásicos por no discutir la división sexual del trabajo, por no otorgarle categoría económica a las actividades domésticas ni conceptualizarlas como trabajo.

**Autora  
sugerida**



Fuente: Yayo Herrero / Foto Marisol Ramírez

## ¿Qué pasa en los años 80s?

Los movimientos feministas inician toda una discusión teórica sobre el trabajo doméstico planteando, fundamentalmente, la relación entre dicho trabajo, fuerza de trabajo y el beneficio capitalista.

La perspectiva y la propuesta de la economía feminista son absolutamente opuestas a la economía que da soporte actualmente a un sistema capitalista heteropatriarcal depredador de la naturaleza y explotador de las vidas humanas, generador de múltiples desigualdades.

## Características de la propuesta de la Economía Feminista

- Descentrar los mercados.
- Discutiendo qué tipo de bienes nunca deberían dejarse en manos del mercado (energías, agua, etc.), sino en gestión comunal u otras fórmulas colectivas.
- Abrir nuevas estructuras de producción y de consumo.
- Respetuosas con el medio ambiente y destinadas a la satisfacción de necesidades.
- Se trata de una propuesta que, en conjunto, da cuenta de la idea de sostenibilidad de la vida, que pretende conseguir una economía al servicio de las personas.

Fuentes: Cumes, A. E (2014) / Herrero, Y. (2006)





# planners

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado

Domingo

**Notas**

---

---

---

---



# Notas Adicionales

# Conceptos básicos de participación política

Desde 1997 la ONU declara el 15 de septiembre como el **"Día Internacional de la Democracia"** con el objetivo de recordarle a los gobiernos que una democracia estable es sinónimo de una **sociedad fortalecida** en **valores cívicos** y comprometida con sus **derechos y deberes**.

## ¿Qué es la democracia?

Se comprende como el modelo de gobierno donde el poder de decisión lo tiene el pueblo.

- Este resuelve su destino político por mayorías, respetando también a las minorías. La democracia no es un únicamente ejercer nuestro derecho al

voto, a pesar que este es un pilar fundamental para la misma, la importancia de la democracia también radica en:

- Promover la paz y la estabilidad en la sociedad.
- Buscar la consolidación de comunidades capaces de crear modelos libertarios, tolerantes y resilientes.
- Garantizar modelos de integración social con el fin de lograr sociedades pacíficas e inclusivas, que respeten los Derechos Humanos y la Legislación Nacional.



## Los valores cívicos:

Son aquellos valores que son considerados importantes para el buen desarrollo de la sociedad.

1. **La paz:** es el producto de la armonía social, va acompañado de la justicia y de la libertad.
2. **Responsabilidad:** es el compromiso con la comunidad y el lugar donde se vive para generar un impacto positivo. Permite reflexionar, administrar, orientar y valorar las consecuencias de los actos en nuestro entorno social.
3. **Solidaridad:** es ayudarse los unos a los otros por el bien de la sociedad.
4. **Justicia:** es el conjunto de valores fundamentales sobre los cuales debe basarse una sociedad y el Estado. La justicia como valor es el principio moral de cada individuo que decide vivir dando a cada quien lo que le corresponde o pertenece.
5. **Respeto:** el respeto es un valor cívico primordial. Las personas deben aceptar las similitudes y las diferencias que tienen con los demás, bien sea en opiniones, creencias, formas de actuar y demás.

En cuanto a los **Deberes y Derechos Cívicos**, el Artículo 135 de la Constitución Política de Guatemala, establece que:

Los guatemaltecos deben servir y defender a la patria; cumplir y velar porque se cumpla la Constitución de la República; trabajar por el bien común; contribuir a los gastos públicos; obedecer las leyes; respetar a las autoridades; y prestar servicio militar y social, de acuerdo a la ley.



“La democracia no es una meta que se pueda alcanzar para dedicarse después a los objetos; es una condición que sólo se puede mantener si todo ciudadano la defiende”

- Rigoberta Menchú

En el artículo 136 se abordan los **Deberes y Derechos Políticos**, establece que:

Los ciudadanos poseen el deber y derecho a inscribirse en el Registro de Ciudadanos; elegir y ser electo; velar por la libertad y efectividad del voto y la pureza del proceso electoral; optar a cargos públicos; participar en actividades políticas; y defender el principio de alternabilidad y no reelección en el ejercicio de la Presidencia de la República.

# Ejercicio

**1. ¿Cuál valor genera un impacto positivo a la comunidad?**

a. Paz

c. Respeto

b. Responsabilidad

d. Solidaridad

**2. ¿Cuál valor promulga aceptar las similitudes y diferencias?**

a. Justicia

c. Responsabilidad

b. Solidaridad

d. Respeto

**¿Como líder cómo podrías introducir estos elementos para mejorar tu entorno social? ¿Cómo incidirías?**

---

---

---

---

---

---

---



# Si las mujeres paran, se para el mundo.



8 de marzo, Día internacional de la mujer





# planners

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado

Domingo

**Notas**

---

---

---

---



# Notas Adicionales

# Formas de ejercer participación política, herramientas y democracia



Chimamanda Ngozi Adichie

Fuente: Chimamanda Ngozi Adichie/ Foto Lakin Ogunbanwo

**Competencias sociales y cívicas:** remite a las competencias personales, interpersonales e interculturales, así como a todas las formas de comportamiento de un individuo para participar de manera activa y constructiva en la vida social, para preservar el bienestar colectivo.

