



RESPETA MIS DERECHOS, RESPETA MI DIGNIDAD

MÓDULO 3 - LOS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS SON DERECHOS HUMANOS



Amnistía Internacional es un movimiento global integrado por más de 7 millones de personas que actúan para poner fin a los abusos contra los derechos humanos. Nuestra visión es que todas las personas disfruten de todos los derechos humanos proclamados en la Declaración Universal de Derechos Humanos y en otras normas internacionales de derechos humanos.

Somos independientes de todo gobierno, ideología política, interés económico y religión, y nos financiamos principalmente gracias a nuestra membresía y a donaciones públicas.

Publicado originalmente en 2015 por Amnistía Internacional

Amnesty International Ltd
Peter Benenson House
1 Easton Street
London WC1X 0DW

© Amnesty International

Índice: ACT 30/0010/2015 Spanish

Reservados todos los derechos. Esta publicación tiene derechos de autor, si bien puede ser reproducida por cualquier medio, sin pago de tasas, para fines educativos, de defensa o de campaña, pero no para la venta.

Los titulares de los derechos de autor solicitan que se les comuniquen los usos mencionados con el fin de evaluar sus efectos. Para la reproducción de este texto en cualquier otra circunstancia, su uso en otras publicaciones o su traducción o adaptación, deberá obtenerse el permiso previo por escrito de la editorial, y podrá exigirse el pago de una tasa. Para solicitar permiso o cualquier otra información, pónganse en contacto con copyright@amnesty.org

Foto de portada: Grupo de jóvenes celebra el comienzo de la campaña *Mi cuerpo, mis derechos*, Bruselas, Bélgica, 2014. Amnistía Internacional Bélgica (flamenca)

amnesty.org

AGRADECIMIENTOS

Amnistía Internacional está en deuda con todas las personas que han dedicado su tiempo y sus conocimientos a la elaboración de este módulo de educación sobre los derechos sexuales y reproductivos.

Entre ellas figura el grupo de trabajo de educadores en derechos humanos de las oficinas nacionales de Amnistía Internacional que participaron en la elaboración de los talleres y el ensayo del módulo: Gladys Atiah (Ghana), Touria Bouabid (Marruecos), Vongai Vimbai Chikwanda (Zimbabue), Ola Gorecka (Polonia), Charles Nyukuri (Kenia), Maarit Pihkala (Finlandia), Gabriela Sánchez (México), Arnaldo Serna (Perú), Zoe Spriet (Bélgica), Jabu Tugwana (Sudáfrica), Nick Vanden Broucke (Bélgica) y Romel de Vera (Filipinas).

La organización también manifiesta su agradecimiento a los integrantes del equipo de Educación en Derechos Humanos del Secretariado Internacional: Melody Ross, que dirigió el proceso participativo de elaboración del módulo, incluida la coordinación de los talleres y la redacción y compilación del material definitivo, con el apoyo de Chelsea Ricker (consultora) y de sus compañeros de equipo Andrea Cibotti y Sneh Aurora, que supervisaron el proceso de elaboración e hicieron aportaciones a él.

Y no hay que olvidar a los miembros del grupo de trabajo del Secretariado Internacional que contribuyeron a conceptualizar y elaborar el material: Sarah Atkinson, Iain Byrne, Laura Carter, Sheila Goncalves, Catherine Murphy, Sarah Pyke, Rada Tzaneva, Jennifer Wright, Christina Zampas y Miguel Martín Zumalacarregui.

La revisión del módulo corrió a cargo de Helena Scott, y su diseño es obra de Lindsay Warmington, de Off Colour Design.

ÍNDICE

Lista de abreviaturas	vi
Glosario	vii
INTRODUCCIÓN	1
Objetivo de este módulo	2
Sobre este módulo	2
Campaña de Amnistía Internacional <i>Mi cuerpo mis derechos</i>	3
Sobre aprendizaje participativo y educación en derechos humanos	4
Cómo utilizar las actividades	5
Antes de empezar	6
Evalúe su trabajo	7
Diseñe sus propias acciones	8
1. ROMPER EL SILENCIO	11
Organizar debates	12
Evaluar las propias actitudes y convicciones	13
Abordar las emociones	14
Abordar las confidencias	15
Desarrollar la confianza	16
Generar confianza	17
Crear un espacio seguro	18
Confidencialidad e intimidad	20
Recursos para romper el silencio	21



ACTIVIDAD 1.1: Explorar la diversidad y colaborar	22
ACTIVIDAD 1.2: Llegar a un acuerdo general: Normas básicas	27
ACTIVIDAD 1.3: Compartir nuestra vida: Flores personales	30
ACTIVIDAD 1.4: Compartir nuestros secretos	33
2. ENTENDER LA CULTURA, EL GÉNERO Y LA SEXUALIDAD	37
Roles	38
Género	40
Sexualidad	41
Cultura y normas sociales	42
Discriminación y desigualdad	44
Dificultades con las que se encuentran los jóvenes	45
Intersección entre identidad y derechos	46
Estigma y control	48
Hostigamiento, discriminación y violencia por motivos de sexualidad y género	50
Violencia basada en la orientación sexual y la identidad de género	51
Elección, autonomía y autodeterminación	53
Elecciones informadas	54
Recursos para entender la cultura, el género y la sexualidad	55
ACTIVIDAD 2.1: Explorar nuestras identidades	58
ACTIVIDAD 2.2: Explorar el género	60

ACTIVIDAD 2.3: Cuestionar nuestras actitudes hacia el género	67
ACTIVIDAD 2.4: Poder, estatus y derechos	70
ACTIVIDAD 2.5: Rueda de valores	74
3. CONOCER Y RECLAMAR LOS DERECHOS	79
¿Qué son los derechos sexuales y reproductivos?	80
Los derechos sexuales y reproductivos en el derecho y las normas internacionales	81
Convenciones, convenios, pactos, declaraciones y tratados internacionales	82
Documentos regionales	82
Obligaciones de los Estados en materia de derechos sexuales y reproductivos	83
Acceso a... información y educación sexual	84
Acceso a... servicios de salud	86
Planificación familiar	87
Barreras a los servicios de salud para jóvenes	89
Protección contra la violencia	90
Rendición de cuentas e interposición de recursos	93
Relación entre los derechos humanos	94
Recursos para conocer y reclamar los derechos	95
ACTIVIDAD 3.1: Hacer que los derechos sexuales y reproductivos sean algo personal	98
ACTIVIDAD 3.2: Vincular los derechos sexuales y reproductivos a los derechos humanos	103
ACTIVIDAD 3.3: ¿Qué ocurre en nuestra comunidad?	111

4. TOMAR POSTURA	115
Los derechos sexuales y reproductivos afectan a todas las personas	116
Qué deben hacer los Estados	117
Control social y derechos sexuales y reproductivos	118
Defensores y defensoras de los derechos sexuales y reproductivos	120
Qué está haciendo la gente joven	122
Qué puedes hacer	124
Recursos para tomar postura	125
ACTIVIDAD 4.1: Activistas superhéroes	126
ACTIVIDAD 4.2: Jóvenes que provocan cambios	131
ACTIVIDAD 4.3: Piedras para pasar y obstáculos	135
ACTIVIDAD 4.4: “Hablar claro”	139
ACTIVIDAD 4.5: Plan de acción para el cambio	142
FORMULARIO DE RESPUESTA	





© Amnesty International

Amnistía Internacional Filipinas se suma al lanzamiento global de la campaña *Mi cuerpo mis derechos*, junio de 2014.

LISTA DE ABREVIATURAS

CDN	Convención sobre los Derechos del Niño
CEDAW	Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer
CIPD	Conferencia Internacional sobre la Población y el Desarrollo
DUDH	Declaración Universal de Derechos Humanos
ETS	Enfermedad de transmisión sexual
ILGA	Asociación Internacional de Lesbianas, Gays, Bisexuales Trans e Intersex
LGBTI	Personas lesbianas, gays, bisexuales, transgénero e intersexuales
MGF	Mutilación genital femenina
OACNUDH	Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos
UNESCO	Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura
UNFPA	Fondo de Población de las Naciones Unidas
ONG	Organización no gubernamental
ONU	Naciones Unidas
OMS	Organización Mundial de la Salud
VIH/sida	Virus de inmunodeficiencia humana/Síndrome de inmunodeficiencia adquirida



GLOSARIO

Comunidad

Una comunidad puede existir físicamente, como grupo de personas que comparten una ubicación geográfica, o puede ser una comunidad de pares definida por las creencias, por una historia común o por características comunes existentes en el seno de un grupo de personas, con presencia real o virtual. Es posible nacer en una, trasladarse a ella, unirse a ella o elegirla. Algunas tienen historias definidas, tal como sucede con los grupos étnicos, religiosos, lingüísticos o indígenas, mientras que otras están definidas con menos claridad.

Declaración Universal de Derechos Humanos

La DUDH fue adoptada por los gobiernos del mundo en 1948. Se trata de una serie de normas que consagran los derechos a la libertad, la dignidad, el respeto y la igualdad de todas las personas en todas partes. Más información sobre la DUDH en Amnistía Internacional, *Respetar mis derechos, respetar mi dignidad*.
Módulo 1: La pobreza y los derechos humanos.

Defensor o defensora de derechos humanos

Según la definición de las Naciones Unidas, un defensor o una defensora de los derechos humanos es una persona que, individualmente o en compañía de otras, actúa para promover o proteger los derechos humanos.

Discriminación

La discriminación es la negación sistemática de todos los derechos humanos a ciertos pueblos o grupos por causa de su identidad o sus creencias.

Educación sexual

La educación sexual es un proceso que dura toda la vida, tanto dentro del marco educativo formal como fuera de él, y proporciona conocimientos, competencias y eficacia para ayudar a las personas a tomar decisiones informadas sobre su sexualidad. La educación sexual incluye, por ejemplo, información científicamente exacta e imparcial sobre muchos temas relacionados con la sexualidad, como el desarrollo humano, las relaciones, la toma de decisiones, los métodos anticonceptivos y la prevención de enfermedades. En la página web de la ONU sobre jóvenes y educación sexual integral encontrarán más información sobre la educación sexual [<http://www.unfpa.org/es/educación-sexual-integral>].

Estigma

Conjunto de creencias o suposiciones negativas que la sociedad comparte sobre una persona, cosa o lugar. Una persona cuya

identidad no se ajusta a las normas sociales dominantes de una sociedad puede sufrir un estigma social. Debido a dicho estigma, la persona puede sufrir diferentes formas de discriminación, como ser tildada de anormal, inmoral, vergonzante, inferior, peligrosa o incluso delincuente. Las identidades y las personas estigmatizadas, como ocurre con las sexualidades y las identidades de género de algunas personas, pueden convertirse en tabúes sociales y temas de los que se evita hablar.

Género y sexo

El término “sexo” hace referencia a diferencias determinadas biológicamente, mientras que “género” se refiere a diferencias en los roles y las relaciones sociales. Los siguientes términos se utilizan particularmente al tratar de comprender el género y el sexo:

Sexo biológico: Características físicas, genéticas y cromosómicas que hacen que una persona sea físicamente hombre, mujer o intersexual.

Identidad o expresión de género: Experiencia profunda de cada persona respecto al género, que puede o no corresponderse con el sexo que se le asignó al nacer o con la forma en que se espera que exprese su género. La expresión de género incluye la percepción personal del cuerpo (que puede suponer, si así se decide libremente, la modificación del aspecto o las funciones corporales por medios médicos, quirúrgicos o de otro tipo) y otras expresiones de género, incluida la forma de vestir, hablar y otras peculiaridades. La identidad de género de una persona puede ser masculina, femenina o de un género que no sea ni masculino ni femenino; también puede ser de más de un género o no tener género alguno.

Norma de género: Forma en que se espera que una persona se comporte en sociedad según su sexo físico, real o percibido, o su condición de hombre o mujer. Son normas de género comunes esperar que las mujeres sean más las que se ocupen de los niños y que los hombres sean más los responsables de los ingresos de la familia. Esta norma determina las oportunidades que cada persona tiene y permite la discriminación de los hombres y las mujeres que no se ajustan al modelo.

Estereotipos de género: Los estereotipos son suposiciones generalizadas sobre cómo es o debe ser una persona a partir de una característica concreta. Los estereotipos de género son suposiciones sobre el valor de una persona basadas en su sexo biológico, su orientación sexual o su identidad o expresión de género. Pueden estar o no basados en hechos, y ser positivos o negativos.

Sexualidad: Abarca el sexo, las identidades y roles de género, el erotismo, el placer, las relaciones sexuales y la reproducción. La sexualidad se experimenta y expresa en pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas, roles y relaciones.

Orientación sexual: Por orientación sexual se entiende la capacidad de cada persona de sentir una atracción emocional y sexual hacia personas del mismo género, de otro género o de más de un género, y de entablar relaciones íntimas y sexuales con ellas.

Instrumentos internacionales de derechos humanos

Por “instrumentos” se entiende los documentos redactados o acordados por Estados u organismos regionales o internacionales para la promoción y la protección de los derechos humanos y las libertades fundamentales. Ayudan a determinar qué obligaciones y responsabilidades tienen que cumplir los Estados. Incluyen tratados jurídicamente vinculantes, como los convenios y pactos de la ONU, así como las interpretaciones realizadas por sus órganos de vigilancia, tales como las observaciones generales, así como otros documentos no vinculantes, como las declaraciones (incluida la Declaración Universal de Derechos Humanos o DUDH).

Otras normas de derechos humanos son los principios, las directrices y las reglas elaborados por organizaciones intergubernamentales y expertos.

LGBTI

Siglas habituales de lesbiana, gay, bisexual, transgénero e intersexual. Se emplean con muchas variaciones. Amnistía Internacional utiliza esta versión, otras organizaciones y grupos emplean otras distintas, según sus miembros y las personas con las que trabajan.

Lesbiana: Mujer que se siente primordialmente atraída física, sexual y emocionalmente por otras mujeres. Puede referirse a la atracción sexual por personas del mismo sexo, a un comportamiento sexual en personas del mismo sexo o a una identidad cultural de personas del mismo sexo, todo ello referido a las mujeres.

Gay: Hombre o mujer que se siente primordialmente atraído o atraída física, sexual y emocionalmente por personas del mismo sexo. El término “gay” puede referirse a la atracción sexual por personas del mismo sexo, a un comportamiento sexual en personas del mismo sexo o a una identidad cultural de personas del mismo sexo. El término “gay” no está específicamente relacionado con el

género, es decir, puede hacer referencia tanto a hombres como a mujeres que experimentan atracción sexual por personas del mismo sexo o se identifican como tales. Sin embargo, la mayoría de la gente utiliza “gay” como sinónimo de hombre gay (homosexual).

Bisexual: Persona que se siente atraída tanto por hombres como por mujeres y/o mantiene relaciones sexuales tanto con hombres como con mujeres. También puede hacer referencia a una identidad cultural.

Transgénero: Personas cuya identidad y/o expresión de género es diferente de las expectativas sociales asignadas al sexo biológico que se les asignó al nacer. Algunas personas optan por modificar su sexo biológico para ajustarlo a su identidad de género, bien mediante cirugía o con tratamientos hormonales, y otras no. El término puede abarcar muy diversas identidades, por ejemplo, miembros de terceros géneros, así como personas que se identifican como de más de un género o sin género. El término transgénero suele abreviarse como “trans”.

Intersexual: Persona que posee características genitales, cromosómicas u hormonales que no se corresponden con las categorías de la anatomía sexual o reproductiva estándar de “hombre” o de “mujer”. La intersexualidad puede adoptar formas muy diversas y abarca una amplia gama de características físicas. Si bien es difícil saber cuántas personas nacen con características físicas, genéticas o cromosómicas que podrían considerarse intersexuales, la Organización Mundial de la Salud calcula que aproximadamente 1 de cada 2.000 niños nace con un cuerpo que difiere visiblemente del cuerpo “típico” de hombre o de mujer, aunque no todos ellos serán identificados como intersexuales al nacer ni a lo largo de su vida.

Mutilación genital femenina (MGF)

La MGF se refiere a la extirpación de parte o la totalidad de los órganos genitales externos femeninos. Esta práctica está ligada en algunos países a los ritos de paso de las niñas o las mujeres jóvenes. Se considera una forma de controlar la sexualidad de las mujeres y las niñas, y sigue practicándose en muchas partes del mundo. La MGF puede tener graves consecuencias para la salud física y mental de las niñas y las mujeres. En ocasiones causa grandes hemorragias, infecciones, transmisión de enfermedades, traumas y dolor, y a menudo provoca dificultades en las relaciones sexuales y el parto.

Niño o niña/Adolescente/Joven

Las Naciones Unidas (ONU) definen como niños a las personas menores de 18 años de edad, adolescentes a las personas entre 15 y 19 años y jóvenes a las personas entre 15 y 24 años. Estas definiciones se utilizan fundamentalmente con fines estadísticos; cada Estado puede tener su propia definición de persona joven.

Salud sexual

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la salud sexual como un estado de bienestar físico, emocional, mental y social, y no de mera ausencia de enfermedades, disfunciones o dolencias, en relación con la sexualidad. La salud sexual requiere un planteamiento positivo y respetuoso de la sexualidad y las relaciones sexuales, así como la posibilidad de gozar de experiencias sexuales placenteras y seguras, en las que no haya coacción, discriminación o violencia. Para conseguir salud sexual y mantenerla, es preciso que los derechos sexuales de todas las personas se respeten, se protejan y se hagan realidad.

Servicios de salud sexual y reproductiva

Los servicios de salud sexual y reproductiva deben responder a las necesidades de quienes los utilizan y, además de estar disponibles, deben ser accesibles, aceptables y de buena calidad para todas las personas. Estos servicios deben satisfacer las necesidades concretas de quienes los utilizan, incluida la gente joven. Entre los servicios de salud sexual y reproductiva se encuentran:

- Asistencia ginecológica
- Todos los métodos anticonceptivos que son seguros y eficaces
- Aborto seguro y atención tras el aborto
- Atención de la salud materna;
- Prevención, diagnóstico y tratamiento de enfermedades de transmisión sexual, incluido el virus de inmunodeficiencia humana (VIH)
- Atención en casos de cáncer de mama y ginecológico
- Infertilidad y tratamientos de fertilidad
- Servicios para sobrevivientes de violencia sexual y de género

Violencia de género

Amnistía Internacional define la violencia de género como aquella dirigida contra una persona por su género, la forma en que lo expresa o su identidad de género. Si bien en la mayoría de los casos la violencia de género se dirige contra las mujeres por el mero hecho de serlo, también personas de otros géneros pueden sufrir este tipo de violencia. Así, las agresiones a hombres por no ajustarse

a las ideas socialmente aceptadas de masculinidad, o la violencia dirigida contra las personas transgénero por su identidad de género también son ejemplos de violencia de género. Cualquiera puede cometer violencia de género, que con frecuencia está vinculada a la desigualdad entre los géneros, el estigma y la discriminación.

Violación

La violación es una forma de violencia sexual. La definición de violación puede variar según las leyes de cada país: por ejemplo, en algunos, la violación dentro del matrimonio no se considera delito. Sin embargo, por lo general las definiciones, tanto nacionales como de otro tipo, comparten la idea común de que la violación es un delito en el cual, mediante la coacción o el uso o la amenaza del uso de la fuerza, no se permite a la víctima dar su libre consentimiento o acuerdo a la penetración, por superficial que sea, de cualquier parte de su cuerpo con cualquier parte de otro cuerpo o cualquier otro objeto.

Violencia sexual

La violencia sexual abarca tanto las agresiones físicas como las psicológicas dirigidas a las características sexuales de una persona. No se limita a una invasión física del cuerpo de la persona, y puede incluir actos que no conlleven penetración o contacto físico. La violencia sexual incluye delitos como el acoso sexual, la agresión sexual, el incesto y la violación. La persona que comete el acto de violencia sexual puede ser un extraño, un conocido, un amigo, un familiar o la propia pareja de la víctima. Todas las formas de violencia sexual causan daño a la persona y constituyen violaciones de derechos humanos.

¡ESTAMOS CON
USTEDES!



FOR ARGENTINA

AMNESTIA

Mujeres, niñas, hombres
y niños salen a la calle en Nicaragua
el Día por la Despenalización
del Aborto en América Latina
y el Caribe, 28 de septiembre
de 2011.

INTRODUCCIÓN



OBJETIVO DE ESTE MÓDULO

Todas las personas tenemos derecho a tomar decisiones sobre nuestra salud, nuestro cuerpo, nuestra sexualidad y nuestra vida reproductiva. Tenemos derecho a hacerlo sin miedo a: ser presionadas para que hagamos algo contra nuestra voluntad, ser discriminadas por nuestras familias o comunidades o ser golpeadas, encarceladas o incluso asesinadas.

Sin embargo, precisamente así es como, en todo el mundo, nuestros gobiernos, los profesionales de la salud, nuestros pares e incluso nuestra propia familia controlan la libertad de tomar estas decisiones. Al final, a muchas personas se les impide tomar decisión alguna.

Muchos de los 1.800 millones de jóvenes que hay en el mundo siguen viviendo sin posibilidad de ejercer sus derechos sexuales y reproductivos. Cuando las personas jóvenes no tienen acceso a sus derechos sexuales y reproductivos, incluida educación e información exhaustiva y precisa sobre su sexualidad, tienen más probabilidades de sufrir violencia sexual, más riesgo de embarazo no deseado y más vulnerabilidad ante las enfermedades de transmisión sexual (ETS), incluido el VIH. Las personas jóvenes que no pueden tomar sus propias decisiones sobre su cuerpo, o que no gozan de acceso igualitario a atención de la salud sexual y reproductiva, dispondrán de un menor grado de acceso a la educación, y esto a su vez puede hacer que sean menos capaces de beneficiarse de oportunidades económicas o de contribuir a la sociedad.

La realización de nuestros derechos sexuales y reproductivos depende de que entendamos cómo el género y la sexualidad funcionan con las normas culturales que regulan las interacciones entre las personas. Nuestra sexualidad y nuestro deseo sexual, nuestra capacidad de controlar nuestras propias opciones reproductivas y familiares y la forma en que expresamos nuestras identidades de género pueden ser estigmatizadas, restringidas o sometidas a un férreo control.

Los módulos de educación en derechos humanos de Amnistía Internacional, que se centran en el pensamiento crítico y la participación social, encajan de forma natural con el aprendizaje sobre el género, la sexualidad y los derechos sexuales y reproductivos. Este módulo ha sido elaborado para ayudar a la gente joven a saber lo que son los derechos sexuales y reproductivos; a sentirse empoderada para participar en la defensa y la exigencia de sus derechos, y a tomar decisiones sobre sus cuerpos, opciones y deseos en lo que se refiere a su sexualidad, su género y sus derechos humanos.

Sobre este módulo

El módulo está especialmente concebido para ser utilizado por y con personas jóvenes y activistas jóvenes que presten apoyo a sus pares guiándoles por caminos individuales y colectivos de reflexión, análisis crítico y acción. Esto incluye empoderar a las personas jóvenes con el conocimiento y las capacidades necesarias para dirigir campañas, realizar labores de activismo y de defensa y promoción de sus derechos sexuales y reproductivos.

Éste es el tercer módulo educativo que compone la Carpeta de información de Educación para la Dignidad Humana de Amnistía Internacional *Respetar mis derechos, respetar mi dignidad*. Cada módulo examina diferentes cuestiones relacionadas con la pobreza y los derechos humanos. El Módulo 1 es una introducción general al tema, y el Módulo 2 explora la cuestión de la vivienda como derecho humano. Este módulo sobre derechos sexuales y reproductivos se hace eco y se sirve de los temas de derechos humanos universales que se presentaron y estudiaron en los módulos 1 y 2, y nos permite examinar cómo los derechos humanos son inherentes a nuestros cuerpos y elecciones.

La Carpeta de información de Educación para la Dignidad Humana *Respetar mis derechos, respetar mi dignidad* incluye el *Manual de facilitación* destinado a apoyar a quienes deseen organizar sesiones de educación en derechos humanos con jóvenes. Dado que el *Manual* expone los conocimientos y las competencias que necesitan poseer las personas que ejercen la tarea de facilitación para cumplir con su función, es fundamental utilizarlo junto con cada módulo educativo.



© Amnistía Internacional

Participantes en la reunión sobre activismo juvenil de Asia y Oceanía, celebrada en Hong Kong el 8 de mayo de 2008, hablan de la campaña en torno a los Juegos Olímpicos de Pekín.

CAMPAÑA DE AMNISTÍA INTERNACIONAL MI CUERPO MIS DERECHOS

Mi cuerpo mis derechos, es la campaña global que ha emprendido Amnistía Internacional para poner fin a este control y criminalización de la sexualidad y la reproducción por parte de los gobiernos y otros agentes. Mientras los gobiernos negocian nuevos objetivos de desarrollo en 2014/2015 para el próximo decenio, Amnistía Internacional está trabajando para asegurarse de que la protección de estos derechos sigue ocupando un lugar destacado en la agenda.

El centro de nuestra campaña son las personas jóvenes como tú, porque sus derechos también están en peligro. Muy a menudo sus voces quedan fuera de estos debates. Y las decisiones que en buena ley deberían ser tuyas –sobre tu cuerpo, tu sexualidad, tu salud– suelen ser tomadas por otros.

Sin embargo, formas parte de la mayor población joven de la historia (1.800 millones), y tu voz cuenta.

Únete hoy a nuestra campaña y da el primer paso para exigir tus derechos. Si nos unimos, podemos:

- **Hacer que los gobiernos dejen de utilizar leyes discriminatorias que castigan a las personas por su sexualidad o sus decisiones reproductivas.**
- **Hacer que otras personas dejen de controlar las decisiones que tomamos sobre nuestros cuerpos y nuestras vidas.**
- **Eliminar las barreras que nos impiden conseguir información y servicios sobre temas de salud sexual y reproductiva, incluidos los métodos anticonceptivos.**
- **Ayudar a otras personas a exigir y ejercer sus derechos para que todo el mundo pueda tomar decisiones libres e informadas sobre sus vidas sexuales y reproductivas sin temor a sufrir discriminación y violencia.**
- **Más información en <https://campaigns.amnesty.org/es/campaigns/my-body-my-rights>**



© Amnistía Internacional

Dos jóvenes participan en Marruecos en el lanzamiento de la campaña global de Amnistía Internacional *Mi cuerpo mis derechos*, marzo de 2014.

Ponte en contacto con la oficina local de Amnistía Internacional para averiguar cómo puedes participar. <http://bit.ly/aiinyourcountry>

SOBRE APRENDIZAJE PARTICIPATIVO Y EDUCACIÓN EN DERECHOS HUMANOS

En Amnistía Internacional, la educación en derechos humanos está orientada a empoderar a las personas, cuestionar y transformar actitudes, valores y conductas, sensibilizar y concienciar, así como cultivar el compromiso constante con los derechos humanos y la pasión por ellos.

La educación en derechos humanos no es simplemente una educación sobre y para los derechos humanos, sino una educación a través del aprendizaje participativo y basado en los derechos, a fin de crear capacidad de análisis y pensamiento crítico. Respetar los derechos de facilitadores y participantes a promover el cuestionamiento y la interrupción de dinámicas de poder injustas y

el fomento de un espacio de aprendizaje participativo y respetuoso. Los enfoques basados en la educación en derechos humanos y el aprendizaje participativo son de especial importancia para entablar las difíciles conversaciones sobre sexualidad, género y derechos humanos que contiene este módulo. Encontrarán más información sobre aprendizaje participativo y facilitación basados en los derechos humanos en el *Manual de facilitación. Guía para el uso de metodologías participativas en la educación en derechos humanos*.

Las actividades de este módulo están concebidas para ser utilizadas por y para jóvenes a fin de desarrollar competencias para defender los derechos sexuales y reproductivos.



© Amnistía Internacional

CÓMO UTILIZAR LAS ACTIVIDADES

Las actividades sirven de complemento a la información incluida en cada parte. Ustedes, en tanto que personas encargadas de la tarea de facilitación e interesadas en trabajar este módulo con su comunidad, pueden utilizar las actividades para diseñar las sesiones y adaptarlas de manera que se ajusten a sus propias circunstancias. Si bien muchas de las cuestiones sobre derechos sexuales y reproductivos incluidas en este módulo son pertinentes en múltiples contextos y países, ustedes siempre deben aplicar su buen criterio a la hora de decidir los temas y cuestiones que pueden resultar más útiles a la juventud en su comunidad, así como los temas que pueden debatirse legalmente y con seguridad en su país.

En algunos lugares, promover ciertos elementos de los derechos sexuales y reproductivos puede resultar peligroso, e incluso ilegal. Es importante que sepan los riesgos que pueden estar corriendo en su sociedad cuando deciden hablar con otras personas y pasar a la acción a fin de evitar ponerse o poner a otras personas en peligro.

Para crear un proceso de aprendizaje holístico, las actividades de este módulo se presentan siguiendo un orden determinado. Cada nueva actividad se basa en el trabajo realizado en sesiones anteriores y forma parte de un proceso de aprendizaje integrado. Si bien las actividades pueden separarse y planificarse según la duración y el calendario que mejor se ajuste a los grupos, los mejores resultados se conseguirán realizándolas en el orden en que se presentan aquí.

El tiempo necesario para realizar cada actividad dependerá del número de participantes, así como de sus conocimientos previos y su experiencia. Recomendamos que se adopte un enfoque flexible que permita un debate y un análisis a fondo al mismo tiempo que se abarcan todos los pasos de cada actividad.

Izquierda: Taller de la Conferencia de la Juventud Nórdica sobre los derechos sexuales y reproductivos, Copenhague, Dinamarca, julio de 2014.



© Amnesty International



© Amnesty International

Arriba: Taller regional de formación de educadores sobre los derechos sexuales y reproductivos, celebrado con jóvenes activistas de Latinoamérica en Buenos Aires, Argentina, 2014.

Abajo: Estudiantes del Lycée Ibou Diallo, en Senegal, participan en un juego de rol sobre temas de derechos humanos, como parte del proyecto Colegios Amigos de los Derechos Humanos, 2012.



© Amnesty International (foto: Grace Gonzalez)

ANTES DE EMPEZAR

Lea atentamente toda la información contenida en este recurso. Esto le dará la información básica que necesita para dirigir las sesiones, y le ayudará a ver cómo están relacionadas las actividades. También le ayudará a decidir en qué actividades centrarse. Es posible que quiera adaptar las actividades teniendo en cuenta el contexto cultural y político, o la edad y el número de personas participantes, aunque sin cambiar los objetivos de cada sesión.

Prepare su espacio para dirigir la sesión de actividades, así como los materiales y recursos que necesitará (tal como se enumeran al principio de cada actividad).

Prevea cómo abrir y cerrar cada sesión utilizando juegos de calentamiento, actividades para romper el hielo y crear confianza (como se describe en la siguiente parte, "Romper el silencio"). Es siempre muy conveniente tener preparados ejercicios de estimulación y otras actividades físicas breves para deshacer la tensión en sesiones difíciles.

Consulte el *Manual de facilitación. Guía para el uso de metodologías participativas en la educación en derechos humanos*. El *Manual* contiene información exhaustiva y consejos para dirigir sesiones de actividades con jóvenes, incluida más información sobre la manera de establecer unas normas básicas para crear una atmósfera segura y respetuosa y ser eficaz en la facilitación de grupos, así como ideas concretas sobre acciones que pueden emprender los y las jóvenes después de cada actividad.

Mujeres, niñas, hombres y niños salen a la calle en Nicaragua el Día por la Despenalización del Aborto en América Latina y el Caribe, 28 de septiembre de 2011.

EVALÚE SU TRABAJO

Evaluar lo que hace es un aspecto importante del proceso de aprendizaje. Cuándo y cómo hacer una evaluación dependerá de cómo se utilice los módulos educativos y de cuánto tiempo se dedique a cada actividad. Quizá no sea adecuado hacer una evaluación exhaustiva después de cada sesión. Sin embargo, las personas participantes deben tener siempre la oportunidad de expresar sus sentimientos y opiniones en relación con el trabajo que han realizado. Esto se puede hacer rápidamente tras concluir una actividad, o con más detalle una vez concluidas varias, por ejemplo después de cada parte. Una vez finalizado todo el módulo educativo deberá realizarse una evaluación más exhaustiva.

Si desea más información sobre técnicas de evaluación, consulte el *Manual de facilitación*.

Cuando haya terminado de usar este recurso, cumplimente el formulario de respuesta que figura al final de este Módulo y remítanoslo, para que podamos aprender de su experiencia y mejorar los materiales desarrollados.

Taller de la reunión sobre activismo juvenil de Asia y Oceanía, Hong Kong, 8 de mayo de 2008.



© Amnesty International

DISEÑE SUS PROPIAS ACCIONES

El final de cada actividad representa una gran oportunidad para animar a la gente joven a que actúe, sea creativa y se divierta, por ejemplo:

Sensibilizando

- Busquen formas creativas de compartir nueva información y reflexiones con los amigos, la familia, la comunidad, mediante discusiones, debates o el arte; componiendo una canción, una obra de teatro o un baile y representándolo, etc.
- Diseñen carteles y pancartas para sensibilizar sobre una cuestión concreta.
- Diseñen un folleto, escriban un artículo para un periódico local u otro medio de comunicación, o bien vayan a un programa de radio local para romper el silencio sobre una cuestión de derechos sexuales y reproductivos.
- Organicen una exposición, un debate público o una marcha sobre una cuestión concreta e inviten a los amigos y a la familia.
- Compartan a través de Internet historias sobre derechos sexuales y reproductivos para demostrar que se trata de una cuestión global.

Realizando un cambio en su comunidad

- Hagan una encuesta sobre las actitudes locales hacia los derechos sexuales y reproductivos en la escuela o en el barrio, y difundan públicamente los resultados.
- Creen un grupo juvenil en favor de los derechos sexuales y reproductivos, una alianza entre homosexuales y heterosexuales o un centro de apoyo a la comunidad LGBTI, o únanse a uno ya existente.
- Organicen eventos en los que la gente joven pueda reunirse con autoridades docentes o gubernamentales locales, dirigentes comunitarios o líderes religiosos para expresar sus motivos de preocupación.

Derecha: Jóvenes participantes en los 16 Días de Activismo contra la Violencia de Género, Parque Calderón, Cuenca, Ecuador, noviembre de 2008.

Derecha, página siguiente: Un grupo de jóvenes participan en el lanzamiento mundial de la campaña de Amnistía Internacional *Mi cuerpo mis derechos* en Austria, marzo de 2014.

- Emprendan una campaña contra la discriminación o hablen abiertamente sobre los abusos contra los derechos sexuales y reproductivos en su comunidad.

Aprendiendo más

- Investiguen sobre los derechos sexuales y reproductivos en Internet o en la biblioteca local.
- Pónganse en contacto con activistas en favor de los derechos sexuales y reproductivos, o con otras personas jóvenes interesadas en cuestiones relacionadas con los derechos sexuales y reproductivos en todo el mundo mediante las redes sociales.
- Únanse a la campaña de Amnistía Internacional *Mi cuerpo mis derechos*.
- Investiguen sobre otras campañas globales y organicen eventos o iniciativas en las redes sociales para unirse a ellas. Algunos ejemplos:
 - ▣ Día Internacional contra la Homofobia y la Transfobia
 - ▣ CrowdOutAIDS
 - ▣ 16 Días de Activismo contra la Violencia de Género



© Amnistía Internacional

Animando a otros a que se involucren

- Conviértanse en defensores y defensoras de los derechos en su comunidad: defiendan a otras personas cuando ven discriminación y violencia.
- Háganse facilitadores/as: utilicen este módulo y organicen sesiones con grupos de jóvenes para aumentar sus conocimientos y competencias.
- Formen un grupo de debate en Internet en el que personas de diferente formación, cultura y país puedan intercambiar opiniones y experiencias sobre derechos sexuales y reproductivos.
- Inicien una campaña en las redes sociales para mostrar qué opina la gente joven de su comunidad sobre el tema de sus cuerpos y sus derechos.
- Diseñen una página web, de Tumblr o de Facebook para dar a conocer su voz en el tema de los derechos sexuales y reproductivos.

Averiguando qué sucede en el mundo y compartiendo lo que hacen

- Súmense a la campaña global de Amnistía Internacional en favor de los derechos sexuales y reproductivos. Más información en <https://campaigns.amnesty.org/es/campaigns/my-body-my-rights> y en #MyBodyMyRights.
- Consulten www.respectmyrights.org, plataforma digital interactiva juvenil que brinda a los jóvenes la oportunidad de crear relatos de activismo, contenidos y acciones de solidaridad relacionados con temas de derechos humanos.

Haciendo trabajo voluntario con organizaciones

- Colaboren y hagan trabajo voluntario con organizaciones de su comunidad que promuevan los derechos sexuales y reproductivos.
- Pónganse en contacto con su oficina local de Amnistía Internacional para conocer otras oportunidades.



© Amnesty International



Imen Derouiche, ex presa
de conciencia tunecina, habla
en una acción pública sobre Túnez
en Liubliana, Eslovenia,
julio de 2001.

UNO
ROMPER
EL SILENCIO



ORGANIZAR DEBATES

El de los derechos sexuales y reproductivos puede ser un tema sumamente personal, y también polémico. Para muchas personas, la sexualidad y el género son ámbitos de fuertes vínculos emocionales y convicciones muy firmes. El acto de cuestionar nuestras suposiciones puede resultar peligroso y agotador, sin dejar por ello de ser vivificante e inspirador. Las personas que se encarguen de la labor de facilitación deberán prever con antelación cuál es la mejor manera de apoyar y crear espacio para que las personas

participantes entablen debates emocionales, y cómo mantener el equilibrio entre los mensajes positivos y los negativos. ¡Después de todo, hablar sobre el género y la sexualidad también puede ser divertido! Una vez que facilitadores y participantes superen el tabú que hace que mucha gente siga teniendo miedo de hablar sobre estas cuestiones, es posible que resulte difícil parar.



© Amnesty International

EVALUAR LAS PROPIAS ACTITUDES Y CONVICCIONES

Autoconocimiento: El primer paso de una buena labor de facilitación es conocer las propias fortalezas y debilidades, las propias suposiciones y prejuicios. Muchos de los temas incluidos en este módulo van directamente al meollo de cómo nos entendemos a nosotros mismos y al mundo que nos rodea, y por tanto es importante tomarse el tiempo necesario para reflexionar sobre qué suposiciones estamos haciendo y cómo nos sentimos.

En ocasiones suponemos cosas sobre la conducta sexual de la gente joven con más rapidez que sobre la de los adultos. ¿Cuáles son sus actitudes sobre la sexualidad y la conducta sexual de la juventud? ¿Qué sabe de la sexualidad y la conducta sexual de la juventud? ¿Dónde lo ha aprendido?

El siguiente paso es pensar en el lenguaje. ¿Le resulta incómodo hablar sobre ciertos temas? ¿Qué apoyo puede encontrar para aprender más sobre ellos?

¿Qué términos comunes utiliza para referirse al sexo, la sexualidad, la orientación sexual? ¿Hay peligro de que el lenguaje que utiliza ofenda o distancie a alguien cuya experiencia vital sea diferente de la suya? ¿Cómo puede hacer que su lenguaje sea neutro y sin prejuicios cuando se trata de género y sexualidad?

© Amnesty International



CONSEJOS

- ✓ Evite el lenguaje sexista: por ejemplo, hable de la “pareja”, no del “novio” o la “novia”.
- ✓ Evite las expresiones que suponen juicios de valor: por ejemplo, ciertas conductas sexuales suponen mayor riesgo, no son “equivocadas” ni “malas”.
- ✓ No exprese disgusto por cosas que a otra persona le pueden gustar: puede que todos los participantes no tengan las mismas preferencias o deseos, pero debe disuadirse de reaccionar de forma negativa o despectiva hacia los demás.
- ✓ Utilice los nombres y pronombres que hayan elegido utilizar las otras personas, y procurar no hacer suposiciones sobre su identidad de género y sus experiencias.

Izquierda: Jóvenes togolese participan en talleres educativos como parte de la campaña de Amnistía Internacional *Mi cuerpo mis derechos*, junio de 2014.

Arriba: Participantes en el primer taller sobre “hablar claro” organizado para el lanzamiento de la campaña *Mi cuerpo mis derechos* en Ciudad de México, marzo de 2014.

ABORDAR LAS EMOCIONES

Debido al carácter personal de los temas que se debaten, y al estilo de aprendizaje que promueve la educación en derechos humanos, ciertas actividades y temas que se debaten en este módulo pueden provocar emociones fuertes, tanto positivas como negativas, o evocar recuerdos difíciles para participantes y facilitadores. Es importante que la persona que actúa como facilitador entienda y afronte su propio temor a las emociones, y la forma en que maneja los traumas, el dolor y la vulnerabilidad propios y de los participantes.

CONSEJOS

- ✓ Deje claro que alterarse o emocionarse es normal y habitual, y que cada persona experimenta y expresa su emoción de manera diferente.
- ✓ Diga a los participantes que si desean o necesitan salir un momento de la sala, pueden hacerlo. Un segundo facilitador u otro participante puede salir y hablar con ellos, lo cual permite continuar con la sesión y a la vez atender a esa persona en cuestión.
- ✓ Antes de comenzar la sesión, piense cómo puede crear un espacio en el que los participantes se sientan respaldados cuando expresen sus emociones en vez de sentirse incómodos o avergonzados.
- ✓ Cuando la gente comparta o exprese emociones, reafírmela positivamente.
- ✓ Utilice un lenguaje que ponga de relieve los puntos fuertes de las personas y su capacidad para sobrevivir en circunstancias difíciles, y no que las describa como víctimas.
- ✓ Sepa de qué servicios de apoyo disponen los participantes o dónde pueden encontrar a alguien que los remita a dichos servicios.
- ✓ Sepa dónde puede encontrar apoyo emocional para usted y para los participantes, y cuándo pedir ayuda.



© Amnesty International

Joven sobreviviente de violencia sexual lee un cartel sobre violencia en el ámbito familiar en un centro en el que se le prestan servicios de apoyo psicológico, Nicaragua, octubre de 2008.

ABORDAR LAS CONFIDENCIAS

Internacionalmente está reconocido que una de cada tres mujeres será en algún momento víctima de abuso físico o sexual. Por consiguiente, dado que en algunos de los debates que se incluyen en estas actividades se tratarán cuestiones de violencia sexual y de género, agresiones u otras violaciones de derechos humanos, los y las jóvenes que pueden ser menores de edad podrían compartir sus propias experiencias sobre la violencia.

Aunque no debe invitarse directamente a los participantes a compartir experiencias personales de violencia, debe estar

preparado en el caso de que un participante desvele que ha sido víctima de abuso, o que ha crecido en un hogar en el que había abusos. En los talleres en los que a los participantes no se les pide directamente que compartan experiencias personales de violencia, estas revelaciones suelen venir de personas que ya no son víctimas de abusos. Sin embargo, no pierda de vista el hecho de que en el grupo puede haber jóvenes que todavía sufran abusos, e incluso perpetradores de abusos. Si alguien revela que ha experimentado o presenciado actos de violencia, deberá hacer lo siguiente:

CONSEJOS

✓ Respete a la persona y no juzgarla.

Tomarse la confidencia en serio y proporcionar un entorno de apoyo a la persona que la hace. No es necesario ni adecuado juzgar si lo que la persona ha experimentado es violencia. Las palabras amables y el apoyo de una persona comprensiva y amable en el momento de esta confidencia son cruciales.

✓ Tenga preparada una lista de direcciones y números de teléfono de personas y grupos que puedan ayudar.

Hay ciertos aspectos del apoyo a las víctimas y sobrevivientes de la violencia sexual que sólo pueden brindar personas o grupos especialmente formados en estas áreas. En muchos países ya existen personas o grupos experimentados como éstos. Si un joven se abre, lo hace buscando apoyo, y un apoyo adecuado. Es fundamental tener números de teléfono y datos de contacto con los recursos adecuados. Durante las actividades, tenga siempre listos los nombres y teléfonos o direcciones de Internet de organizaciones que pueden apoyar o prestar ayuda. Es buena idea dejarlos en un lugar discreto al que puedan acceder privadamente las personas que participan si así lo desean.

✓ No intente ofrecer a la persona consejo psicológico.

Un facilitador de educación en derechos humanos no está preparado para proporcionar consejo psicológico a personas que han sufrido violencia y nunca debe presentarse como tal. Debe tener claro su papel de facilitador desde el inicio de las actividades para que los participantes sean conscientes del tipo de apoyo que recibirán si deciden revelar alguna experiencia. Usted es la persona encargada de facilitar los debates sobre derechos sexuales y reproductivos y crear un entorno que permita el aprendizaje relativo a esos temas y cuestiones.

En caso de que le hagan alguna revelación, reconozca la experiencia de esa persona y encuentre el momento y el espacio para hablar con ella en un entorno seguro. Explíquele lo que puede y no puede ofrecerle y anímela a ponerse en contacto con las organizaciones que pueden apoyarla.

✓ Conozca sus responsabilidades legales.

Antes de embarcarse en estas actividades, es preciso que esté seguro de los requisitos legales y éticos y de dónde pueden encontrar apoyo los jóvenes. No debe asustarse ni alarmarse de que los jóvenes puedan compartir historias de abuso o de violencia, pero al mismo tiempo debe ser capaz de comunicarles los límites de la confidencialidad y estar preparado para proporcionarles información sobre dónde pueden encontrar ayuda y apoyo.

DESARROLLAR LA CONFIANZA

Como facilitador, debe estudiar la mejor forma de crear un espacio seguro para el aprendizaje, que refleje los ideales de derechos humanos sobre los que se habla. Este módulo está concebido para iniciar una conversación y una reflexión sobre asuntos de derechos humanos relacionados con los cuerpos, la sexualidad y la identidad de género de los participantes. El facilitador debe sentirse cómodo con los temas y comprometerse a crear un espacio de confianza para la participación.

CONSEJOS

✓ Reconozca y aborde las relaciones de poder.

Para transformar las relaciones de poder existentes, lo primero es que usted reconozca su propio poder como facilitador y la autoridad que le confieren los participantes. Es preciso que sea siempre consciente de cómo sus actitudes y su estilo (conducta, lenguaje corporal, forma de vestir, lugar en que se sienta, manera de hablar) pueden de hecho desempoderar a algunos participantes. Sus experiencias pasadas, actitudes y valores, su participación en la sociedad, su educación, su personalidad y su visión de sí mismo son posibles fuentes de poder. Usted y sus participantes están influidos por las normas culturales, conceptos, estereotipos y prácticas predominantes relacionadas con el poder. Su función como facilitador es empoderar a quienes tienen menos poder. Centrándose en los participantes como actores clave del proceso de aprendizaje, una buena facilitación ayuda a superar las relaciones de poder entre los educadores y los participantes y entre los distintos participantes.

Entre los participantes existe también una dinámica de poder: puede basarse en el género, la etnia, la popularidad y otros rasgos de prestigio social. Los participantes que se sienten marginados se sentirán menos cómodos al participar. Cree un espacio en el que todos los participantes puedan explorar sus pensamientos y emociones sin sentirse presionados, donde se sientan cómodos compartiendo sus ideas, no importa lo diferentes que éstas puedan parecer. Permita que se dé el proceso de explorar, compartir y aprender juntos. Puede ayudar a la gente a definir por sí misma qué es un espacio seguro, cómo crearlo y cuáles son las estrategias para mantenerlo.

Se trata de un proceso constante de reflexión y ajuste para asegurarse de que todos los participantes tienen las mismas oportunidades para expresarse.

Derecha: Miembros del personal de Amnistía Internacional muestran las pulseras de brillantes colores que van a utilizar los grupos de activistas suizos en el lanzamiento de la campaña *Mi cuerpo mis derechos*, Berna, Suiza, marzo de 2014.

✓ Practique el respeto mutuo y la rendición de cuentas.

Comience preguntando: ¿Qué es el respeto? ¿Cómo es? Al establecer las reglas básicas para la dinámica del grupo, asegúrese de que todas las partes comparten las mismas expectativas de mantener una atmósfera de seguridad mutua. Trate de dar validez a los conocimientos y la experiencia de cada participante. Toda persona tiene derecho a expresar sus experiencias vitales de la forma en que se sienta más cómoda. Los participantes deben practicar la validación y la reafirmación entre sí, además del pensamiento crítico y el cuestionamiento.

✓ Asegure la diversidad y la representación.

Al planificar cómo poner en práctica este módulo, asegúrese de que los estudios de caso, las actividades y los materiales complementarios empleados son representativos de su propia sociedad, incluidas las personas más marginadas y privadas de derechos. No cuente con los miembros del grupo para representar determinadas formas de marginación o identidades marginadas, cree un espacio para compartir experiencias e ideas sin expectativas ni juicios. Traiga oradores de organizaciones y comunidades que estén poco representadas entre los participantes o que tengan perspectivas diferentes sobre el asunto de que se trate.

✓ Predique con el ejemplo.

Practique el respeto, la humildad y la capacidad de compartir para permitir el máximo grado de conexión y aprendizaje entre usted y los participantes. Guíe modelando (no controlando) la conducta necesaria en un espacio seguro, y confiando en el grupo para ayudarlo a crear confianza y seguridad en sí.

GENERAR CONFIANZA

Generar confianza en un grupo no sólo se consigue mediante el debate, sino también a través de un proceso gradual de compartir y conocerse mutuamente. Los ejercicios para romper el hielo y las actividades breves de estimulación no sólo sirven para contribuir a la dinámica y el movimiento de la sesión, sino que ayudan a los participantes a acostumbrarse unos a otros y desarrollar una conexión. Al planificar las actividades, asegúrese de reservar tiempo para actividades breves que sirvan para mantener la energía de los participantes y desarrollen la confianza.

Ejemplo de actividad para crear confianza

El ovillo de lana (10 min): Los participantes se sientan en un círculo amplio. El facilitador les pregunta qué se les ocurre cuando oyen las palabras "derechos sexuales y reproductivos". ¿qué es lo primero que piensan o que les inspiran estas palabras? Lluvia de ideas de los participantes. Tras la primera respuesta, el ovillo de lana pasa a la siguiente persona, que mantiene agarrado el extremo de la hebra de lana. Esto se repite hasta que todos los participantes están conectados mediante la hebra de lana, que forma una red de seguridad.



© Amnistía Internacional Suiza

CREAR UN ESPACIO SEGURO

Crear un espacio seguro para debatir sobre el género y la sexualidad supone algo más que un mero debate inicial sobre confianza, intimidad y confidencialidad. Equilibre el tiempo de los ejercicios preliminares y de creación de confianza con las actividades de aprendizaje y los debates, y asegúrese de que los participantes tienen tiempo para participar plenamente en un tema antes de pasar al siguiente.

Abajo: La abogada de un centro de mujeres conforta a “Connie”, joven víctima de violencia sexual de los 9 a los 14 años, mientras ésta cuenta su historia a una delegación de Amnistía Internacional en Nicaragua, marzo de 2010.



© Amnesty International (foto: Grace Gonzalez)

CONSEJOS

✓ **Compartir experiencias personales.**

En actividades donde se invita a los participantes a compartir historias personales sobre género y discriminación, tenga en cuenta que pueden no sentirse cómodos al hacerlo y que no debe forzarles. Reserve el tiempo necesario para la reflexión sobre las actividades en que los participantes hayan compartido historias personales o si han desvelado algo.

✓ **Haga los deberes.**

Al planificar las actividades, averigüe cuáles son las cuestiones más comunes en su comunidad y de qué recursos disponen los participantes para recibir más apoyo. ¿Las personas jóvenes de su comunidad corren especial peligro de contagiarse de VIH u otras ETS? Sepa dónde hay centros de análisis de fácil acceso para jóvenes. ¿Son habituales los malos tratos y la violencia en el ámbito familiar? Averigüe de qué recursos de asesoramiento psicológico y jurídico disponen las personas sobrevivientes y mantenga disponible esa información.

✓ **Admita lo que no sabe.**

No se le exige que sepa responder a todas las preguntas. Practique la frase: “No lo sé con seguridad, pero lo consultaré y se lo diré”. Sepa a quién puede dirigirse para pedir ayuda si lo necesita. Asegúrese de que lleva a cabo el seguimiento.

✓ **Cree un código de conducta para el grupo.**

Comience la sesión llegando a acuerdos sobre las expectativas del grupo en lo referente al lenguaje, la atmósfera y los objetivos. Los acuerdos sobre “lenguaje” incluyen las palabras y los términos que el grupo considera adecuados e inadecuados, las posibles normas sobre términos prohibidos y la manera de dirigirse unos a otros con respeto. En ningún momento debe permitirse en estas actividades el uso de un lenguaje hiriente sobre raza, religión, género, sexualidad u otras condiciones, y esto debe formar parte del código de conducta.



© Amnesty International

Actividad de círculo de la confianza, Conferencia de la Juventud Nórdica, Copenhague, Dinamarca, julio de 2014.

✓ **Sea incluyente.**

Debata cómo se dirigirán los participantes unos a otros con respeto y utilice un lenguaje inclusivo respecto a la identidad de género y la orientación sexual. Esto incluirá utilizar los nombres y pronombres que cada persona prefiera para sí y no hacer suposiciones sobre las experiencias o identidades de nadie. Como facilitador, también debe tener en cuenta la manera de aportar neutralidad a las actividades utilizando términos como “pareja” en vez de “novia” o “novio” y eligiendo nombres neutros en cuanto al género para los juegos de rol.

CONFIDENCIALIDAD E INTIMIDAD

La confidencialidad y la intimidad debe tenerse en cuenta no sólo durante las sesiones, sino también fuera del espacio seguro compartido. Es posible que los participantes no se sientan cómodos participando plenamente en los asuntos incluidos en este módulo si les preocupa que sus compañeros de grupo les hagan el vacío, los intimiden o revelen lo que han dicho. Es clave que haya consenso en el grupo sobre lo que sucede con la información que se comparte en los debates y las actividades del módulo para crear una dinámica de confianza mutua.

CONSEJOS

- ✓ Una vez que el grupo ha llegado a un acuerdo sobre la confidencialidad y la intimidad, pregunte a los participantes si realmente pueden comprometerse a ello.
- ✓ Asegúrese de que ninguno se ve “obligado” a compartir experiencias durante ninguna de las actividades o debates. La participación es voluntaria.
- ✓ Pida a los participantes que reflexionen sobre cómo pueden ser abiertos y abstenerse de formular juicios en sus vidas cotidianas, no sólo en la sesión.
- ✓ Empodere a los participantes para que se recuerden mutuamente el acuerdo cuando vean que lo han incumplido, tanto en el espacio de las actividades como fuera de él. Debatan la forma de hacerlo respetuosamente y sin enfrentamientos o culpabilizaciones.
- ✓ Anime a los participantes a pedirse permiso para hablar con otros sobre las experiencias compartidas, incluso cuando no sea necesario que la experiencia se mantenga en el ámbito de la confidencialidad.
- ✓ Haga reflexionar al grupo sobre sus propios riesgos, peligros y seguridades personales.
- ✓ Cuando los participantes debatan sobre el acuerdo y el espacio seguro, procure que hablen de lo que el grupo necesita para sentirse seguro y cuáles son sus temores.



© Ásta Kristjánsdóttir

La actriz Álfur Órnólfsdóttir fotografiada para una exposición en Islandia con motivo de la campaña global de Amnistía Internacional *Mi cuerpo mis derechos*, marzo de 2014.

RECURSOS PARA ROMPER EL SILENCIO

¿Quieren saber más?

Amnistía Internacional, *Manual de facilitación. Guía para el uso de metodologías participativas en la educación en derechos humanos* (Índice: ACT 35/020/2011)

<http://amnesty.org/es/library/info/ACT35/020/2011>

Advocates for Youth and Girl's Best Friend Foundation in USA, *Creating a safe space for GLBTQ* [Gay, Lesbian, Bisexual, Transgender and Questioning] *youth: A toolkit*.

<http://www.advocatesforyouth.org/component/content/article/608-creating-safe-space-for-glbq-youth-a-toolkit>

Latin-American Center on Sexuality and Human Rights, *Diversity in School*

http://www.clam.org.br/uploads/arquivo/Diversity_in_School.pdf

Actividad para el fomento del trabajo en equipo en un taller sobre derechos sexuales y reproductivos en Londres, Reino Unido, enero de 2014.



© Amnesty International

ACTIVIDAD 1.1

EXPLORAR LA DIVERSIDAD Y COLABORAR

FINALIDAD

- Conocer a cada participante.
- Introducir el concepto de diversidad y reconocer la diversidad existente en el grupo.
- Explorar las ventajas y dificultades de trabajar con un grupo en el que hay diversidad.

DURACIÓN

1 hora

MATERIAL

- Cartones del Bingo de la Diversidad (uno por participante, fotocopiados de la página 26)
- Bolígrafos, rotuladores, material de dibujo y pintura
- Papel para rotafolio

ESTA ACTIVIDAD CONSTA DE TRES PASOS

Paso 1: Bingo de la Diversidad (25 min)

Paso 2: Pared de pintadas (25 min)

Paso 3: Círculo de cierre (10 min)

CONSEJOS PARA LA FACILITACIÓN

- ✓ Puede ajustarse el tiempo dedicado a esta actividad según el tamaño y las necesidades del grupo.
- ✓ El cartón del Bingo de la Diversidad puede modificarse si es necesario para que se adapte más al grupo con el que está trabajando.
- ✓ Asegúrese de que el cartón incluye casillas que señalan diferencias de religión, estructura familiar, creencias, experiencias, educación y género junto con algunas diferencias divertidas, como aficiones, deportes, etc.
- ✓ Establezca un tiempo determinado, por ejemplo 15 minutos, para que cada participante se mueva y hable con el mayor número de participantes para intentar completar su cartón. No importa que no lo consiga.
- ✓ Mientras lo intentan, puede haber un pequeño caos, pero deje que lo hagan a su manera.
- ✓ El muro de graffiti puede hacerse en otra actividad si no queda tiempo suficiente.

Derecha: Las personas participantes en un taller internacional exploran los derechos sexuales y reproductivos, Londres, Reino Unido, octubre de 2014.

Paso 1: Bingo de la Diversidad (25 min)

Exploración individual (15 min)

- Reparta los cartones del bingo (fotocopiados de la página 26), uno por participante.
- Explique al grupo que se trata de una manera divertida de conocerse unos a otros.
- Para completar su cartón de bingo, los participantes deberán moverse por la sala, hablar con otros participantes y conseguir que firmen en una casilla del cartón que se ajuste a sus características.
- Explique que cada casilla debe ir firmada por una persona distinta.
- El primer participante que consiga firmas en todas las casillas de su cartón, deberá gritar: ¡Bingo!

Grupo completo (10 min)

- Haga que el grupo vuelva a su sitio y solicite voluntarios que respondan a las siguientes preguntas:
 1. ¿Cómo decidió qué casilla firmar en el cartón de otro?
 2. ¿A alguien le pareció que podría haber firmado todas o la mayoría de las casillas?
 3. ¿Qué casillas le parecieron más difíciles de rellenar?
- Pida a los participantes que reflexionen sobre lo siguiente:
 1. ¿Qué aprendieron sobre sí mismos en esta actividad?
 2. ¿Qué aprendieron sobre otros participantes en esta actividad?

Paso alternativo para cerrar la actividad: Bienvenida al grupo

Si desea terminar la actividad después del Bingo de la Diversidad, puede cerrarla con este paso (10 min)

- Este ejercicio ofrece una buena oportunidad de cerrar la sesión reconociendo y dando la bienvenida a la diversidad presente en la sala; además, ayuda a que las personas se sientan incluidas y muestra respeto por las diferencias que existen en el grupo.
- El facilitador comienza diciendo: “Quisiera dar la bienvenida en la sala...” y termina la frase con (por ejemplo)... a las personas procedentes de (y nombre los diferentes lugares de procedencia de las personas que hay en la sala)”
- Luego, los participantes por turnos completan una frase similar. Ejemplos de frases:
 - ▣ “a las personas que hablan en inglés, español, chino”.
 - ▣ “a las personas (nombrar las diferentes razas o etnias que hay en la sala)”.
 - ▣ a las personas que creen en los derechos humanos”.

© Amnesty International



Paso 2: Muro de graffiti (25 min)

Antes de comenzar este paso

- Disponga dos hojas de papel para rotafolio (“muros de graffiti”) de forma que en cada uno puedan escribir varios participantes. El papel puede estar en una pared o en el suelo, de manera que los participantes puedan agruparse para escribir en él.
- Escriba en un rotafolio “Ventajas” y en el otro “desafíos”. Reparta rotuladores, bolígrafos y material de dibujo y pintura por igual entre los dos rotafolios.

Individual (10 min)

- Pida a los participantes que piensen sobre lo siguiente:
 1. ¿Cuáles son las ventajas o los puntos fuertes de formar parte de un grupo con diversidad? (positivo)
 2. ¿Qué desafíos podrían encontrar trabajando con personas que son diferentes a ellos? (negativo)
- Pídales que piensen cuáles son los mensajes (positivos y negativos) que los demás expresan sobre las personas que son distintas a ellos.
- Pída a los participantes que escriban sus ideas sobre los papeles idóneos de “Ventajas” y “Desafíos”. Dígalos que pueden escribirlas en el idioma que deseen o utilizar imágenes para representar sus pensamientos.

Como persona encargada de la facilitación, el facilitador también debe participar, porque para algunas personas puede resultar difícil escribir las primeras palabras en un papel en blanco.

Reflexión en grupo (15 min)

- Dé tiempo al grupo cuando haya terminado de escribir y dibujar para examinar los dos muros de graffiti.
- Cuando la mayoría de las personas del grupo hayan terminado de añadir sus ideas en las dos paredes, reúna al grupo delante de la pared de “Desafíos” y pídale que miren lo que está escrito en ella. Pida a los miembros del grupo que lo lean por turno en voz alta.

Repita la operación con la pared “Ventajas”.

- Pida al grupo que reflexione sobre la experiencia. (Si se trata de un grupo grande, puede pedir a los participantes que compartan sus ideas con la persona que tienen al lado.)

Posibles preguntas para la reflexión:

1. ¿Qué sienten al ver/oir los desafíos?
¿Y las ventajas?
2. ¿Algo de lo escrito en cualquiera de las paredes les ha provocado una reacción especialmente intensa?

Paso 3: Círculo de cierre (10 min)

- Para cerrar, pida a cada participante del círculo que diga algo que ofrecería al grupo para contribuir a superar los desafíos que puede suponer la diversidad, y algo que necesita del grupo para sentir que puede participar activamente.
- Puede empezar dando un ejemplo. Podría decir: “Yo puedo ofrecer mi capacidad de escuchar, pero necesito que el grupo participe”. O “Puedo ofrecer mi creatividad, pero necesito que el grupo respete mis ideas”.

Derecha: Jóvenes participantes en un taller organizado en Ciudad de México muestran su “muro de graffiti”, marzo de 2014.





© Amnesty International

CARTÓN DE BINGO

<p>ALGUIEN QUE VIENE DE UNA FAMILIA NUMEROSA.</p> <p>¿DE CUÁNTOS?</p>	<p>ALGUIEN QUE CONOCE TODA LA LETRA DE UNA CANCIÓN.</p> <p>¿QUÉ CANCIÓN?</p>	<p>ALGUIEN QUE SABE HABLAR MÁS DE UN IDIOMA.</p> <p>¿QUÉ IDIOMAS?</p>	<p>ALGUIEN QUE TIENE UNA RELACIÓN.</p>
<p>ALGUIEN MUY APASIONADO POR UNA CAUSA.</p>	<p>ALGUIEN CUYA RELIGIÓN O CREENCIAS RELIGIOSAS SON DISTINTAS DE LAS MÍAS.</p> <p>¿QUÉ CREENCIAS?</p>	<p>ALGUIEN QUE HA CAMBIADO DE COMUNIDAD EN SU VIDA.</p>	<p>ALGUIEN DE DISTINTO GÉNERO QUE YO.</p>
<p>ALGUIEN QUE PUEDE DECIR EL NOMBRE DEL ACTUAL DIRIGENTE DEL PAÍS.</p> <p>¿CUÁL ES ESE NOMBRE?</p>	<p>ALGUIEN QUE TIENE UN AMIGO O CONOCE A GENTE LESBIANA, GAY, BISEXUAL, TRANSGÉNERO O INTERSEXUAL.</p>	<p>ALGUIEN QUE VIVE CON SU FAMILIA EXTENSA.</p> <p>(ABUELOS, TÍAS, TÍOS...)</p>	<p>ALGUIEN A QUIEN LE GUSTA HACER ARTE.</p> <p>¿DE QUÉ TIPO?</p> <p>(CUEENTOS, POESÍA, MÚSICA, DIBUJO...)</p>
<p>ALGUIEN QUE HA HABLADO ALGUNA VEZ CON SUS PADRES SOBRE EL SEXO Y LA SEXUALIDAD O QUE SE SIENTE CÓMODO HACIÉNDOLO.</p>	<p>ALGUIEN QUE TIENE FAMILIARES EN OTRO PAÍS.</p> <p>¿QUÉ PAÍS?</p>	<p>ALGUIEN QUE HA SUPERADO ALGÚN MIEDO.</p>	<p>ALGUIEN CUYO DEPORTE FAVORITO COINCIDE CON EL MÍO.</p>

ACTIVIDAD 1.2

LLEGAR A UN ACUERDO GENERAL: NORMAS BÁSICAS

FINALIDAD

- Establecer las normas básicas que regirán la interacción de los participantes en el grupo.
- Establecer una dinámica de respeto y confianza.
- Establecer una idea común de confidencialidad e intimidad.

DURACIÓN

1 hora

MATERIAL

- Papel para rotafolio
- Trozos de papel en blanco
- Bolígrafos, rotuladores y material de dibujo y pintura

ESTA ACTIVIDAD CONSTA DE TRES PASOS

Paso 1: ¿Qué significa para usted el respeto? (15 min)

Paso 2: Llegar a un acuerdo (30 min)

Paso 3: Círculo de cierre (15 min)

CONSEJOS PARA LA FACILITACIÓN

- ✓ Puede ajustarse el tiempo dedicado a esta actividad según el tamaño y las necesidades del grupo.
- ✓ Los derechos sexuales y reproductivos no siempre son un tema fácil para hablar, y la gente puede tener diversas opiniones. Por este motivo, es importante crear un espacio de respeto para todos los integrantes del grupo.
- ✓ Para hablar sobre derechos sexuales y reproductivos, la gente joven debe sentirse segura para compartir sus pensamientos, ideas, dudas y experiencias sin sentirse juzgada. Es importante que haya un acuerdo sobre lo que necesitan los participantes para poder participar plenamente.
- ✓ Para que las personas que participan se sientan seguras, es importante que se pongan de acuerdo en lo que necesitan unas de otras para estar dispuestas a participar y compartir ideas. Por ejemplo, Respetar todas las opiniones, aunque sean distintas de las nuestras; entender que no hay preguntas tontas; respetar la confidencialidad (lo que se dice en el grupo se queda en el grupo). Si el grupo no sugiere nada de esto, inclúyalo en las normas básicas que se acuerden.
- ✓ El facilitador puede subrayar que la responsabilidad de crear un espacio seguro y de confianza es de todos, y que los participantes deben poder comunicar al grupo que no se sienten seguros o que no se están respetando las normas básicas.
- ✓ Una vez elaboradas, coloque las normas básicas en un lugar de la sala a la vista de todos. Así podrá hacer referencia a ellas durante la actividad para recordar a los participantes lo que se acordó a fin de garantizar un espacio respetuoso y seguro.
- ✓ Estas normas básicas o acuerdo general se utilizarán en todas las actividades del módulo. Guárdelas o colóquelas en un lugar visible para el grupo.
- ✓ Es importante que al comienzo de cada actividad recuerde a los participantes las normas básicas y que los nuevos participantes se comprometan a seguirlas.

Paso 1: ¿Qué significa para usted el respeto? (15 min)

Reflexión individual (5 min)

- Pida a los participantes que dediquen unos momentos a reflexionar en silencio sobre lo que significa para ellos respeto, confianza y seguridad. Explíqueles que van a debatir lo que necesitan para sentirse respetados y para tratarse con respeto mutuo en el grupo.
- Entregue a cada participante un papel.
- Pídeles que escriban lo que necesitan, tanto de ellos como de sus compañeros y del facilitador, para sentirse cómodos y seguros en el espacio. Podría ser útil pedirles que piensen en la actividad anterior (muro de graffiti) y reflexionen sobre:

1. ¿Qué sintieron mientras realizaban la actividad?
2. ¿Qué necesitan para sentirse cómodos?
3. ¿Cómo pueden contribuir a crear un espacio en el que todo el mundo se sienta libre de participar?

- Diga a los participantes que pueden escribir tantas cosas como crean que son necesarias para sentirse seguros y cómodos de participar en el espacio, y anímelos a concretar lo más posible. Por ejemplo, si escriben “respeto”, ¿qué necesitan de sus compañeros para sentirse respetados?

Grupos de debate (10 min)

- Divida a los participantes en grupos de tres.
- Pida a los integrantes de cada grupo que compartan con el grupo de debate lo que han escrito.

Paso 2: Llegar a un acuerdo general (30 min)

- Reúna de nuevo a todo el grupo.
- Pida a los participantes que compartan lo que necesitan del grupo.
- Escriba estas necesidades en un rotafolio.
- Debata con todo el grupo si todo el mundo coincide.
- Asegúrese de mencionar las preocupaciones sobre la confidencialidad y la intimidad.
- Cuando el grupo haya fijado unas normas con las que todos los participantes estén de acuerdo, pida que un voluntario las lea en alto. Pida a los participantes que reflexionen durante unos instantes si están dispuestos a intentar mantener y respetar el acuerdo durante el resto de las actividades del módulo.
- Explique que cada participante es responsable de crear un espacio común en el que todo el mundo se sienta respetado y seguro y participe con sus propias ideas y experiencias. Es responsabilidad de todos respetar el acuerdo (normas básicas).
- Pregunte a los participantes lo que pueden hacer para crear un espacio seguro para todos.
- Pida a los participantes que, si están de acuerdo, levanten la mano, se pongan de pie o algo similar. Es importante que los participantes demuestren visiblemente que están de acuerdo.
- Si no lo están, es importante explorar por qué y debatirlo con el grupo. Al final, es importante que todos acuerden intentar mantener y respetar todas las necesidades que figuran en el acuerdo.

Paso 3: Círculo de cierre (15 min)

- Pida a los participantes que formen un círculo.
- Recuerde a los participantes que es preciso que todos respeten el acuerdo y que sólo juntos pueden crear un espacio de respeto en el que todo el mundo pueda participar con sus ideas. Es posible que no siempre resulte fácil y que para algunas personas ciertas normas sean más difíciles de cumplir que otras, pero para que la cosa funcione es necesario el apoyo de todos los participantes.
- Los participantes irán diciendo por turno: “Me comprometo a respetar el acuerdo, pero voy a necesitar apoyo para...” Por ejemplo, usted podría decir “para no interrumpir a los demás”, “para no sentir vergüenza de hacer una pregunta tonta”, etc.
- Tras terminar la frase, el participante extiende la mano hacia la persona que está a su lado.
- Esto se repite hasta que todos los participantes han hablado y han extendido la mano para formar un círculo.



© Amnesty International

Pasos adicionales: Crear un espacio seguro

Si dispone de tiempo puede agregar uno de estos pasos tras el paso 2.

Dibujo: ¿Cómo es nuestro espacio seguro? (20-30 min)

- Pida a los participantes que dibujen juntos una o varias imágenes que expresen el tipo de espacio que tratan de crear: respetuoso, seguro y participativo para todos. Pregúnteles: ¿Cómo es ese espacio para ellos? ¿Qué papel desempeñan en su creación y su mantenimiento?
- Reúna a los participantes en torno al dibujo y diga que expliquen lo que ven y lo que significa para ellos.
- Coloque el dibujo junto al acuerdo (puede que se utilicen en otras actividades).
- Pregúnteles si les parece que en el acuerdo falta algo que necesitarían para crear este espacio. Pregúnteles de quién es la responsabilidad de crear y mantener este espacio.

Escultura: ¿Cómo es nuestro espacio seguro? (15 min)

- Parecido al dibujo, pero pidiendo a los participantes que representen físicamente mediante una forma o una escultura el tipo de espacio que tratan de crear (respetuoso, seguro y participativo para todos).
- Cuando lo hayan hecho, animelos a que reflexionen sobre lo que representa la escultura y cuáles son las funciones de cada participante.

Niños y niñas participantes en talleres organizados por el Grupo de Tucumán, Argentina, de Amnistía Internacional, febrero de 2006.

ACTIVIDAD 1.3

COMPARTIR NUESTRA VIDA: FLORES PERSONALES

FINALIDAD

- Que los participantes se presenten y comiencen a compartir con el grupo sus historias personales.

DURACIÓN

30 minutos

MATERIAL

- Una flor dibujada en un papel (véase ejemplo en la página 32) o una fotocopia repartida a cada participante.
- Cinta adhesiva u otro material adhesivo
- Una pared
- Bolígrafos, rotuladores, material de dibujo y pintura

ESTA ACTIVIDAD CONSTA DE TRES PASOS

Paso 1: Flor personal (5 min)

Paso 2: Compartir los pétalos (15 min)

Paso 3: Círculo de cierre (10 min)

CONSEJOS PARA LA FACILITACIÓN

- ✓ Puede ajustarse el tiempo dedicado a esta actividad según el tamaño y las necesidades del grupo.
- ✓ Para dividir por parejas también puede utilizar una técnica creativa. Por ejemplo, puede poner música y dejar que los participantes bailen unos instantes. Cuando la música acabe, les dice que tienen que encontrar una pareja con la que compartir.



© Amnesty International

Izquierda: Una joven activista de Malí se suma al lanzamiento de la campaña *Mi cuerpo mis derechos*, marzo de 2014.

Derecha: Ejemplo de flores personales de un taller de educación en derechos humanos celebrado en Londres, Reino Unido, enero de 2014.

Paso 1: Flor personal (5 min)

- Entregue a cada participante una fotocopia de la flor personal de la página 32 (o pídale que dibuje una flor en un papel). En cada pétalo deben escribir las siguientes frases (el facilitador puede adaptarlas):

- Mi mejor cualidad es...
- En mi tiempo libre me gusta...
- Mi sueño u objetivo es...
- No me gusta...
- Mi peor temor es...
- Lo que mejor hago es...
- La primera persona que me habló de sexo fue...
o Para mí, la sexualidad es...

- Explique que deben completar las frases escritas en los pétalos.

Paso 2: Compartir los pétalos (15 min)

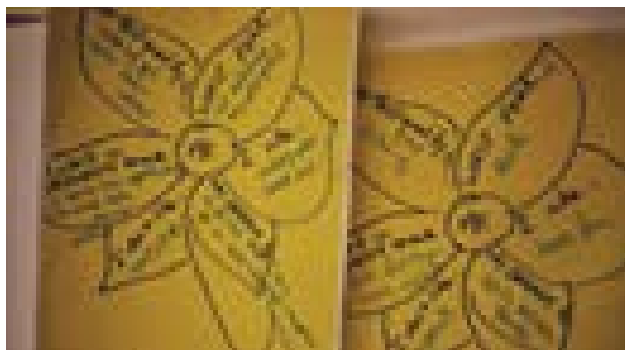
- Cuando hayan terminado con las flores, pida a los participantes que formen parejas y compartan mutuamente lo que han escrito en un pétalo. Deles unos minutos. Luego pídales que busquen a otra pareja y compartan otro pétalo.
- Los participantes pueden elegir el pétalo que desean compartir, pero tiene que ser uno diferente con cada nueva pareja.
- Si prefiere que sea una actividad más estructurada, puede invitar a los participantes a compartir pétalos concretos, no dejarlo a su elección. Por ejemplo,
 - Primera persona: Lo que mejor hago es...
 - Segunda persona: En mi tiempo libre me gusta...
 - Tercera persona: Mi peor temor es...

- Cuarta persona: La primera persona que me habló de sexo fue...

- Es importante dejar tiempo a cada pareja para que comparta el pétalo antes de pedirle que busque otra pareja.

Paso 3: Círculo de cierre (10 min)

- Tras la actividad por parejas, reúna de nuevo al grupo.
- Pídales que piensen si les resultó fácil compartir cosas sobre sí mismos. ¿Qué les pareció fácil de compartir y qué difícil?
- Explique que durante las actividades será importante que compartan las experiencias e ideas personales. En ocasiones puede que no resulte fácil y, por ese motivo, necesitamos escucharnos con respeto.
- Para cerrar, coloque a los participantes en círculo.
- Pídales que compartan con el resto del grupo su nombre y cualquiera de las frases de los pétalos de su flor.
- Cuando todos lo hayan hecho, pida a los que quieran compartirlas que pongan sus flores en la pared.



© Amnesty International

ACTIVIDAD CON FLORES PERSONALES

Fotocopie (o dibuje) y reparta entre los participantes.



ACTIVIDAD 1.4

COMPARTIR NUESTROS SECRETOS

FINALIDAD

- Animar a los participantes a reflexionar sobre la importancia de confiar en los demás y respetar la confianza que los demás ponen en ellos.
- Ayudar a los participantes a crear confianza mutua.

DURACIÓN

30 minutos

MATERIAL

- Media hoja de papel por participante.
- Bolígrafos

ESTA ACTIVIDAD CONSTA DE TRES PASOS

Paso 1: Escribir mi secreto (5 min)

Paso 2: Compartir y guardar un secreto (10 min)

Paso 3: Reflexionar juntos (15 min)

CONSEJOS PARA LA FACILITACIÓN

- ✓ Puede ajustarse el tiempo dedicado a esta actividad según el tamaño y las necesidades del grupo.
- ✓ La actividad es importante para crear confianza y reflexionar sobre la confidencialidad necesaria para guardar el secreto o la experiencia personal de una persona. Es importante reconocer que no es fácil confiar en otras personas y que puede suscitar temores, pero si comenzamos por confiar en las personas ya estamos contribuyendo a la creación de un entorno de confianza.
- ✓ Explique al grupo que, como parte del trabajo con este módulo, muchas de las actividades exigirán que los participantes reflexionen y extraigan conclusiones de sus propias experiencias. Por consiguiente, es esencial que aprendamos a valorar y cuidar las experiencias (secretos) de otras personas y a saber que nuestras experiencias (secretos) serán valoradas y cuidadas por otras personas del grupo.
- ✓ Haga hincapié en que los participantes deben confiar en que nadie va a leer el secreto de nadie.
- ✓ Recuerde a los participantes el acuerdo general.