## Competencias sociales y cívicas



### Saber

- Comprender los códigos de conducta aceptados en distintas sociedades y entornos.
- Comprender los conceptos de igualdad, no discriminación entre mujeres y hombres, diferentes grupos étnicos o culturales, la sociedad y la cultura.
- Comprender las dimensiones interculturales y socioeconómicas de las sociedades.
- Comprender los conceptos de democracia, justicia, igualdad, ciudadanía y derechos humanos.



## Saber hacer

- Saber comunicarse de una manera constructiva en distintos entornos y mostrar tolerancia.
- Manifestar solidaridad e interés por resolver problemas.
- Participar de manera constructiva en las actividades de la comunidad.
- Tomar decisiones en los contextos comunitario, local, departamental, nacional o mediante el ejercicio del voto.



## Saber ser

- Tener interés por el desarrollo socioeconómico y por su contribución a un mayor bienestar social.
- Tener disposición para superar los prejuicios y respetar las diferencias.
- Respetar los Derechos Humanos.
- Participar en la toma de decisiones democráticas a todos los niveles.

Fuente: Valle, J/Formación en Red del INTEF

El Estado está obligado a garantizar y proteger los derechos ligados a la participación, como por ejemplo:

- Derecho a la vida e integridad. Artículo 3 de la Constitución.
- Derecho a la libertad e igualdad. Artículo 4 de la Constitución.
- Derecho a la libertad de acción. Artículo 5 de la Constitución.
- Derecho a la libertad de emisión del pensamiento. Artículo 35 de la Constitución.

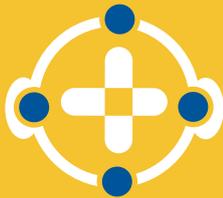
### Usando las herramientas

La palabra “herramientas” se refiere a los métodos o instrumentos empleados para facilitar la participación política y ciudadana. Esta sección considera a estas herramientas más cerca hace estas preguntas; ¿qué herramientas o juegos de herramientas se emplean más a menudo, cómo se usan y qué tan eficaz es su uso?



**Talleres:** hasta el momento es una de las herramientas más populares, posee muchas formas, una de la forma de diferenciarlos es según su objetivo, existen tres objetivos básicos:

- Proporcionar información y crear conciencia.
- Capacitación habilidades específicas.
- Desarrollo de políticas y (preparación para) toma de decisiones.



2

**Comités:** El éxito de los comités recae en el hecho de que estos permiten continuidad de interacción entre las autoridades locales y los ciudadanos, otra explicación pudiera ser que, debido a que las autoridades locales y los ciudadanos invierten tiempo y esfuerzo en el mismo comité. Están compuestos por diversos participantes como consejeros locales, expertos y especialistas técnicos, líderes de la comunidad y ciudadanos, representantes de organizaciones locales. Sus tareas son igualmente variadas, estas abarcan desde vigilar el progreso de una iniciativa, a través del desarrollo de políticas y su aplicación, hasta consejo y evaluación.

**Mesas Redondas:** Como los comités, las mesas redondas consisten en múltiples interesados, y pueden tener diferentes comisiones, la diferencia es que son menos permanentes que los comités. A diferencia de los comités, las mesas redondas no cuentan con miembros fijos, en su lugar, están dirigidas a lograr que los interesados locales hagan que las cosas resulten entre ellos, sabiendo que una autoridad local respetará los resultados de una mesa redonda contribuye a su éxito.

3



4

**Foros:** Estos son similares a las mesas redondas, pero tienden a ser menos formales y menos comprometedores que estas últimas. Sin embargo, en muchos casos, los foros no tuvieron mucha diferencia, al parecer, su carácter no obligatorio no los hace una herramienta muy eficaz.

**Negociación:** Se refiere a métodos y técnicas que facilitan a que los individuos y organizaciones con diferentes puntos de vista lleguen a un acuerdo para problemas específicos.

5



6

**Mediación:** Este es un proceso estructurado, que apunta a reunir a las diferentes partes para aclarar sus diferencias y conflictos, es particularmente apropiado cuando las relaciones en una localidad se han deteriorado al punto que las negociaciones son imposibles, debido tanto al rencor como a la violencia.

## ¿Qué son las barreras patriarcales en la Participación Política?

Son todas aquellas restricciones, desigualdades, dificultades y opresiones que derivan de la matriz cultural patriarcal que configuran negativamente la participación política de las mujeres.

### **Mecanismos indispensables para erradicar las desigualdades de género:**

#### **Institucionalización**

- Institucionalización de la perspectiva de género: Proceso sistemático de introducción del principio de igualdad de género en el quehacer del Estado. Requiere de un cuerpo normativo y de una estructura institucional orientada a dicho fin.
- Es el proceso sistemático de integración de un nuevo valor en las rutinas del quehacer de una organización, dando por resultado la generación de prácticas y reglas sancionadas y mantenidas por la voluntad social.
- Reorganiza las prácticas sociales e institucionales en función de los principios de igualdad jurídica y equidad de género.
- Requiere necesariamente cambios en las leyes y normas de instituciones u organizaciones públicas.
- Busca impactar diversos órdenes como la familia, el mercado, la educación y el Estado.