© Amnesty International (foto: Grace Gonzalez)



Sobreviviente de violación de 13 años de edad expresa sus esperanzas en el futuro, Nicaragua, marzo de 2010. Sus esperanzas están representadas por un árbol que simboliza su pasado, presente y futuro.

Paso 1: Escribir mi secreto (5 min)

Individual

- Pida a los participantes que se sienten en círculo.
- Entregue a cada participante media hoja de papel.
- Pídeles que escriban en ella uno de sus secretos más íntimos y que después doblen bien la hoja para que nadie pueda ver lo que han escrito.

Paso 2: Compartir y guardar un secreto (10 min)

Grupos de debate

- Pida a los participantes que entreguen su papel doblado a la persona que está sentada a su derecha. Explique que todavía nadie debe abrir la nota que ha recibido. Todo el mundo entrega uno y recibe otro. (Los participantes estarán, no obstante, algo nerviosos.)
- Pida a los participantes que busquen a otra persona del grupo. En parejas, pídeles que compartan:
 1. ¿Qué les parece que otra persona guarde su secreto?
 2. ¿Qué les parece guardar el secreto de otra persona?
- Tras compartir, pida a los participantes que regresen al círculo con el secreto de la otra persona en la mano, aún sin abrir.

Asegúrese de que nadie abre el papel. Si ve que alguien lo hace, deténgalo inmediatamente y déle la oportunidad de reflexionar y aprender. Pregúntele por qué ha abierto el papel cuando se le pidió que no lo hiciera y pregunte a la persona que escribió el secreto en él cómo se ha sentido en ese momento. Se trata de una oportunidad para reflexionar sobre lo difícil que es guardar un secreto y qué se siente al confiar en alguien.

- Pida a algunos participantes que compartan con el grupo grande lo que compartieron en su reflexión personal (no lo que les dijo su pareja).



© Amnistía Internacional Marruecos

Amnistía Internacional Marruecos organizó, en colaboración con el UNFPA, un taller de formación sobre los derechos sexuales y reproductivos para educadores entre pares, mayo de 2014.

Paso 3: Reflexionar juntos (15 min)

Grupo completo

- Pida a los participantes que devuelvan las notas a sus dueños (aún sin abrirlas).
- Cuando todos los participantes vuelvan a tener su propias notas, dígalas que pueden romperlas o guardarlas si así lo desean. En ese momento por lo general la gente se siente muy aliviada.
- Pida a lo participantes que compartan con el grupo:
 1. ¿Cómo se sienten ahora?
 2. ¿Cómo se sintieron durante el ejercicio?
- Reflexione con el grupo sobre la relación que tiene esto con la confianza y lo que necesitamos para poder confiar en alguien. Reflexionen sobre la importancia de respetar la confianza del otro.
- Explique que en las actividades que realizaremos para hablar y aprender sobre derechos sexuales y reproductivos necesitaremos confiar unos en otros y respetar la confianza que se nos ha dado.



© Amnesty International

Las personas participantes en un taller internacional exploran los derechos sexuales y reproductivos, Londres, Reino Unido, octubre de 2014.



Simpatizantes de Amnistía
Internacional participan en la
Marcha del Orgullo Gay y Lésbico
en Auckland, Nueva Zelanda,
febrero de 2014.

DOS
ENTENDER
LA CULTURA,
EL GÉNERO
Y LA SEXUALIDAD



ROLES

“Me di cuenta de que te están examinando constantemente en función de lo ‘femenina’ o ‘masculino’ que eres. Basándose en esto, estas personas ‘cualificadas’ deciden tu género. Deciden lo que te está permitido hacer con tu cuerpo, cómo puedes vivir tu vida y cómo la sociedad reconocerá tu género en el futuro.”

(Judas, hombre transgénero de 20 años, Finlandia)

Todas las personas sentimos presiones a diario. Presión sobre nuestro aspecto, sobre cómo vestimos, cómo nos expresamos, qué aspecto tiene nuestro cuerpo: todas estas presiones conforman –y también restringen– la idea que tenemos de nosotros mismos, nuestros cuerpos, nuestro género y nuestra sexualidad. Arrastramos una serie de creencias, valores, prejuicios, ideas religiosas, expectativas familiares y normas comunitarias. Todos estos elementos componen las normas culturales con las que vivimos, o las expectativas que tienen nuestras sociedades de quiénes somos y quiénes seremos.

La forma en que cada persona experimenta su género y su sexualidad constituye en gran medida su identidad individual. Reflexionemos un momento sobre dónde tiene su origen nuestra identidad de género. Nuestro sexo biológico es sólo una parte de lo que crea y mantiene nuestra identidad de género. La forma en que entendemos lo que significa ser “un hombre” o “una mujer” está influida por nuestra sociedad y nuestra cultura. La manera en que

se espera que se comporten los hombres y las mujeres, el rol que desempeña cada género, se aprende a partir de la familia, de las imágenes de los medios de comunicación y de las historias con las que crecemos, y puede variar según la cultura. La edad, la clase, la raza, la etnia y la religión también afectan a los roles de género, así como el marco geográfico, económico, social y político. Además, los roles de género cambian con el tiempo a medida que las culturas desarrollan nuevas historias y expectativas.

Los roles de género se basan en estereotipos: las suposiciones que hacemos sobre la gente a partir de una característica, como su sexo biológico. Los estereotipos de género desempeñan un importantísimo papel en la forma en que aprendemos a expresarnos y las opciones que están a nuestro alcance socialmente. Las culturas varían, pero éstos son algunos de los estereotipos de género más habituales:

- Los hombres tienen más interés que las mujeres en el sexo y es más probable que engañen a sus parejas.
- Todas las mujeres desean casarse y tener hijos.
- El interés romántico y sexual de una mujer en una persona depende de los regalos que esta persona le hace.
- Los hombres que no están interesados en los deportes son gays.

Derecha: Ilustración que cuestiona los estereotipos sobre las niñas. Imagen cortesía de Carol Rossetti y reproducida con permiso.

BABI TIENE SIETE AÑOS.
SUS PADRES LA ENCONTRARON ALGO **RARA**
CUANDO ELLA ESCOGIÓ EL **KARATE** EN VEZ
DEL **BALLET**.



BABI,
LAS CONVENCIONES CULTURALES DE **GÉNERO**
NO DEBEN LIMITAR TU **IDENTIDAD**.
TU PUEDES HACER **LO QUE**
QUIERAS.

Carol Rossetti

GÉNERO



En realidad, la cantidad de formas en que una persona puede expresar su género es casi infinita. Las culturas han establecido expectativas sobre lo masculino y lo femenino –o sobre las expresiones sociales de masculinidad y feminidad– para marcar una distinción social entre los sexos. Estas expectativas de ser masculino o ser femenina pueden ser o no lo que nos hace

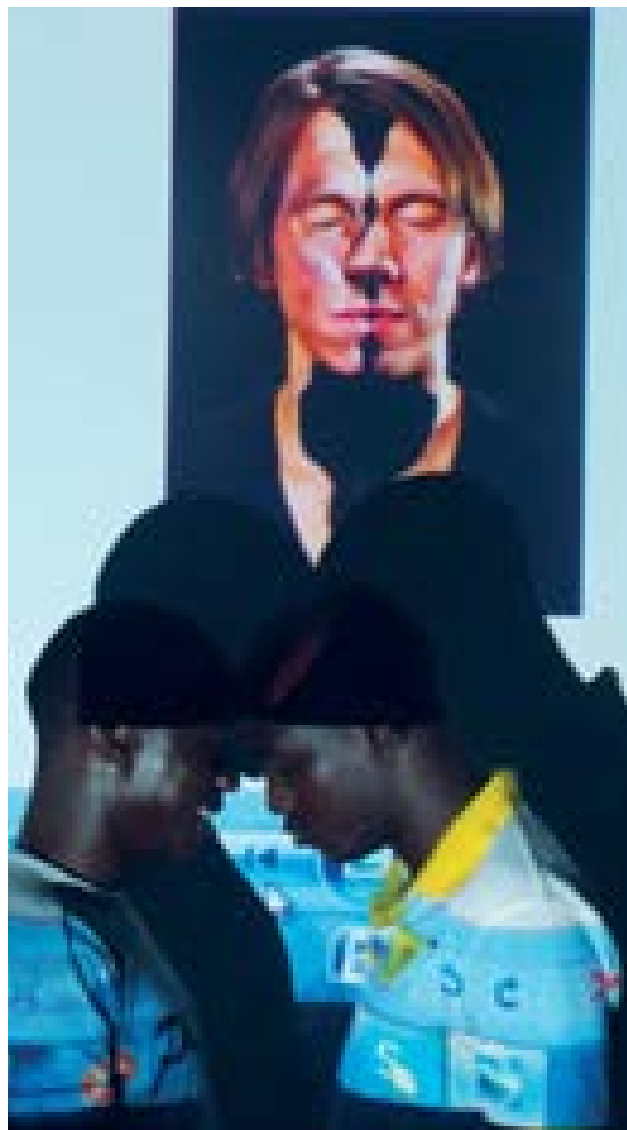
sentir más a gusto. Con independencia de si la identidad de género de una persona y la forma en que más naturalmente se siente ella misma encaja con lo que su cultura espera de ella, esa persona tiene el derecho de expresarse de la forma que mejor le parezca.

SEXUALIDAD

El género se complica aún más cuando se le une la sexualidad. En casi todas las culturas se espera que las personas que son masculinas se vean sexualmente atraídas por las que son femeninas y viceversa. En realidad, la sexualidad es algo más que por quién sentimos atracción: abarca el sexo, la identidad y la expresión de género, así como nuestros deseos, preferencias y conductas sexuales.

Nuestra sexualidad abarca también el placer, el amor romántico y la relación íntima, y tiene grandes consecuencias para nuestro bienestar emocional, físico y mental, nuestra satisfacción y la plenitud de nuestros cuerpos, vidas y elecciones. Las opciones que elegimos, y las que nos apoyan para que elijamos, tienen un gran efecto en nuestra capacidad para ganarnos la vida, mantener nuestra salud y nuestro bienestar mental y, en ocasiones, puede ser una cuestión de vida o muerte. En todo el mundo, la gente tiene que luchar para acceder a sus derechos cuando se trata de sexualidad, reproducción y género. La sexualidad, incluida la identidad y la expresión de género, es parte fundamental de lo que nos impulsa y conforma lo que somos y la manera en que interactuamos con otras personas en la sociedad.

Una de las razones por las que podemos sentirnos aislados o confusos sobre nuestra sexualidad es que en nuestras sociedades suele ser un tabú hablar abiertamente de sexualidad, deseo sexual e identidad sexual, especialmente cuando nuestra sexualidad no encaja en la idea cultural de lo que es “normal”. A pesar de las muchas formas en que la sexualidad y el género son visibles en la cultura, a través de historias, medios de comunicación, suposiciones habituales y expectativas, puede ser necesario un gran valor para hablar sobre nuestra sexualidad y nuestros sentimientos sexuales.



© Amnesty International

Participantes en un taller educativo en Togo como parte del lanzamiento de la campaña de Amnistía Internacional *Mi cuerpo mis derechos*, junio de 2014.

CULTURA Y NORMAS CULTURALES

La cultura y las normas culturales son esenciales para la forma en que las sociedades crean y restringen las identidades sexuales y de género de las personas. Las culturas se componen de valores y creencias compartidos y las normas culturales son una serie de creencias sobre lo que es “normal” o adecuado para esa sociedad. Muchas personas dan por supuesto que las normas culturales y las tradiciones son “como han sido siempre las cosas”, sin cuestionarse cómo ha desarrollado su cultura o su sociedad esa norma concreta. Sin embargo, las culturas evolucionan y cambian, crecen con el tiempo para adaptarse a los cambios de la comunidad, adoptando nuevas influencias e incorporándolas a las historias que utilizan las personas para comprenderse a sí mismas y a quienes las rodean.

La cultura recibe contribuciones muy variadas: el lenguaje, la familia, el arte, la música, los medios de comunicación, la historia y la religión. La religión puede tener una influencia especialmente fuerte sobre la cultura y sobre las creencias y los valores de las personas.

Las instituciones religiosas pueden ejercer una influencia política en la adopción de leyes y políticas que regulan la sexualidad y la reproducción. La religión tiene sus propios sistemas de entender e interpretar el mundo, que pueden complementar o contradecir una cultura nacional o comunitaria concreta, y apoyar u oponerse a los principios y normas de derechos humanos. La religión ejerce en particular gran influencia en los valores de las personas: valores como el amor, la compasión, la comprensión y la caridad son elementos comunes en casi todas las religiones y culturas.

Las normas culturales que se refieren a cuándo y cómo mantener relaciones sexuales, qué roles se supone que desempeñan hombres y mujeres en la sociedad y cómo se forman las familias están muy influidas por la religión y la historia, entre otras cosas. Las imágenes de los medios de comunicación, el arte y la música se basan con frecuencia en estereotipos de género y alimentan las expectativas sobre el comportamiento de una persona, incluido el sexual. Piensen en las historias con las que crecieron: ¿Cómo se solían comportar los hombres? ¿Algunas formas de ser hombre o mujer se consideraban “buenas” o “acertadas” y otras no? Esas historias contribuyen a establecer una norma sobre cómo se supone que debe ser nuestra conducta.

“El deber fundamental de la mujer es dar a luz niños sanos y criarlos como personas normales, así no habrá violencia en la familia y nuestra vida será buena.”

(Vicegobernador de un khukumat de Tayikistán)

La Declaración Universal de Derechos Humanos reconoce el derecho de todas las personas a fundar una familia según su elección. Sin embargo, a menudo la gente sufre una enorme presión social cuando se trata de su vida reproductiva y del tipo de familia elegido, no importa cuál sea su género o su sexo. A menudo son las normas sociales las que dictan a qué edad se espera que una persona se case, cuántos hijos tendrá y cuándo, y someten a una clara presión a los jóvenes que no se pliegan a estas expectativas.

La cultura y las normas sociales también prescriben cánones de belleza –dentro de la comunidad y entre grupos sociales– y pueden presionar a los jóvenes, hombres o mujeres, para que modifiquen o

Muestra de una exposición organizada, junto con canciones y bailes, por escolares y personal docente sobre el tema de los derechos sexuales y reproductivos, Bélgica, 2013.



© Amnistía Internacional | Bélgica

cambien sus cuerpos. La forma de vestir y de peinarse, la posibilidad y la forma de maquillarse, las prendas de vestir y los colores que se consideran masculinos o femeninos, todo ello contribuye a la manera en que las culturas separan y definen los géneros.

Prácticas que señalan a alguien como perteneciente a un determinado grupo o tribu, como el tatuaje, la escarificación y la circuncisión también se asocian con frecuencia al paso de la infancia a la edad adulta. Estas prácticas, que a menudo se llevan a cabo sin tener en cuenta la libre elección del joven o la joven, son una de las formas en que las normas culturales se expresan en los cuerpos de los jóvenes. Hay personas que se someten a dolorosos rituales y modificaciones corporales para ajustarse a las normas de su sociedad, y casi todo el mundo experimenta alguna forma de presión para vestirse, actuar o parecer de una manera determinada a fin de encajar.

Las presiones sociales también afectan a la forma en que nos comportamos e interactuamos con otras personas en nuestras comunidades, desde cómo hablamos del sexo y la sexualidad hasta con quién se nos ve o con quién trabajamos amistad, pasando por nuestra elección de posibles parejas sexuales y sentimentales. Muchas personas que se identifican como lesbianas, gays, bisexuales, transgénero o intersexuales (LGBTI) soportan una enorme presión social para mantener oculta su orientación sexual o identidad de género, o para intentar cambiar con el fin de encajar mejor. Muchas culturas esperan de sus jóvenes que se ajusten a una expresión de género y una sexualidad “normal”, y los jóvenes que hablan, hacen preguntas o defienden su expresión e identidad o la de otros, pueden ser ninguneados o estigmatizados, o sufrir violencia.



Historieta del artista Rasenth, que muestra que los hombres y los niños también sufren sexismo, 2014.

Reproducida con permiso de <http://rasenth.flavors.me/>

DISCRIMINACIÓN Y DESIGUALDAD

La discriminación es la negación sistemática de los derechos humanos a ciertos pueblos o grupos por causa de su identidad o sus creencias. Una forma particularmente habitual de discriminación se basa en el género, y en la idea de que un género o forma de expresar el género es mejor que otra.

Dado que la definición de los roles de género es un fenómeno principalmente cultural, dichos roles pueden variar de una comunidad a otra, pero la forma en que las sociedades y las culturas ven y tratan a las personas de manera distinta según su género o su sexo está marcada por amplias tendencias globales. En concreto, muchas culturas discriminan a las mujeres y a las niñas debido a la errónea suposición de que las mujeres son inferiores a los hombres, cuya consecuencia es que mujeres y niñas tienen menos acceso a la educación, la salud y las oportunidades económicas que sus amigos, familiares y compañeros de sexo masculino.

***“Mi suegro es el que come primero.
Luego van los otros hombres de la familia
y al final, las mujeres.”***

(Mujer nepalí de 24 años)

En el plano individual, esta actitud contribuye a que las mujeres, las niñas y quienes no se ajustan a las normas de género viven en mayor peligro de sufrir violencia, discriminación y hostigamiento.

En las familias, la preferencia de los hombres sobre las mujeres puede suponer que las mujeres y las niñas tengan menos acceso a la comida, que se espere que trabajen más en el hogar o que no puedan ir a la escuela. Al nivel de la sociedad en general, esta desvalorización de las mujeres puede suponer que los Estados no den prioridad a invertir en su desarrollo, su educación y su salud.

Un tratado internacional vinculante, la Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW), pide a los Estados que tomen las medidas necesarias para “[m]odificar los patrones socioculturales de conducta de hombres y mujeres, con miras a alcanzar la eliminación de los prejuicios y las prácticas consuetudinarias y de cualquier otra índole que estén basados en la idea de la inferioridad o superioridad de cualquiera de los sexos o en funciones estereotipadas de hombres y mujeres”.



© Amnesty International/Aniss Mezoued



© Amnesty International

Arriba: Alrededor de 300 jóvenes de grupos escolares de Amnistía Internacional y Oxfam se congregaron en Louvain-la-Neuve, Bélgica, en un día dedicado a la igualdad entre hombres y mujeres y a los derechos de las mujeres, febrero de 2013.

Abajo: Mujeres madhesi sin identificar que participaron en debates de grupo sobre discriminación de género en el distrito de Kailali, Nepal, mayo de 2014.

DIFICULTADES CON LAS QUE SE ENCUENTRAN LOS JÓVENES

En la vida de una persona, el tiempo que va desde los 15 a los 24 años puede ser de exploración, experimentación y aprendizaje, y caracterizarse por menor temor del riesgo y más cuestionamiento. Los derechos de todas las personas jóvenes están protegidos por el concepto de evolución de las facultades, o la idea de que a medida que crecemos tenemos derecho a mayor autonomía y control sobre nuestras vidas.

El principio de evolución de las facultades permite que todas las personas crezcan y maduren a su propio ritmo, situando en los padres, tutores, educadores y proveedores de servicios de salud la responsabilidad de asegurarse de que los jóvenes tienen espacio suficiente para tomar sus propias decisiones sobre sus derechos. Adultos, padres y tutores son responsables de asegurar que los derechos de niños y jóvenes se respetan, protegen y hacen realidad, teniendo en cuenta al mismo tiempo su capacidad para exigir y hacer uso de sus propios derechos.

La discriminación, las expectativas sociales y el estigma basado en la edad también puede tener un gran efecto en nuestra capacidad para acceder a nuestros derechos humanos y disfrutar de ellos. Según la ONU, la mayoría de la población mundial (más de un 40 por ciento) está formada por jóvenes (personas de menos de 25 años), el 85 por ciento de los cuales viven en países en desarrollo.

Es la mayor generación de jóvenes que ha habido, y tiene oportunidades únicas: como grupo, está mejor conectada tecnológica y globalmente que ninguna otra generación anterior, impulsando movimientos sociales y exigiendo cada vez más reconocimiento de su valor para el desarrollo y el progreso social. Y sin embargo, los jóvenes también sufren inconvenientes: se ven afectados de forma desproporcionada por el VIH/sida, y con frecuencia se les niega el acceso a servicios, información y educación por su edad, así como por otros motivos discriminatorios. En todo el mundo, los jóvenes no comparten la misma autoridad en la toma de decisiones ni la misma capacidad de controlar sus cuerpos y sus elecciones que las generaciones de más edad de su sociedad.

Muchas culturas crean una jerarquía en la cual las personas de más edad tienen más privilegios gracias a su edad. A los jóvenes suele considerárseles incompetentes, poco fiables o irresponsables comparados con sus homólogos adultos, y no se les permite tener voz ni voto en las decisiones sobre cuestiones que les afectan.

Están en un difícil equilibrio entre encontrar espacio para descubrir por sí mismos en qué se están convirtiendo y qué desean ser y ser reconocidos por lo que ya son. Cuestionar las normas sociales y culturales que definen el género y la sexualidad es algo natural en los jóvenes, y les permite redefinir estas normas y estereotipos de una forma que sea lógica para su generación. Este proceso natural de cuestionamiento y redefinición forma parte de la forma en que las sociedades crecen y cambian con el tiempo, permitiendo una evolución cultural continua.



© Amnesty International

Jóvenes togoleses apoyan la campaña de Amnistía Internacional *Mi cuerpo mis derechos* con un taller sobre expresión gráfica, junio de 2014.

INTERSECCIÓN ENTRE IDENTIDAD Y DERECHOS

Los derechos humanos son un conjunto de derechos o garantías fundamentales que comienzan con el derecho a la vida. Nadie tiene que ganárselos o merecerlos. Son inherentes a todos los seres humanos desde su nacimiento, lo que significa que a ningún ser humano en ninguna parte del mundo se le deben negar nunca, en ningún momento y por ninguna razón. Los derechos humanos son indivisibles e interdependientes, lo cual quiere decir que todos son igualmente importantes y que la realización de uno depende de la de todos los demás.

La Declaración Universal de Derechos Humanos se aprobó en 1948, tras la segunda guerra mundial, como una visión en favor de la dignidad humana y de un mundo en el que se reconocieran los derechos de todas las personas. La Declaración estableció derechos económicos, sociales y culturales junto con derechos civiles y políticos, que incluyen el derecho de la persona a la vida, la libertad

y la libertad de expresión, la alimentación, la vivienda, el trabajo y la seguridad social. En ella se basa la labor de muchas organizaciones de derechos humanos, como Amnistía Internacional. Si desean más información sobre los diferentes tipos de derechos humanos, consulten el documento de Amnistía Internacional *Respetar mis derechos, respetar mi dignidad. Módulo 1: La pobreza y los derechos humanos* (ACT 35/021/2011).

La Declaración Universal de Derechos Humanos debe aplicarse “sin distinción alguna de raza, color, sexo, idioma, religión, opinión política o de cualquier otra índole, origen nacional o social; posición económica, nacimiento o cualquier otra condición”. Hoy está ampliamente aceptado por las instituciones internacionales de derechos humanos que la orientación sexual y la identidad de género están incluidas en estas distinciones bajo el epígrafe “cualquier otra condición”. Nuestras identidades individuales se construyen a partir de la intersección de estas distintas facetas nuestras: no sólo de nuestra identidad de género y nuestra identidad sexual, sino también de cómo ambas interactúan con nuestra raza, nacionalidad, religión y otros factores.

Las personas que pertenecen a grupos marginados –con menor poder en la sociedad– suelen sufrir discriminación por múltiples motivos, como el género, la raza, la etnia, la pertenencia a una minoría o pueblo indígena, la discapacidad u otros. Una persona puede ser estereotipada, estigmatizada o marginada por otras de muchas formas.

“Tenemos miedo cuando [los médicos] nos hablan en castellano y no podemos contestar [...] empiezo a transpirar por el miedo [...]. Qué le voy a contestar, si no entiendo castellano [...].”

(Rosa Quichca Vargas, mujer indígena de lengua quechua en Perú, embarazada de su quinto hijo)

Izquierda: Simpatizantes de Amnistía Internacional participan en la Marcha del Orgullo Gay y Lésbico en Auckland, Nueva Zelanda, febrero de 2013.

Derecha: Unas mujeres esperan su turno a la entrada de un centro de salud en San Juan de Ccharhuacc, localidad de la provincia de Huancavelica, en el Perú rural, septiembre de 2008. Los índices de mortalidad materna de Perú figuran entre los más elevados de la región. Son desproporcionadamente altos en las comunidades rurales pobres e indígenas del país.



© Amnistía Internacional



© Amnesty International

“En nuestro barrio [marginal] [...] se sabe fácilmente que alguien es gay. Normalmente en cada vivienda viven cinco personas. [...] Sé que ha habido cuatro agresiones graves contra personas LGBTI en el barrio, y con frecuencia en las tiendas les dicen: 'No te voy a dar cambio porque eres gay', o se oye: 'No quiero compartir el vaso contigo porque eres gay.'”

(Activista de Kampala, Uganda)

Un área clave donde se produce la intersección de las identidades es entre la posición económica, el género y la sexualidad y los derechos humanos. Con frecuencia, el acceso a la atención de la salud y el tratamiento, incluidas educación e información, viene determinado por la capacidad para pagar, aunque esto es algo que los gobiernos deberían garantizar que estuviera al alcance de todos los ciudadanos. Puede suceder que algunos servicios sólo

estén disponibles para quienes puedan costearse una sanidad privada, o que los proveedores de servicios de salud exijan tasas o cuotas de usuario para acceder a dichos servicios. La pobreza es con frecuencia un factor clave a la hora de determinar el grado de vulnerabilidad de las personas a otras formas de discriminación.

Las obligaciones internacionales en materia de derechos humanos exigen que se preste especial atención a las personas y grupos vulnerables y desfavorecidos para abordar las diversas formas de discriminación a las que son vulnerables. Estos grupos son, entre otros, las minorías sexuales, raciales y étnicas, los pueblos indígenas, los migrantes, las personas refugiadas y desplazadas internamente, los trabajadores sexuales, los niños y adolescentes y las personas con discapacidades físicas o psíquicas, especialmente las mujeres que pertenecen a estos grupos.

ESTIGMA Y CONTROL

Si nuestra identidad no se ajusta a las normas sociales dominantes en nuestra sociedad, se nos puede tildar de anormales, inmorales, vergonzantes, inferiores, peligrosos e incluso delincuentes. Algunos tópicos pueden convertirse en tabúes sociales y temas de conversación a evitar. Las normas sociales y culturales definen no sólo la conducta que se espera de nosotros, sino lo que podemos y no podemos debatir abierta y sinceramente.

Cuando mujeres y niñas que han sido violadas o agredidas sexualmente se encuentran con actitudes de sospecha, censura o culpabilización, o cuando los hombres sobrevivientes de violación o agresión sexual son estigmatizados, culpabilizados u hostigados, esto contribuye a la desigualdad social basada en el género.

La campaña ÚNETE de la ONU ha informado de que el estigma social de las personas que sobreviven a la violación y la agresión sexual es especialmente común, y hace que muchas de ellas no acudan a la justicia por temor a perder su reputación y ser víctimas de represalias y de más violencia, entre otras consecuencias. Es bien sabido que la violación y la agresión sexual son delitos que en muchos casos no se denuncian, ya que quienes sobreviven a ellos temen romper el tabú sobre su agresión y provocar reacciones negativas por parte de sus familias o comunidades, o no confían en la capacidad o la voluntad de las autoridades de que los culpables comparezcan ante la justicia.

“Temo que mate a mi familia, y también cuando estoy en el pueblo siento mucha vergüenza. Tengo miedo de no poder encontrar a nadie que me quiera.”

(Sobreviviente de violación e incesto de 14 años, Camboya)

Este tabú social que condena al silencio a los sobrevivientes de violación y violencia sexual afecta a personas de cualquier género que temen dejar de ser respetadas en el seno de su familia y su comunidad, que les culpen de la agresión o que se cuestione su identidad u orientación sexual por haberla sufrido. Por ejemplo, los hombres y los niños que han sufrido violencia sexual también temen las consecuencias sociales de intentar conseguir tratamiento después de la agresión o denunciarla.

Cuando la gente no puede hablar y ser oída, se menoscaba el disfrute de los derechos individuales. Esto puede llevar a una cultura de la impunidad y a que no haya leyes y políticas adecuadas para proporcionar una protección y un resarcimiento apropiados. En algunos casos, puede generar incluso leyes que violan directamente los derechos humanos. Las leyes que permiten a los maridos pegar o violar a sus esposas impunemente, que impiden a las mujeres que viajen, trabajen, voten, accedan a la atención de la salud o posean bienes sin el conocimiento o el consentimiento de sus maridos o sus padres, entorpecen la capacidad de las mujeres y las niñas de participar social, económica y políticamente en el desarrollo y refuerzan las normas sociales sobre la inferioridad de la mujer.

Según cálculos de la ONU:

- una de cada tres mujeres del mundo ha sufrido violencia, abusos sexuales o ambas cosas.
- Se estima que aproximadamente 150 millones de niñas menores de 18 años han sufrido algún tipo de violencia sexual.
- Hasta el 50 por ciento de las agresiones sexuales se cometen contra niñas menores de 16 años.
- Estudios realizados en el África subsahariana hallaron que la violencia ejercida por sus parejas y el temor a los abusos impedían que las niñas se negaran a mantener relaciones sexuales no deseadas y ponían en peligro la utilización de preservativos.

Fuente: Amnistía Internacional, Derechos sexuales y reproductivos: Datos y cifras

“Ni los padres, ni siquiera el padre de una mujer que ha sido golpeada puede acudir y decirle a su yerno: ‘¡Mira lo que le has hecho a mi hija!’ No tiene derecho a hacerlo, y el marido puede responderle: ‘Es mi esposa y hago lo que quiero’. En Armenia, el hombre cree que su esposa es de su propiedad.”

(D.M., sobreviviente de violencia en el ámbito familiar en Armenia)

Todos estamos inmersos en las historias y expectativas de nuestras culturas desde muy corta edad. Debido a ello, internalizamos las presiones sociales o adoptamos las imágenes y normas dominantes en nuestra cultura y nos presionamos, nos culpabilizamos y nos avergonzamos para obligarnos a adaptarnos mejor.

Activistas juveniles participan en la campaña de Amnistía Internacional *Mi cuerpo mis derechos*, Copenhague, Dinamarca, julio de 2014. La pancarta reza: “¿Te casarías con tu violador? Hay personas que tienen que hacerlo”.



© Amnesty International

HOSTIGAMIENTO, DISCRIMINACIÓN Y VIOLENCIA POR MOTIVOS DE SEXUALIDAD Y GÉNERO

Las mujeres y las niñas consideran que son especialmente discriminadas y hostigadas y que sus derechos son violados cuando se trata de su sexualidad. La sexualidad femenina es tabú en muchas culturas y sociedades, y romper el silencio sobre sus deseos y sentimientos sexuales significa para muchas mujeres y niñas ser tildadas de “putas” o de “malas chicas”, condenadas al ostracismo social, y posiblemente estar en peligro de violencia. Por el contrario, a los niños y los jóvenes se les suele enseñar que sus deseos sexuales son incontrolables, que deben tener experiencia sexual y ser agresivos para ser realmente “viriles”. Estos estereotipos impiden que los jóvenes debatan abierta o libremente sobre sus motivos de preocupación en relación con sus cuerpos.

En muchos lugares del mundo, el control sobre la sexualidad de la mujer se utiliza para mantener el orden social y reforzar estructuras de poder no equitativas. Las leyes, políticas y prácticas que violan el derecho humano de las mujeres y las niñas a controlar su propio cuerpo y sexualidad les impiden participar en la sociedad en pie de igualdad con los hombres, acceder a la educación, la atención a la salud y el empleo, así como participar en política. Las violaciones de derechos cometidas por actores no estatales (individuos o grupos privados) y otros son: la mutilación genital femenina, que restringe el disfrute sexual de la mujer; los homicidios por motivos de “honor”, en los que un familiar varón mata a la mujer que se considera que ha transgredido los límites de la conducta sexual aceptable; la violación y otros actos de violencia contra lesbianas por su orientación sexual y el matrimonio forzado de mujeres y niñas.



© Søren Malmose

MATRIMONIOS FORZADOS

Las investigaciones de Amnistía Internacional en Burkina Faso y Sierra Leona revelan cómo el hecho de que el gobierno no haga respetar la edad legal mínima para el matrimonio suele dar lugar a casamientos de niñas de tan sólo 10 años. En estos matrimonios, es frecuente que la niña no pueda tomar en absoluto decisiones sobre su salud sexual y reproductiva, no tenga acceso a educación ni a información y sufra complicaciones relacionadas con los embarazos precoces.

A muchas niñas las obligan a casarse a edad temprana y no pueden elegir sobre sus relaciones sexuales ni sobre el uso de métodos anticonceptivos, de manera que se quedan embarazadas inmediatamente o poco después de su matrimonio, cuando ellas mismas son niñas aún. En todo el mundo, cada año dan a luz más de 14 millones de adolescentes, debido principalmente a relaciones sexuales forzadas y embarazos no deseados. En los países en desarrollo, las complicaciones derivadas del embarazo siguen siendo la principal causa de muerte entre las adolescentes de 15 a 19 años.

La violencia de género y otras violaciones de los derechos humanos de mujeres y niñas son muy frecuentes y contribuyen a una cultura en la que las jóvenes no son libres para experimentar su sexualidad según sus propias elecciones, y se espera que los jóvenes demuestren su masculinidad mediante agresiones, actos de violencia y proezas sexuales sin tener para nada en cuenta su salud ni la de sus parejas. La amenaza –muy real– de violencia y la discriminación que sufren los y las jóvenes cuando se trata de tomar decisiones sobre su sexualidad y expresión de género pueden afectar a su capacidad de acceder a sus otros derechos humanos. Jóvenes que no pueden negociar el uso del preservativo con sus parejas o a quienes se les niega el acceso a servicios anticonceptivos por su edad o su género se arriesgan a un embarazo no deseado. Un embarazo no deseado puede conducir a un aborto en condiciones de riesgo o a un nacimiento prematuro, en ambos casos con peligro para la salud. También es posible que las madres jóvenes y las jóvenes embarazadas dejen de asistir a los centros escolares a una edad temprana o sean expulsadas de los centros de enseñanza, violando así su derecho a la educación y restringiendo su acceso al mercado de trabajo y el empoderamiento económico.

VIOLENCIA BASADA EN LA ORIENTACIÓN SEXUAL Y LA IDENTIDAD DE GÉNERO

Si bien la mayoría de los casos de violencia de género las víctimas son mujeres y niñas, no son las únicas que pueden sufrir agresiones debido a su género. Hombres y niños pueden ser agredidos por no encajar en la forma dominante de masculinidad, al igual que personas de cualquier género si quienes las rodean no respetan su expresión de género.

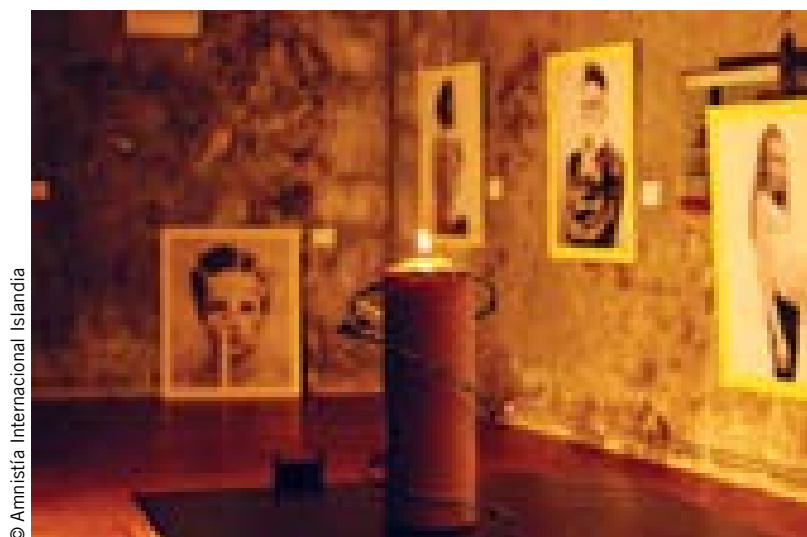
“La violencia basada en el género se asocia también con la concepción social de lo que significa ser hombre o mujer. Cuando una persona se desvía de lo que se considera un comportamiento ‘normal’, se convierte en objetivo de violencia. Esta realidad se agudiza especialmente si se combina con actitudes discriminatorias por razón de la orientación sexual o cambios en la identidad de género.”

(Relatora especial de la ONU sobre la violencia contra la mujer, en el 58 período de sesiones de la Comisión de Derechos Humanos, 2002)

Las personas que se identifican como lesbianas, gays, bisexuales, transgénero o intersexuales, o son percibidas como tales, corren más peligro de ser hostigados y víctimas de violencia por su orientación sexual o identidad de género. Según informa la organización estadounidense Gay Lesbian Straight Education Network en su *Safe Space Kit*:

- El 84 por ciento de los estudiantes identificados como LGBTI en Estados Unidos han sufrido insultos o amenazas por su orientación sexual o identidad de género.
- El 39 por ciento de los estudiantes gays, lesbianas y bisexuales y el 55 por ciento de los estudiantes transgénero afirman haber sufrido agresiones físicas, zarandeos o empujones como consecuencia de su orientación sexual o identidad de género.

El motivo de estos actos de violencia puede ser la suposición de la orientación sexual de alguien por su expresión de género. Con frecuencia se presupone que las chicas que son demasiado “masculinas” o los chicos que son demasiado “femeninos” son lesbianas o gays, y se les hostiga o discrimina por lo que se considera su orientación sexual. El Instituto de Estudios sobre Desarrollo señaló en 2007 que en Bangladesh los niños que se comportan de una forma más estereotipadamente “femenina” tienen más probabilidades de abandonar los estudios a una edad temprana debido al hostigamiento, lo cual afecta negativamente a sus oportunidades educativas y económicas.



© Amnistía Internacional Islandia

Arriba: Amnistía Internacional Islandia organizó una exposición fotográfica para promover la campaña *Mi cuerpo mis derechos*, junio de 2014.

Izquierda: Amnistía Internacional Dinamarca fue la entidad asociada oficial en la Marcha del Orgullo Gay y Lésbico de Copenhague, agosto de 2012.

La violencia motivada por la orientación sexual o la identidad de género, reales o supuestas, de la víctima está muy extendida, aunque no es posible saber exactamente su magnitud. Las personas LGBTI pueden ser víctimas de violencia en cualquier lugar: en la calle, en bares y discotecas y otros lugares públicos, e incluso en su casa, en ocasiones a manos de sus propios familiares. Una ONG italiana que proporciona orientación a padres de jóvenes LGBTI en Palermo, informó de jóvenes que habían sufrido abusos sexuales por parte de familiares, habían sido obligados a permanecer recluidos en sus casas o habían sido expulsados de ellas. A otros los habían llevado a “brujos”, supuestamente para ayudarlos a “arreglar” su orientación sexual o su identidad de género.



© Amnesty International

Este joven de Yaoundé, Camerún, ha sido golpeado a menudo en su barrio y desalojado de su casa debido a su orientación sexual e identidad de género, 2013.

Hasta en los países donde la legislación contra la homosexualidad no se aplica por sistema, sólo el hecho de que esta legislación exista propicia que, tanto la policía como otros, cometan abusos, como el chantaje y la extorsión. Además, la existencia de estas leyes transmite a la población en general el mensaje de que la discriminación por motivos de orientación sexual e identidad de género es aceptable, y que los derechos humanos no son aplicables a las personas LGBTI. Esto crea un entorno propicio a que cundan el hostigamiento, la intimidación y la violencia contra los miembros de la comunidad LGBTI y en el que es posible cometer tales actos con impunidad.

En muchos lugares donde se aceptan mejor las relaciones entre personas del mismo sexo, la gente también sufre discriminación y violencia por su identidad o expresión de género. Son habituales los crímenes de odio, las agresiones y los ataques contra personas que se identifican como transgénero. La violencia motivada por odio tiene un especial impacto negativo a largo plazo en las víctimas. También contribuye a extender el clima de temor entre personas, grupos y comunidades LGBTI, y –especialmente cuando el Estado no pone a sus autores a disposición judicial– alienta una desconfianza general hacia las autoridades.

La discriminación y la violencia omnipresentes contra personas por su orientación sexual, identidad o expresión de género se produce en todos los ámbitos de la sociedad, y puede ser justificada o incluso perpetrada por leyes y políticas locales o nacionales. Según datos publicados por ILGA en 2014, las relaciones homosexuales son delito en 78 países, lo que constituye un incumplimiento de la obligación internacional que tienen esos Estados de proteger a todas las personas sin discriminación. En Afganistán, Arabia Saudí, Brunéi Darussalam, Irán, Mauritania, algunos estados del norte de Nigeria, Pakistán, la región septentrional de Somalia, Sudán y Yemen se puede imponer legalmente la pena de muerte por la actividad sexual consentida entre personas adultas del mismo sexo.

ELECCIÓN, AUTONOMÍA Y AUTODETERMINACIÓN

Todas las personas nacen con una serie de derechos humanos inalienables protegidos en virtud de la Declaración Universal de Derechos Humanos y otros documentos de derechos humanos. Entre ellos figuran los derechos de integridad física, elección, autonomía y autodeterminación. Todos tenemos derecho a tomar decisiones y tener el control sobre nuestra salud, nuestros cuerpos, nuestra sexualidad y nuestra reproducción sin temor a sufrir castigo, represalias, discriminación o violencia. Desgraciadamente, nuestra libertad para tomar estas decisiones puede ser cuestionada o controlada por diversos actores: familias, gobiernos, profesionales de la medicina o autoridades religiosas, entre otras, en todo el mundo.

Los conceptos de elección, autonomía y autodeterminación están interrelacionados y son fundamentales para la forma en que las personas pueden expresar y expresan su género y su sexualidad, así como para la forma en que acceden a sus derechos humanos.

Elección significa que tenemos derecho a tomar decisiones informadas sobre lo que hacemos con nuestros cuerpos y nuestras vidas. Cuando nuestras elecciones están limitadas por la falta de información, la pobreza, el hambre o la violencia, nuestro derecho a tomar decisiones también se ve constreñido o violado.

Autonomía es el estado de ser capaces de tomar decisiones y hacer elecciones sin presiones externas ni violencia, mental o física. El concepto de autonomía física hace referencia al nivel de control que tiene una persona sobre lo que le sucede a su cuerpo.

Autodeterminación hace referencia a nuestra capacidad para tomar decisiones sobre nuestras identidades y nuestro futuro, definir por nosotros mismos quiénes somos y quiénes deseamos ser sin el control de personas o fuerzas externas.

Estos conceptos son especialmente relevantes para las personas jóvenes, que con frecuencia mantienen un equilibrio entre sus derechos a la elección, la autonomía y la autodeterminación frente a las expectativas familiares, sociales o culturales sobre lo que deben ser. La forma en que cada persona ejerce estos derechos a la elección, la autonomía y la autodeterminación es aplicable a todo, desde cómo expresa su género a cómo identifica su género y su sexualidad, pasando por cómo y cuándo decide –en el caso de que lo decida– explorar sus deseos sexuales, sola o con una pareja, y qué decisiones toma sobre métodos anticonceptivos, planificación familiar y reproducción. En concreto, las personas jóvenes que no



© Amnesty International

Marcha de la campaña *Mi cuerpo mis derechos* celebrada en Santiago, Chile, 2014. Una joven participante en la marcha se inspiró en el “arte corporal” de Hikaru Cho (Choo-San) para publicitar la campaña y muestra a la altura de su ombligo un dibujo con una cerradura y, en su mano, una llave que expresa: “Tienes derecho a decidir si quieres tener hijos y cuándo”.

se identifican como hombres ni como mujeres se enfrentan con dificultades a la hora de hacer realidad estos derechos, y a veces sufren discriminación y violencia por la forma en que se expresan.

“Fui al despacho del director a matricularme y él me preguntó que si había ido a matricular a mi hermano. Le contesté que no y le dije que me llamaba Anna. Su compañero nos interrumpió para decirle que mi nombre era Panagiotis [el nombre legal masculino de Anna]. El director me dijo que le habían informado sobre mi situación y que no iba a aceptar a ninguna persona gay o trans en su centro. Me dijo que tendría que cortarme el pelo, dejar de maquillarme y vestir y actuar como un hombre.

(Anna, joven transgénero, Grecia)

ELECCIONES INFORMADAS

Las instituciones de salud pública y los órganos de derechos humanos definen la salud según el bienestar mental, emocional y físico: es decir, la salud debe ser algo más que la ausencia de malestar o enfermedad. La salud depende también de la participación positiva y la satisfacción de las personas con sus vidas y cuerpos, y conlleva definir la salud sexual de forma que incluya también la capacidad de las personas jóvenes de tener una vida sexual segura, sana y feliz. Esto significa que el derecho de los jóvenes a controlar sus cuerpos y su sexualidad implica también que dispongan del espacio necesario para encontrar una vía hacia la plenitud sexual sin coacción, discriminación ni violencia. Muchos programas de educación sexual, o la información sobre salud sexual que se da a la gente joven, se centran en la prevención del embarazo, el riesgo, la enfermedad y la violencia, todo lo cual es de importancia crucial. Ahora bien, muchas veces los programas de educación sexual excluyen la información y los debates sobre el placer sexual y los derechos sexuales y reproductivos, en parte debido a los tabúes sociales existentes sobre la sexualidad y el placer sexual en los jóvenes.

Cuando se utilizan normas culturales para justificar que se mantenga a la juventud alejada de la información y la educación sexual, o para marcar la pauta de la educación sexual que recibe, se están violando sus derechos. Una información inexacta puede reforzar los prejuicios sociales contra la sexualidad juvenil y contribuye a silenciar las preguntas y la curiosidad de los jóvenes sobre sexualidad y género.

El derecho a información y educación sobre la sexualidad que sea exhaustiva, precisa y no discriminatoria, además de ser un derecho en sí, es fundamental para que las personas jóvenes ejerzan sus otros derechos de una manera informada y empoderada. Todas las personas, y en especial las jóvenes, necesitan poder acceder a sus derechos sexuales y reproductivos a fin de efectuar elecciones informadas y autónomas sobre cuándo, cómo y con quién tener una relación sexual o romántica, cómo expresar su género y su identidad sexual, cómo y cuándo buscar información y servicios sobre salud y cuándo, cómo y con quién formar una familia.

“La salud sexual requiere un planteamiento positivo y respetuoso de la sexualidad y las relaciones sexuales, así como la posibilidad de gozar de experiencias sexuales placenteras y seguras, en las que no haya coacción, discriminación o violencia.”

Organización Mundial de la Salud

RECURSOS PARA ENTENDER LA CULTURA, EL GÉNERO Y LA SEXUALIDAD

Informes de Amnistía Internacional utilizados en esta parte

Gender legal recognition in Finland: Submission to the Working Group tasked to propose a new draft law (Índice: EUR 20/003/2013)
<http://amnesty.org/en/library/info/EUR20/003/2013/en>

Violence is not just a family affair: Women face abuse in Tajikistan (Índice: EUR 60/001/2009)
<http://www.amnesty.org/en/library/info/EUR60/001/2009>

Una carga innecesaria: Discriminación de género y prolapsos uterinos en Nepal (Índice: ASA 31/001/2014)
<http://www.amnesty.org/es/library/info/ASA31/001/2014/es>

Fatal flows: Barriers to maternal health in Peru (Índice: AMR 46/008/2009)
<http://www.amnesty.org/en/library/info/AMR46/008/2009>

Cuando el amor es delito: Penalización de las relaciones sexuales entre personas del mismo sexo en el África subsahariana (Índice: AFR 01/001/2013)
<http://amnesty.org/es/library/info/AFR01/001/2013/es>

Breaking the silence: Sexual violence in Cambodia (Índice: ASA 23/001/2010)
<http://amnesty.org/en/library/info/ASA23/001/2010/en>

No pride in silence: Domestic and sexual violence against women in Armenia (Índice: EUR 54/004/2008)
<http://amnesty.org/en/library/info/EUR54/004/2008/en>

El Estado decide quién soy: Falta de reconocimiento legal de la identidad de género de las personas transgénero en Europa (Índice: EUR 01/001/2014)
<http://amnesty.org/es/library/info/EUR01/001/2014/es>

Fuera de su alcance. El precio de la salud materna en Sierra Leona (Índice: AFR 51/005/2009)
<http://amnesty.org/es/library/info/AFR51/005/2009/es>

Giving life, risking death. Maternal mortality in Burkina Faso (Índice: AFR 60/001/2009)
<http://amnesty.org/en/library/info/AFR60/001/2010/en>

My Life, My Health, My Education, My Choice, My Future, My Body My Rights (Índice: ACT 35/001/2014)
<http://amnesty.org/en/library/info/ACT35/001/2014/en>

Condenas a muerte y ejecuciones 2013, marzo de 2014, nº 91. (Índice: ACT 50/001/2014)
<http://amnesty.org/es/library/info/ACT50/001/2014/es>

Otras fuentes utilizadas en esta parte

Comité de Derechos Económicos, Sociales y Culturales, Observación general nº 14: El derecho al disfrute del más alto nivel posible de salud (artículo 12), párrs. 29. 18-27
<http://www.un.org/documents/ecosoc/docs/2001/e2001-22.pdf>

Comité para la Eliminación de la Discriminación contra la Mujer, Observación general Núm. 24: Las mujeres y la salud (artículo 12), párrafo 6.
<http://www.un.org/womenwatch/daw/cedaw/recommendations/recomm.htm>

Institute of Development Studies, "Whose Sexuality Counts? Poverty, Participation and Sexual Rights", noviembre de 2007,
<https://www.ids.ac.uk/files/dmfile/Wp294.pdf>

Asociación Internacional de Lesbianas, Gays, Bisexuales Trans e Intersex (ILGA), *State-sponsored homophobia: A survey of Laws*
http://old.ilga.org/Statehomophobia/ILGA_SSHR_2014_Eng.pdf

Red Inter-Agencias para el Desarrollo de la Juventud de las Naciones Unidas, disponible en *Uniting 4 Development*
<http://www.un.org/esa/socdev/documents/youth/un-iany.pdf>

Oficina del Alto Comisionado de la ONU para los Derechos Humanos *Born free and equal: Sexual orientation and identity in international law*, 2012
www.ohchr.org/Documents/Publications/BornFreeAndEqualLowRes.pdf

Campaña del Secretario General de la ONU para acabar con la violencia contra la mujer, *UNiTE*.
http://www.un.org/es/women/endviolence/pdf/factsheets/unite_the_situation_sp.pdf



Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW)
<http://www.un.org/womenwatch/daw/cedaw/cedaw.htm>

¿Quieren saber más?

Amnistía Internacional, *Programa de seis puntos sobre justicia para la violencia contra las mujeres* (Índice: ACT 77/002/2010)
<http://amnesty.org/es/library/info/ACT77/002/2010/es>

¿Quieren hacer algo más?

Amnistía Internacional, *Hacer los derechos realidad: Talleres de educación en derechos humanos* (Índice: ACT 77/035/2004)
<http://www.amnesty.org/en/library/info/ACT77/035/2004/es>

Amnistía Internacional, *Hacer los derechos realidad: Taller de educación en derechos humanos para jóvenes* (Índice: ACT 77/053/2005)
<http://www.amnesty.org/en/library/info/ACT77/053/2005/en>

African Women's Leadership Institute (AWLI): *Sexual and reproductive health and rights and violence against women in conflict affected – African contexts*. (AMWA), abril de 2010
<http://www.akinamamawaafrika.org/index.php/publications>

DSW Youth-to-Youth, *Sexual and reproductive health facilitators' training manual*, 2014.
http://www.dsw.org/fileadmin/content/Docs/SRH_manual/merged_smallpdf.com_2_.pdf

International HIV/AIDS Alliance, *Tools together now! 100 participatory tools to mobilise communities for HIV/AIDS*
<http://www.eldis.org/vfile/upload/1/document/0708/DOC22870.pdf>

Julie A. Mertus y Nancy Flowers, *Local action, global change: A handbook on women's rights*, abril de 2008.

WHO fact sheets, *Understanding and addressing violence against women*
http://www.who.int/reproductivehealth/topics/violence/vaw_series/en/

World Association of Girl Guides and Girl Scouts (WAGGGS) y ONU Mujeres, *Voices against violence: Handbook for group leaders*
<http://www.waggs.org/en/grab/24548/1/eng-voices-against-violence-handbook.pdf>

Recursos para trabajar sobre cuestiones de género con hombres y niños

UNFPA, Promunda and MenEngage toolkit, *Engaging men and boys in gender equality and health*
<https://www.unfpa.org/public/home/publications/pid/6815>

ACQUIRE Project, *Engaging men and boys for gender transformation manual*
http://www.acquireproject.org/archive/files/7.0_engage_men_as_partners/7.2_resources/7.2.3_tools/Group_Education_Manual_final.pdf

MenEngage, *A global alliance of NGOs and UN agencies that seeks to engage boys and men to achieve gender equality*.
<http://www.menengage.org/>

Sonke Gender Justice Network, <http://www.genderjustice.org.za/>

Recursos para educación sexual

Si bien este módulo no es un plan de estudios sobre educación sexual, existen muchos recursos para jóvenes y facilitadores interesados en conocer más sobre sus cuerpos, su salud y sus derechos desde una perspectiva de educación sexual. A continuación, algunas recomendaciones de recursos y organizaciones:

International Planned Parenthood Federation, *Healthy, happy and hot*
<http://www.ippf.org/resource/Healthy-Happy-and-Hot-young-peoples-guide-rights>

Population Council, *It's all one curriculum: Guidelines and activities for a unified approach to sexuality, gender, HIV and human rights education*
<http://www.popcouncil.org/research/its-all-one-curriculum-guidelines-and-activities-for-a-unified-approach-to->

UN *International technical guidance on sexuality education*
http://portal.unesco.org/en/ev.php-URL_ID=47268&URL_DO=DO_TOPIC&URL_SECTION=201.html

UNAIDS brochure, *Be in the know* http://www.unaids.org/en/media/unaids/contentassets/documents/unaidspublication/2014/20140130_UNAIDS_YouthBrochure_en.pdf

SexEd Library, *A resource for educators and facilitators interested in teaching sexuality education*

<http://www.sexedlibrary.org/index.cfm?&stopRedirect=1>

Scarleteen, *Inclusive sexuality information and help for young people*

<http://www.scarleteen.com/>

Simpatizantes de Amnistía Internacional participan en la Marcha del Orgullo Gay y Lésbico en Auckland, Nueva Zelanda, febrero de 2014.



© Amnestía Internacional/Rahce I Banfield

ACTIVIDAD 2.1

EXPLORAR NUESTRAS IDENTIDADES

FINALIDAD

- Explorar las diversas influencias sociales y culturales que conforman las identidades personales de los participantes como jóvenes.
- Contribuir a la confianza en el grupo.

DURACIÓN

1 hora

MATERIAL

- Papel en blanco / cartulinas / papel para rotafolio
- Revistas, periódicos, imágenes que los participantes puedan recortar
- Bolígrafos, lápices de colores, material de dibujo y pintura, tijeras
- Cinta adhesiva u otro material adhesivo
- Tijeras

ESTA ACTIVIDAD CONSTA DE CUATRO PASOS

Paso 1: Hacer collages – trabajo individual (15 min)

Paso 2: Compartir collages – trabajo en grupos (20 min)

Paso 3: Reflexiones - actividad general (20 min)

Paso 4: Actuar (5 min)

Dax de Castro, coordinador de Amnistía Internacional Filipinas, y un grupo de simpatizantes en un acto organizado en la Gran Manila para pedir que se apruebe la legislación contra la discriminación basada en la orientación sexual y la identidad de género, agosto de 2006.

CONSEJOS PARA LA FACILITACIÓN

- ✓ Puede ajustarse el tiempo dedicado a esta actividad según el tamaño y las necesidades del grupo.
- ✓ Con el fin de ahorrar tiempo o para que los participantes tengan más tiempo para trabajar en los collages, explíqueles la idea antes de la sesión y pídale que vengan con su collage preparado.
- ✓ Intente que haya una amplia variedad de medios de comunicación con muchas imágenes en color. Puede pedir a los participantes que traigan material a la sesión. Asegúrese de incluir revistas y periódicos en los que estén representados hombres, mujeres y gente joven.
- ✓ Si no es posible localizar material e imágenes que sirvan, puede adaptar la actividad. Por ejemplo, pidiendo a los participantes que dibujen imágenes que piensen que los representan.



© LAGABLAB

Paso 1: Hacer los collages (15 min)

Trabajo individual

- Coloque las revistas y los periódicos en el suelo en el centro de la habitación.
- Pida a los participantes que utilicen los materiales y artículos de dibujo para crear una descripción personal de sí mismos en imágenes, formando un collage o un dibujo.

Paso 2: Compartir los collages (20 min)

Trabajo en grupos

- Pida a los participantes que se dividan en grupos de cuatro (puede utilizar una actividad para dividirlos).
- Dé a los participantes unos minutos para explicar sus collages a los otros miembros de su grupo.
- Pida a los participantes que reflexionen y compartan sus respuestas sobre las siguientes preguntas de sus grupos:
 1. ¿Cuál fue su experiencia al intentar encontrar imágenes que los representaran?
 2. ¿Cómo hizo que se sintieran?
 3. ¿Qué influencia creen que tienen los medios de comunicación sobre la forma en que la gente joven se ve a sí misma?

Paso 3: Reflexiones (20 min)

Grupo completo

- Vuelva a reunir al grupo y pídale que reflexione y comparta sus respuestas a las siguientes preguntas:
 1. ¿Cómo creen que se retrata a la gente joven?
 2. ¿Cómo creen que se retrata a los hombres?
 3. ¿Cómo creen que se retrata a las mujeres?
 4. ¿Cómo retratan los medios de comunicación, la familia y la comunidad a estos tres grupos?

5. ¿Cómo afecta esto a lo que pensamos de nosotros mismos y a las decisiones que tomamos?

Paso 4: Actuar (5 min)

- Reflexionen acerca de cómo podemos actuar sobre la base de lo que hemos aprendido.
 - ¿Cómo les gustaría a los participantes verse retratados por los medios de comunicación, por sus familias o comunidades?
 - ¿Qué pueden hacer para compartir el modo en que les gustaría verse retratados, la forma en que se ven como personas jóvenes, como hombres, como mujeres?
 - ¿Qué podemos hacer para cuestionar la forma en que las personas jóvenes, los hombres y las mujeres son retratados en los medios de comunicación, las familias y comunidades?



© Amnesty International

Un grupo de activistas examinan en un taller muestras de “arte corporal” de Hikaru Cho (Choo-San) para el lanzamiento de la campaña *Mi cuerpo mis derechos* en Suiza, marzo de 2014.

ACTIVIDAD 2.2

EXPLORAR EL GÉNERO

FINALIDAD

- Fomentar la reflexión sobre la forma en que las normas, los estereotipos y los roles de género se construyen y aprenden socialmente.
- Analizar cómo las normas, los estereotipos y los roles de género impactan en nuestras vidas y las limitan reforzando la desigualdad, la discriminación y la violencia.

DURACIÓN

2 horas y 30 minutos

MATERIAL

- Papel para rotafolio
- Bolígrafos y rotuladores

ESTA ACTIVIDAD CONSTA DE CINCO PASOS

- Paso 1:** Nombre del juego: Presentar los estereotipos de género (10 min)
- Paso 2:** Introducción: Comportarse como un hombre, comportarse como una mujer (10 min)
- Paso 3:** Comportarse como un hombre, comportarse como una mujer (90 min)
- Paso 4:** Cuestionar los estereotipos de género (20 min)
- Paso 5:** Actuar (20 min)

Actividad adaptada del libro de A. Creighton y P. Kivel *Helping teens stop violence: A practical guide for counselors, educators, and parents*, Hunter House, California, 1992.

CONSEJOS PARA LA FACILITACIÓN

- ✓ Puede ajustarse el tiempo dedicado a esta actividad según el tamaño y las necesidades del grupo.
- ✓ Esta actividad es una buena forma de entender la idea de normas y estereotipos de género. Sin embargo, recuerde que estas normas también pueden verse afectadas por la clase, la cultura, la etnia y otras diferencias. Los participantes en esta actividad reflexionarán sobre cómo hombres y mujeres son encasillados, encuadrados, etiquetados y limitados por roles de género.
- ✓ Debe quedar claro que las casillas no son modelos de conducta, sino algo que aprendemos de la sociedad. El objetivo de la actividad es que los participantes analicen, reflexionen y cuestionen los estereotipos y roles que la sociedad les impone y cómo les afectan a ellos y a sus elecciones.
- ✓ Al término de esta actividad, los participantes habrán identificado cómo los estereotipos y roles de género refuerzan las desigualdades entre mujeres y hombres, y comprenderán que esos estereotipos y roles no vienen definidos por diferencias biológicas sino que se trata de construcciones sociales para perpetuar esas desigualdades. Deben reconocer cómo estos estereotipos de género limitan las decisiones que tanto las mujeres como los hombres pueden tomar sobre su cuerpo y su sexualidad. En la página 66 hay un gráfico que muestra el tipo de información que cabe extraer del debate.
- ✓ Si tiene tiempo y dispone de un cofacilitador, puede dividir el grupo en dos, uno de mujeres y otro de hombres, con un facilitador para cada uno. Pueden volver a reunirse después de la actividad para compartir sus reacciones.

Paso 1: Nombre del juego: Presentar los estereotipos de género (10 min)

Grupo completo

- Pida a los participantes que se coloquen en círculo. Cada persona piensa en dos adjetivos que la describan y que comiencen con su inicial. Uno de los adjetivos debe ser de los que se suelen utilizar para describir a un hombre (por ejemplo, Francisca - 'fuerte') y el otro, de los típicos para describir a una mujer (por ejemplo, Emilia - 'emocional').
- Recorra el círculo invitando a cada participante a que se coloque en el centro y diga su nombre y el adjetivo masculino que ha elegido (por ejemplo, 'macho' María).
- Pida a los participantes que repitan el ejercicio con el adjetivo femenino que han elegido.
- Utilice las preguntas que se indican a continuación para reflexionar brevemente con los participantes, pero sin necesidad de entrar en mucho detalle, ya que sólo se trata de presentar lo que haremos en el siguiente paso.
 1. ¿Qué les ha parecido este ejercicio? ¿Les resultó fácil encontrar un adjetivo?
 2. ¿Les resultó más fácil encontrar un adjetivo para su propio género?
 3. ¿Cómo se sintieron al tener que usar con su nombre un adjetivo que no era de su género?
 4. ¿Qué indican estas características sobre las diferencias entre hombre y mujer?

Paso 2: Introducción: Comportarse como un hombre, Comportarse como una mujer (10 min)

Grupos de debate (5 min)

- Diga a los participantes que cuenten a la persona que tengan al lado si alguna vez les han exhortado a "comportarse como un hombre" o "comportarse como una mujer". Pídeles que compartan experiencias en las que alguien les haya dicho algo así. ¿Por qué lo dijo esa persona? ¿Cómo se sintió el participante?

Grupo completo (5 min)

- Pida a algunos de los participantes que compartan su experiencia con el grupo.
- Explique a los participantes que en este ejercicio se analizarán con mayor detenimiento estas dos frases, "comportarse como un hombre", "comportarse como una mujer". Al hacerlo, los participantes empezarán a ver que la sociedad puede hacer que sea muy difícil ser hombre o mujer.

Paso 3: Comportarse como un hombre, comportarse como una mujer (90 min)

Lluvia de ideas "Comportarse como un hombre" (15 min)

- Escriba en papel de rotafolio y en grandes mayúsculas la frase "COMPORTARSE COMO UN HOMBRE".
- Pida a los participantes que compartan sus ideas sobre lo que significa. Son las expectativas de la sociedad respecto a lo que deben ser los hombres, cómo deben comportarse y lo que deben sentir y decir.
- Pida a los participantes que recuerden lo que les decían en su familia, en la escuela, la institución religiosa, los medios de comunicación, etc. sobre lo que es ser "un hombre de verdad".
 1. ¿Qué tiene que hacer?
 2. ¿Qué se le permite sentir?

“COMPORTARSE COMO UN HOMBRE”

Ser duro, fuerte, atlético	Ser líder
No llorar ni mostrar las emociones	Ser racional
Estar al mando	Ser sexual
Ser independiente	Tener más de una novia o esposa
Ser poderoso	Controlar
Ganar dinero, ser sostén de la familia	Ser valiente y heroico
Tener éxito	Poder ir a cualquier sitio
	Ser alto

“COMPORTARSE COMO UNA MUJER”

Ser linda, bonita	Ser lista, pero no demasiado
Ser generosa	Ser emotiva
Ser empática	Ser callada, tímida, educada
Ser madre	Escuchar a los demás
Actuar de forma sexy, pero no demasiado	Ser ama de casa
Ser inocente	Ser fiel
Ser pequeña	Ser sumisa

3. ¿Cómo se debe actuar para ser considerado un hombre, valorado como un hombre?

4. ¿Qué esperan de él como hombre la familia, los amigos, el colegio y la sociedad?

- Es importante recordarles que no necesariamente es lo que ellos o ellas piensan o creen, sino lo que otras personas – incluidos sus iguales– les han dicho.
- Dibuje un recuadro o casilla en el papel de rotafolio y escriba dentro las palabras que utilizaron para describir “Comportarse como un hombre”. Las respuestas pueden variar en función de la cultura, pero entre algunas de las respuestas más habituales pueden figurar algunas de las expresiones vistas anteriormente.

Lluvia de ideas “Actúa como una mujer” (15 min)

- En letras grandes, escriba en papel de rotafolio “COMPORTARSE COMO UNA MUJER”.
- Pida los participantes que compartan sus ideas sobre lo que esto significa. Son las expectativas de la sociedad respecto a lo que deben ser las mujeres, cómo deben comportarse y lo que deben sentir y decir.

- Pida a los participantes que recuerden lo que les decían en su familia, en la escuela, la institución religiosa, los medios de comunicación, etc. que era ser una mujer “buena” o “como debe ser”

1. ¿Qué tiene que hacer?

2. ¿Qué se le permite sentir?

3. ¿Cómo debe comportarse para que se la considere una “buena” mujer o una mujer “como es debido”?

4. ¿Qué esperan de ella como mujer la familia, las amigas, el colegio y la sociedad?

- Es importante recordar a los participantes que no necesariamente es lo que ellos o ellas piensan o creen, sino lo que otras personas – incluidos sus pares– les han dicho.
- Dibuje un recuadro o casilla en el papel de rotafolio y escriba dentro las palabras que utilizaron para describir “Comportarse como una mujer”. Las respuestas pueden variar en función de la cultura, pero entre las respuestas más habituales pueden figurar algunas de las expresiones incluidas en el recuadro *supra*.

Trabajo en grupos (30 min)

- Divida a los participantes en grupos pequeños de cuatro o cinco personas. Se les puede dividir por sexo o en grupos mixtos. Es importante que los participantes se sientan libres para hablar y compartir sus experiencias.
- Reflexionen sobre las siguientes preguntas:
 1. ¿Qué sienten al ver esta lista de estereotipos y roles?
 2. ¿Dónde aprendieron estos estereotipos y roles?
 3. ¿Qué le pasa a un hombre que no se comporta como se espera según el recuadro? ¿Qué le pasa a una mujer que no se comporta como se espera según el recuadro?
 4. Para un hombre, una mujer o en general para cualquier persona, ¿puede resultar una fuente de limitaciones el hecho de que se espere que se comporte de esta forma? ¿Cómo?
 5. ¿Qué indican estos estereotipos y roles sobre la relación entre hombres y mujeres en la sociedad?
 6. ¿Hay personas que no se identifican con la idea de que el género femenino (mujer) o masculino (hombre) son los únicos?

Grupo completo (30 min)

- Reúna de nuevo a todos los grupos.
- Pida a los grupos que compartan sus debates.
- Tras compartir la reflexión sobre las preguntas anteriores, formule algunas últimas preguntas:
 1. ¿Cómo fomentan la desigualdad entre hombres y mujeres estos estereotipos y roles?
 2. ¿Cómo afectan estos estereotipos y roles a nuestra capacidad para tomar decisiones por nosotros mismos?
 3. ¿Cómo afectan a la salud sexual y reproductiva de las mujeres y los hombres estos estereotipos y roles?



© Amnesty International

Mujeres de Kathjor, Ramechhap, Nepal, transportan cargas pesadas, mayo de 2014. Las cestas contienen recipientes llenos de agua.

4. ¿Cómo afectan estos estereotipos y roles a nuestra comprensión de la sexualidad?
 5. ¿Es posible modificarlos?
 6. ¿Es posible no identificarse con un único género?
- Escriba en un rotafolio las definiciones de sexo y género, estereotipos de género, identidades de género, sexualidad y orientación sexual (véase el Glosario).

- Destaque las conclusiones que se indican a continuación. Explique cómo, en función de nuestro sexo biológico (o a menudo de la apariencia de los genitales externos), se nos identifica como niños (sexo masculino) o niñas (sexo femenino). Después, se nos enseña a comportarnos, vestirnos y actuar como un niño o como una niña. Se nos enseñan estereotipos y roles de lo que es un verdadero hombre y una buena mujer. Estos roles pueden depender de la cultura y la religión.
- Las normas y los roles de género sobre “comportarse como un hombre” tienen los siguientes efectos en las vidas de los hombres:

Los hombres suelen:

- ▣ ser más valorados que las mujeres;
- ▣ ser considerados más poderosos, fuertes y con autoridad;
- ▣ temer ser vulnerables y mostrar sus sentimientos;
- ▣ necesitar demostrar constantemente que son verdaderos hombres;
- ▣ utilizar el sexo para demostrar que son verdaderos hombres;
- ▣ recurrir a la violencia para demostrar que son verdaderos hombres;

- Las normas y roles de género sobre “comportarse como una mujer” tienen los siguientes efectos en las vidas de las mujeres:

Las mujeres suelen:

- ▣ carecer de confianza en sí mismas;
- ▣ ser valoradas como madres antes que como personas;
- ▣ ser consideradas vulnerables, emocionales y sensibles;

- ▣ ser consideradas objeto de placer y gratificación sexual para los hombres;
- ▣ ser dependientes de sus parejas;
- ▣ tener menos control que los hombres sobre su vida sexual;
- ▣ ser muy vulnerables a los embarazos tempranos, la violencia y las ETS como el VIH/sida.

- Estas normas de género fomentan y crean desigualdad entre hombres y mujeres (desigualdad de género) y pueden conducir a discriminación y violencia de género.
- Limitan la posibilidad de que todas las personas jóvenes decidan sobre sus propios cuerpos y vivan su propia sexualidad sin coacción, discriminación y violencia.
- Es importante subrayar que estos estereotipos y normas son una elaboración social y por consiguiente pueden ser cuestionados y modificados.

Paso 4: Cuestionar los estereotipos de género (20 min)

Grupos de debate (10 min)

- Pida a los participantes que compartan con otra persona del grupo sus ideas sobre las siguientes preguntas:

1. ¿Conocen a alguien que haya cuestionado estos estereotipos?
2. ¿Cómo han podido cuestionar y redefinir los roles de género?

Grupo completo (10 min)

- Pregunte si alguno de los participantes querría contar al grupo lo que sucedió la vez que desafió la presión social y los estereotipos rígidos y actuó saliéndose del “encasillamiento”. ¿Que fue lo que le permitió hacerlo? ¿Cómo se sintió?

Paso 5: Actuar (20 min)

■ Resuma parte del debate y comparta las conclusiones. Éstos podrían ser el comentario y las preguntas finales:

□ Los roles de hombres y mujeres están cambiando en nuestras sociedades/comunidades. Cada vez ha ido siendo menos difícil salirse del encasillamiento. Sin embargo, para los hombres y las mujeres puede resultar difícil vivir fuera de esas casillas.

1. ¿Qué facilitaría que hombres y mujeres vivieran fuera de esas casillas?

2. ¿Cómo pueden ustedes apoyar este cambio?

3. ¿Cómo pueden los líderes comunitarios apoyar este cambio?

4. ¿Cómo pueden las escuelas apoyar este cambio?

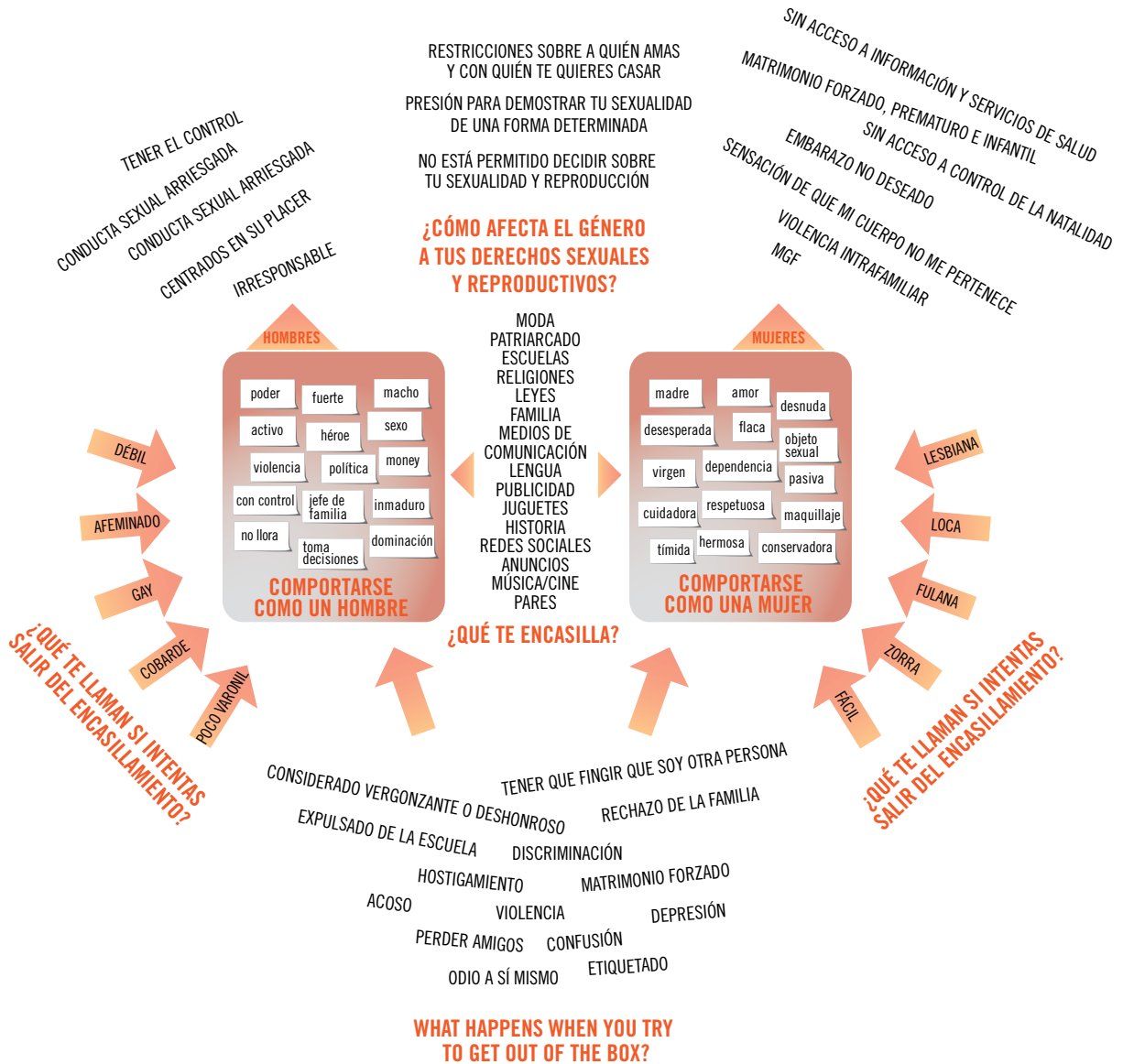
5. ¿Cómo pueden los gobiernos apoyar este cambio?

Activistas de Amnistía Internacional Filipinas participan en el lanzamiento global de la campaña *Mi cuerpo mis derechos*, junio de 2014.



© Amnesty International

EJEMPLO: ENCASILLAMIENTOS DE GÉNERO



ACTIVIDAD 2.3

CUESTIONAR NUESTRAS ACTITUDES HACIA EL GÉNERO

FINALIDAD

- Explorar los valores y las actitudes sobre el género.

DURACIÓN

45 minutos

MATERIAL

- Cuatro letreros (“Muy de acuerdo”, “Muy en desacuerdo”, “De acuerdo” y “En desacuerdo”)
- Las frases escritas de la página 68 o adaptaciones de sus propias frases
- Rotuladores
- Cinta adhesiva u otro material adhesivo
- Papel para rotafolio

ESTA ACTIVIDAD CONSTA DE TRES PASOS

Paso 1: De acuerdo o En desacuerdo (20 min)

Paso 2: DEBATE (20 min)

Paso 3: Actuar (5 min)

Actividad adaptada del libro de A. Creighton y P. Kivel *Helping teens stop violence: A practical guide for counselors, educators, and parents*, Hunter House, California, 1992.

CONSEJOS PARA LA FACILITACIÓN

- ✓ Para esta actividad, puede elegir frases de la siguiente lista de frases sobre género (página 68) basándose en las que con más probabilidad provocarán un debate animado. También puede adaptarlas para reflejar su contexto.
- ✓ No se preocupe por que todo el mundo acabe estando de acuerdo, si no más bien céntrese en asegurarse de que la discusión discurre por cauces respetuosos.
- ✓ Recuerde a los participantes el acuerdo general alcanzado y que sean respetuosos y estén abiertos a ideas y opiniones diversas.
- ✓ Durante el debate, si todos los participantes están de acuerdo con alguna de las frases, haga de “abogado del diablo” expresando una opinión diferente.
- ✓ Puede que algunos participantes digan que no saben si están o no de acuerdo y no quieren situarse junto a ninguno de los cuatro letreros. Si esto sucede, pida a esos participantes que hablen más sobre sus reacciones a la frase y luego anímelos a elegir un letrero junto a la que colocarse. Si siguen sin querer hacerlo, deje que se queden en el centro de la sala formando un grupo “sin opinión”.