#### **Transversalidad**

- Transversalización de la perspectiva de género: incorporación del principio de

género entre hombres y mujeres, utilizando metodologías afines en el proceso de formulación, ejecución y evaluación de las políticas públicas de todos los sectores.

- Proviene de la noción conocida en inglés como gender mainstreaming.
- Es una estrategia de acción incorporada a la perspectiva de igualdad de género en los distintos niveles y etapas que conforman el proceso de formulación, ejecución y evaluación de las políticas públicas.
- Transforma la manera en que operan las dependencias públicas.
- Contempla acciones de incidencia a nivel de procedimientos de trabajo, cultura organizacional y el quehacer cotidiano.

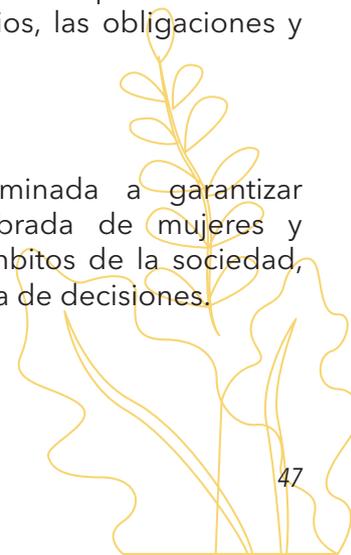
#### **Políticas de Equidad**

Orientadas a garantizar la imparcialidad en el trato que reciben mujeres y hombres de acuerdo a sus necesidades respectivas, ya sea con un trato igualitario o con uno diferenciado, pero que se considera equivalente en lo que se refiere a los derechos, los beneficios, las obligaciones y las posibilidades.

#### **Paridad**

Estrategia política encaminada a garantizar una participación equilibrada de mujeres y hombres en todos los ámbitos de la sociedad, particularmente en la toma de decisiones.

Fuentes: SEPREM & NIMD (2019)



# Sororidad

Sororidad implica el respeto de las unas hacia las otras, un reconocimiento de la autoridad de cada una, de la valía de cada una, del respeto de cada una hacia sí misma y hacia las demás.

## Qué dice...

### Marcela Lagarde



Es un pacto político de género entre mujeres que se reconocen como interlocutoras, en este sentido, tiene un principio de reciprocidad.

## ¿Por qué nos cuesta ser sororas?

- Dificultad tiene que ver con la identidad de género.
- Con los aprendizajes culturales que nos definen como mujeres.
- La enemistad de las mujeres y entre mujeres es, por tanto, una construcción cultural.
- Aprendemos también a establecer relaciones de enemistad con las otras mujeres.
- Tenemos la idea que las mujeres no son nuestras hermanas, son nuestras enemigas.
- Competimos por los hombres.

## La misoginia tiene, al menos, cuatro formas de expresarse:

- Los hombres contra las mujeres.
- Misoginia institucional e institucionalizada.
- La enemistad entre mujeres (las descalificaciones, las burlas, el no reconocimiento, las alianzas que establecemos con otras y otros para descalificar a las mujeres, para subestimarlas e incluso, para denigrarlas).
- Y la enemistad de nosotras hacia nosotras mismas.

Fuente: Lagarde, M. (2017)







# planners

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado  
Domingo

**Notas**

---

---

---

---



# Notas Adicionales

# Políticas públicas, leyes y participación política de las mujeres en el país.

### ¿Qué es la Política Pública?

Es el conjunto de acciones a realizar a partir de la toma de decisiones en la esfera gubernamental. También puede comprenderse como las prácticas y normas que se expresan en forma de intervención, reglamentación o la provisión de un servicio.

También puede comprenderse como la práctica social propiciada por la necesidad de reconciliar demandas conflictivas o de establecer incentivos de acción colectiva para dar solución a un problema en determinado sector geográfico o social.

### ¿Quiénes construyen la Política Pública?

La construyen: la sociedad civil, académicas y académicos, legisladores y legisladoras, parlamentarias y parlamentarios.

**Para llevar a cabo una política pública es de suma importancia...**

Consensuar y legitimar las problemáticas; de esta manera se estarán atendiendo situaciones relevantes y necesarias para beneficiar a la población, reduciendo así las desigualdades sociales.

### Marco Normativo e Institucional en Materia de Derechos de las Mujeres

**Marco Normativo:** instrumentos jurídicos en materia de derechos de las mujeres, los cuales permiten contar con leyes que reconozcan los derechos de las mujeres un componente fundamental en un Estado de Derecho.



Rigoberta Menchú

Fuente: Rigoberta Menchú / Foto vía Revista Coomeva

Los instrumentos Internacionales se distinguen por el nivel de exigencia que plantean a los países firmantes o participantes.

### Vinculantes

Adquieren esta categoría todos los tratados (que pueden presentarse en forma de convenciones, pactos y acuerdos) que establecen un reconocimiento de obligación legal por parte de los Estados hacia estos instrumentos.

### No vinculantes

En esta categoría se engloban aquellos documentos, generalmente definidos como declaraciones, recomendaciones o conferencias, que proporcionan un marco normativo pero no establecen obligatoriedad.



## Nivel Internacional

### ONU

Convención sobre los Derechos Políticos de la Mujer.

Convención sobre la Eliminación de todas las formas de Discriminación contra la Mujer (y su protocolo).

### OIT

Diversos convenios protegen los derechos laborales de las mujeres, como el: 89, 100, 111, 16, 169, 171, 175, 176, 182, 183 y 184.

### Declaraciones

- Declaración Universal de los Derechos Humanos.
- Declaración sobre el Derecho al Desarrollo.
- Declaración sobre la eliminación de la Violencia contra la Mujer.
- Declaración del Milenio-Agenda 2030.
- Declaración y Plataforma de Acción de Beijing.



## Nivel Regional

### OEA

- Convención sobre la nacionalidad de la Mujer.
- Convención Interamericana sobre la Concesión de los Derechos Civiles de la Mujer.
- Convención Interamericana sobre la Concesión de los Derechos Políticos de la Mujer.
- Convención Interamericana para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra la mujer.



## Nivel Nacional

- Ley contra el Femicidio y otras Formas de Violencia Contra la Mujer.
- Ley de dignificación y promoción integral de la mujer.
- Ley de Desarrollo Social.

**Marco Institucional: estructura administrativa organizacional a favor de los derechos de las mujeres. Son necesarias estas instituciones para garantizar que el conjunto de los derechos reconocidos sea efectivamente ejercido.**



## Nivel Internacional

- Entidad de la ONU para la igualdad de género y el empoderamiento de la mujer (ONU Mujeres).
- Instituto Internacional de Investigaciones y Capacitación para la promoción de la Mujer (Instraw).



## Nivel Regional

- Comisión Interamericana de Mujeres (perteneciente a la OEA).
- División de asuntos de género de la Cepal.



## Nivel Nacional

- SEPREM Secretaría Presidencial de la Mujer.
- Coordinadora Nacional para la Prevención de la Violencia Intrafamiliar y contra las Mujeres, CONAPREVI.

*“La paz no es solamente la ausencia de la guerra; mientras haya pobreza, racismo, discriminación y exclusión difícilmente podremos alcanzar un mundo de paz”.*

*- Rigoberta Menchú*

Para ONU Mujeres, la participación y el liderazgo femenino en la política y la vida pública en igualdad son fundamentales para alcanzar los Objetivos del Desarrollo Sostenible. Sin embargo, la realidad refleja que la representación de las mujeres es insuficiente en todos los niveles de toma de decisiones en el mundo. En Guatemala, únicamente el 20% de escaños en el Congreso está ocupado por mujeres. Un porcentaje que ha aumentado, desde el 11% registrado en 1995. Guatemala es uno de los países que refleja una baja participación de las mujeres en la política.

*Fuentes: CEPAL (2016) / Cerva, D. (2014)*

## Países de la región con paridad (a julio 2016)



**Países con paridad:**

Ecuador, México, Costa Rica, Bolivia, Honduras y Paraguay.



**Paridad de debate:** Panamá, Guatemala, Uruguay.

Número de parlamentarias: Bolivia (53%), México (42.7%), Ecuador (41.6%), Argentina (36.6%), Costa Rica (33.3%).



Fuente: ONU Mujeres-LACRO // Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables, Alternancia de Género: Realidades y desafíos de la participación política de las mujeres// IDEA Internacional y CIM (2013) La puesta por la paridad: democratizando el sistema político de América Latina. Casos de Ecuador y Costarica.



# planners

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado

Domingo

**Notas**

---

---

---

---



# Notas Adicionales

# Salud con enfoque de género



Lucrecia Mack

## *¿Qué han hecho los feminismos por la salud de las mujeres?*

- Romper estereotipos y seximos que perjudican nuestra salud y cuerpos.
- Agenciar derechos de la salud y exigir servicios.
- Denunciar matrimonios concertados, forzados y precoces.
- Parar mutilaciones genitales femeninas y maternidades forzadas.
- Promover la salud mental y cuidado en las mujeres.
- Reflexionar y regular el trabajo no remunerado de cuidados.
- Reconocer la medicina ancestral.



## Sexo y género, ¿hablamos de lo mismo?



El concepto de sexo está relacionado con las diferencias biológicas que hacen posible la reproducción sexual. Viene determinado por la naturaleza, nacemos con un sexo definido que solemos clasificar como masculino o femenino.

El concepto de género, sin embargo, parte de la idea de que lo femenino y lo masculino no son hechos naturales o biológicos, sino construcciones culturales. La importancia del género es que distingue lo que es biológico de lo que es social construido a partir de las diferencias.

La desigualdad de género surge cuando la sociedad transforma las diferencias sexuales (biológicas) en discriminaciones (culturales).

De esta forma, la sociedad asigna a mujeres y a hombres.

### **¿Qué impacto tiene la desigualdad de género en la salud de las mujeres?**

En casi todas las sociedades, las mujeres presentan una mayor esperanza de vida que los hombres en similares condiciones socio-económicas, esto es, viven más años. Sin embargo, a pesar de esta menor mortalidad de las mujeres, ellas padecen más enfermedad y malestar que los hombres.