Paso 1: De acuerdo o En desacuerdo (20 min)

- Antes de comenzar la actividad, ponga los cuatro letreros alrededor de la sala, dejando suficiente espacio entre ellas para que un grupo de participantes pueda colocarse junto a cada una. Repase las frases sobre género facilitadas y elija las cinco o seis que en su opinión vayan a crear más debate entre las personas participantes.
- Explique a los participantes que esta actividad está concebida para darles una idea general de sus valores y actitudes sobre el género y las de los demás. Recuerde a los participantes que todo el mundo tiene derecho a poseer una opinión, y que no hay respuestas buenas ni malas.
- Lea en voz alta la primera frase que ha elegido.
- Pida a los participantes que se coloquen junto al letrero que indica lo que piensan de la frase.
- Una vez que los participantes se han colocado junto al letrero deseado, pida a algunos de cada letrero que expliquen por qué se han colocado ahí y por qué piensan eso de la frase.
- Después de que varios participantes hayan hablado sobre sus actitudes hacia la frase, pregunte si alguien quiere cambiar de opinión y moverse a otra señal.
- Luego reúna de nuevo al grupo y lea la siguiente frase, repitiendo el proceso. Siga con cada una de las frases que se han elegido.

Frases sobre el género

La experiencia demuestra que las frases señaladas con asterisco (*) son buenas para iniciar un debate:

- Es más fácil ser hombre que mujer.*
- Las mujeres ejercen mejor las funciones parentales que los hombres.*
- Una mujer es más mujer después de tener hijos.
- El sexo es más importante para los hombres que para las mujeres.*
- Las mujeres que llevan minifalda en parte son culpables de que los hombres las acosen sexualmente.
- Un hombre tiene derecho a tener relaciones sexuales con su pareja si llevan largo tiempo siendo pareja.*
- La violencia intrafamiliar es un asunto privado de la pareja.
- Las mujeres dejarían las relaciones de abuso si realmente no les gustara la violencia.
- En las relaciones entre personas del mismo sexo una debe desempeñar el papel de la mujer y la otra el del hombre.
- Las parejas del mismo sexo no deben tener hijos.

*En la otra página: Marcha de la campaña **Mi cuerpo mis derechos** celebrada en Santiago, Chile, 2014. Las oficinas de Amnistía Internacional de todo el mundo celebraron el lanzamiento de la campaña global **Mi cuerpo mis derechos**.*

Paso 2: DEBATE (20 min)

■ Tras examinar todas las frases, dirija un debate con el grupo completo sobre los valores y las actitudes relativos al género formulando las siguientes preguntas:

1. ¿Sobre qué frases tienen una opinión clara y sobre cuáles no? ¿Por qué piensan que era así?
2. ¿Qué les pareció hablar sobre una opinión diferente de la de algunos de los otros participantes?
3. ¿De qué manera creen que las actitudes de la gente sobre las frases podrían afectar a la manera en que tratan con compañeros masculinos y femeninos?

4. ¿De qué manera creen que las actitudes de la gente sobre las frases ayudan o no a mejorar la igualdad de género y a reducir la discriminación y la violencia contra las mujeres y contra otros?

Paso 3: Actuar (5 min)

- Pregunte a los participantes qué acciones creen que son necesarias para modificar actitudes nocivas, y anótelas en un rotafolio.
- Pregunte a los participantes qué creen que harían de otro modo ahora que han hecho este ejercicio.



© Amnesty International

ACTIVIDAD 2.4

PODER, ESTATUS Y DERECHOS

FINALIDAD

- Entender el poder que se otorga a distintos individuos y grupos en la sociedad para acceder a sus derechos como resultado de determinadas condiciones, como su situación económica, género, edad, orientación sexual, raza, etnia o credo.

DURACIÓN

1 hora

MATERIAL

- Un gran espacio, preferiblemente interior, para que el grupo se mueva.
- Papel o cartulinas con los tipos de carácter de la página 71 escritos en ellas

ESTA ACTIVIDAD CONSTA DE CUATRO PASOS

Paso 1: ¿Quién soy yo en la sociedad? (5 min)

Paso 2: Roles en la sociedad (10 min)

Paso 3: Debate: ¿Igualdad o desigualdad de acceso? (30 min)

Paso 4: Actuar (15 min)

Actividad adaptada del libro de A. Creighton y P. Kivel *Helping teens stop violence: A practical guide for counselors, educators, and parents*, Hunter House, California, 1992.

CONSEJOS PARA LA FACILITACIÓN

- ✓ Esta actividad requiere un gran espacio abierto, mejor si es interior para que fluyan las conversaciones.
- ✓ Explique a los participantes que las personas son discriminadas por su clase, edad, sexo, nivel educativo, capacidad física y otras características.
- ✓ Nuestra posición o estatus en la sociedad desempeña un gran papel a la hora de determinar si conocemos nuestros derechos o podemos acceder a ellos y lo vulnerables que somos a la discriminación.
- ✓ Para más información, consultar “Intersección entre identidad y derechos” en la parte 2 (página 46).

Escriba en papeles distintos las siguientes descripciones de diferentes tipos de personas en la sociedad. Puede adaptarlas a su contexto.

- Ejecutiva de publicidad, mujer
- Inmigrante sin papeles, mujer, 30 años
- Trabajadora rural migrante
- Taxista, hombre
- Desempleada de 25 años
- Abuela que se ocupa de sus nietos con su pequeña pensión
- Trabajadora del sexo, mujer
- Niña de 12 años que vive en un asentamiento precario
- Ejecutivo de empresa
- Niño de 14 años de familia bien situada económicamente
- Mujer casada, madre de tres hijos, que trabaja como empleada doméstica
- Médico
- Niño de la calle de 10 años
- Joven (mujer) que vive en una familia muy religiosa y tradicional
- Joven (hombre) que vive en una familia muy religiosa y tradicional
- Activista LGBTI sin empleo que vive abierta y positivamente
- Joven de 14 años que se cuestiona su género
- Mujer activista de los derechos de las mujeres
- Gay/lesbiana de 25 años, estudiante universitario
- Mujer casada de 28 años de un grupo étnico minoritario
- Dirigente político de 35 años, hombre

Paso 1: ¿Quién soy yo en la sociedad? (5 min)

- Explique a los participantes que esta actividad les ayudará a entender cómo el género y otros aspectos de su identidad pueden afectar al acceso a recursos y contribuir positiva o negativamente a su salud sexual y reproductiva.
- Entregue a cada participante uno de los trozos de papel que preparó antes con descripciones de diferentes personas de la sociedad.
- Explique a los participantes que para esta actividad deberán asumir el “rol” que está escrito en el trozo de papel.
- Diga a los participantes que cierren los ojos e intenten visualizar a la persona descrita en su papel. ¿Dónde viviría? ¿Cómo sería su familia? ¿Qué haría durante la jornada? ¿A qué tipo de problemas habría de enfrentarse?
- Pídales que piensen en un nombre para su personaje.



© Amnesty International

Jóvenes participantes en un taller sobre “hablar claro” organizado para el lanzamiento de la campaña de Amnistía Internacional *Mi cuerpo mis derechos*, Suiza, marzo de 2014.

Lea cada una de las siguientes frases
(el orden no importa):

- Sé leer y escribir.
- No tengo que preocuparme de dónde vendrá mi próxima comida.
- Puedo desplazarme fácilmente por la ciudad.
- He tenido o tendré oportunidades para terminar mi formación.
- Tengo tiempo para leer el periódico todos los días.
- Tengo acceso a información sexual y reproductiva.
- Puedo conseguir un préstamo cuando necesito dinero.
- Puedo rechazar proposiciones de sexo por dinero u otros recursos, como un lugar en el que vivir.
- Puedo dejar a mi pareja si amenaza mi seguridad.
- Si tengo un problema de salud, puedo conseguir la ayuda que necesito inmediatamente.
- Si mi hermana estuviera embarazada, tendría acceso a información para saber dónde llevarla.
- Puedo negociar con mi pareja que tengamos relaciones sexuales más seguras.
- Puedo elegir libremente con quién quiero casarme.
- Puedo elegir cuándo tendré a mis hijos y cuántos tendré sin sentir presión.
- Puedo protegerme contra el VIH y otras enfermedades de transmisión sexual.
- Si soy víctima de un delito, la policía me escuchará.
- Puedo caminar por la calle por la noche sin temor a sufrir una violación.
- Podría encontrar otro trabajo fácilmente.
- La mayoría de los miembros de mi comunidad me respetan.

Paso 2: Roles en la sociedad (10 min)

- Pida a los participantes que se pongan en fila, en línea recta.
- Pídales que digan el nombre de su persona y el “rol” que se le ha asignado. Por ejemplo, “Me llamo Sara, mujer ejecutiva de publicidad”.
- Explique que va a leer una serie de frases. Cada participante deberá pensar si la frase se aplica al “rol” que se le ha asignado. En caso afirmativo, deberá avanzar un paso. En caso negativo, deberán quedarse donde están.
 - ▣ Por ejemplo, a uno de los participantes se le ha pedido que asuma el rol de un parlamentario. Usted lee la siguiente frase: “Sé leer y escribir”. Dado que es probable que el parlamentario sepa leer y escribir, la persona que desempeña su rol daría un paso adelante.



© Amnesty International

Amnistía Internacional Suecia presenta su informe sobre la violencia contra las mujeres con una acción de “vestidos de novia”, mayo de 2005.

Paso 3: Debate: ¿Igualdad o desigualdad de acceso? (30 min)

- Tras leer todas las frases, diga a los participantes que se queden donde estén y utilicen la preguntas siguientes para entablar un debate en grupos:

1. ¿Por qué han acabado colocados de esta forma si al comenzar el juego todos estaban en el mismo lugar?
2. ¿Qué les parece dónde han acabado?

Grupos de debate (10 min)

- Colocados en círculos, diga a los participantes que planteen a la persona que tengan al lado las preguntas siguientes teniendo en cuenta su rol:

1. ¿Qué distintas fuerzas sociales afectan a las opciones de su personaje?
2. ¿Corre su personaje riesgo de sufrir discriminación o violencia? ¿Por qué?
3. ¿Cree que su personaje tiene derecho a tomar decisiones sobre su propio cuerpo? ¿Por qué?
4. ¿Cree que ser miembro de una organización o activista afecta a su capacidad para conocer y reclamar sus derechos? ¿Por qué?

Grupo completo (15 min)

- Pida a los participantes que compartan sus reflexiones.
- Terminen la reflexión reconociendo que no todas las personas tienen las mismas posibilidades de conocer sus derechos o acceder a ellos. Debido a su estatus y condición en la sociedad, determinados grupos son más vulnerables a la discriminación y la violencia.
 - ▣ Estos grupos son, entre otros, las minorías sexuales, raciales y étnicas, los pueblos indígenas, migrantes, las personas refugiadas y desplazadas internamente, los trabajadores sexuales, los niños y adolescentes y las personas con discapacidades físicas o psíquicas, y especialmente las mujeres que pertenecen a estos grupos.
 - ▣ Las personas que pertenecen a grupos marginados –con menor poder en la sociedad– suelen sufrir discriminación por múltiples motivos. Una persona puede ser estereotipada, estigmatizada o marginada por otras de muchas formas.
 - ▣ En virtud de las obligaciones que los Estados tienen contraídas en materia de derechos humanos, estos deben prestar especial atención a las personas y grupos que viven vulnerables y desfavorecidas para abordar las múltiples formas de discriminación a las que se enfrentan.

Paso 4: Actuar (15 min)

- Reflexionen acerca de cómo podemos actuar sobre la base de lo que hemos aprendido.
- Pida a los participantes que piensen en diversos miembros de su escuela, comunidad o familia y en la discriminación o las limitaciones que podrían enfrentar. ¿Qué podemos hacer para ayudarlas a superar esas dificultades?

ACTIVIDAD 2.5

RUEDA DE VALORES

FINALIDAD

- Explorar dónde y de quién aprendemos los valores y cómo nos afectan.
- Explorar lo que queremos decir cuando hablamos de valores y derechos humanos.

DURACIÓN

2 horas

MATERIAL

- Papel para rotafolio
- Rotuladores y bolígrafos (en especial verdes y rojos)

ESTA ACTIVIDAD CONSTA DE CUATRO PASOS

Paso 1: Identificar los valores culturales y sociales (20 min)

Paso 2: Reflexionar sobre los valores (40 min)

Paso 3: Explorar nuestros valores y los derechos humanos universales (30 min)

Paso 4: Actuar (30 min)

CONSEJOS PARA LA FACILITACIÓN

- ✓ Puede ajustarse el tiempo dedicado a esta actividad según el tamaño y las necesidades del grupo.
- ✓ Con esta actividad en particular, es importante entender las normas sociales del grupo. De lo contrario, se corre mucho riesgo de ofender a los participantes y que pierdan el respeto que le tienen.
- ✓ Nuestros valores desempeñan un importante papel en la forma en que vemos nuestro trabajo, de ahí la importancia de explorar nuestros propios valores, percepciones y actitudes. Asegúrese de tener en cuenta las culturas y tradiciones dominantes que pueden influir en los valores de la gente.
- ✓ Es importantes señalar que no debemos juzgar los valores de los demás, sino más bien reconocer que cada persona tiene derecho a poseer sus propias creencias y valores. Conviene reflexionar sobre nuestros valores compartidos y respetar los derechos humanos básicos de cada persona, entre los que han de figurar sus derechos sexuales y reproductivos.



© Amnesty International

Actividad adaptada de la obra de Save the Children
Making it personal: Workshop manual, 2011.

Activistas en Nueva York se suman a la campaña de Amnistía Internacional *Mi cuerpo mis derechos* de Amnistía Internacional en 2014.

Paso 1: Identificar los valores culturales y sociales (20 min)

Grupo completo (5 min)

- Dibuje un gran círculo en un papel de rotafolio.
- Recuerde a los participantes lo que debatieron durante la actividad 2.2, en la que se exploraban los estereotipos y normas de género (véase la página 60).
- Pida a los participantes que piensen ahora de dónde sacamos nuestros valores (mensajes sobre lo que está bien y lo que está mal, lo que debemos o no debemos hacer).

He aquí algunas posibles respuestas:

Familia, amistades, parejas, colegio, religión, tradiciones, cultura, pares, jóvenes y otros grupos sociales, medios de comunicación, política, trabajo, etcétera.

- Divida el círculo en secciones y escriba una fuente de valores en cada una (véase el ejemplo *infra*).

Trabajo en grupos (15 min)

- Divida a los participantes en grupos pequeños. Mirando al círculo, pídeles que respondan a la siguiente pregunta sobre cada fuente de valores.

1. ¿Qué mensajes obtenemos de esta fuente sobre sexo, sexualidad, reproducción y relaciones?
2. ¿Qué valores acompañan a estos mensajes?

Los posibles mensajes para “familia”, por ejemplo, podrían ser: “no tengas relaciones sexuales”, que acompañaría al valor de que la abstinencia antes del matrimonio es esencial, o “practica sólo relaciones heterosexuales”, que acompañaría al valor de que la homosexualidad va contra natura. Las distintas fuentes de valores pueden transmitir distintos mensajes.



Paso 2: Reflexionar sobre los valores (40 min)

Grupo completo (10 min)

- Reúna de nuevo a todo el grupo.
- Determine con los participantes cuáles son los mensajes más comunes que reciben y de quién. Escríbalos en un rotafolio.

Trabajo en grupos (20 min)

- Pídales que vuelvan a sus grupos y reflexionen sobre las siguientes preguntas:
 1. ¿Cómo afectan estos mensajes a la forma en que me siento conmigo mismo?
 2. ¿Cómo afectan los mensajes que oigo a las decisiones que tomo sobre mi sexualidad?
 3. ¿Qué relación tienen estos mensajes con la forma en que tratamos a otras personas?
 4. ¿Entran estos mensajes en conflicto con lo que pienso sobre la sexualidad? ¿Cómo me afecta esto?
 5. ¿Podemos cambiar estos mensajes y nuestros valores? ¿Cómo?

Grupo completo (10 min)

- Pida a los participantes que compartan sus respuestas a las preguntas.
- Reflexione sobre cuántos de los mensajes que la gente recibe de su familia, sus amistades y la sociedad en general pueden tener un efecto negativo en sus opiniones sobre la sexualidad.
- Anime a los participantes a que sean conscientes de las diferencias entre los valores de la gente y el lugar de dónde proceden, y que reconozcan cómo influyen en sus vidas, sus actitudes, su comportamiento y las decisiones que toman sobre su cuerpo, su sexualidad y sus relaciones con otras personas.
- Explique que los valores a menudo son creencias y normas sociales y culturales profundamente arraigadas sobre la

forma en que vivimos nuestras vidas, y por tanto no es sorprendente que cualquier cambio en los valores, las percepciones y las actitudes o comportamientos de la gente sea lento.

- Es importante subrayar que el objetivo de Amnistía Internacional no es juzgar los valores de la gente, sino poner énfasis en la necesidad de garantizar por encima de todo los derechos humanos básicos para todas las personas.

Paso 3: Explorar nuestros valores y los derechos humanos universales (30 min)

Grupo completo (15 min)

- Explique que van a explorar cómo algunos de nuestros valores sociales y culturales pueden apoyar nuestros derechos humanos o entrar en conflicto con ellos.
- Pida a los participantes que mencionen, en forma de lluvia de ideas, algunos de los derechos humanos garantizados en la Declaración Universal de Derechos Humanos o en otras normas internacionales. Entre ellos figuran los derechos a la vida y la intimidad, a la salud, la educación y la información, a la libertad de pensamiento y expresión, a no sufrir violencia ni discriminación, a no sufrir tortura ni otro trato cruel, inhumano y degradante y a fundar la familia elegida. (Véase *Respetar mis derechos, respetar mi dignidad. Módulo 1: La pobreza y los derechos humanos* (ACT 35/012/2011), página 25, para una breve lista de los derechos humanos de la Declaración Universal).
- Haga una lista de los derechos en un rotafolio y coloque la rueda de valores junto al rotafolio de derechos.
- Pida a los participantes que vean qué valores coinciden o entran en conflicto con los derechos humanos de la lista. Consideren si determinados valores culturales y sociales promueven los derechos humanos para todas las personas o contradicen estos derechos.
- Pida a los participantes que pongan con rotulador un punto verde cuando determinados valores culturales, sociales o gubernamentales hayan promovido los derechos humanos para todas las personas, y un punto rojo cuando hayan violado estos derechos.

Grupos de debate (5 min)

- Pida a los participantes que hablen con quien tengan al lado de:
 1. ¿Cómo algunos de nuestros valores culturales y sociales violan los derechos humanos y qué efecto tiene esto en nuestra salud y nuestras elecciones sexuales y reproductivas?
 2. ¿Qué podemos hacer cuando vemos que los valores sociales y culturales violan los derechos humanos?

Grupo completo (10 min)

- Pida a los participantes que compartan sus reflexiones.
- Explique que en las siguientes actividades (en la parte 3) exploraremos cómo los derechos sexuales y reproductivos son derechos humanos.

Un grupo de jóvenes activistas hablan de la campaña de Amnistía Internacional “Stop tortura” en Berna, Suiza, mayo de 2014.

Paso 4: Actuar (30 min)

- Reflexionen sobre cómo podemos emprender acciones sobre lo que hemos aprendido, y sobre cómo podemos empezar a cambiar algunos de los valores que no promueven o que limitan los derechos humanos.
- Consideren qué podemos hacer nosotros y nosotras, o con nuestros pares, nuestras familias y nuestra comunidad.
- Tomen algunos de los mensajes comunes y examinen algunas respuestas a ellos.
- Para ayudar a desarrollar respuestas sólidas, practiquen en parejas: uno de los participantes ofrece el mensaje común de la familia o de otras fuentes, mientras que el otro intenta dar diferentes respuestas.
- Una vez que tenga varias respuestas útiles claras: cree tarjetas de acción sencillas “cuando oiga ‘xxx’ puede decir ‘xxx’”.
- Háganlas en hojas fáciles de distribuir o en formato digital para subirlas a Internet (también se puede hacer esto después de la actividad.)



© Amnistía Internacional Suiza



MADRE
SOLO SI QUIERO
SOLO SI PUEDO



Dos jóvenes sujetan una pancarta en la que se lee: "MADRE solo si quiero, solo si puedo", Managua, Nicaragua, septiembre de 2011.

TRES
CONOCER
Y RECLAMAR
LOS DERECHOS



¿QUÉ SON LOS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS?

Todas las personas tienen determinados derechos humanos en lo que respecta a la sexualidad y la reproducción, que están relacionados con el cuerpo, las relaciones personales y la capacidad de tomar decisiones. Todas las personas tienen los mismos derechos sexuales y reproductivos. Estos derechos dimanan de salvaguardias y principios de derechos humanos ya establecidos, que reconocen no sólo instrumentos internacionales y regionales de derechos humanos, sino también la Constitución y la legislación de muchos países.

Los Estados tienen la obligación de garantizar que, libremente, sin miedo, coacción, violencia ni discriminación, las personas pueden:

- Tomar decisiones acerca de su salud, su cuerpo, su vida sexual y su identidad.
- Solicitar y recibir información sobre sexo, métodos anticonceptivos y servicios de salud conexos.
- Tener acceso a educación integral sobre la sexualidad humana, la salud sexual y reproductiva, los derechos humanos y la igualdad de género.
- Decidir si desean tener hijos y cuándo.
- Decidir si casarse o no y qué tipo de familia formar.
- Tener acceso a servicios exhaustivos e integrados de salud sexual y reproductiva.
- Vivir sin miedo a sufrir una violación u otras formas de violencia, como el embarazo, el aborto, la esterilización o el matrimonio forzado y la mutilación genital femenina.



© Amnesty International

Rajkumari Devi, que padece prolapso uterino, fue entrevistada por Amnistía Internacional en el distrito de Dhanusa, Nepal, mayo de 2013.

En 2012, la Comisión de Población y Desarrollo de la ONU instó a los gobiernos a "proteg[er] los derechos humanos de los adolescentes y los jóvenes a tener control sobre las cuestiones relacionadas con su sexualidad, incluida la salud sexual y reproductiva, y a tomar libre y responsablemente decisiones al respecto."

(Comisión de Población y Desarrollo de la ONU, 2012, Resolución 1, párrafo 7)

LOS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS EN EL DERECHO Y LAS NORMAS INTERNACIONALES

Los derechos y libertades fundamentales y las correspondientes obligaciones del Estado que sirven de base a los derechos sexuales y reproductivos se hallan recogidos en muchos tratados, resoluciones y declaraciones sobre los que hay acuerdo internacional.

El derecho internacional de los derechos humanos se compone de obligaciones vinculantes, contraídas en virtud de tratados, y de normas no vinculantes, entre las que figuran declaraciones (como la Declaración Universal de Derechos Humanos), resoluciones, principios y reglas. Aunque no son estrictamente vinculantes, tienen considerable peso jurídico.

Los tratados, como las convenciones, convenios y pactos de la ONU, son jurídicamente vinculantes, y son acordados por los Estados o por órganos regionales o internacionales para la promoción y protección de los derechos humanos y las libertades fundamentales. Ayudan a determinar qué obligaciones y responsabilidades tienen que cumplir los Estados. Se complementan con interpretaciones de sus órganos de vigilancia, llamadas observaciones o recomendaciones generales.

Las “observaciones generales” son interpretaciones que hacen los órganos de vigilancia de los tratados del contenido de disposiciones de derechos humanos o sobre cuestiones temáticas o sus métodos de trabajo. Las observaciones generales suelen tener por objeto aclarar los deberes de presentación de informes de los Estados Partes con respecto a determinadas disposiciones de los tratados y sugerir enfoques de aplicación de las disposiciones. También se llaman “recomendaciones generales”. Aunque no son vinculantes para los Estados, sí proporcionan una interpretación autorizada sobre la forma en que deben cumplir con las obligaciones vinculantes que han contraído con arreglo al tratado en cuestión.

El Programa de Acción aprobado en la Conferencia Internacional sobre la Población y el Desarrollo (CIPD) que se celebró en El Cairo en 1994 es el primer documento de consenso internacional donde se reconocen expresamente la salud sexual y reproductiva y los derechos reproductivos. Aunque el Programa de Acción de la CIPD no es jurídicamente vinculante, se aprobó con el consenso de 179 Estados, por lo que tiene relevancia política. Se establecen en él las normas relativas a la salud y los derechos sexuales y reproductivos, que se han modificado durante las revisiones posteriores del Programa y en otros foros. En el Programa de Acción de la CIPD se señaló que los derechos reproductivos son derechos humanos ya existentes en legislaciones nacionales, constituciones e instrumentos de derechos humanos.

“Esos derechos se basan en el reconocimiento del derecho básico de todas las parejas e individuos a decidir libre y responsablemente el número de hijos, el espaciamiento de los nacimientos y el intervalo entre éstos y a disponer de la información y de los medios para ello y el derecho a alcanzar el nivel más elevado de salud sexual y reproductiva.”

(Programa de Acción de la CIPD, párrafo 7.3.)

Gracias a la labor de defensa y promoción de gran número de activistas de los derechos de las mujeres, la CIPD modificó el modo en que los Estados reconocían los derechos humanos relacionados con la sexualidad y la reproducción. Fue la primera vez que se relacionó la importancia de la salud reproductiva con las prioridades globales de desarrollo. En la CIPD se reconocieron también específicamente los derechos y necesidades de la juventud y se pidió a los Estados que proporcionaran a los adolescentes acceso a información, educación y servicios especiales para jóvenes de salud sexual y reproductiva, respetando su derecho a la confidencialidad, la intimidad y el consentimiento informado.

CONFERENCIA INTERNACIONAL SOBRE LA POBLACIÓN Y EL DESARROLLO: PRINCIPIOS CLAVE

- Todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos. Toda persona tiene derecho a la vida, a la libertad y a la seguridad personal. (Principio 1)
- Promover la equidad y la igualdad de los sexos y los derechos de la mujer, así como eliminar la violencia de todo tipo contra la mujer y asegurarse de que sea ella quien controle su propia fecundidad, es la piedra angular de los programas de población y desarrollo. (Principio 4)
- Toda persona tiene derecho al disfrute del más alto nivel posible de salud física y mental. Todas las parejas y todas las personas tienen el derecho fundamental de decidir libre y responsablemente el número y el espaciamiento de sus hijos y de disponer de la información, la educación y los medios necesarios para poder hacerlo. (Principio 8)
- Toda persona tiene derecho a la educación. La educación debería concebirse de tal manera que fortaleciera el respeto por los derechos humanos y las libertades fundamentales. (Principio 10)

Cabe encontrar garantías de los derechos sexuales y reproductivos en los siguientes instrumentos internacionales y regionales de derechos humanos, entre otros:

CONVENIONES, CONVENIOS, PACTOS, DECLARACIONES Y TRATADOS INTERNACIONALES

- Declaración Universal de Derechos Humanos
- Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos
- Pacto Internacional de Derechos Económicos Sociales y Culturales
- Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer
- Convención sobre los Derechos del Niño
- Convención contra la Tortura y Otros Tratos o Penas Crueles, Inhumanos o Degradantes
- Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad

DOCUMENTOS REGIONALES

- Convención Americana sobre Derechos Humanos
- Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer (Convención de Belém do Pará)
- Convenio Europeo de Derechos Humanos
- Convenio del Consejo de Europa sobre Prevención y Lucha contra la Violencia contra las Mujeres y la Violencia Doméstica (Convenio de Estambul)
- Carta Africana de Derechos Humanos y de los Pueblos (Carta de Banjul)
- Protocolo a la Carta Africana de Derechos Humanos y de los Pueblos relativo a los Derechos de la Mujer en África (Protocolo sobre las Mujeres en África)
- Carta Árabe de Derechos Humanos

Activistas de Amnistía Internacional Suiza inician una petición para la campaña *Mi cuerpo mis derechos*, marzo de 2014.

Aunque el concepto de derechos sexuales y reproductivos se ha definido hace relativamente poco en los acuerdos y normas internacionales, está basado en derechos fundamentales e integrales, como el derecho a la vida y a la intimidad, a la salud, a la educación y la información, a la libertad de opinión y de expresión, a no sufrir violencia ni discriminación, a no sufrir tortura ni tratos crueles, inhumanos o degradantes, y a la vida familiar. Los derechos sexuales y reproductivos son en sí mismos derechos humanos y resultan además esenciales para la realización de toda la gama de derechos humanos.

LOS PRINCIPIOS DE YOGYAKARTA

Conjunto de principios internacionales sobre la orientación sexual y la identidad de género, elaborados en 2006 por un distinguido grupo de especialistas internacionales en derechos humanos. Aunque no son un tratado de derechos humanos que los Estados se hayan comprometido o estén obligados a cumplir, incluyen normas ya existentes de derechos humanos, y los órganos judiciales los utilizan cada vez más para abordar las violaciones de derechos humanos. Por ejemplo, los tribunales superiores de diversos países –el último de ellos el Tribunal Supremo de India– se han servido de estos principios para identificar violaciones de derechos constitucionales relacionados con la orientación sexual y la identidad de género, incorporando básicamente los principios a la legislación nacional.



© Amnesty International

OBLIGACIONES DE LOS ESTADOS EN MATERIA DE DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS

De acuerdo con el derecho internacional de los derechos humanos, los Estados deben respetar, proteger y hacer efectivos los derechos sexuales y reproductivos de todas las personas. Tienen también que garantizar igualdad y ausencia de discriminación en el disfrute de los derechos sexuales y reproductivos. Para cumplir estas obligaciones, los Estados deben:

Respetar los derechos sexuales y reproductivos de las personas. Los Estados deben utilizar las leyes y políticas para permitir que todas las personas expresen su género y su sexualidad sin sufrir discriminación, coacción ni violencia. Por ejemplo, los Estados no deben elaborar leyes que restrinjan el acceso de los jóvenes a métodos anticonceptivos, cualquiera que sea su estado civil, o que criminalicen las relaciones sexuales consentidas o el ofrecimiento y prestación de información y de servicios sexuales y reproductivos.

Proteger los derechos sexuales y reproductivos de las personas. Los Estados deben impedir la discriminación y la violencia basadas en el género o la identidad sexual de las personas o en sus decisiones sexuales y reproductivas y procesar a quienes cometan tales actos. El derecho internacional exige a los Estados que combatan la discriminación y los crímenes de odio, incluidos los perpetrados debido a la orientación sexual y la identidad de género de la víctima. Los Estados deben regular a los proveedores privados de servicios de salud y asegurarse de que no discriminan ni violan derechos humanos. Están también obligados a proteger a los defensores y defensoras de los derechos humanos y a impedir la violencia contra ellos con independencia de la identidad del responsable de tales actos.

Hacer efectivos los derechos sexuales y reproductivos de las personas. Los Estados deben garantizar el acceso pleno a la información, la educación y los servicios a fin de alcanzar el nivel más alto posible de salud y bienestar sexuales y reproductivos. Esto supone que la información y los servicios de salud sexual y reproductiva deben ser accesibles para todas las personas sin discriminación, coacción ni violencia. También por ello, los Estados deben promover los derechos de las personas dándoles a conocer el contenido de los acuerdos internacionales que hayan firmado, corregir la información errónea y los estereotipos y establecer sistemas que permitan a las personas conocer y reclamar sus derechos. Por ejemplo, los Estados tienen la obligación de proporcionar educación integral y exacta sobre la sexualidad humana, la igualdad de género y los derechos humanos.

En la actualidad, muchos Estados criminalizan la opción sexual y reproductiva de determinadas personas y su conducta o su identidad. En todas las regiones hay leyes que criminalizan opciones sexuales y reproductivas. Cabe incluir entre ellas:

- las leyes que limitan el acceso de las mujeres al aborto o la conducta durante el embarazo;
- las leyes que restringen la conducta de las personas que viven con el VIH o penalizan el trabajo sexual consensual;
- las políticas y reglamentos que dictan cuándo, cómo y con quién las mujeres o los adolescentes pueden acceder a información y servicios de salud sexual y reproductiva.

La función de las leyes en la sociedad consiste, en parte, en establecer normas de conducta, pero pueden utilizarse también para castigar la diferencia o el inconformismo. A veces, las leyes son discriminatorias o se aplican de manera discriminatoria a grupos ya desfavorecidos, socialmente excluidos o marginados.

Si no se protegen los derechos sexuales y reproductivos, se pueden ver afectados por ello otros derechos humanos. Sin protección frente a la discriminación, las personas que viven con el VIH, las trabajadoras y trabajadores sexuales, las mujeres que no están casadas y las personas LGBTI están más expuestas a sufrir violaciones de sus derechos en la esfera del trabajo, la vivienda, la salud y la educación.

Los Estados tienen la obligación de derogar las leyes que violen los derechos sexuales y reproductivos y de aprobar y poner en vigor leyes y políticas que los hagan valer. Las políticas y programas de los gobiernos deben dar prioridad al acceso a la justicia y a resarcimiento judicial por violaciones de derechos sexuales y reproductivos, incluidas las violaciones aprobadas o perpetradas por Estados.



ACCESO A... INFORMACIÓN Y EDUCACIÓN SEXUAL

El derecho a la educación sexual es un derecho humano en sí mismo y un medio para hacer efectivos otros derechos humanos, como el derecho a la salud, el derecho a la información y los derechos sexuales y reproductivos.

En su informe de 2010 sobre educación sexual integral, el UNFPA mostró que el acceso a información y educación sexual integral promueve la conducta sexual sana, contribuye a que haya mayor igualdad en las relaciones y reduce los embarazos no deseados y las enfermedades de transmisión sexual. Las *Orientaciones Técnicas Internacionales sobre Educación en Sexualidad* (2009) de la Unesco proporcionan útiles recursos y buen asesoramiento técnico para los encargados de tomar decisiones y los profesionales del sector de la educación y la salud sobre cómo debe ser un programa de educación sexual para ser efectivo, así como sobre el contenido y los objetivos de aprendizaje que hay que abarcar en las distintas edades en educación sexual básica para niños y niñas y jóvenes de entre 5 y 18 o más años.

Sin embargo, a pesar de la importancia vital que tiene conocer el cuerpo, la salud y los derechos, la educación sexual puede resultar todavía muy controvertida y estar estigmatizada en muchas sociedades. Según cálculos de la ONU, la inmensa mayoría de los jóvenes y adolescentes siguen sin tener acceso a la educación integral que necesitan para llevar una vida sana.

A gran número de jóvenes se les niega el acceso a educación integral sobre la sexualidad humana y la salud sexual y reproductiva o se les proporciona información incompleta, sesgada o inexacta sobre la salud y la sexualidad. En algunos países, las leyes restringen e incluso penalizan proporcionar información sobre la sexualidad y la reproducción a jóvenes.

“En Hong Kong la gente no sabe qué son los derechos sexuales y reproductivos. Hay quien piensa que no podemos juzgar cómo utilizar nuestro cuerpo y que enseñarnos sobre sexo nos hará hacer cosas ‘malas’.”

(Lam Po Yee, Hong Kong)

Hay docentes y profesionales de la salud que, a veces, no están seguros de su papel o se sienten incómodos al hablar de sexualidad con niños y niñas y adolescentes. La falta de acceso a educación sexual en la escuela, sumada a los estigmas y tabúes sociales sobre la sexualidad adolescente, hace que los jóvenes no tengan dónde acudir en busca de información cuando más la necesitan.

Los Estados deben garantizar educación sexual integral a todas las personas jóvenes. Con tal fin, los Estados deben:

- Incorporar a en los planes de estudios ordinarios programas de educación sexual integral, impartida de manera apropiada a la edad.
- Elaborar programas de educación disponibles también fuera del marco educativo formal a fin de que lleguen a las personas excluidas del sistema educativo, como los jóvenes casados y los niños y niñas de la calle.
- Preparar campañas de educación pública para sensibilizar sobre las cuestiones de salud sexual y reproductiva, como los riesgos del embarazo prematuro y la prevención de las enfermedades de transmisión sexual, a través de foros médicos y otros foros alternativos.
- Garantizar que la capacitación del profesorado incluye formación sobre educación sexual integral.
- Preparar material educativo que refleje programas exactos y accesibles de educación sexual integral. El contenido debe ser científicamente exacto y no discriminatorio, e incluir asuntos relativos a la prevención del VIH y las enfermedades de transmisión sexual, el embarazo no deseado, el respeto de la diversidad y la promoción de la igualdad de género.

Derecha: Miembros de Amnistía Internacional Suiza muestran lemas impresos que se utilizarán en el lanzamiento de la campaña *Mi cuerpo mis derechos*, Berna, Suiza, marzo de 2014.

ACCESO A... SERVICIOS DE SALUD

En 2012, el secretario general de la ONU informó a la Comisión de Población y Desarrollo de que en la actualidad casi la mitad de la población mundial tiene entre 10 y 24 años de edad; sin embargo, la gran mayoría de los jóvenes carecen todavía de acceso a información y servicios integrales de salud sexual. Al no garantizarles los Estados los servicios, información y educación que necesitan para llevar una vida sana, muchas personas jóvenes continúan sufriendo complicaciones durante el embarazo y el parto, violencia de género y enfermedades relacionadas con el sida, e incluso muriendo por estas causas. El embarazo y el parto son la principal causa de muerte durante las últimas etapas de la adolescencia en los países en desarrollo.

Además del derecho a información y educación sobre la salud, el derecho a la salud tiene cuatro elementos principales: los centros de atención de salud tiene que ser accesibles, asequibles, aceptables y de buena calidad. El Comité de Derechos Económicos, Sociales y Culturales explicó en 2000, en su Observación general n° 14, que desde el punto de vista de la salud reproductiva tal requisito supone:

- los servicios han de estar situados en un lugar donde todos los miembros de la comunidad puedan acceder a ellos y ser asequibles a bajo precio o gratuitos para quienes los necesiten;
- los servicios no pueden discriminar entre hombres y mujeres, jóvenes y adultos, ni en razón de ninguna otra condición;
- los servicios y la atención han de observar la ética médica y hacer valer el derecho a la confidencialidad, la intimidad y el respeto;
- ha de prestarlos personal bien formado y competente.

“[L]a proporción de jóvenes con acceso a información sexual y reproductiva es mínima [...]. La pobreza impide también a algunas personas jóvenes solicitar esos servicios. Algunas ni siquiera saben que existen.”

(Kando Seraphine, joven activista y estudiante de Derecho de Burkina Faso)



215 MILLONES
MUJERES EN EL MUNDO
SIN ACCESO A
MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS

Las personas que viven en la pobreza pueden no tener acceso a atención preventiva de la salud; además, el grado de atención que se presta en los centros públicos suele ser menor que en los centros privados, que son más caros. Además de la pobreza, puede haber otras barreras socioeconómicas que impidan el acceso a los servicios. Por ejemplo, los centros de atención de la salud suelen estar concentrados en zonas urbanas, por lo que quienes viven en comunidades rurales tienen que gastar más en transporte para acceder a los servicios.

La principal dificultad que tengo es la distancia que existe entre mi casa y la posta médica, tengo que caminar cerro arriba para ir a realizar mi atención y control de embarazo. [...] Iba caminando, pero allí no tenemos de nada, ni comida ni lugar donde preparárnosla, ni tampoco podemos quedarnos allí las que venimos de lejos.”

(Mujer indígena, Perú)

PLANIFICACIÓN FAMILIAR

Amnistía Internacional ha determinado que, a pesar de que la ONU calcula que el acceso a métodos anticonceptivos y su uso de manera habitual podrían impedir 187 millones de embarazos no deseados, 105 millones de abortos provocados y 215.000 muertes maternas cada año, muchas mujeres y jóvenes carecen todavía de acceso a servicios de planificación familiar.