Los datos actuales sobre la mortalidad, sobre la carga de morbilidad (de enfermedad) y sobre el bienestar de las mujeres en Europa a lo largo de todo su ciclo vital señalan que:

Las niñas presentan mejores condiciones de salud física que los niños en los primeros años de vida.

Durante los años de la adolescencia se observa una disminución en el bienestar subjetivo de las niñas; los trastornos depresivos y de ansiedad se desarrollan entre las mujeres jóvenes y se trasladan a la vida adulta; y el dolor de espalda, la cardiopatía isquémica y el cáncer son más frecuentes en la vejez.

Para comprender este patrón diferencial en la salud de las mujeres a lo largo del ciclo vital, es imprescindible identificar los efectos de las desigualdades de género y los principales determinantes sociales de la salud, como son:

### ***¿Por qué pasa esto?***

- Bajos ingresos y los recursos económicos.
- Poco acceso a la educación.
- Mal acceso al empleo y las condiciones laborales, la seguridad y el medio ambiente.
- Por los roles familiares y sociales.

Conocer su influencia en la salud de las mujeres en las etapas clave es necesario para poder priorizar intervenciones que mejoren la salud de las niñas y las mujeres a lo largo de todo el ciclo vital, de toda su vida.

La salud en un sentido amplio va más allá de la ausencia de enfermedad, y la atención y el cuidado a la salud son algo mucho más extenso que la mera atención sanitaria. Partimos de esta consideración y del marco que la organización mundial de la salud.

- En primer lugar el género se vincula con diferentes determinantes estructurales que afectan a la salud, a corto, medio y largo plazo.
- En segundo lugar que ordena valores, normas, prácticas y comportamientos que afectan a la exposición y vulnerabilidad a diferentes factores de riesgo.
- En tercer lugar, el ordenamiento social de lo masculino y femenino se refleja en unos sistemas de salud que introducen sesgos de género.

Fuente: OMS



# Ahora respira y conecta contigo misma...

Enumera 3 cosas que te hacen única y valiosa.

1.

---

2.

---

3.

---



# planners

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado

Domingo

**Notas**

---

---

---

---

# Notas Adicionales

## Nuestros cuerpos y Derechos Sexuales y Reproductivos



Ana Silvia Monzón

El concepto de salud sexual y reproductiva (SSR) nació como tal en 1994 en El Cairo.

El concepto de salud sexual y reproductiva es definido por el fondo de población de naciones unidas como un “enfoque integral para analizar y responder a las necesidades de hombres y mujeres respecto a la sexualidad y la reproducción”.



## Los componentes de la salud sexual y reproductiva son los siguientes:

- Servicios de información, asesoramiento, educación y comunicación en materia de anticoncepción y salud reproductiva.
- Educación y servicios de atención prenatal, partos sin riesgo y posparto.
- cuidados de salud para los y las recién nacidas/os.
- Acceso a métodos anticonceptivos seguros y modernos.
- Información y tratamiento para las infecciones de transmisión sexual.
- Servicios de aborto seguro, y tratamiento de sus posibles complicaciones. - prevención y tratamiento apropiado de la infertilidad.
- Información, educación y asesoramiento sobre sexualidad, salud reproductiva y maternidad y paternidad responsable.
- Su ámbito de actuación tiene que hacer especial énfasis en la población juvenil.
- Así como garantizar la participación de las mujeres en la toma de decisiones en los servicios de salud sexual y reproductiva.
- Y procurar servicios de prevención y atención en materia de violencia de género.

## Derechos en salud sexual y reproductiva

Son derechos humanos fundamentales relativos al libre ejercicio de la sexualidad sin riesgos, al placer físico y emocional, a la libre orientación sexual, a la libre elección del número de hijos, a la protección de la maternidad, entre otros aspectos. Quedaron definidos como tales en la conferencia de El Cairo (AECI, 2005).



### El listado de derechos sexuales y reproductivos según ONU-SIDA son:

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

11. Al fortalecimiento de la autoestima, la autovaloración, y la autonomía para lograr la toma de decisiones adecuadas en torno a la sexualidad.
12. Expresión y libre ejercicio de la orientación sexual.
13. Libertad de elegir compañero/a sexual.
14. Elegir si se tienen o no relaciones sexuales.
15. A elegir las actividades sexuales según sus preferencias.
16. Derecho a recibir información clara, oportuna y científica acerca de la sexualidad.
17. A espacios de comunicación familiar para tratar el tema de la sexualidad.
18. A la intimidad personal, la vida privada y al buen nombre.

Dentro de todos ellos los derechos sexuales son generalmente los menos difundidos.

**Los derechos sexuales según la asociación mundial de sexología son:**

- El derecho a la libertad sexual.
- El derecho a la autonomía, integridad y seguridad sexuales del cuerpo.
- El derecho a la privacidad sexual.
- El derecho a la equidad sexual.
- El derecho al placer sexual.
- El derecho a la expresión sexual emocional.
- El derecho a la libre asociación sexual.
- El derecho a la toma de decisiones reproductivas, libres y responsables.
- El derecho a información basada en el conocimiento científico.
- El derecho a la educación sexual integral.
- El derecho a la atención de la salud sexual.