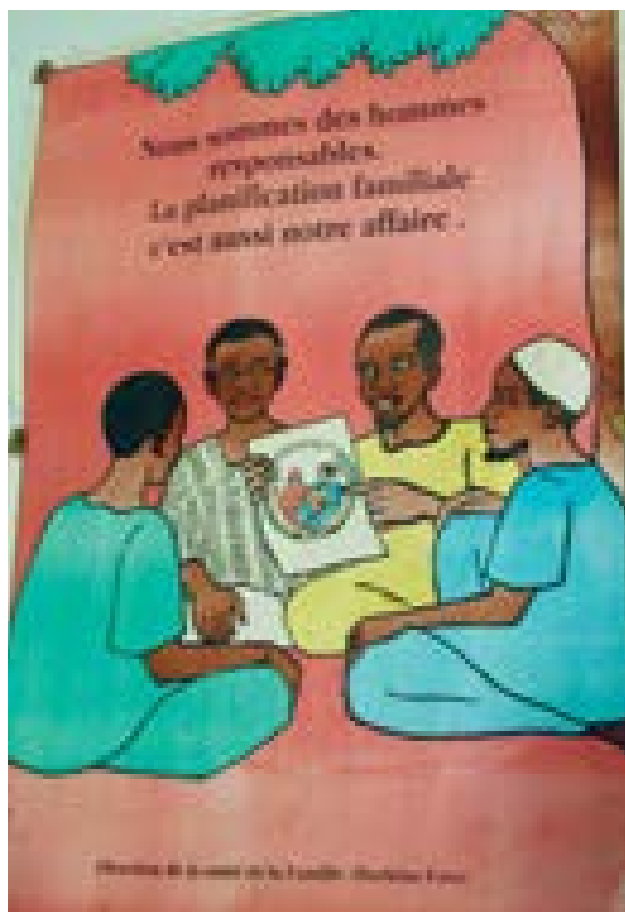
Incluso cuando se da prioridad a los servicios de planificación familiar siguen existiendo barreras que dificultan o impiden a las mujeres y las niñas el acceso a ellos, como las leyes, políticas y prácticas en virtud de las cuales para que las mujeres o las personas jóvenes accedan a servicios anticonceptivos es necesario informar o pedir el consentimiento al esposo o a los padres.

“Tras siete embarazos y cinco hijos vivos, le dije a mi esposo que quería utilizar métodos anticonceptivos, pero se negó.”

(Mujer de Burkina Faso)

La cuestión de quién tiene acceso a servicios de salud sexual y reproductiva, cuándo y a qué precio sigue siendo motivo de mucha división. Para hacer valer el derecho a decidir si tener hijos, cuándo y cómo, es preciso tener acceso a servicios integrales de planificación familiar, anticoncepción y aborto sin riesgos cuando se necesiten. Las jóvenes, en particular, han de tener acceso a información, servicios y apoyo para ayudarlas a tomar decisiones informadas y autónomas sobre su vida reproductiva.

En algunos países, los servicios como el aborto sin riesgos o la atención posterior al aborto, que son motivo de gran controversia pública, son inexistentes o están restringidos, y las opciones de acceso de las mujeres a los servicios que necesitan son limitadas. En 2014, el Centro de Derechos Reproductivos publicó un mapa mundial donde aparecen 68 países que prohíben por completo el aborto o sólo lo permiten si corre peligro la vida de la mujer. La Organización Mundial de la Salud informa también de ello y señala que algunos países prohíben el aborto incluso en caso de violación. Tal prohibición restringe el derecho de las mujeres y las niñas a elegir, así como su derecho a la integridad física, y se considera incompatible con el derecho internacional de los derechos humanos, incluida, en algunos casos, la Convención contra la Tortura.



© Amnistía Internacional

Cartel mural en Burkina Faso, julio de 2014. El texto reza: “Somos hombres responsables. La planificación familiar también es cosa nuestra”.



47.000 MUJERES
MUEREN CADA AÑO
POR ABORTOS INSEGUROS

ACCESO A SERVICIOS DE ABORTO SIN RIESGOS

Los abortos practicados en condiciones de riesgo siguen siendo la tercera causa principal de muerte materna, ocasionando alrededor del 13 por ciento de las muertes de ese tipo que se producen en el mundo, según la Organización Mundial de la Salud (OMS). Sin embargo, la OMS calcula que, en todo el mundo, el 40 por ciento de las mujeres en edad de procrear viven en países con leyes sobre el aborto muy restrictivas o donde, aunque el aborto sea legal, no se dispone de servicios de aborto o son inaccesibles.

En Nicaragua, donde el aborto está penalizado en todos los casos, incluso de violación, y donde la mayoría de las víctimas de violencia sexual tienen menos de 17 años, las niñas de entre 10 y 14 años que se quedan embarazadas tras haber sido violadas tienen que llevar a término el embarazo o someterse a un aborto ilegal y con riesgos, expuestas a ser encarceladas si las descubren. La prohibición total del aborto afecta a varios derechos fundamentales de las mujeres, como el derecho a la salud, a la vida y a no sufrir tortura ni otros malos tratos, y vuelve a convertir en víctimas a las sobrevivientes de violación.

“Para mí era horrible, que una niña tuviera que dar a luz a otra niña. [...] Me dolía mucho pensar que mi hija [de 12 años] tuviera que pasar por esto, que algo saliera de ella tras ser violada [...] y, por supuesto, el riesgo para su salud a esa edad.”

(Adriana, Nicaragua)

22
MILLONES
ABORTOS INSEGUROS
SE PRACTICAN
CADA AÑO



BARRERAS A LOS SERVICIOS DE SALUD PARA JÓVENES

La gente joven puede encontrar dificultades especiales al intentar ejercer su derecho de acceso a servicios de salud. Como consecuencia de los tabúes sociales contrarios a la sexualidad juvenil, los proveedores de servicios de salud y los profesionales de la salud pueden adoptar actitudes negativas o moralizantes hacia los jóvenes que solicitan sus servicios. El personal de los servicios de salud puede tomar decisiones por las personas jóvenes o amenazarlas, en vez de proporcionarles un entorno donde puedan tomar por sí mismas decisiones sobre la salud, o pueden negarse a ofrecerles información completa.

Puede restringirse también el acceso a la atención de la salud por medio de requisitos de notificación y consentimiento de los padres o el cónyuge, de leyes restrictivas sobre la edad de libre consentimiento o de leyes y políticas que prevén distintos derechos para las personas dependiendo de que estén o no casadas. En muchos Estados es necesario el consentimiento de los padres y el cónyuge para otros servicios de salud, además de los anticonceptivos, entre ellos las pruebas y el tratamiento del VIH, el aborto, e incluso la información y educación sexual. Incluso en los Estados sin leyes que prevean la notificación o el consentimiento de los padres, algunos proveedores de servicios de salud trabajan en entornos donde puede haber prácticas o políticas que hagan necesaria la notificación a los padres, lo que constituye una violación directa del derecho a la intimidad de los jóvenes.

La confidencialidad y la intimidad son esenciales para los derechos sexuales y reproductivos de los jóvenes, pues les permiten acceder a información y servicios en un entorno protector y sin riesgos. La preocupación por la confidencialidad y la intimidad en el acceso a los servicios de salud suele ser la principal barrera social para el acceso de los jóvenes. Según la OMS, los jóvenes temen el estigma social que supone que los vean en un centro de salud sexual o planificación familiar, les preocupa que el personal de los centros de salud los juzgue o los acose por su conducta sexual y temen que los proveedores de servicios de salud compartan información confidencial con otros miembros de la comunidad, en especial con sus padres o cuidadores.

Varias personas muestran sus recetas médicas para pedir las medicinas tras haber recibido atención gratuita durante un acto organizado por Amnistía Internacional en el marco de una campaña de sensibilización sobre la discriminación de género y el prolapso uterino en Nepal, marzo de 2014.

Los Estados deben garantizar información y servicios de salud a todas las personas jóvenes. Con tal fin, los Estados deben:

- Tener en cuenta la evolución de las facultades de las personas jóvenes al garantizar que se ponen a su disposición servicios adecuados con independencia de la autorización de los padres o tutores, si se hace por el interés superior del menor.
- Posibilitar que las personas jóvenes sean reconocidas por su familia y por la ley como titulares activos de derechos. Con orientación y guía apropiadas, tienen la capacidad de convertirse progresivamente en ciudadanos plenos y responsables.
- Respetar estrictamente el derecho de las personas jóvenes a la intimidad y la confidencialidad, incluso con respecto al asesoramiento y orientación sobre cuestiones de salud. Asimismo, los proveedores de atención de la salud deben recibir formación para garantizar la prestación de servicios de salud reproductiva, incluida planificación familiar, confidenciales y de fácil acceso para adolescentes a adolescentes de distintos entornos socioeconómicos.
- Garantizar que no se priva a jóvenes de ninguna información ni servicio de salud sexual y reproductiva debido a convicciones religiosas o culturales específicas del proveedor de atención de la salud.



PROTECCIÓN CONTRA LA VIOLENCIA

“Tu cuerpo es tuyo y nadie tiene derecho a tocarlo.”

(Laura, defensora de los derechos de la juventud de 15 años, Managua, Nicaragua)

Las personas tienen derecho a vivir sin discriminación y violencia. Este derecho está protegido por diversos tratados internacionales, como la Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer, el Convenio del Consejo de Europa sobre prevención y lucha contra la violencia contra las mujeres y la violencia doméstica (Convenio de Estambul) y la Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer (Convención de Belém do Pará). La violencia contra una persona es en potencia una violación de su derecho a la vida, a la integridad física y a la libertad.

Los Estados tienen la obligación de tomar medidas contra la discriminación, la violencia y el acoso en su jurisdicción, dentro y fuera del ámbito doméstico. Un tipo común de hostigamiento que sufren las mujeres es el acoso en la calle, donde son objeto de silbidos, comentarios de índole sexual, insultos y, en ocasiones, agresiones físicas en público.

Durante el levantamiento egipcio de 2011 y después de él, los ataques contra mujeres participantes en manifestaciones aumentaron considerablemente. Muchas mujeres que acudían a las manifestaciones eran agredidas por el ejército y las fuerzas de seguridad, que las golpeaban y sometían a violencia sexual y de género, incluidas “pruebas de virginidad” forzadas y amenazas de violación.

Véase Amnistía Internacional, *Egipto: Brutalidad sin castigo y sin freno. El ejército egipcio mata y tortura impunemente a manifestantes* (Índice: MDE 12/017/2012).

Hay muchas formas de violencia y discriminación que afectan a la capacidad de las mujeres y las niñas de ejercer sus derechos sexuales y reproductivos, entre ellas prácticas como las siguientes:

- El matrimonio prematuro y forzado
- La mutilación genital femenina
- Las pruebas de virginidad
- El levirato (heredar a la esposa)
- La preferencia por los hijos varones
- Los tabúes alimentarios para las mujeres y las niñas
- Los tabúes sobre la menstruación
- La dote y el precio de la novia
- La prohibición de las conductas homosexuales



© Amnistía Internacional

Izquierda: Activistas de Amnistía Internacional Ecuador participan en una marcha de la campaña “Escuelas Seguras para las Niñas” durante los 16 Días de Activismo, diciembre de 2007.

Derecha: Ruth, profesora en una casa de acogida para mujeres y activista en contra de la mutilación genital femenina en Kenia, informa a un grupo de hombres de los peligros de esta práctica, diciembre de 2005.



© Paula Allen

MUTILACIÓN GENITAL FEMENINA

“La primera vez que vi claramente cómo se oprimía la sexualidad femenina fue en el caso de mi propia hija. Supe que la circuncisión femenina no era obligatoria, que era un medio de controlar el cuerpo de las mujeres y su sexualidad.”

(Nursyahbani Katjasungkana, Indonesia)

La mutilación genital femenina (MGF) es una forma demasiado común de práctica perjudicial dirigida contra las niñas y las mujeres jóvenes. Se entiende por MGF todo procedimiento que suponga la eliminación parcial o total de los órganos genitales femeninos externos o causar lesiones en ellos. Estos procedimientos se llevan a cabo por razones culturales y tienen por objeto eliminar o restringir el deseo sexual de las mujeres

y las niñas y su capacidad de sentir placer sexual. La MGF es una forma de violencia de género y una violación del derecho de las mujeres y las niñas a la integridad física. Aunque hay leyes que prohíben esta práctica y prevén la obligación del Estado de proteger los derechos de las mujeres y las niñas, la MGF es todavía común en muchas zonas.

De acuerdo con esta definición, se entiende por “violencia” no sólo las agresiones o ataques físicos, sino también la coacción y las amenazas, el hostigamiento y la fuerza por medio de la privación de libertad. La violencia de género constituye una violación de derechos humanos fundamentales, tanto si ocurre en el ámbito doméstico, en la familia o en la comunidad en general, como si la perpetra o aprueba el Estado.

Muchas de las leyes y políticas que criminalizan la sexualidad, la identidad de género y la reproducción están formuladas en un lenguaje de protección de la cultura tradicional o de un código moral establecido que está por encima de los derechos humanos de la persona. Aunque los derechos sexuales y reproductivos son derechos humanos, en algunos Estados los derechos sexuales de las personas de determinada orientación sexual e identidad de género pueden ser motivo de controversia. Aunque deba protegerse el derecho de las personas a tener convicciones religiosas y culturales diversas, no debe mantenerse tal protección a costa de otros derechos humanos, como los derechos sexuales y reproductivos y las garantías de no discriminación.

Los Estados deben proteger a las personas de la violencia y la discriminación basadas en el género. Con tal fin, los Estados deben:

- Tomar medidas para modificar los patrones socioculturales a fin de eliminar los prejuicios y las prácticas basados en la inferioridad o superioridad de uno de los sexos o en roles estereotipados de los hombres y las mujeres.
- Despenalizar las relaciones sexuales consentidas entre adultos, incluidos el adulterio y las relaciones homosexuales.
- Prevenir y eliminar la violencia contra las mujeres y la niñas en las esferas pública y privada.
- Investigar, enjuiciar y castigar los casos de violencia de género y aplicar políticas que protejan a las víctimas de tales abusos, como poner a su disposición servicios sociales, psicológicos y de salud.
- Proporcionar a las personas sobrevivientes de violencia sexual acceso a servicios de salud sexual, como orientación, pruebas y tratamiento para el VIH, anticonceptivos de emergencia y servicios de aborto legal y sin riesgos.
- Iniciar campañas de educación pública para sensibilizar sobre la violencia de género y combatir sus causas básicas, incluso por medio de educación en las escuelas sobre la violencia de género.
- Garantizar el acceso efectivo a la justicia a las personas sobrevivientes de violencia sexual y de género, lo que supone garantizar asistencia letrada y reparación suficiente, que incluya indemnización y rehabilitación.



© Elio Germani

RENDICIÓN DE CUENTAS E INTERPOSICIÓN DE RECURSOS

Se entiende por rendición de cuentas la responsabilidad del Estado de garantizar y vigilar el acceso a los derechos humanos y de velar por el derecho a interponer un recurso si se violan derechos. Tal obligación supone que quienes sufran violaciones de derechos tendrán acceso a la justicia, pero también que el Estado debe garantizar que tales violaciones no volverán a cometerse ni contra esas personas ni contra otras. Cuando las leyes, políticas y programas del Estado no se ajustan a los compromisos contraídos o tienen resultados negativos, los mecanismos de rendición de cuentas pueden permitir que se corrija el mal o el daño causados. Estos mecanismos son propios del país, y pueden consistir en una persona u organismo, como el defensor del pueblo para cuestiones de derechos humanos, la policía o una institución nacional de derechos humanos, con atribuciones para vigilar y criticar a quienes tienen la autoridad. También figuran entre ellos los tribunales, en tanto que último recurso, y algunos mecanismos regionales e internacionales.

La rendición de cuentas puede reforzar el diálogo entre los Estados y las personas y comunidades a las que prestan servicio. La rendición de cuentas permite abordar y eliminar las barreras que encuentran determinadas personas y comunidades para hacer efectivos sus derechos. Unos mecanismos efectivos de rendición de cuentas permitirán a las personas y comunidades no sólo exigir responsabilidades a los Estados, sino también vigilar si éstos son eficientes en el cumplimiento de sus obligaciones en materia de derechos humanos.



© Amnesty International / Jens Liebchen

Arriba: Una activista sostiene un cartel de la campaña de Amnistía Internacional "Escuelas Seguras", Berlín, Alemania, noviembre de 2008. El cartel reza: "¿Quién me informará a mí del sida?".

Izquierda: Activistas de Amnistía Internacional participan en la Marcha del Orgullo Gay y Lésbico en Bruselas, Bélgica, 2014.

RELACIÓN ENTRE LOS DERECHOS HUMANOS

Los derechos humanos son inalienables: no se pueden dar ni quitar. Son indivisibles: todos los derechos humanos son importantes por igual. Son interdependientes: los abusos contra un derecho tienen efectos negativos en otros derechos. Asimismo, hacer efectivo un derecho contribuye a que se hagan efectivos otros derechos. Y los derechos humanos son participativos: tenemos derecho a actuar para defender y hacer valer nuestros derechos y los de otras personas, así como a exigir que el Estado cumpla con su obligación de respetar, proteger y hacer efectivos los derechos humanos. (Más información sobre cómo los derechos humanos están interrelacionados en Amnistía Internacional, *Respetar mis derechos, respetar mi dignidad. Módulo 1: La pobreza y los derechos humanos*, ACT 35/021/2011.)

La violación de los derechos sexuales y reproductivos de una persona puede afectar a su capacidad para disfrutar de una amplia variedad de otros derechos, del mismo modo que la defensa y la promoción de los derechos sexuales y reproductivos pueden dar lugar a que se hagan efectivos otros derechos. Entre éstos figuran los derechos a la salud, la educación, la vivienda, el trabajo, la intimidad, la libertad de expresión y asociación y la vida. Por ejemplo:

- Las personas que viven con el VIH pueden sufrir discriminación en la atención de la salud, el trabajo y la vivienda, lo que constituye una violación de su derecho a la vivienda, a un trabajo justo y a la salud.



© Amnistía Internacional

Protesta en favor de los derechos relativos a la salud, organizada por la campaña Treatment Action Campaign (TAC) en Bloemfontein, Sudáfrica, marzo de 2014.

- Cuando los Estados penalizan las relaciones homosexuales, las personas LGBTI pueden ser detenidas arbitrariamente y encarceladas, en contra de su derecho a la integridad física, a no sufrir detención arbitraria y a la libertad de expresión, asociación y reunión.
- Al no tener acceso a métodos anticonceptivos ni a planificación familiar, puede ocurrir que las familias tengan más hijos de los que pueden alimentar, vestir y enviar a la escuela, lo que supondría violar su derecho a la educación y a la igualdad de oportunidades.
- Las personas que no cumplen las normas sobre el género aceptadas por la comunidad –como las mujeres con hijos nacidos fuera del matrimonio, los trabajadores y trabajadoras sexuales, las personas transgénero y otras– pueden ser condenadas al ostracismo, desalojadas de sus hogares o despedidas del trabajo, en contra de su derecho a la vivienda, a un trabajo justo y a la igualdad de oportunidades.
- Los defensores y defensoras de los derechos humanos que trabajan para proteger los derechos sexuales y reproductivos sufren violencia, agresiones y detención arbitraria, en contra de su derecho a la integridad física y a la libertad de expresión y asociación.
- Las personas que, cualquiera que sea su género, han sufrido hostigamiento o agresión sexual pueden ser culpadas de la agresión o avergonzadas por ella en público, con la consiguiente pérdida del trabajo, la vivienda o la posición social, en contra de su derecho a la intimidad, a un trabajo justo, a la vivienda y a vivir sin sufrir discriminación ni violencia.
- El acoso y las agresiones sexuales en la escuela contribuyen a aumentar los índices de abandono escolar de personas de todos los géneros, especialmente de niñas y de jóvenes que no se ajustan a las normas sobre el género, lo que constituye una violación de su derecho a la educación.
- La discriminación en razón de la edad y los tabúes contra la sexualidad juvenil pueden impedir el acceso de las personas jóvenes a servicios esenciales de salud, en contra de su derecho a la salud y a la integridad física.

RECURSOS PARA CONOCER Y RECLAMAR LOS DERECHOS

Informes de Amnistía Internacional utilizados en esta parte

Escucha sus voces y actúa. No más violación y abuso sexual contra niñas en Nicaragua (Índice: AMR 43/008/2010)
<https://www.amnesty.org/es/documents/amr43/008/2010/es/>

Mi vida, mi salud, mi educación, mi decisión, mi futuro, mi cuerpo, mis derechos (Índice: ACT 35/001/2014)
<https://www.amnesty.org/es/documents/act35/001/2014/es/>

The Wire, enero/febrero de 2014, pág. 14, “Breaking Taboos”, entrevista con Kando Seraphine y “Remembering Amina”
http://issuu.com/amnestywire/docs/wire14_janfeb_web?e=4291400/6172594

Burkina Faso: Nueva vida, peligro de muerte (Índice: AFR 60/001/2009)
<https://www.amnesty.org/es/documents/afr60/001/2009/es/>

Left without a choice: Barriers to reproductive health in Indonesia (Índice: ASA 21/013/2010)
<https://www.amnesty.org/en/documents/asa21/013/2010/en/>

Brutalidad sin castigo y sin freno: El ejército egipcio mata y tortura impunemente a manifestantes (Índice: MDE 12/017/2012)
<https://www.amnesty.org/es/documents/mde12/017/2012/es/>

Making love a crime: Criminalization of same-sex conduct in sub-Saharan Africa (Índice: AFR 01/001/2013)
<http://amnesty.org/en/documents/afr01/001/2013/en>

Otras fuentes utilizadas en esta parte

Centro de Derechos Reproductivos, *Questions and answers: Understanding the world abortion law map*,
<http://worldabortionlaws.com/questions.html>

Comité de Derechos Económicos, Sociales y Culturales de la ONU, Observaciones generales de 2000
http://tbinternet.ohchr.org/_layouts/treatybodyexternal/Download.aspx?symbolno=E%2fC.12%2f2000%2f4&Lang=en

UNESCO, *Orientaciones Técnicas Internacionales sobre Educación en Sexualidad* (2009)
<http://unesdoc.unesco.org/images/0018/001832/183281s.pdf>

UNFPA, *Comprehensive sexuality education: Advancing human rights, gender equality and improved sexual and reproductive health* (2010)
<http://www.unfpa.org/webdav/site/global/groups/youth/public/Comprehensive%20Sexuality%20Education%20Advancing%20Human%20Rights%20Gender%20Equality%20and%20Improved%20SRH-1.pdf>

UNFPA, *Programa de Acción de la Conferencia Internacional sobre la Población y el Desarrollo*, capítulo VII, Derechos reproductivos y salud reproductiva
http://www.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/icpd_spa.pdf

OMS, informe de política, *From evidence to policy: Expanding access to family planning – Improving contraceptive services for adolescents* (2012)
http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/75160/1/WHO_RHR_HRP_12.21_eng.pdf

OMS, *Aborto sin riesgos: guía técnica y de políticas para sistemas de salud* (2012)
<http://apps.who.int/iris/handle/10665/77079>
u OMS, *Unsafe abortion*
http://whqlibdoc.who.int/publications/2011/9789241501118_eng.pdf

¿Quieren saber más?

Amnistía Internacional, *Hacer realidad los derechos sexuales y reproductivos. Marco de derechos humanos* (ACT 35/006/2012)
<http://www.amnesty.org/es/documents/act35/006/2012/es>

Amnistía Internacional Estados Unidos, *Sexual and reproductive health rights factsheet*
<http://www.amnestyusa.org/pdfs/SexualReproductiveRightsFactSheet.pdf>

Centro de Derechos Reproductivos / UNFPA, *The right to contraceptive information and services for women and adolescents*, hoja informativa
<http://reproductiverights.org/en/document/briefing-paper-the-right-to-contraceptive-information-and-services-for-women-and-adolescent>

Centro de Derechos Reproductivos, *Religious Voices Worldwide Support Choice: Pro-Choice Perspectives in Five World Religions*
http://reproductiverights.org/sites/crr.civicactions.net/files/documents/pub_bp_tk_religious.pdf

Centro de Jóvenes Lesbianas Indonesias, *Yogyakarta Principles Comic*
<http://www.pelangiperempuan.or.id/yogyakarta-principles-comic/>

IPAS, *Human rights of adolescents*
<http://www.ipas.org/en/The-Storehouse-for-Abortion-Law-and-Policy/Adolescent-Rights/Human-Rights-Standards.aspx>

Federación Internacional de Planificación de la Familia, *Guía para la gente joven sobre derechos sexuales: una Declaración de IPPF*
http://www.ippf.org/sites/default/files/exclaim_ippf_es_web.pdf

Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos, *Nacidos libres e iguales: Orientación sexual e identidad de género en las normas internacionales de derechos humanos*
http://www.ohchr.org/Documents/Publications/BornFreeAndEqualLowRes_SP.pdf

Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos, folletos informativos
<http://www.ohchr.org/EN/PublicationsResources/Pages/FactSheets.aspx>

UNICEF, *La evolución de las facultades del niño*,
<http://www.unicef-irc.org/publications/393>

¿Quieren hacer algo más?

The Youth Coalition, *Derechos sexuales y derechos reproductivos. Guía para activistas jóvenes*
http://www.youthcoalition.org/wp-content/uploads/Guia_activista_DS DR_-withcover.pdf

IPAS, *Young women and abortion: Avoiding legal and policy barriers*
<http://ipas.org/en/Resources/Ipas%20Publications/Young-Women-and-Abortion—Avoiding-Legal-and-Policy-Barriers.aspx>

Derecha: Información sobre la campaña *Mi cuerpo mis derechos* distribuida en Sudáfrica, mayo de 2014.



© Amnesty International

ACTIVIDAD 3.1

HACER QUE LOS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS SEAN ALGO PERSONAL

FINALIDAD

- Reflexionar sobre cómo los derechos sexuales y reproductivos son parte de la vida de toda persona.
- Examinar cómo determinadas condiciones, como la edad, la identidad sexual o el acceso a recursos, pueden contribuir a mejorar o limitar nuestro conocimiento de los derechos sexuales y reproductivos y nuestro acceso a ellos.

DURACIÓN

3 horas

MATERIAL

- Frases para “dar un paso al frente” (página 99)
- Espacio suficiente para que los participantes se pongan en fila y den un paso al frente. (Si falta espacio se puede adaptar la actividad. Véanse Consejos para la facilitación.)
- Trozos de papel
- Un conjunto de tarjetas de derechos sexuales y reproductivos para cada grupo de cuatro o cinco personas (página 102)
- Papel para rotafolio
- Rotuladores y bolígrafos

ESTA ACTIVIDAD CONSTA DE CUATRO PASOS

Paso 1: Den un paso al frente (45 min)

Paso 2: ¿Quién decide? (45 min)

Paso 3: Identificar mis derechos (60 min)

Paso 4: Actuar (30 min)

Participantes en un taller sobre derechos sexuales y reproductivos en Buenos Aires, Argentina, septiembre de 2014.

CONSEJOS PARA LA FACILITACIÓN

- ✓ Puede ajustarse el tiempo dedicado a esta actividad según el tamaño y las necesidades del grupo.
- ✓ Tras el paso 2, puede dividirse la actividad en dos actividades distintas, pero asegúrese de que al final de cada una hay oportunidad de reflexionar.
- ✓ Para el ejercicio de “dar un paso al frente”, es necesario que la gente joven participante en él se sienta cómoda, así que es importante hacer algo de actividad dinámica antes de empezar para generar confianza y recordar a los participantes el acuerdo general alcanzado, haciendo hincapié concretamente en lo acordado acerca de la confidencialidad
- ✓ Si, por falta de espacio, tienen que adaptar la actividad para que sea de “levantarse”, en vez de “dar un paso al frente”, es importante tener en cuenta que a algunas personas puede costarles más ponerse de pie delante de todo el mundo que dar un paso al frente.



© Amnesty International

Paso 1: Den un paso al frente (45 min)

Grupo completo (10 min)

- Diga a los participantes que se coloquen en silencio en línea recta frente a usted. Tiene que haber cierta distancia entre los participantes y usted para que puedan dar un paso al frente. Este ejercicio debe hacerse en silencio.
- Explíqueles que va a leer en voz alta una serie de frases. Si su respuesta a la frase es afirmativa, pueden dar un paso al frente en silencio. Dígalos que guarden silencio; cuando diga “gracias”, pueden retroceder.
- Al leer las frases, repita siempre antes de cada una: “den un paso al frente si”.
- Una vez leída la frase, es importante dar tiempo a los participantes para pensar y dar el paso al frente. Esta actividad no debe hacerse con prisas, ni siquiera si el silencio resulta incómodo. Luego de dar los participantes el paso al frente, se quedan 30 segundos en silencio, reflexionando, tras lo cual les da las gracias para que vuelvan atrás. Lea luego la pregunta siguiente.
- Tras leer todas las preguntas, diga a los participantes que reflexionen por parejas sobre el ejercicio.

FRASES: DEN UN PASO AL FRENTE SI... (45 MIN)

- Han oído alguna vez hablar de derechos sexuales y reproductivos antes de esta actividad.
- Han sentido alguna vez presión para cambiar algo de su cuerpo o les han discriminado por su aspecto, su ropa o su forma de actuar.
- Les han dado alguna vez información equivocada o incorrecta sobre el sexo, la sexualidad o la reproducción.
- Les ha dado alguna vez vergüenza hacer preguntas o hablar sobre sexo, sexualidad, relaciones o reproducción.
- Les ha parecido alguna vez que alguien intentaba tomar por ustedes decisiones sobre su cuerpo, sexualidad o reproducción.
- Les ha parecido alguna vez que no tenían acceso a información ni a servicios de salud sexual y reproductiva o saben de alguien que no lo haya podido tener.
- Han sentido alguna vez presión para tener o no tener relaciones sexuales.
- Les ha parecido alguna vez que se les presionaban con respecto a cuándo tener o no tener hijos.
- Han conocido alguna vez a alguien que haya sufrido discriminación o violencia a causa de las decisiones que ha tomado sobre su cuerpo, su sexualidad y sus relaciones.

Grupos de debate (10 min)

■ Pida a los participantes que formen parejas para reflexionar sobre las preguntas siguientes:

1. ¿Qué les ha parecido este ejercicio?
2. ¿Qué es lo que más les ha afectado?
3. ¿Qué han aprendido de este ejercicio?
4. ¿Qué les parece que tiene este ejercicio que ver con los derechos sexuales y reproductivos?

Grupo completo (25 min)

■ Con el grupo completo, pregunte a los participantes si hay alguien que quiera compartir sus reflexiones sobre cada frase. Dependiendo del grupo, se puede pedir que hablen sobre cada frase tres, cuatro o más participantes.

■ Puede concluir señalando que casi todo el mundo se ve afectado de un modo u otro por los derechos sexuales y reproductivos. Afectan a los hombres y a las mujeres. Son esenciales para jóvenes de todo el mundo, no sólo para gente de otros países.

▣ Señale que este ejercicio muestra cómo la mayoría nos hemos sentido presionados en algún momento para tomar una decisión o alguien más ha tomado una decisión sobre nuestro cuerpo, nuestra sexualidad o nuestras relaciones.

▣ Explique que las personas han de poder tomar decisiones sobre su cuerpo, su reproducción y su sexualidad, entre ellas:

1. si pedir información sobre sexo
2. si tener relaciones sexuales y con quién
3. qué métodos anticonceptivos utilizar, si es que se decide utilizar alguno
4. si utilizar preservativos u otros métodos de protección para impedir la propagación de enfermedades de transmisión sexual

5. si tener hijos, cuándo y con quién
 6. si solicitar servicios de salud o atención médica para el embarazo o la fertilidad, o por otros motivos de salud sexual
 7. cómo y con quién formar una familia
 8. si abortar en caso de embarazo no deseado
 9. cómo expresar el propio género y la propia sexualidad
- ▣ Hemos de poder tomar estas decisiones sin coacción, presión, discriminación ni violencia. Examinaremos más detenidamente este aspecto en la actividad siguiente.

Paso 2: ¿Quién decide? (45 min)

Trabajo en grupos (20 min)

- Recuerde a los participantes la actividad anterior.
- Divida a los participantes en grupos pequeños. Se les puede dividir por sexo o en grupos mixtos.
- Pídeles que describan o dibujen en un trozo de papel las decisiones sobre la sexualidad y la reproducción que es probable que tomen o que hayan tomado en distintos momentos de su vida y que reflexionen sobre las cuestiones siguientes:

1. ¿Se han sentido alguna vez presionados para tomar una determinada decisión o ha tomado alguien más una decisión por ustedes acerca de su cuerpo, sexualidad, relaciones sexuales, identidad de género o reproducción?
2. ¿Hay alguna decisión de este tipo que alguien de su comunidad no pueda o podría no tomar? ¿Quién no puede? ¿Qué decisiones son y por qué? (Reflexionen sobre si el hecho de ser hombre o mujer, adulto o joven, tener o no medios económicos o vivir en un marco urbano o rural puede aumentar o limitar su capacidad para tomar determinadas decisiones.)

3. ¿Qué ocurre cuando las personas jóvenes no pueden tomar decisiones sobre su reproducción y sexualidad?
4. ¿Qué necesitan para tomar sus propias decisiones sobre su cuerpo, identidad, sexualidad, relaciones sexuales y derechos reproducción?

Grupo completo (25 min)

- Reúna al grupo y pida a los participantes que compartan con los demás su lista de decisiones y sus reflexiones.
- Acabe extrayendo algunas conclusiones generales sobre cómo la sociedad, la cultura, la familia e incluso nuestros pares toman decisiones o nos presionan para tomar determinadas decisiones sobre nuestro cuerpo y nuestra sexualidad.
 - ▣ A algunos grupos, como la gente joven, puede resultarles difícil acceder a información y servicios para tomar tales decisiones. Si sus decisiones no se atienen a lo que dicta para ellos la sociedad, pueden sufrir discriminación, marginación, e incluso violencia.

Paso 3: Identificar mis derechos (60 min)

Trabajo en grupos (30 in)

- Diga a los participantes que vuelvan a formar los grupos pequeños.
- Pídale que recuerden y tengan en cuenta lo que se ha hablado anteriormente sobre las decisiones que ellos u otras personas han tenido que tomar sobre su cuerpo, sexualidad, relaciones sexuales, identidad y reproducción.
- Entregue un conjunto de tarjetas de derechos sexuales y reproductivos a cada grupo.
- Diga a los participantes que miren las tarjetas sobre derechos sexuales y reproductivos y reflexionen sobre las preguntas siguientes:
 1. En relación con las decisiones que tienen que tomar, ¿cuáles de esos derechos pueden favorecer

cada decisión? Por ejemplo, para decidir cuándo tener por primer vez relaciones sexuales, hacen falta el derecho a la información, el derecho a los servicios y el derecho a decidir.

2. ¿Qué grupos de personas pueden acceder a estos derechos libremente o tienen mejor acceso que otros a ellos? ¿Por qué?
3. ¿Qué grupos de personas podrían no tener acceso pleno a cada derecho? ¿Por qué? (Reflexionen sobre si cuestiones como ser hombre o mujer, adulto o joven, tener o no medios económicos o vivir en un marco urbano o rural pueden aumentar o limitar su capacidad de acceso a determinados derechos.)
4. ¿Hay algo que puedan hacer para tener mejor acceso a estos derechos y reclamarlos?

Grupo completo (30 min)

- Reúna a los grupos para que expongan sus reflexiones.
- Extraiga del debate algunas conclusiones generales.

Paso 4: Actuar (30 min)

- Reflexionen acerca de cómo podemos actuar sobre la base de lo que hemos aprendido.
- Busquen formas creativas de mostrar a otras personas jóvenes la importancia de los derechos sexuales y reproductivos para las decisiones que tenemos que tomar en nuestra vida (carteles, lemas, canciones, poemas, etc.).
- Examinen lo que el grupo haya identificado en el paso 3 como medidas que se podrían tomar para mejorar el acceso a los derechos y reclamarlos y decidan cuáles se podrían emprender.
- Comprueben qué está ocurriendo con la campaña de Amnistía Internacional *Mi cuerpo mis derechos* para ver si hay formas de apoyar a otros para que defiendan y reclamen sus derechos. Consulten para ello <https://campaigns.amnesty.org/es/campaigns/my-body-my-rights>

TARJETAS DE DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS

DECISIÓN

Toda persona tiene derecho a tomar decisiones acerca de su cuerpo, su sexualidad, sus relaciones sexuales, su identidad de género o su reproducción.

INFORMACIÓN

Toda persona tiene derecho a solicitar y recibir información sobre sexo, métodos anticonceptivos y servicios de salud conexos.

EDUCACIÓN

Toda persona tiene derecho a educación integral, exacta y no discriminatoria sobre la sexualidad humana, la salud sexual y reproductiva, los derechos humanos y la igualdad de género.

REPRODUCCIÓN

Toda persona tiene derecho a decidir por sí misma si tener hijos y cuándo.

FAMILIA

Toda persona tiene derecho a decidir casarse y qué tipo de familia crear.

ATENCIÓN DE LA SALUD

Toda persona tiene derecho a acceder a servicios integrales y completos de salud sexual y reproductiva sin sufrir discriminación, coacción ni violencia.

AUTONOMÍA FÍSICA

Toda persona tiene derecho a tomar decisiones sobre su cuerpo y a controlar lo que le ocurra a su cuerpo. Entre las amenazas a la autonomía física figura toda acción realizada sin consentimiento, como la violación y otras formas de violencia de género, el embarazo forzado, el aborto forzado, la esterilización forzada o la mutilación genital femenina.

ACTIVIDAD 3.2

VINCULAR LOS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS A LOS DERECHOS HUMANOS

FINALIDAD

- Comprender qué relación tienen los derechos sexuales y reproductivos con otros derechos humanos y cómo influyen en ellos.

DURACIÓN

2 horas

MATERIAL

- Fotocopias de las situaciones del tipo “¿Qué ocurriría si...?” (página 106) – una por participante
- Fotocopias de los casos (páginas 107-109)
- Fotocopias del diagrama de derechos humanos para cada participante (o, si no es posible, dibujo del diagrama en una hoja de rotafolio) (página 110)
- Papel para rotafolio
- Rotuladores y bolígrafos

ESTA ACTIVIDAD CONSTA DE CUATRO PASOS

Paso 1: Qué ocurriría si... (45 min)

Paso 2: Diagrama de derechos humanos (45 min)

Paso 3: Por qué son importantes para mí los derechos sexuales y reproductivos (20 min)

Amnistía Internacional Marruecos organizó, en colaboración con el UNFPA, un taller de formación sobre los derechos sexuales y reproductivos para educadores entre pares, mayo de 2014.