## Ser lunar, nuestra menstruación

La menstruación es la sangre que sale del útero de una niña, chica o mujer, a través de la vagina. Cuando a una niña le viene la menstruación es una señal de que se está acercando al final de la pubertad.





## ¿A qué edad les viene la menstruación a la mayoría de las niñas?

La mayoría de las niñas tienen su primera menstruación alrededor de los 12 años de edad. Pero está bien tenerla en cualquier momento entre los 10 y los 15 años de edad. El cuerpo de cada niña tiene su propio calendario. No hay ninguna edad correcta para que a una niña le venga la menstruación.

Pero existen algunas señales que indican que una niña va a tener pronto su primera menstruación:

- La mayoría de las veces, a las niñas les viene la menstruación unos 2 años después de que se les empiecen a desarrollar los senos.
- Otro signo es el flujo vaginal (una especie de mucosidad), que la niña ve o nota en su ropa interior. Este flujo suele aparecer entre unos 6 meses y un año antes de que la niña tenga su primera menstruación.



## ¿El tabú menstrual, aún está presente?

El estigma social hacia un cuerpo que sangra impacta y condiciona cómo las mujeres viven este proceso natural. Las vivencias subjetivas, muchas veces inconscientes, en relación a lo femenino, la maternidad y el sexo, influyen en el ciclo.

Muchas son las mujeres que reaccionan negativamente al ciclo menstrual. Sienten vergüenza por sangrar, rechazo a los cambios hormonales, emocionales y físicos.

Sin embargo, estas prácticas de tabúes no son normales, abraza tu ciclo lunar de menstruación y vive feliz.



## ¿Cuál es la causa de la menstruación?

La menstruación ocurre debido a cambios en las hormonas del cuerpo. Las hormonas son mensajeros químicos. Los ovarios liberan hormonas femeninas, que se llaman estrógeno y progesterona.

Estas hormonas hacen que el recubrimiento interno del útero (lo que se podría convertir más adelante en vientre materno) aumente de tamaño. El recubrimiento interno va aumentando hasta estar preparado para que un óvulo fecundado pueda anidar en él y empezar a desarrollarse. Si no hay ningún óvulo fecundado, se rompe el recubrimiento y el tejido uterino sale por la vagina en forma de sangre. Este mismo proceso ocurre una y otra vez.



# Conceptos básicos para la elaboración de proyectos y políticas públicas con enfoque de género

### ¿Qué es enfoque de género?

Permite enfocar, analizar y comprender las características que definen a mujeres y hombres de manera específica, así como sus semejanzas y sus diferencias.

- Desde esa perspectiva se analizan las posibilidades de vida de unas y otros, el sentido de sus vidas, sus expectativas y oportunidades, las complejas y diversas relaciones sociales que se dan entre ambos géneros; así como los conflictos institucionales y cotidianos que deben encarar, y las múltiples maneras en que lo hacen.
- El análisis de género desmenuza las características y los mecanismos del orden patriarcal, y de manera explícita crítica sus aspectos nocivos, destructivos, opresivos y enajenantes, debidos a la organización social estructurada por la inequidad, la injusticia y la jerarquización basadas en la diferencia sexual transformada en desigualdad genérica.

### ¿De qué sirve aplicarlo?

- Son dos herramientas que como vemos en sus definiciones, permiten poner en evidencia, cuestionar y visualizar cómo se articulan y desarrollan las relaciones de poder y la jerarquía basadas en la desigualdad y la inequidad.
- El enfoque de género en los proyectos lo debe atravesar en todas sus fases.
- Planificar con enfoque de género tiene como punto de partida una igualdad de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres.

### ¿En cuáles fases se debe de aplicar?

- 1ra fase diagnóstico.
- 2da fase de ejecución.
- 3ra fase de impacto.

### ¿Porqué es importante?

Es fundamental evaluar los proyectos con dimensiones e indicadores de género.

### ¿Cómo debe ser la medición del proyecto?

- Objetiva.
- Verificable.
- Confiable.
- Oportuna.
- Práctica.
- Participativa.



Fuente: Simone de Beauvoir /  
Foto vía Archivo Hansenverg-Quarenti

**“Que nada nos defina, que nada nos sujete.  
Que la libertad sea nuestra propia sustancia”.**

**-Simone de Beauvoir.**



# planners

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado

Domingo

**Notas**

---

---

---

---



# Notas Adicionales

# Implementación de acciones positivas y elaboración de matrices con enfoque de género

***Acción positiva:*** Mecanismos destinados a eliminar las desigualdades de género que, históricamente, sufren las mujeres consecuencia de los roles y estereotipos sexistas, con el fin de hacer efectivo el principio de igualdad.

**Nombre del Proyecto:**

**¿Cuál es la situación de hombres y mujeres?**

**¿Existen datos desagregados por sexo?**

• *Datos:*

**¿Cuáles son las necesidades de las mujeres y hombres en el tema?**

• *Necesidades:*

**¿Qué interés tienen las personas de participar en el proyecto?**

• *Intereses:*

**¿Cuáles son los mecanismos que garantizan la participación de las y los beneficiarios al proyecto?**

• *Beneficiarias/os:*

**Nombre del Proyecto:**

**Objetivo:**

**Actividad:**

**SITUACIÓN DE ANÁLISIS**



**Hombres:**

**Tiempo**

**Trabajo**

**Recursos**



**Mujeres:**

**Tiempo**

**Trabajo**

**Recursos**

## Notas adicionales

---



# planners

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado

Domingo

**Notas**

---

---

---

---



# Notas Adicionales

## Indicadores de género y políticas públicas con enfoque de género



Judith Butler

### ¿Qué son?

- Los Indicadores de género y políticas públicas con enfoque de género son los instrumentos de medición que nos señalan determinados hechos o fenómenos sociales con un enfoque sensible al sistema de género/sexo.
- Reflejan las desigualdades existentes entre los sexos así como el nivel de la igualdad de oportunidades entre mujeres y hombres en los diversos contextos de la sociedad: el trabajo, la participación política, los usos del tiempo, el ocio y la cultura, la salud, el uso de servicios sociales, etc.
- Nos remiten a la visibilización de las desigualdades sociales producidas por razón de sexo.
- Los indicadores de género nos hablan de aumento de la calidad de las políticas públicas en términos democráticos y en términos de eficacia.



## ¿Cuáles son los principales objetivos y utilidades de los ig?

**1.**

Visibilizar a las mujeres y sus experiencias.

**2.**

Cuantificar las desigualdades de género.

**3.**

Sensibilizar y concienciar.

**4.**

Impulsar la adopción de políticas más equitativas .

**5.**

Facilitar la disponibilidad de nuevas herramientas para los proyectos.

### *El componente cualitativo en los ig*

La introducción del enfoque cualitativo en el análisis nos mostraría una radiografía bien distinta de la situación.

## Pasos para elaborar ig

**Paso 1:** Concreción de los objetivos de los indicadores de género.

**Paso 2:** Identificación del tipo de indicadores.

**Paso 3:** Clasificación de datos previos.

**Paso 4:** Enumeración de las variables y categorías de los ig.

**Paso 5:** Relación de los indicadores de género.

## **Categorías de los indicadores de género**

### **Indicadores de situación**

Los indicadores de situación nos señalan la manera en que se encuentran los hombres y las mujeres en el contexto social sobre el que se va a intervenir.

### **Indicadores de diagnóstico**

Ponen de manifiesto la situación de partida en las relaciones intersexo o intrasexo.

### **Indicadores de realización**

Estos indicadores nos ayudan a medir la manera en que la transversalidad de género se ha incorporado en el uso de los recursos, tanto materiales como humanos, puestos a disposición de las políticas (dinero, personas involucradas, publicidad, etc.).

### **Indicadores de seguimiento**

Nos sirven para conocer hasta qué punto las políticas están cumpliendo con el principio de igualdad de oportunidades.

### **Los indicadores de impacto de género**

Pueden medir los efectos de las políticas tanto a nivel cualitativo (percepciones, opiniones, etc.) como cuantitativo (tasa de utilización por sexo y relación familiar, porcentaje de actividades, etc.), pues ambas dimensiones aportan datos relevantes para el análisis de los efectos de cualquier medida aplicada.

## **Indicadores de impacto**

Este tipo de indicadores nos sirven para medir las modificaciones experimentadas en la brecha de género en el periodo comprendido entre el inicio de la política y el final de la misma. Las acciones habrán sido más eficaces cuanto más haya disminuido la relación diferencial entre hombres y mujeres.

### **Indicadores de resultados**

Estos indicadores se utilizan para medir numerosos aspectos relacionados con los resultados del programa, por ejemplo, la participación más o menos equitativa de mujeres y hombres, la mayor o menor accesibilidad al programa por parte de unos y otras y las causas de las posibles diferencias, o el grado de satisfacción femenino y masculino.

### **Los indicadores de desigualdad múltiple**

Cuando hablamos de la desigualdad entre los sexos estamos a veces olvidando que incluso dentro del colectivo femenino o el masculino, existe una gran diversidad de experiencias que en muchas ocasiones se manifiesta en posiciones de desigualdad entre las propias mujeres o entre los propios hombres.

### **Formas de representación cuantitativa de los indicadores de género:**

- Índice de concentración.
- Índice de distribución.
- La brecha de género.
- Índice de feminización o índice de feminidad.