CONSEJOS PARA LA FACILITACIÓN

- ✓ Puede ajustarse el tiempo dedicado a esta actividad según el tamaño y las necesidades del grupo.
- ✓ Cabe considerar los distintos pasos como actividades separadas.
- ✓ Esta actividad tiene por objeto ayudar a los participantes a imaginar qué ocurriría si violaran sus derechos sexuales y reproductivos: ¿Cómo cambiaría su vida?
- ✓ Los participantes deben entender al final de la actividad que estas situaciones del tipo “¿Qué ocurriría si...?” son situaciones de la vida real, que afectan a jóvenes de todo el mundo.
- ✓ Puede adaptar las situaciones del tipo “¿Qué ocurriría si...?”, dependiendo de la composición del grupo y la edad de sus componentes. Por ejemplo, para adaptar la situación 2 a un grupo de edad muy joven podríamos decir: “Tu novio/a y tú estáis pensando en tener relaciones sexuales y necesitáis información, pero os parece que no podéis hablar con nadie de ello ni podéis ir a pedirla a ningún sitio sin el permiso de vuestro padres”.
- ✓ Puede dar a cada participante una copia del diagrama para que se la lleve a casa o, si no puede hacer copias, dibujar el diagrama en una hoja de rotafolio.



© Amnistía Internacional Marruecos

Paso 4: Actuar (10 min)

Paso 1: ¿Qué ocurriría si...? (45 min)

Trabajo individual (5 min)

- Dé a cada participante una de las situaciones del tipo “¿Qué ocurriría si...?” de la página 106.
- Pida a los participantes que imaginen que están en esa situación y que reflexionen individualmente sobre las preguntas siguientes:
 1. ¿Cómo cambiaría su vida en los próximos cinco años?
 2. ¿Cómo hace que se sientan?
 3. ¿Cómo afectaría a su personalidad, su familia, su comunidad?
 4. ¿Se dan ese tipo de situaciones en su país?

Grupos de debate (10 min)

- Pida a los participantes que elijan a una persona del grupo con quien compartir la situación del tipo “¿Qué ocurriría si...?” que tenían y que reflexionen sobre sus opiniones respectivas.

Grupo completo (30 min)

- Pida a uno de los participantes que comparta con el grupo la situación del tipo “¿Qué ocurriría si...?” que tenía y las reflexiones que haya hecho.
- Pregunte si a alguien que haya tenido una situación similar le gustaría compartir también sus reflexiones.
- Pregunte si a alguien que haya tenido una situación distinta le gustaría compartir también sus reflexiones.
- Si da tiempo, hay que compartir tantas situaciones del tipo “¿Qué ocurriría si...?” de las cinco utilizadas como sea posible.
- Tras compartir los participantes sus opiniones, explique que esas situaciones se están dando en el mundo en este momento.

- Pida voluntarios para leer los casos de las páginas 107-109, que son ejemplos reales de cómo se violan los derechos sexuales y reproductivos en todo el mundo.

Paso 2: Diagrama de derechos humanos (45 min)

- Comparta el diagrama de la página 110 a modo de ejemplo de cómo la violación de derechos sexuales y reproductivos –como el derecho de acceso a información y servicios de salud sexual y reproductiva– puede afectar al acceso a otros derechos humanos, como la educación, la salud o el trabajo, y puede generar mayor pobreza, marginación, discriminación, e incluso violencia.

Trabajo en grupos (25 min)

- Pida a los participantes que formen un grupo según la situación del tipo “¿Qué ocurriría si...?” que tengan.
- Dé a cada grupo el caso relacionado con su situación.
- En el grupo, los participantes utilizarán su propia experiencia y el caso que se les haya asignado para elaborar su propio diagrama de derechos humanos vinculando la violación de derechos sexuales y reproductivos con su efecto en otros derechos humanos.

Grupo completo (20 min)

- Reúna de nuevo a todo el grupo.
- Escriba “derechos sexuales y reproductivos” en el centro de una hoja de rotafolio.
- Pida a los grupos que compartan sus reflexiones y diagramas.
- Indique en la hoja los distintos derechos que los grupos hayan identificado como relacionados con los derechos sexuales y reproductivos.
- Trace una línea entre ellos para representar visualmente las interrelaciones y vínculos entre los derechos sexuales y reproductivos y los derechos humanos.

■ Algunos puntos clave que destacar para concluir son:

- ▣ Los derechos sexuales y reproductivos están interrelacionados con otros derechos humanos y dependen de otros derechos humanos. Las violaciones de derechos sexuales y reproductivos tienen repercusiones en la capacidad de acceder a otros derechos humanos y de hacerlos efectivos y en la vida de las personas jóvenes.
- ▣ Tener acceso a otros derechos humanos puede facilitar el acceso a los derechos sexuales y reproductivos.
- ▣ Ponga de relieve que estos casos son de la vida real y que, como los derechos sexuales y reproductivos están interrelacionados con otros derechos humanos, Amnistía Internacional ha dado prioridad a una campaña global sobre los derechos sexuales y reproductivos: *Mi cuerpo mis derechos*.

Paso 3: Por qué son importantes para mí los derechos sexuales y reproductivos (20 min)

Muro de graffiti (10 min)

- Haga un “mural” de hojas de rotafolio para ponerlo en medio de la habitación y diga a los participantes que indiquen con palabras o dibujos ejemplos de por qué son importantes para ellos los derechos sexuales y reproductivos.

Grupo completo (10 min)

- Diga a los participantes que se coloquen en círculo en torno a las hojas de rotafolio, de manera que todos vean lo que se escriba en el “mural”.
- Diga a los participantes que lean en voz alta algo de los graffiti.
- Procure que lean el mayor número posible de palabras o frases.

Participantes en el taller sobre “hablar claro” organizado para el lanzamiento de la campaña de Amnistía Internacional *Mi cuerpo mis derechos* en Ciudad de México, marzo de 2014.

Paso 4: Actuar (10 min)

- Reflexionen acerca de cómo podemos actuar sobre la base de lo que hemos aprendido.
- Es posible que el grupo quiera investigar los casos más detenidamente por medio de la campaña *Mi cuerpo mis derechos* o emprender acciones en su propia comunidad.
- Hagan un cartel o una imagen que pueda compartirse, donde diga, por ejemplo: “Acabas de saber que estás embarazada, ¿qué opciones tienes?”. Y enumeren las opciones descubiertas como grupo.
- Proponga a los participantes colgar el cartel en lugares públicos comunes, donde la gente en situación de riesgo lo vea; por ejemplo, en aseos de mujeres.
- Piensen en formas de relacionar los casos de los demás países con lo que ocurre en su comunidad; por ejemplo: “Todas somos Beatriz” (véase la página 107) o “No se cometen violaciones sólo en Marruecos; también se cometen aquí, y se culpa de ellas a las mujeres” (véase la página 108).
- Busque un lugar donde exponer el mural o haga otro con otras personas en algún espacio público.

© Amnistía Internacional / Gabriela Sánchez Aranda



SITUACIONES DEL TIPO “¿QUÉ OCURRIRÍA SI...?”

¿QUÉ OCURRIRÍA SI...?

Descubrieras que estás embarazada y que tu vida corre grave peligro si tienes el bebé. No puedes poner fin al embarazo porque en tu país hay una ley que prohíbe el aborto.

¿Qué harías?

¿QUÉ OCURRIRÍA SI...?

Necesitaras acceso a medicación para el control de la natalidad, pero en los centros de salud no te la dieran si no vas con tus padres o tu esposo.

¿Qué harías?

¿QUÉ OCURRIRÍA SI...?

Tras haber sido violada te obligaran a casarte con el violador para “protegerlo” y que no lo llevaran a la cárcel y para proteger el honor de tu familia.

¿Qué harías?

¿QUÉ OCURRIRÍA SI...?

Amar a tu novio o a tu novia fuera ilegal y pudieras ir a parar por ello a la cárcel.

¿Qué harías?

¿QUÉ OCURRIRÍA SI...?

Tras haber sido violada fueras a denunciarlo a la policía y te acusaran de tener relaciones sexuales fuera del matrimonio y de comportarte de una manera indecente, penada por la ley.

¿Qué harías?

CASOS

CASO 1

LA HISTORIA DE BEATRIZ
EL SALVADOR

(Este caso SÓLO puede utilizarse para esta actividad educativa. No es para publicarlo en la prensa ni puede utilizarse en El Salvador)

Beatriz, salvadoreña de 22 años, sufría varias enfermedades graves, como lupus y problemas renales. Cuando se quedó embarazada, los médicos le dijeron que si seguía adelante con el embarazo podría morir. Además, el feto era anencefálico —le faltaba gran parte del cerebro y del cráneo— y sólo sobreviviría unas horas tras el nacimiento. Pero los médicos temían ser juzgados en aplicación de la prohibición total del aborto vigente en El Salvador y se sentían con las manos atadas por una ley tan extrema que sólo un puñado de países del mundo han decidido imponer una legislación similar. Durante más de dos meses, Beatriz luchó por conseguir el tratamiento que necesitaba para seguir viva, y al final, en julio de 2013, se le permitió someterse a una cesárea. Como habían predicho los médicos, el feto vivió sólo unas horas tras nacer. Beatriz salvó la vida.

Fuente: Amnistía Internacional, *The Wire*, enero/febrero 2014.

CASO 2

LA HISTORIA DE LILA
INDONESIA

“No es posible acceder a servicios de planificación familiar sin certificado de matrimonio.”

(Lila, trabajadora doméstica de 23 años, que está en proceso de divorcio)

Matronas y médicos de los servicios públicos de salud entrevistados por Amnistía Internacional en marzo de 2010 confirmaron que no prestaban servicios de salud reproductiva, ni siquiera métodos anticonceptivos ni planificación familiar, a mujeres no casadas ni a niñas. Un activista de los derechos humanos contó a Amnistía Internacional lo siguiente: “Es muy tabú que una persona que no esté casada busque anticonceptivos. [...] Se considera que está buscando sexo libre.”

Fuente: Amnistía Internacional, *Left without a choice: Barriers to health in Indonesia* (Índice: ASA 21/013/2010)

CASO 3

LA HISTORIA DE AMINA MARRUECOS

Amina se suicidó ingiriendo matarratas en marzo de 2012. Tenía 16 años. En seguida se supo que la habían obligado a casarse con el hombre al que acusaba de haberla violado, porque la legislación marroquí permitía a los violadores librarse del procesamiento casándose con su víctima si ésta era menor de 18 años.

En enero de 2014, casi dos años después de la muerte de Amina, el Parlamento marroquí votó por unanimidad a favor de reformar esta disposición de ley. Aunque la votación llegó demasiado tarde para Amina, fue un significativo avance para los derechos de las mujeres y las niñas marroquíes y una victoria para los activistas que presionaban incansablemente para que se reformara el artículo discriminatorio de la ley.

Sin embargo, en Argelia y Túnez, la ley permite todavía que los violadores sigan en libertad si se casan con su víctima cuando ésta es menor de 18 años.

Fuente: Amnistía Internacional, *The Wire*, enero/febrero 2014.

CASO 4

LA HISTORIA DE JEAN-CLAUDE ROGER MBEDE CAMERÚN

Jean-Claude es una de las muchas personas que han sido detenidas y condenadas en Camerún en aplicación de leyes que criminalizan las relaciones homosexuales. Lo detuvieron en Yaundé el 2 de marzo de 2011. Lo condenaron a 36 meses de prisión por homosexualidad y tentativa de homosexualidad. Tal condena contraviene las obligaciones contraídas por Camerún en virtud de diversos tratados internacionales y regionales de derechos humanos.

Las leyes que criminalizan las relaciones homosexuales mantenidas con consentimiento mutuo afectan a diario a las personas lesbianas, gays, bisexuales, transgénero e intersexuales (LGBTI) en África. En algunos países, como Camerún, es habitual detener a las personas que son denunciadas a las autoridades por ser gays o lesbianas. Que sigan existiendo leyes y políticas aplicables en función específicamente de la orientación sexual e identidad de género que las personas tienen o parecen tener no es el único problema relacionado con los derechos humanos que afecta al colectivo LGBTI en el África subsahariana. Los altos índices de violencia sexual y otras formas de violencia ejercidas contra las personas por la orientación sexual e identidad de género que tienen o parecen tener son un problema endémico en algunas zonas.

Fuente: Amnistía Internacional, *Making Love a Crime: Criminalization of same-sex conduct in sub-Saharan Africa* (Índice: AFR 01/001/2013)

CASO 5

**LA HISTORIA DE SARI
 INDONESIA**

Sari tenía 14 años cuando denunció ante la policía que un hombre casado de 25 años la había violado en Aceh, Indonesia. Sin embargo, al principio la policía no la creyó y la acusó de adulterio.

Una persona que trabajaba para una ONG local en Aceh dijo a Amnistía Internacional en 2010: “Los agentes de policía de Aceh acusaron a Sari de adulterio cuando fue a denunciar que la habían violado. No creyeron su relato, sino que dijeron que había mantenido relaciones sexuales con el hombre casado porque se gustaban. Los policías la acusaron de infringir la disposición legal sobre adulterio”. Las autoridades regionales culpan a las mujeres y las niñas de los actos violentos contra ellas:

“[C]uando las mujeres no visten de acuerdo con la ley islámica, están pidiendo que las violen.” Ramli Mansur, jefe de distrito de Aceh Occidental, explicando por qué se aplica allí un reglamento sobre la indumentaria, agosto de 2010.

Fuente: Amnistía Internacional, *Left without a Choice: Barriers to health in Indonesia* (Índice: ASA 21/013/2010)

© Amnesty International

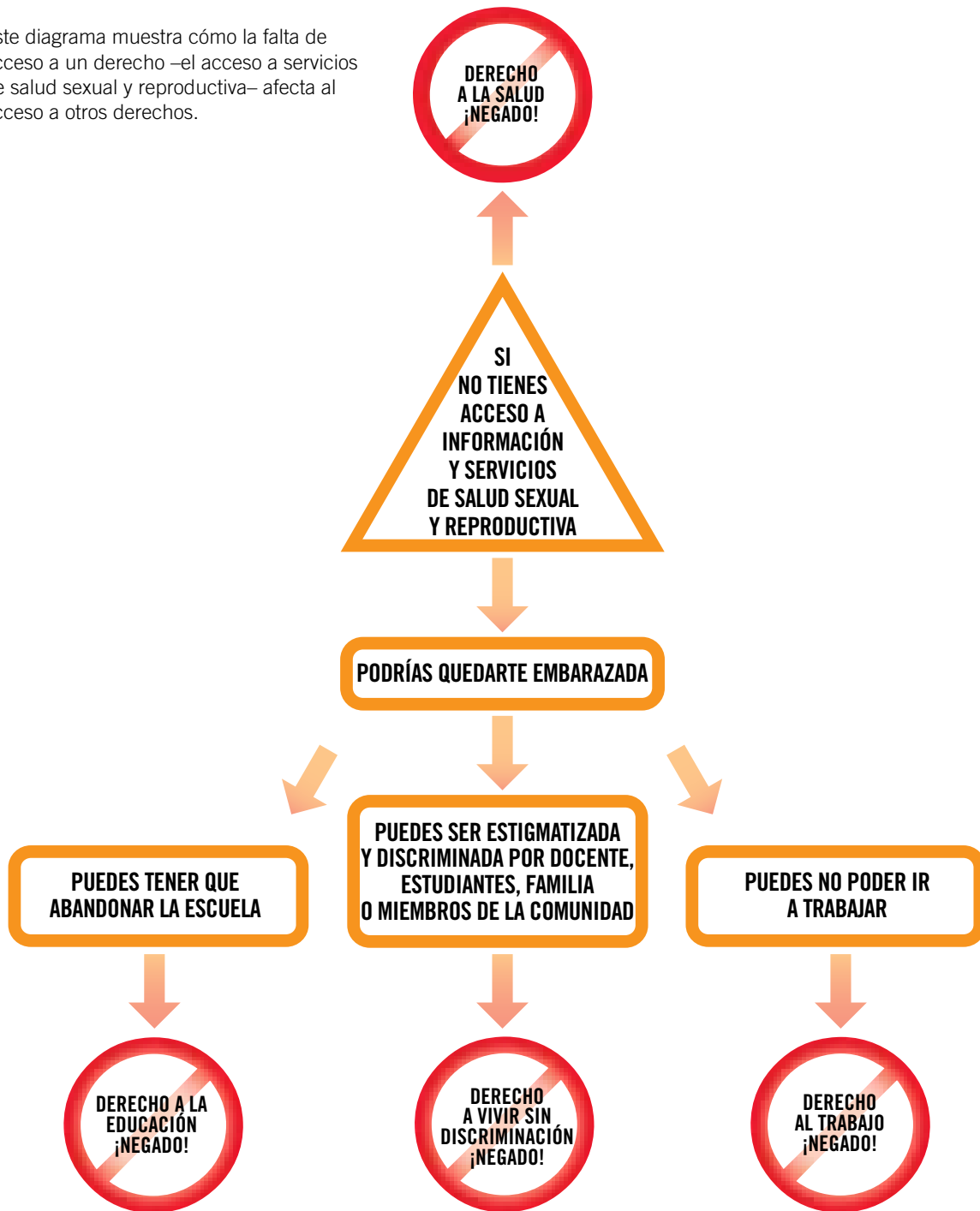


Activista de Amnistía Internacional en Argentina se une a la campaña en favor de Beatriz de El Salvador. A Beatriz se le negaban unos servicios médicos que podían salvarle la vida, porque los profesionales temían ser procesados debido a la prohibición total del aborto en el país.



DIAGRAMA DE DERECHOS HUMANOS

Este diagrama muestra cómo la falta de acceso a un derecho –el acceso a servicios de salud sexual y reproductiva– afecta al acceso a otros derechos.



ACTIVIDAD 3.3

¿QUÉ OCURRE EN NUESTRA COMUNIDAD?

FINALIDAD

- Poner de relieve problemas relativos a los derechos sexuales y reproductivos a que se enfrentan los participantes en su comunidad en la vida real.
- Entablar debates sobre qué se puede hacer para abordar esas cuestiones y problemas.

DURACIÓN

2 horas

MATERIAL

- Papel para rotafolio
- Rotuladores y bolígrafos

ESTA ACTIVIDAD CONSTA DE TRES PASOS

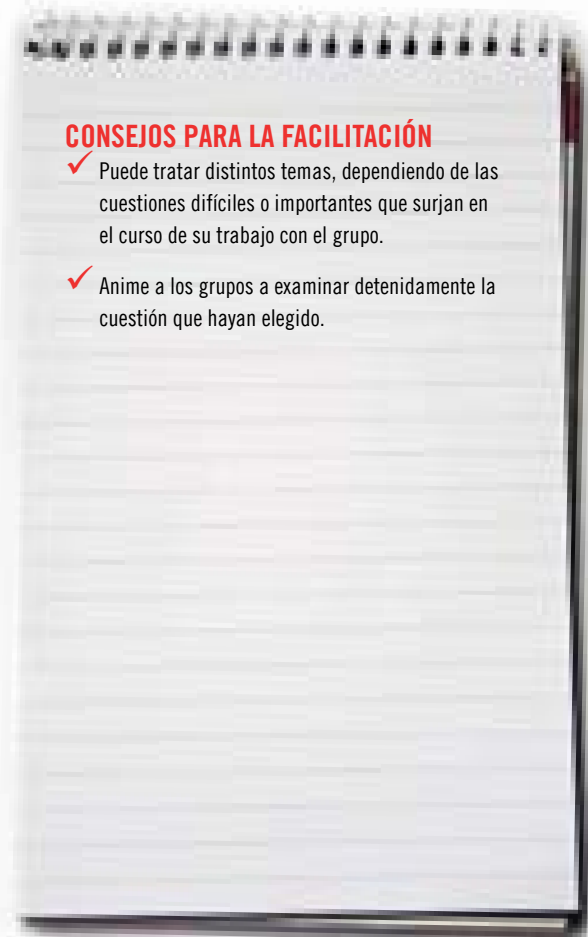
Paso 1: Identificar problemas relacionados con los derechos sexuales y reproductivos (45 min)

Paso 2: Abordar problemas relacionados con los derechos sexuales y reproductivos (45 min)

Paso 3: Actuar (30 min)

CONSEJOS PARA LA FACILITACIÓN

- ✓ Puede tratar distintos temas, dependiendo de las cuestiones difíciles o importantes que surjan en el curso de su trabajo con el grupo.
- ✓ Anime a los grupos a examinar detenidamente la cuestión que hayan elegido.



© Amnesty International

Actividad adaptada de *Sexual and Reproductive Health and Rights and Violence Against Women in conflict-affected African contexts*, guía de formación de AWLI, 2012.

Amnistía Internacional Malí lanza la campaña *Mi cuerpo mis derechos*, marzo de 2014.

Paso 1: Identificar problemas relacionados con los derechos sexuales y reproductivos (45 min)

Trabajo en grupos para la dramatización: (45 min)

- Explique que cada grupo va a representar una breve obra. Los participantes identificarán un problema en sus respectivos grupos y mostrarán cómo las distintas personas afectadas interactúan para ayudar a resolver el problema o bloquearlo.
- Divida a los participantes en pequeños grupos de tres o cuatro personas. Asigne a cada grupo uno de los dos temas siguientes:

- Derechos sexuales
- Derechos reproductivos

- Pida a cada grupo que entable un debate sobre los principales problemas a que se enfrentan los jóvenes en sus comunidades en relación con el tema asignado. Pueden basarse en experiencias personales o en asuntos de los que hayan oído hablar.
- Pida a cada grupo que los escriban en una hoja de rotafolio para que les den ideas para elegir cuestiones para la dramatización.
- Pida a cada grupo que haga una dramatización de cinco minutos en la que se examinen los problemas debatidos. La dramatización ha de constar de lo siguiente:

1. Un problema que solucionar.
2. Una persona que trata de abordarlo.
3. Una persona que trata de impedir que se solucione.
4. Una solución, sea positiva o negativa.

Paso 2: Abordar problemas relacionados con los derechos sexuales y reproductivos (45 min)

Dramatización: (45 min)

- Cada grupo hace su dramatización ante el grupo completo. Tras cada representación, pregunte a los participantes:

1. ¿Qué es lo que ocurría en lo que han visto?
2. ¿Cuál era el principal problema o problemas?
3. ¿Cuál era el origen del problema?
4. ¿Qué pretendía la persona hacer para solucionar el problema?
5. ¿Había algo o alguien que lo impidiera? Si lo había, ¿quién o qué era?
6. ¿Cuál ha sido el resultado?
7. ¿Hay algo que puedan hacer para solucionar el problema?

- Extraiga conclusiones con el grupo: ¿Qué nos muestran estas dramatizaciones?

Paso 3: Actuar (30 min)

- Reflexionen acerca de cómo podemos actuar sobre la base de lo que hemos aprendido.
- Determinen cómo podrían los participantes convertir la dramatización en una animación o una obra de teatro más larga para presentarla fuera del grupo o dentro de la comunidad a fin de sensibilizar y de generar un debate sobre posibles soluciones a estos problemas. (¿A quién se podría presentar, cuándo, dónde?)
- ¿Era alguna de las soluciones sencilla? Si lo era, proponga crear tarjetas del tipo “en esta situación, se podría hacer xxx” para distribuir las como folletos o en Internet.





© REUTERS/Érik De Castro

Madres y bebés esperan a su revisión pediátrica gratuita en un centro de salud del gobierno local de Manila, Filipinas, agosto de 2012.



महिलामाथि हुने
हिंसाको अन्त्य
मानवअधिकारको
प्रवर्द्धन

व्यापक महिला
पुर्तिको सुनिश्चन
सुझावको प्रयागति

अन्तर्गत विभिन्न
महामात्रा
बाधकता

सुनसिने बैंक लिमिटेड
SUNRISE BANK LIMITED
RISING TO SERVE

Joven miembro de Amnistía Internacional Nepal con Rita Mahato durante una acción de defensoras de los derechos humanos en Katmandú, Nepal, para exigir la creación de una comisión encargada de poner fin a la violencia contra las mujeres, noviembre de 2008.

CUATRO TOMAR POSTURA



LOS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS AFECTAN A TODAS LAS PERSONAS

Hay incontables oportunidades en la vida diaria de defender los derechos humanos. Lo hacen desde la estudiante que sale en defensa de una compañera a quien están hostigando, hasta el joven que impide a sus amigos acosar a las mujeres en la calle, pasando por quienes se ofrecen como voluntarios para cuidar de personas que viven con el VIH en su comunidad, y el día está lleno de actos de coraje como éstos. Salir en defensa de una persona amiga nuestra, un compañero o un desconocido es también un acto de defensa de nuestros propios derechos: cuando nos esforzamos por conseguir que nuestra comunidad sea más segura y más amable para las personas marginadas y discriminadas debido a su sexualidad, su género o sus decisiones reproductivas, nos estamos asegurando de que haya más opciones para nosotros y para nuestras amistades y familiares en el futuro.

Pero no hay que olvidar lo siguiente: En algunos Estados, promover algunos aspectos de los derechos sexuales y reproductivos puede ser peligroso, e incluso ilegal. Es importante saber qué riesgos podemos correr en nuestra sociedad si decidimos hablar con otras personas y actuar.

Activistas de Amnistía Internacional de 14 años piden la liberación de Patrick Okoroafor en la embajada de Nigeria en Londres, Reino Unido, junio de 2009. Patrick Okoroafor tenía esa edad cuando fue detenido, torturado y encarcelado durante nueve años sin un juicio justo.



© Amnistía Internacional

QUÉ DEBEN HACER LOS ESTADOS

“Yo exijo [a las autoridades] que respeten nuestros derechos como mujeres. Somos jóvenes y tenemos derechos, y si no los respetan seguiremos en la lucha.”
(Clara, de 18 años, Nicaragua)

Los Estados han adquirido el compromiso de hacer valer los derechos humanos al firmar y ratificar tratados de derechos humanos y apoyar otros compromisos internacionales. Tienen que cumplir con ese compromiso asegurándose de que las leyes, políticas y programas—incluidos los relativos a la salud sexual y reproductiva—están basados en los derechos humanos y hacen valer la igualdad de género y los derechos de la juventud. Además, los Estados deben garantizar que se respetan y protegen principios fundamentales de derechos humanos como el derecho a no sufrir discriminación, violencia ni coacción y la libertad de creencias y de expresión.

A fin de cumplir plenamente con el compromiso de hacer valer el derecho de todas las personas a la salud sexual y reproductiva sin sufrir discriminación, coacción ni violencia, los Estados deben tomar determinadas medidas en todos los niveles del gobierno y las instituciones. Los defensores y defensoras de los derechos sexuales y reproductivos que trabajan en instituciones oficiales, en coaliciones de promoción y defensa y otras organizaciones no gubernamentales y en las comunidades locales pueden hacer rendir cuentas a un Estado por sus acciones.

Los Estados deben tomar de inmediato medidas para:

- Garantizar rendición de cuentas y reparación a todas las víctimas de abusos contra los derechos humanos, hayan sido perpetrados por agentes estatales o no estatales.
- Encargar a las instituciones nacionales de observación de los derechos humanos, así como a los órganos reguladores, que vigilen las violaciones de derechos sexuales y reproductivos y atiendan las denuncias, y asegurarse de que tienen la capacidad necesaria para hacerlo de manera efectiva.
- Aplicar programas que garanticen que todas las personas reciben información científicamente exacta sobre la sexualidad y la reproducción y pueden ejercer sus derechos sexuales y reproductivos, especialmente programas de educación sexual integrales, exactos y basados en los derechos humanos para personas de todas las edades, tanto dentro como fuera de los centros de enseñanza.
- Aplicar leyes, políticas y otras medidas concretas para garantizar que todas las personas, en particular las mujeres, las niñas y la gente joven, están facultadas para tomar libremente y con conocimiento de causa decisiones sobre su sexualidad y su vida reproductiva, lo que incluye abolir la leyes y políticas que menoscaban la igualdad de género.
- Revisar y reformar la leyes, políticas y directrices que castigan el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos, incluidas las leyes que penalizan las relaciones homosexuales.
- Garantizar el acceso universal a servicios completos de salud sexual y reproductiva y orientación e información a todas las personas, haciendo hincapié en particular en las mujeres y los jóvenes.
- Garantizar que las personas pueden utilizar la ley para hacer valer sus derechos sexuales y reproductivos e interponer recursos por las violaciones de estos derechos.
- Brindar, especialmente a la gente joven, oportunidades de participación significativa e igualitaria en la priorización, planificación, ejecución y seguimiento de los programas y políticas relacionados con los derechos sexuales y reproductivos.



CONTROL SOCIAL Y DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS

La regulación de la sexualidad y la reproducción tiene lugar en múltiples niveles. Forma parte de la obligación que tiene el Estado, en materia de derechos humanos, de proteger los derechos sexuales y reproductivos para que no sean violados por otros agentes. Por ejemplo, los Estados tienen la obligación de aprobar leyes y tomar otras medidas para impedir la violencia e investigar, juzgar y sancionar a los responsables, sean agentes públicos o privados.

En los contextos sociales, hay distintos grupos, de poder e influencia diversos, que intentan vigilar y controlar la sexualidad y la reproducción. Por ejemplo:

La **familia** es la forma más común de unidad social y la principal influencia en los valores, creencias y supuestos de una persona. La familia puede ser fuente de apoyo y aprendizaje y un lugar donde sentirnos a salvo, protegidos y queridos. Sin embargo, puede ser también fuente de abusos y un ámbito donde se violan los derechos humanos relacionados con la sexualidad y la reproducción. Los Estados deben garantizar que se da siempre preferencia al interés superior del menor y que la familia, los padres y los tutores no hacen nada que viole este principio en contra de ningún menor a su cuidado. Cuando la coacción y la violencia se ejercen en el seno de la familia, como ocurre con el matrimonio forzado, la violación conyugal, el incesto y la mutilación genital femenina, sus miembros jóvenes han de poder defender sus derechos. Los Estados tienen la obligación de impedir y abordar esas violaciones de derechos y garantizar que se protegen debidamente los derechos de la juventud.

La **comunidad** impone expectativas sobre la sexualidad y la expresión sexual y del género. Que la comunidad consienta o repruebe las violaciones de derechos sexuales y reproductivos puede tener enorme influencia en la vida de las personas que la integran. Los Estados tienen la obligación de tomar medidas apropiadas para modificar todas las actitudes y conductas sociales y culturales discriminatorias y basadas en prejuicios y eliminar toda práctica que por costumbre, tradición u otros motivos esté basada en la idea de la inferioridad o superioridad de cualquiera de los sexos o en funciones de género estereotipadas.

Los **empleadores** no tienen derecho a tomar medidas o establecer normas o políticas que violen los derechos sexuales y reproductivos de sus empleados. Los empleadores tienen la obligación de proporcionar un entorno de trabajo en el que todas las personas puedan interactuar en condiciones de igualdad y sin sufrir discriminación, hostigamiento ni violencia. En concreto tienen la



© Bettina Frenzel, Fotografín

Amnistía Internacional Austria presenta su campaña *Mi cuerpo mis derechos* con jóvenes hablando claro, marzo de 2014.

obligación de garantizar en el trabajo la igualdad entre hombres y mujeres en cuanto a salario y oportunidades y ausencia de acoso y agresiones sexuales.

Los **centros de enseñanza** tienen la obligación de proporcionar al alumnado un entorno de aprendizaje seguro y potenciador. Deben proteger a los jóvenes de la discriminación, el hostigamiento y la violencia de otros alumnos o empleados del centro e impartir una educación basada en los principios de derechos humanos, la ausencia de discriminación y la inclusión para todas las personas jóvenes.



Las **instituciones religiosas** pueden intentar imponer sus creencias y valores a las personas o a la comunidad hasta el punto de violar con esta presión los derechos humanos de la persona. Por ejemplo, algunas instituciones religiosas se oponen por doctrina al uso de anticonceptivos o de determinados métodos anticonceptivos. Aunque las personas tienen derecho a vivir de acuerdo con sus creencias religiosas, es responsabilidad del Estado respetar la libertad de pensamiento y de creencias incluso en el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos, incluido el uso de anticonceptivos.

En todos los casos, no son sólo los Estados los que tienen la responsabilidad de hacer valer los derechos sexuales y reproductivos para toda su ciudadanía. Todos –la persona, la familia, la comunidad, el centro de enseñanza, el empleador y la institución

Amnistía Internacional Malí lanza la campaña *Mi cuerpo mis derechos* en Bamako, marzo de 2014.

religiosa– tenemos la obligación de garantizar que la sociedad respeta los derechos humanos de las personas. El respeto de los derechos sexuales y reproductivos es esencial para la dignidad y el bienestar de todas las personas, y puede mejorar la salud, las relaciones personales y la igualdad de género y el empoderamiento de la persona. Por esta razón, la tarea de hacer valer los derechos se reparte no sólo entre los Estados y las instituciones sociales, sino también con los miembros de la sociedad que pueden defender sus derechos sexuales y reproductivos y los de los demás.

DEFENSORES Y DEFENSORAS DE LOS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS

“El problema es que es a la sociedad a la que corresponde decidir si un [acto] viola las normas sociales. [...] Mientras la información sobre los derechos sexuales y reproductivos viole las normas sociales, mis amigos y yo podremos ser detenidos y acusados. [...] Si la gente se siente incómoda y piensa que estoy promoviendo el sexo, puede ser un problema. [...] Depende siempre de los líderes de la comunidad. [...] Si son muy fundamentalistas, la posibilidad [de que nos detengan] es muy grande.”
(Defensor de los derechos humanos, Yogyakarta)

Para muchas sociedades, la creciente aceptación mundial de los derechos sexuales y reproductivos y la igualdad de género supone también un cambio en el estado tradicional de las cosas, un cambio en las estructuras de poder que favorecen el control de los hombres sobre el cuerpo, las decisiones y la vida de las mujeres. Los debates acerca de normas sociales y culturales acerca del sexo, la sexualidad y la identidad y expresión de género pueden degenerar a veces en violencia, amenazas y hostigamiento.

Los defensores y defensoras de los derechos humanos denuncian las violaciones de estos derechos y luchan por que se garantice justicia y reparación a la víctimas, corriendo a veces grandes riesgos personales ellos mismos. Toda persona puede ser defensor de los derechos humanos. Médicos que prestan servicios de aborto a las mujeres cuando más los necesitan, líderes religiosos que apoyan el derecho al matrimonio homosexual, activistas juveniles que luchan por la implantación de programas de educación sexual en los centros de enseñanza, mujeres que trabajan en el seno de su comunidad para eliminar la mutilación genital femenina y el matrimonio prematuro y forzado. Tenemos ejemplos como éstos a todo nuestro alrededor.

Pese al riesgo de reacción adversa y violenta contra los defensores y defensoras de los derechos humanos, en todo el mundo hay personas que defienden su derecho y el de los demás a tomar decisiones sobre su género, sexualidad y salud sexual y reproductiva.

LA LEY CONTRA LA HOMOSEXUALIDAD DE UGANDA

“La gente está volviendo al armario. Hay gente que va a morir.”

Billy (nombre ficticio), educador entre pares sobre salud sexual en Kampala.

Los programas de distribución de material para sexo sin riesgo, como condones, se han visto afectados por la promulgación de la Ley contra la Homosexualidad. A finales de diciembre de 2013, Billy, educador entre pares de una organización de salud LGBTI, recibió una llamada telefónica de alguien que decía estar enfermo y necesitar asistencia médica. Cuando fue a ver a esa persona, resultó ser un agente de policía vestido de civil. Billy fue detenido “por estar haciendo cosas homosexuales” y llevado a la comisaría de policía de Busega, donde pasó cuatro días recluido. Desde que lo dejaron en libertad en enero de 2014, Billy ha tenido que marcharse de su casa, pues sus vecinos han descubierto que ha estado detenido y por qué.

Fuente: Uganda: Anti-Homosexuality Act's Heavy Toll, 15 de mayo de 2014, Human Rights Watch y Amnistía Internacional <http://www.hrw.org/news/2014/05/14/uganda-anti-homosexuality-act-s-heavy-toll>

Cada vez más, los defensores y defensoras de los derechos humanos pueden trabajar juntos a través de las fronteras nacionales y regionales para apoyarse mutuamente. Las redes locales, nacionales, regionales e internacionales de defensores y defensoras de los derechos humanos son esenciales para el trabajo que realizan cada uno de ellos, pues les ayudan a compartir información sobre situaciones de derechos humanos de su comunidad, aprender de dificultades y experiencias similares de otros defensores y defensoras de los derechos humanos de todo el mundo y, en muchos casos, proporcionarse protección mutua.



© Dixie

LOS DERECHOS DE LAS MUJERES EN NEPAL

Rita (*en la imagen de arriba*), apasionada defensora de los derechos humanos de la mujeres, llevaba años sufriendo hostigamiento, violencia física y amenazas constantes por realizar su trabajo pacífico de apoyo a sobrevivientes de violencia sexual. Desde junio de 2007, tanto ella como otros miembros del personal del Centro de Rehabilitación de Mujeres venían recibiendo amenazas de muerte, violación y secuestro. Su oficina fue atacada múltiples veces por personas contrarias a su trabajo, pero las autoridades locales no le proporcionaron protección contra las intimidaciones y el hostigamiento. Simpatizantes de Amnistía Internacional de todo el mundo reaccionaron a ello escribiendo

cartas, postales y mensajes de correo electrónico a las autoridades nepalíes. En el marco de esta iniciativa conjunta, exigimos a las autoridades que tomaran todas las medidas posibles para garantizar la seguridad de los defensores y defensoras de los derechos humanos de las mujeres, especialmente de las que, como Rita, vivían en zonas rurales. Gracias a ellos, la situación de Rita ha mejorado radicalmente, los ataques coordinados contra el centro de rehabilitación de mujeres han cesado y hay un nuevo inspector de policía, más dispuesto a responder a las amenazas contra Rita y otros defensores y defensoras de los derechos humanos.

Fuente: "Campaign win for Rita Mahato", mayo de 2011.
<http://www.amnesty.org.au/iar/comments/25533/>

QUÉ ESTÁ HACIENDO LA GENTE JOVEN

“Se ha roto el miedo. Todo el mundo habla de política. En el pasado, las mujeres y las niñas no hablaban del acoso sexual, pero ahora sí lo hacen y se defienden.”

(Azza Suleiman, defensora egipcia de los derechos de las mujeres, Egipto)

Por medio del activismo y el trabajo de campaña, la educación y la orientación entre pares, el trabajo en redes y la labor local, nacional e internacional de promoción en favor del cambio político, jóvenes de todo el mundo están alzando la voz en defensa de su derecho a controlar su cuerpo, su sexualidad y sus decisiones reproductivas. Hay jóvenes que han conseguido cambiar políticas locales para llevar la educación sexual integral a sus centros de enseñanza, han trabajado en colaboración para lograr que los centros y servicios de salud sean de fácil acceso para ellos y para sus pares, han presionado para llevar a cabo cambios sociales que eliminen la discriminación en virtud de la orientación sexual y la identidad de género y han roto el silencio que rodea la sexualidad y el género para crear un mundo más abierto, tolerante y justo para todas las personas.

La participación juvenil en las campañas por los derechos sexuales y reproductivos –como *Mi cuerpo mis derechos* de Amnistía Internacional– es decisiva para provocar cambios con respecto a estas cuestiones. Las redes de jóvenes se sirven de los medios de comunicación tradicionales y nuevos para contar sus casos y aprender unos de otros, encontrar elementos en común y crear comunidades en persona y online. Jóvenes activistas han hecho campaña con éxito en favor de aplicar enfoques más inclusivos al desarrollo, mejorar el acceso a la educación y reconocer y valorar los derechos y la individualidad de todas las personas jóvenes en todos los ámbitos de la sociedad –en el hogar, en la comunidad y por el Estado–.