## Referencias:

- AECI. (2005). "Guía para programas y proyectos de salud sexual y reproductiva en África".
- Lorde. A. (2003). "La hermana, la extranjera" Editorial horas y horas.
- Branden, N. (1989). Cómo mejorar su autoestima. Barcelona: Paidós.
- CEPAL. (2016). Autonomía de las mujeres e Igualdad en la agenda de desarrollo sostenible. Santiago de Chile. Autor. Inmujeres/Cepal. (2016) Agenda regional de género Santiago de Chile.
- CEPAL, ONU. (2019). Participación política de las mujeres. <https://www.cepal.org/es/infografias/participacion-politica-de-las-mujeres>
- CEPAL. (2010). La Hora de la Igualdad: Brechas por cerrar, caminos por abrir. Obtenido de [https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/13309/S2010986\\_es.pdf](https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/13309/S2010986_es.pdf)
- CEPAL. (2016). Estrategia de Montevideo para la implementación de la Agenda Regional de Género en el marco del Desarrollo Sostenible hacia 2030. Comisión Económica para América Latina y el Caribe, Conferencia Regional sobre la Mujer de América Latina y el Caribe. Santiago: Naciones Unidas.
- Cerva, D. (2014). Participación política y violencia de género en México. Revista Mexicana de Ciencias Políticas y Sociales, 222(LIX), 117-139.
- Cobo, R. (1995). "Fundamentos del patriarcado moderno" Ediciones Cátedra.
- Constitución Política de la República de Guatemala. 31 de mayo de 1985 (Guatemala).
- Cumes, A. (2014). La india como "sirvienta": Servidumbre doméstica, colonialismo y patriarcado en Guatemala. (C. d. Social, Productor) Recuperado el 2 de agosto de 2018, de <http://repositorio.ciesas.edu.mx/bitstream/handle/123456789/283/D259.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Escobedo, S. (2017). Informe de investigación "Retos y desafíos de la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible y la erradicación de la pobreza, desde la perspectiva de las mujeres y las minas en Guatemala" Programa Monitoreo Social del Programa de Agricultura Familiar para el fortalecimiento de la Economía Campesina (MSPAFFEC)
- García, E. (2012). "Ecofeminismos Rurales. Mujeres por la Soberanía Alimentaria" Revista Soberanía Alimentaria Biodiversidad y Culturas
- Hartmann, H. (1987). "El infeliz matrimonio entre marxismo y feminismo" Cuadernos del Sur N.º 5.
- Herrero, Y. (2006). Ecofeminismo: una propuesta de transformación para un mundo que agoniza. Cuadernos Mujer y Cooperativismo.
- Hooks, B. (2017). El Feminismo Es Para Todo El Mundo Editorial: Traficantes De Sueños.
- Iglesias, J. (2009). La Menstruación: un asunto sobre la Luna, venenos y flores., Vol. 11. Núm. 45. Páginas 279-287. México
- Inmujeres. (2007). Glosario de género. México. ONU Mujeres (s. f.) La igualdad de Género.
- Instituto Andaluz de la Mujer. (2018). Cuadernos para la salud de las mujeres, Consejería de igualdad, políticas sociales y conciliación
- Krook, M. et Restrepo, J. (2016, enero-junio). Género y violencia política en América Latina. Conceptos, debates y soluciones. Política y Gobierno, 23(1).
- Lagarde, M et Río. (2017). "El feminismo en mi vida", El Instituto de las Mujeres del Gobierno Federal de México.
- Lerner, G. "La creación del patriarcado" Editorial Crítica, 1990

- Mazarrasa, L. et Gil, S. (2010). Cuaderno 12 Salud sexual y reproductiva.
- Millet, K. Política sexual" 1975. Editorial Aguilar. Historia de la Mujer Argentina. Tº III
- OMS. (2016). La salud y el bienestar de las mujeres en Europa: más allá de la ventaja de la mortalidad. OMS. Regional Office for Europe.
- Quintero, A. (2018). "Mujeres y Política: Claves para su participación y representación." Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo e Instituto Holandés para la Democracia Multipartidaria.
- Rivera G. (1994) "Nombrar el mundo en femenino" Editorial Icaria, 1994 Jonás Dottir, Anna G." El poder del amor -Le importa el sexo a la democracia?" Ed. Cátedra, 1993.
- Ruiz, C. (2019). "Las Mujeres en su intersección." SISA Mujeres Activando, desarrollado por Asuntos del Sur, con el apoyo del International Development Research Center (IDRC).
- SEPREM y NIMD. (2019). Informe "El Techo de Cristal" Barreras Patriarcales a la Participación Política de las Mujeres en Guatemala.
- UNESCO. (2014). Igualdad de género. En indicadores UNESCO de cultura para el desarrollo. Manual Metodológico.
- Escobedo, S. (2017). Informe de investigación "Retos y desafíos de la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible y la erradicación de la pobreza, desde la perspectiva de las mujeres y las niñas en Guatemala" Programa Monitoreo Social del Programa de Agricultura Familiar para el fortalecimiento de la Economía Campesina (MSPAFFEC)
- Valle, J. (s/f). Competencias sociales y cívicas. Formación en Red del INTEF. Instituto Nacional de Tecnologías Educativas y de Formación del Profesorado. Madrid, España. [http://formacion.intef.es/pluginfile.php/52398/mod\\_imsdp/content/1/15\\_competencias\\_sociales\\_y\\_cvicas\\_csc.html](http://formacion.intef.es/pluginfile.php/52398/mod_imsdp/content/1/15_competencias_sociales_y_cvicas_csc.html)
- Waqib' Kej. (2016). Demandas y propuestas políticas de los pueblos indígenas de Iximulew. Guatemala: Waqib' Kej.
- WE EFFECT. (2017). Marco Conceptual: El cuidado desde la economía feminista. Centro Cooperativo Sueco. Sector de Mujeres.



**“El feminismo es la idea radical que sostiene que las mujeres somos personas”.**

*-Angela Davis*