EL PROYECTO JÓVENES DE ASIA Y OCEANÍA PARA SOBREVIVIENTES DE ESCLAVITUD SEXUAL DE LA GUERRA DEL PACÍFICO

“Los miembros del equipo de jóvenes elaboraron el plan de la campaña y seleccionaron o crearon ellos mismos las herramientas para el activismo tras consultar con diversas partes interesadas. [...] Como consecuencia, la mayoría de los miembros del equipo de jóvenes tuvieron un sólido sentido de pertenencia en relación con esta campaña y las herramientas de activismo.”

Hubo más colaboraciones iniciadas por jóvenes y se generó más buena voluntad de lo que se esperaba. [...] Los cambios [...] es probable que contribuyan indirectamente a diferencias duraderas, como que algunas ONG intenten activamente hacer participar a jóvenes, o es posible que esta campaña haya inspirado a otros a iniciar nuevas campañas interregionales.”

Fuente: Amnistía Internacional, *Los siete puntos de acción para un activismo eficaz: Lecciones de la evaluación del impacto del activismo de Amnistía Internacional*, julio de 2011.

Hay muchas acciones que pueden emprender las personas jóvenes en defensa de sí mismas y de los demás para garantizar que todas las personas pueden ejercer sus derechos sexuales y reproductivos sin sufrir discriminación, violencia ni coacción. Por ejemplo:

Romper el silencio: Las normas socioculturales y los tabúes sobre la sexualidad y el género tienen un impacto en los pensamientos y sentimientos de las personas. Sentirse diferente puede llevar a muchas personas a intentar ajustarse a un estereotipo por sentimiento de culpabilidad, vergüenza o miedo. Hablando de nuestro propio género y sexualidad, podemos ayudar a crear un entorno que acepte la diferencia, en vez de temerla o controlarla. Al hablar de los derechos sexuales y reproductivos, cuestionamos el estigma y la discriminación a que se enfrenta toda persona.



© Amnesty International

Presentación en un centro de educación secundaria para niñas en Pretoria, Sudáfrica, de una instalación artística de protesta mediante la que se pide terminar con la violencia sexual contra las mujeres, abril de 2013.

QUÉ PUEDES HACER

“Pensaba que mis amigas eran unas maleducadas por hablar de sexo y que no se debe hablar de sexo si no estás casada. Gracias a la formación, ahora sé que no hay por qué avergonzarse de hablar de sexo. Tengo que informarme para planear mejor mi vida sexual.”

(Espoir Faladema, estudiante de Togo)

Ayudarse mutuamente: La gente joven es ya la fuente más común de información sobre sexo, sexualidad y salud para sí misma. Sin embargo, la información que comparte puede estar incompleta, sesgada o simple y llanamente equivocada. Ayuden a sus pares a conocer mejor sus derechos sexuales y reproductivos aprendiendo más cosas sobre los suyos propios y alzando la voz si ven que la información que sus pares se proporcionan mutuamente es incorrecta o parcial. Pueden también apoyar a sus amistades, a sus familiares y a los miembros de su comunidad ayudándoles a llegar a las personas adecuadas cuando se violen sus derechos. Pueden reclamar en su nombre el acceso a los servicios de salud si los rechazan, ayudarlos a buscar asistencia letrada si se violan sus derechos o manifestarse en favor de cambios en las leyes y políticas para conseguir que se hagan valer sus derechos.

“Comprendí que era vulnerable y que vivía en la ignorancia acerca de mi sexualidad. [...] Ahora sé dónde y cómo conseguir la información que necesito. Lo compartiré también con mis amigas.”

(Diane Fofoe, estudiante de Togo)

Sensibilizar a la comunidad: En la mayoría de las comunidades falta información sobre los derechos sexuales y reproductivos, cómo acceder a ellos y qué hacer si son violados. La educación en derechos humanos es un importante primer paso y puede impartirse en todas partes y en cualquier momento. Pueden convertirse en recursos para su comunidad ofreciendo actividades de educación en derechos humanos junto con otros jóvenes para mostrar cómo los derechos sexuales y reproductivos están relacionados con otros derechos humanos, alzando la voz en las reuniones y actos de la comunidad, llamando la atención sobre cuestiones de derechos sexuales y reproductivos en los medios de comunicación y en la comunidad y con campañas multimedia y colaborando con sus amistades y sus pares.

Luchar por cambios de política: Son muchas las formas en que las políticas y leyes cambian y muchas también las formas en que la juventud puede influir en ellas. Puede ocurrir que los legisladores y los políticos respondan a las peticiones y campañas de envío de cartas o a la interacción directa con los integrantes de sus bases de apoyo en reuniones públicas y comunitarias, al diálogo o a las campañas en las redes sociales. En los últimos años se han utilizado todas estas técnicas para provocar cambios en el modo de pensar y legislar de los Estados con respecto a los derechos sexuales y reproductivos. Cada vez más, en muchos países los encargados de la elaboración de políticas quieren escuchar las opiniones de la juventud.

Trabajar a través de las fronteras: Cada vez más, las comunicaciones a gran escala en todo el mundo, por medio de nuevas tecnologías y redes sociales, están influyendo en el modo en que la gente joven aborda sus derechos humanos en el ámbito local, nacional e internacional. Por todo el mundo hay redes nacionales, regionales e internacionales de jóvenes interesados en los derechos sexuales y reproductivos, que les conectan con otras personas con quienes comparten su pasión.

Jóvenes miembros de Amnistía Internacional hacen campaña en favor del Tratado sobre el Comercio de Armas en Berna, Suiza, junio de 2012.



© Amnistía Internacional Suiza

RECURSOS PARA TOMAR UNA POSTURA

Informes de Amnistía Internacional utilizados en esta parte

Escucha sus voces y actúa. No más violación y abuso sexual contra niñas en Nicaragua (Índice: AMR 43/008/2010)
<http://www.amnesty.org/es/library/info/AMR43/008/2010>

Left without a choice: Barriers to reproductive health in Indonesia (Índice: ASA 21/013/2010)
<http://www.amnesty.org/en/library/info/ASA21/013/2010/en>

Egipto: Luchando por la justicia y los derechos humanos: Activistas egipcias cuentan su lucha (Índice: MDE 12/011/2013)
<http://www.amnesty.org/es/library/info/MDE12/011/2013>

¿Quieren saber más?

Amnistía Internacional, *Mi vida, mi salud, mi educación, mi decisión, mi futuro, mi cuerpo mis derechos* (Índice: ACT 35/001/2014)
<https://campaigns.amnesty.org/es/campaigns/my-body-my-rights>)

Centro de Derechos Reproductivos, *The Reproductive Rights of Adolescents: A tool for health and empowerment*
http://www.reproductiverights.org/sites/crr.civicactions.net/files/documents/adolescents%20bp_FINAL.pdf

¿Quieren hacer algo más?

Advocate for Youth, *Adolescent reproductive and sexual health: Advocacy kit*
<http://www.advocatesforyouth.org/storage/advfy/documents/advocacykit.pdf>

Amnistía Internacional Estados Unidos, *My Body My Rights activist toolkit*
<http://www.amnestyusa.org/pdfs/MyBodyMyRightsToolkit.pdf>

Centro de Derechos Reproductivos, *Female genital mutilation: A matter of human rights – an advocate’s guide to action*
http://www.reproductiverights.org/sites/crr.civicactions.net/files/documents/FGM_final.pdf

Federación Internacional de Planificación de la Familia, *¿Deseas cambiar el mundo? He aquí cómo hacerlo...*
http://www.ippf.org/sites/default/files/young_people_as_advocates_aw_es_web.pdf

Consejo de Información y Educación Sexual de Estados Unidos (Sexuality Information and Education Council of the United States, SIECUS), *Community action toolkit*
<http://www.communityactionkit.org/>

Youth Coalition, *Resource map on sexual orientation and gender identity for young sexual and reproductive rights activists*
<http://www.youthcoalition.org/publication/resource-map-sexual-orientation-gender-identity-young-sexual-reproductive-rights-activists/>



© Amnesty International

Amnistía Internacional Malí lanza la campaña *Mi cuerpo mis derechos* en Bamako, marzo de 2014.

ACTIVIDAD 4.1

ACTIVISTAS SUPERHÉROES

FINALIDAD

- Determinar qué cambios son necesarios para promover los derechos sexuales y reproductivos en el ámbito local.
- Generar confianza y empoderamiento con que aumentar la capacidad de los participantes para provocar cambios en su zona.
- Reconocer nuestras capacidades para convertirnos en activistas superhéroes.

DURACIÓN

2 horas y 30 minutos.

MATERIAL

- Cartulinas y/o papel para rotafolio
- Material de dibujo y pintura (rotuladores, pinturas de cera, lapiceros, lápices de colores, etc.)
- Optativo: cómics para los grupos de discusión, películas de superhéroes
- Preguntas para “crear superhéroes”, en un rotafolio, o en una hoja de papel para cada grupo
- Una caja grande
- Tarjetas de tipo ficha o trozos de papel

ESTA ACTIVIDAD CONSTA DE CUATRO PASOS

Paso 1: Estudiar a los activistas superhéroes (30 min)

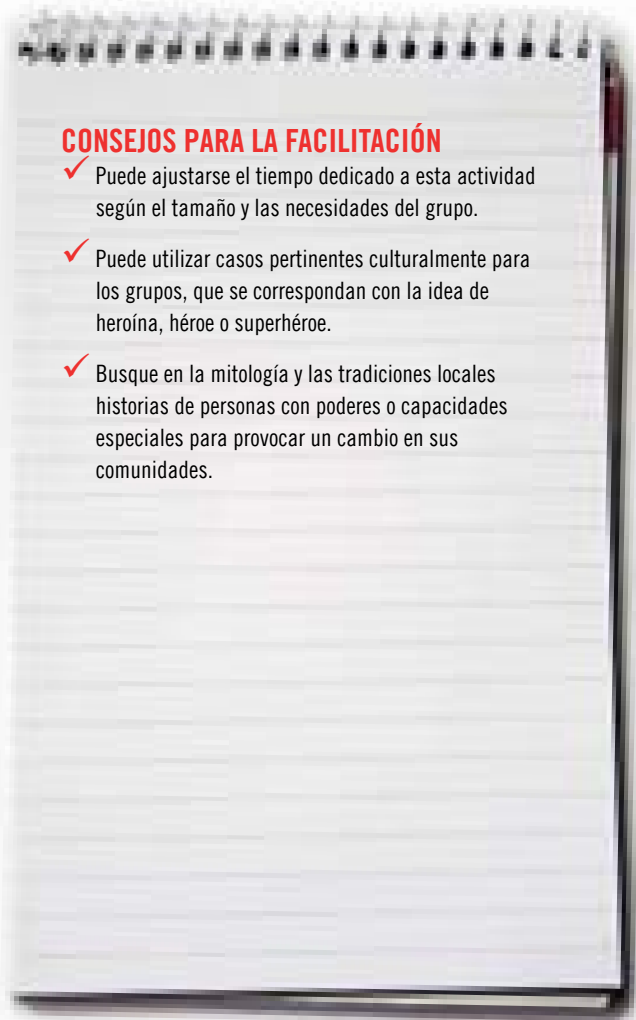
Paso 2: Crear un activista superhéroe (45 min)

Paso 3: Reconocer nuestras capacidades como activistas (60 min)

Paso 4: Actuar (15 min)

CONSEJOS PARA LA FACILITACIÓN

- ✓ Puede ajustarse el tiempo dedicado a esta actividad según el tamaño y las necesidades del grupo.
- ✓ Puede utilizar casos pertinentes culturalmente para los grupos, que se correspondan con la idea de heroína, héroe o superhéroe.
- ✓ Busque en la mitología y las tradiciones locales historias de personas con poderes o capacidades especiales para provocar un cambio en sus comunidades.



Paso 1: Estudiar a los activistas superhéroes (30 min)

Grupos de debate (10 min)

- Pida a los participantes que se dividan en grupos de dos o tres personas y recuerden historias de “superhéroes”. Pueden ser historias míticas o leyendas que escucharon en la infancia.
- Pida a los participantes que reflexionen sobre las cuestiones siguientes:
 1. ¿Quiénes eran esos héroes? ¿De dónde venían? ¿Qué poderes tenían? ¿Con quién trabajaban?

Superhéroes y superheroínas de los derechos sexuales y reproductivos en el Día Internacional de la Mujer, Perú, marzo de 2014.

2. ¿Por qué les gustan o se identifican con ellos?

Grupo completo (20 min)

- Reflexionen sobre las siguientes preguntas:
 1. ¿Qué es lo que hacen los superhéroes?
 2. ¿Cómo alcanzan los superhéroes (o las parejas o “equipos” dinámicos) sus objetivos?
 3. ¿Cómo son los mundos donde viven los superhéroes? ¿No son a menudo exageraciones imperfectas del mundo actual?
 4. ¿Dónde han adquirido los superhéroes sus poderes? ¿No suelen ser características que ya tenían y que se activan por un acontecimiento emocional o físico que se produce en su vida?



© Amnesty International

Paso 2: Crear un activista superhéroe (45 min)

Trabajo en grupos (45 min)

- Divida a los participantes en pequeños grupos de entre cuatro y seis personas.
- Asegúrese de que cada grupo tiene al menos dos hojas de papel para rotafolio y lápices de colores. Diga al grupo que una las hojas con cinta adhesiva para hacer una más grande.
- Pida a cada grupo que haga una representación visual de un activista superhéroe de los derechos sexuales y reproductivos. Explique que pueden utilizar palabras, imágenes y símbolos.
- Pida a cada grupo que elabore una historia sobre el superhéroe y una breve descripción del personaje, sus orígenes y la comunidad donde vive, basándose en las preguntas. Asegúrese de que todos los grupos ven bien las preguntas en el rotafolio o las tienen en una hoja.
 1. ¿Cómo sería un superhéroe (o equipo superhéroe) de los derechos sexuales y reproductivos? ¿Qué superpoderes o capacidades tendría? ¿Cómo se llamaría?
 2. ¿Qué problema de su comunidad intentaría resolver?
 3. ¿Cómo serían sus mensajes sobre derechos sexuales y reproductivos?
 4. ¿Quiénes son sus adversarios?
 5. ¿Quiénes su aliados?
 6. ¿Qué intentaría cambiar en su comunidad?
 7. ¿Qué acciones emprendería para provocar cambios en su comunidad?



© Amnistía Internacional Bélgica (FR)

Ilustración para la campaña *Mi cuerpo mis derechos* de AI Bélgica en la que se ve la lucha de un superhéroe por los derechos sexuales y reproductivos, 2014.

- Anime a los participantes a incluir muchos detalles en sus descripciones visuales y narrativas.
- Anime a cada grupo a buscar una forma creativa de presentar a su activista superhéroe y su historia. Por ejemplo, puede ser una presentación ilustrada, un breve esquema, una canción o un poema.

Paso 3: Reconocer nuestras capacidades como activistas (60 min)**Grupo completo (45 min)**

- Pida a los grupos que presenten a sus activistas superhéroes y sus historias de manera interactiva.
- Una vez hechas todas las presentaciones, pida a los grupos que imaginen que se priva a todos sus superhéroes de sus superpoderes.
- Entablen un debate sobre cómo podrían alcanzar todavía sus objetivos sin sus poderes. Anímelos a reflexionar sobre las preguntas siguientes:
 1. ¿Hasta qué punto son las comunidades de los superhéroes que han creado distintas o similares a las de sus propias experiencias?
 2. ¿Qué poderes necesitarían tener en sus propias comunidades para abordar los derechos sexuales y reproductivos?
 3. ¿Conocen a alguien que haya sabido defender bien los derechos humanos en su centro de enseñanza, en su comunidad o en el mundo? ¿Qué poderes (habilidades, conocimientos, actitudes) tiene?

Caja de poderes de los activistas (15 min)

- Pida a los participantes que escriban sus poderes (habilidades, conocimientos, actitudes) en tarjetas de tipo ficha o trozos de papel. Por ejemplo, su capacidad de “saber escuchar” o “ser creativo”.
- Dígalos que se coloquen en círculo alrededor de la caja.
- Pídale que lea cada uno en voz alta los poderes que tiene para ofrecer al grupo en tanto que activista superhéroe de los derechos sexuales y reproductivos –“Tengo el poder de...”– y que ponga luego el papel en la caja y vuelva al círculo.
- Reconozca que todos tenemos poderes y que juntos podemos hacer muchas cosas para defender los derechos sexuales y reproductivos.

Expresión de energía: Grito de poder (5 min)

- Pida a los participantes que formen un círculo.
 - Todos tienen entonces que ponerse en cuclillas, con los brazos extendidos hacia el suelo.
 - Con todo el mundo en esa posición, podemos decir algo así: “Imaginemos que estamos tomando nuestra fuerza, energía y poder del centro de la Tierra”. Muevan las manos como si estuvieran haciendo una bola de energía, que se agranda cuanto más energía toman y les hace ponerse de pie poco a poco.
 - Muéstrelas cómo ir levantándose poco a poco. Cuanta más energía toman, mayor se hace la bola y más alto suena su voz. Empiecen a gritar suavemente, alzando cada vez más la voz a medida que se levantan.
 - El grito resonará con toda intensidad al tener los brazos totalmente extendidos por encima de las cabezas y lanzar la bola de energía al aire.
 - Terminen con un sonoro aplauso.
-
- Acaben con un “grito de poder” o algo que sirva para demostrar entre todos su poder (véase el recuadro *[supra]* para la expresión de energía mediante un grito de poder).
 - Guarde la caja de poderes con todos los papeles o fichas. Puede servir para recordar al grupo todos sus poderes al preparar acciones.



© Amnistía Internacional Suiza

Paso 4: Actuar (15 min)

- Reflexionen acerca de cómo podemos actuar sobre la base de lo que hemos aprendido.
- ¿Conocen a alguien a quien consideren ya un héroe en su comunidad?
- Digan al grupo quién es.

Miembros del personal de Amnistía Internacional Suiza muestran las pulseras de vivos colores que van a utilizar los grupos de activistas en el lanzamiento de la campaña *Mi cuerpo mis derechos*, Berna, Suiza, 3 de marzo de 2014.

- Escriban cartas de reconocimiento o felicitación a alguien que sea ya su héroe.
- Repasen la historia del activista superhéroe para contársela a los demás.

ACTIVIDAD 4.2

JÓVENES QUE PROVOCAN CAMBIOS

FINALIDAD

- Identificar y analizar un problema relacionado con los derechos sexuales y reproductivos juveniles.
- Estudiar las relaciones entre las causas y los efectos de un problema.
- Comenzar a determinar formas de abordar un problema.

DURACIÓN

2 horas

MATERIAL

- Papel para rotafolio
- Rotuladores y bolígrafos
- Tarjetas de tipo ficha o notas autoadhesivas
- Trozos de papel recortados en forma de hoja
- Cinta adhesiva u otro material adhesivo
- Un pared vacía, para recubrirla de hojas de papel

ESTA ACTIVIDAD CONSTA DE CUATRO PASOS

Paso 1: Identificar problemas (30 min)

Paso 2: Analizar problemas: árbol de problemas (45 min)

Paso 3: Identificar soluciones: árbol de soluciones (30 min)

Paso 4: Actuar (15 min)

CONSEJOS PARA LA FACILITACIÓN

- ✓ Puede ajustarse el tiempo dedicado a esta actividad según el tamaño y las necesidades del grupo. Si el número de participantes es pequeño, puede realizarse toda la actividad con el grupo completo. Es importante tener en cuenta el tiempo de que se dispone, a fin de que puedan intervenir todos los participantes.
- ✓ Los distintos pasos de esta actividad tienen por objeto ayudar a los jóvenes a identificar, analizar y planear cambios que les gustaría que se produjeran en su comunidad y cómo pueden contribuir a hacer que se produzcan.
- ✓ Cada paso puede ser una actividad independiente, pero la información reunida en él debe utilizarse para los siguientes.
- ✓ Guarde las hojas del árbol de soluciones después de la actividad para poder remitirse luego a ellas.
- ✓ Es importante que, al determinar qué problemas analizar, los participantes empiecen con uno concreto y sencillo, que conozcan bien. Una vez que se hayan familiarizado con las distintas técnicas, pueden abordar problemas más complejos.

Actividad adaptada de *Tools together now! 100 participatory tools to mobilise communities for HIV/AIDS*, International HIV/AIDS Alliance

Paso 1: Identificar problemas (30 min)

Grupo completo

- Pida a los participantes que indiquen con palabras o dibujos y en tarjetas distintas todos los problemas a que se enfrentan los jóvenes con respecto a sus derechos sexuales y reproductivos –uno en cada tarjeta o nota–.
- Dígales que pongan las tarjetas boca arriba en el suelo para que todos puedan verlas.
- Pídale entonces que clasifiquen las tarjetas por categorías según su propios criterios sobre el asunto tratado. Es importante dejar que sean los participantes quienes establezcan las categorías. Al principio puede parecer una tarea lenta y desorganizada, pero confíe en que sabrán hacerlo.
- Hablen de lo que muestran las categorías. Por ejemplo, ¿qué hay en cada categoría y por qué? ¿Por qué han establecido los participantes esas categorías?
- Reflexione junto con los participantes sobre cómo les gustaría dar prioridad a los problemas (por ejemplo, por urgencia, posibilidad de cambio, a corto plazo, a largo plazo).
- Guarde la lista de problemas para utilizarla en los pasos siguientes.

Paso 2: Analizar problemas: árbol de problemas (45 min)

Trabajo en grupos (25 min)

- Divida a los participantes en grupos pequeños, de entre cuatro y seis personas, y entregue a cada grupo una hoja de rotafolio con un árbol dibujado en ella (véase el árbol de problemas de la página 133) y con el título de “Árbol de problemas”.
- Pida a cada grupo que elija un problema de los identificados en los pasos anteriores para debatir; –por ejemplo, “el estigma existente en torno a la homosexualidad” o “el alto índice de embarazos de adolescentes”. Escriban o dibujen el problema en el tronco del árbol.
- Anime a los participantes hablar de las *causas* directas del problema preguntando: “¿Por qué piensan que ocurre esto?” (Por ejemplo, la causa directa del “alto índice de embarazos de adolescentes” podría ser la falta de información sobre la atención de la salud sexual y reproductiva o de acceso a anticonceptivos.)
- Escriban o dibujen cada causa en la raíz del árbol.
- Con cada causa directa, anime a los participantes a identificar causas subyacentes preguntando de nuevo: “¿Por qué ocurre esto?”. Añada ramificaciones a la raíz hasta identificar todas las causas posibles.
- Anime a los participantes a identificar los *efectos* directos del problema. Pregúnteles: ¿Qué ocurre a continuación? Escriban o dibujen cada efecto identificado añadiendo ramas al árbol.
- Repitan el proceso anterior; en esta ocasión hasta haber identificado todos los posibles efectos. Pregunte otra vez: ¿Qué ocurre después de eso?

EJEMPLO: ÁRBOL DE PROBLEMAS



Grupo completo (20 min)

- Dependiendo del número de grupos y del tiempo disponible, se puede pedir a cada uno que presente su árbol y poner luego todos los árboles en la pared para que todos los participantes los vean ante de reflexionar sobre la actividad.
- Entablen un debate sobre lo que muestra *cada* diagrama. Por ejemplo:
 1. ¿Cuántas causas y efectos tiene un problema?
 2. ¿Cuáles son los más importantes?
 3. ¿Sobre cuáles podemos hacer algo?
 4. ¿Qué se podría hacer para abordar las causas del problema y reducir los efectos?
- Pregunte a los participantes si hay causas y/o efectos que sean iguales en distintos problemas.

Paso 3: Identificar soluciones: árbol de soluciones (30 min)

Grupo completo

- Seleccione uno de los problemas que los participantes quieran abordar.
- Ponga el árbol de ese problema en la pared.
- Ponga papel en otra pared y dibuje en él otro gran árbol titulado “Árbol de soluciones”.
- Pida ahora a los participantes que consideren las causas y los efectos identificados en el árbol de problemas y escriban soluciones en los trozos de papel en forma de hoja para pegarlos en el árbol de soluciones.
- Agrupen las soluciones similares.
- Determinen qué soluciones serían fáciles de aplicar y cuáles serían más difíciles.

- Las soluciones a los problemas representan los cambios que la gente joven desea ver producirse con respecto a sus derechos sexuales y reproductivos. Se utilizarán en la actividad siguiente.

Paso 4: Actuar (15 min)

- Determinen actividades para sensibilizar sobre los problemas existentes y las posibles soluciones.
- Comiencen identificando con quién tendrían los participantes que trabajar para lograr que se apliquen sus soluciones (se examinará en la actividad siguiente).
- Comprueben si la lista de problemas identificados por el grupo guardan relación con la campaña global de Amnistía Internacional *Mi cuerpo mis derechos* y cómo podrían participar.

ACTIVIDAD 4.3

PIEDRAS PARA PASAR Y OBSTÁCULOS

FINALIDAD

- Identificar a adversarios potenciales que cuestionen los derechos sexuales y reproductivos en las comunidades de los participantes.
- Identificar a aliados potenciales para defender los derechos sexuales y reproductivos en las comunidades de los participantes.
- Comprender la importancia y la fuerza de trabajar como un equipo y mejorar el trabajo en equipo y las habilidades de comunicación.

DURACIÓN

2 horas

MATERIAL

- Papel para rotafolio
- Rotuladores y bolígrafos
- Espacio abierto en el suelo
- Cinta adhesiva o cuerda
- Hojas de papel de colores (al menos de dos colores distintos)

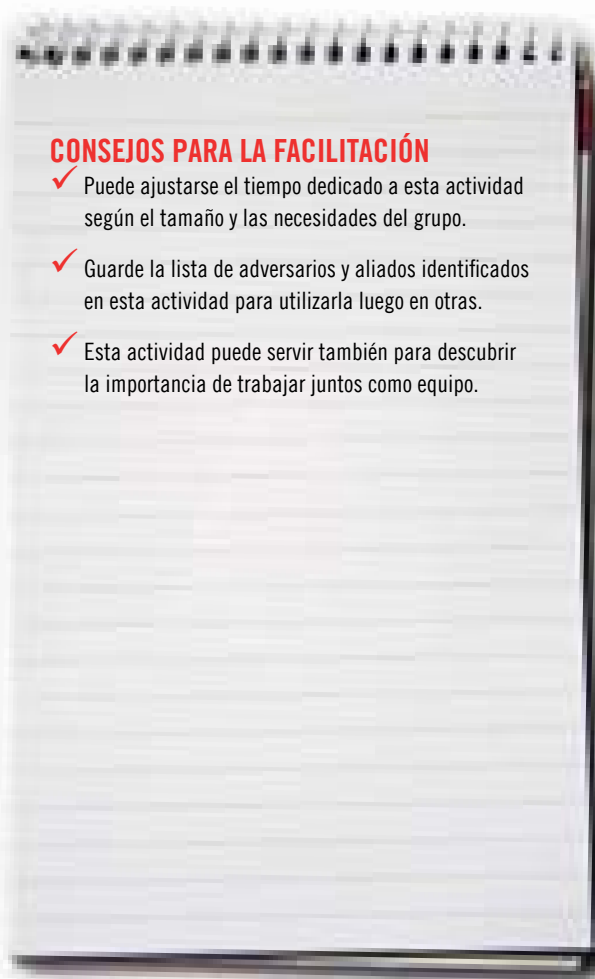
ESTA ACTIVIDAD CONSTA DE TRES PASOS

Paso 1: Identificar a adversarios (45 min)

Paso 2: Identificar aliados (60 min)

Paso 3: Actuar (15 min)

Participante en un taller en Filipinas muestra un “árbol de problemas” sobre derechos sexuales y reproductivos, agosto de 2014.



© Amnesty International

Paso 1: Identificar a adversarios (45 min)

Grupo completo (10 min)

- Explique a los participantes que la finalidad del ejercicio es ayudarles a conocer mejor a sus adversarios.
- Pida a los participantes que piensen en los superhéroes de los derechos sexuales y reproductivos de la actividad 4.1. ¿Cuáles eran los principales adversarios o destinatarios de su actuación que cuestionaban los derechos sexuales y reproductivos y se interponían en el camino de esos superhéroes?
- Pida a los participantes que identifiquen a personas o grupos concretos que puedan ser adversarios que cuestionen los derechos sexuales y reproductivos en sus comunidades y anótelos en una hoja de papel para rotafolio. Podrían serlo un líder local, una autoridad elegida u otra persona o grupo de poderosa influencia.
- Determine hablando con el grupo cuáles de estas personas son los adversarios más importantes a los que enfrentarse.

Grupos pequeños (20 min)

- Divida a los participantes en pequeños grupos de entre cuatro y seis personas.
- Pida a cada grupo que elija a uno de los adversarios principales mencionados en el debate y elabore un mapa de influencias que muestre quién influye en él, quién puede acceder a él y a quién escucha.
- El primer círculo del mapa muestra quién influencia al adversario localmente. El segundo círculo muestra quién podría influir en él a escala nacional, y el tercero, quién podría hacerlo a escala internacional/global. (Puede utilizarse como modelo el ejemplo de la página 138.)
- Pida a los participantes que elaboren el mapa de influencias en una hoja de papel para rotafolio o con tarjetas puestas en el suelo.
- Tras completar los tres círculos, los participantes han de poder elaborar un mapa de influencias que muestre cómo

pueden ellos influir directamente en el adversario (por medio de las personas, grupos e influencias identificados).

Grupo completo (15 min)

- Reúna otra vez a todo el grupo y pida a cada uno de los subgrupos que comparta con los demás su mapa de influencias.
- Tras mostrar cada grupo su mapa, anímelos a reflexionar sobre cuestiones como las siguientes:
 1. ¿Cómo decidieron quién era el adversario más importante? ¿Por qué es este adversario tan poderoso?
 2. ¿Cómo podrían derrotar a este oponente a escala local, nacional e internacional? ¿Cuál su vía de influencia en el adversario?

Paso 2: Identificar a aliados (60 min)

- Antes de comenzar el paso, delimite en el suelo, con cinta o cuerda, un gran espacio abierto. Va a ser el “pozo de lava”.
- Explique a los participantes que este ejercicio puede servirles para identificar a aliados que les presten su apoyo al enfrentarse a enemigos de los derechos sexuales y reproductivos en su comunidad.

Trabajo en grupos (15 min)

- Divida a los participantes en dos grupos. Entregue a cada grupo un paquete de papel de colores (de un color distinto a cada uno).
- Pida a los dos que hagan un ejercicio de lluvia de ideas para buscar en sus comunidades aliados y socios que puedan ayudarlos a defender los derechos sexuales y reproductivos. Hay que escribir el nombre de cada aliado o socio en una hoja distinta.
- Pida a los grupos que le devuelvan las hojas.

“Pozo de lava” (15 min)

- Extienda en el suelo los dos conjuntos de hojas de aliados. Hay que mezclar las hojas de un grupo con las del otro pero sin salirse del espacio delimitado (el “pozo de lava”).
- Diga a ambos grupos que tienen cinco minutos para sacar del “pozo de lava” a todos los aliados que necesiten para defender los derechos sexuales y reproductivos en su comunidades. Algunas condiciones son:
 - ▣ Sólo puede haber un miembro de cada grupo en el pozo de lava a la vez.
 - ▣ Sólo pueden pisar las “piedras” (las hojas con aliados), no la lava (el suelo). Si alguno pisa la lava, debe regresar al grupo para que lo sustituya otro.
 - ▣ Sólo se puede sacar del pozo una “piedra” cada vez.
- Gana el primer equipo que recupere bien a todos sus aliados.

Grupo completo (30 min)

- Debate sobre el ejercicio del “pozo de lava”. Reflexionen sobre las preguntas siguientes:
 1. ¿Cómo decidieron cómo conseguir los aliados?
 2. ¿Cómo ha sido trabajar en equipo?
 3. ¿Cómo era tener que empezar de nuevo?
 4. ¿Cómo decidieron quiénes eran sus aliados?
 5. ¿Por qué creen que estos aliados son tan poderosos?

Paso 3: Actuar (15 min)

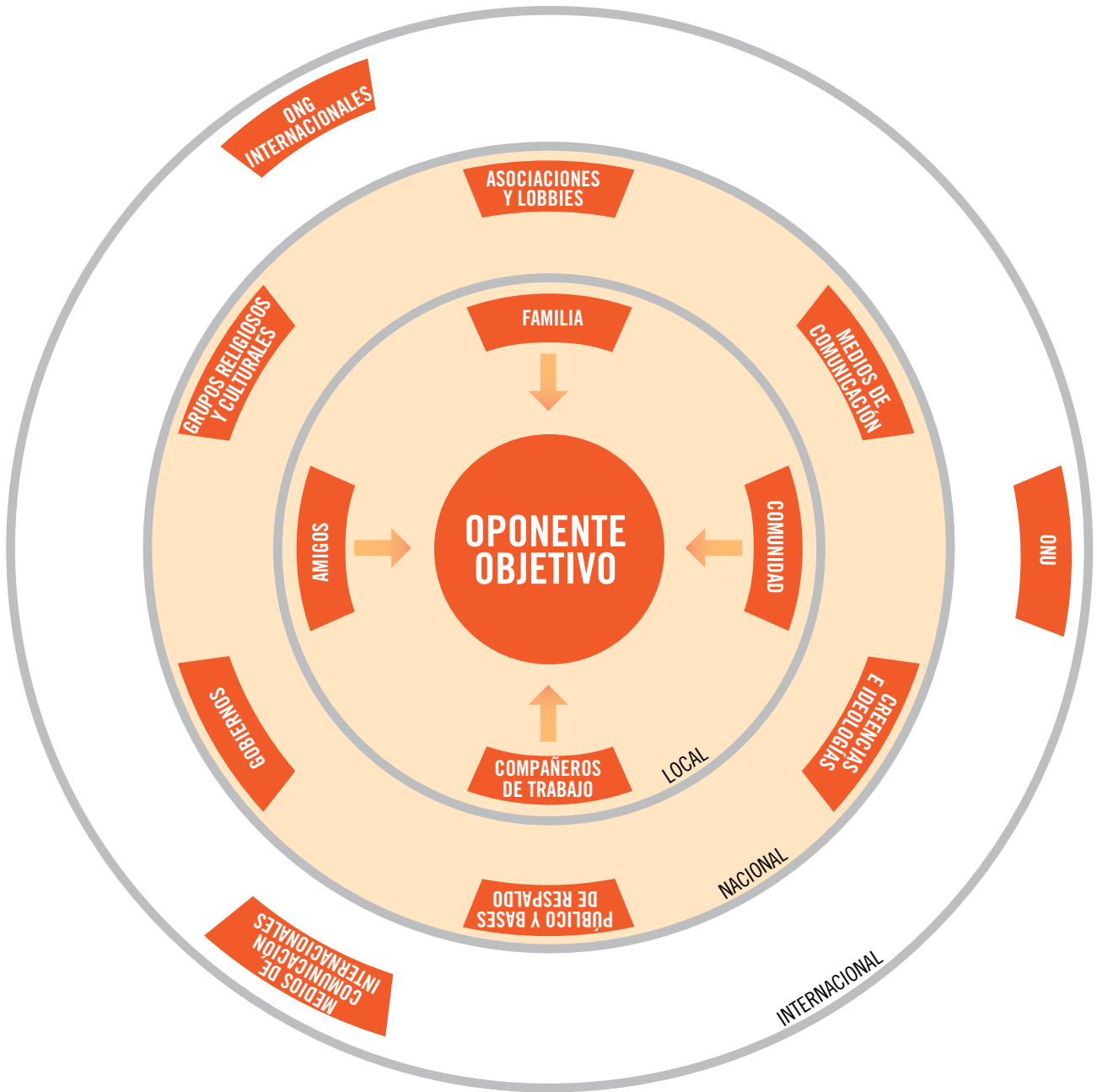
- Divida a los participantes en dos grupos. Pida a cada grupo que haga un ejercicio de lluvia de ideas o seleccione una de las soluciones identificadas anteriormente para poner una meta a algo que podrían hacer para promover los derechos sexuales y reproductivos en su comunidad. Pídales que tengan en cuenta:
 1. ¿Qué aliados necesitan para alcanzar esa meta?
 2. ¿Cómo podrían trabajar con sus aliados?
 3. ¿Quiénes son sus adversarios?
 4. ¿Qué tendrían que hacer para reducir los efectos de la acción de sus adversarios?
- Pregúnteles qué actividades podrían desarrollar para alcanzar esa meta. (Algunas ideas son: organizar reuniones públicas, dar una actuación teatral, hacer campañas de carteles sobre una cuestión pertinente para su contexto, establecer un centro juvenil o una clínica de fácil acceso para jóvenes.)



© Amnesty International

Acto de Amnistía Internacional en Valencia, España, para la promoción de la campaña *Mi cuerpo mis derechos* el Día Internacional de la Mujer, marzo de 2014.

EJEMPLO: MAPA DE INFLUENCIAS



ACTIVIDAD 4.4

“HABLAR CLARO”

FINALIDAD

- Adquirir seguridad y practicar argumentos en defensa de los derechos sexuales y reproductivos propios y ajenos.
- Estudiar cómo adaptar distintos mensajes a distintos públicos.

DURACIÓN

1 hora y 40 minutos

MATERIAL

- Sillas suficientes para todos los participantes
- Tarjetas de tipo ficha o notas autoadhesivas
- Cinta adhesiva
- Papel para rotafolio
- Rotuladores y bolígrafos
- Cronómetro o reloj con segundero
- Papel o tarjetas donde escribir los nombres de los objetivos (partes interesadas) identificados

ESTA ACTIVIDAD CONSTA DE TRES PASOS

Paso 1: Identificar los mensajes (30 min)

Paso 2: Transmitir los mensajes (50 min)

Paso 3: Actuar (20 min)

CONSEJOS PARA LA FACILITACIÓN

- ✓ Puede ajustarse el tiempo dedicado a esta actividad según el tamaño y las necesidades del grupo.
- ✓ Cuando los participantes hayan determinado sobre qué cuestión van a trabajar, pídeles que identifiquen a los personajes implicados como objetivos a los que dirigir sus argumentos. Asegúrese de incluir a partes interesadas propias del asunto. Pueden ser aliados con los que deseen trabajar y/o adversarios a quienes intenten convencer de que se pongan de su lado. Por ejemplo, si los participantes identifican como asunto la existencia de servicios de salud de fácil acceso para los jóvenes, entre los personajes han de figurar un médico o un administrador de centros de salud.
- ✓ Durante la fase de lluvia de ideas de la actividad, anime a los participantes a pensar en términos generales: por ejemplo, elegir la “educación sexual” en vez de un “cambio en el programa de estudios”. De este modo tienen más margen para reflexionar sobre sus “demandas” y lo que quieren que cambie. Piensen en las soluciones identificadas en las actividades anteriores. Pueden utilizarse en esta actividad las cuestiones surgidas en sesiones y debates anteriores.
- ✓ Es una actividad dinámica y rápida, por lo que tendrá que estar muy atento y hablar en voz bien alta para mantener el ritmo. De a los participantes dos minutos para cada “demanda”. Conviene también avisar a los participantes 10 segundos antes de gritar: “cambio de papeles” o “siguiente puesto”.
- ✓ Si el número de participantes no es par, puede formar un grupo de dos personas. Compartirán la transmisión del mensaje además de la respuesta al desempeñar el papel de parte interesada.
- ✓ Si hay mucho ruido, podría serle útil un silbato u otro instrumento que suene muy alto para pedir atención.

PASO 1: Identificar los mensajes (30 min)**Grupo completo**

- Pida a los participantes que emprendan una lluvia de ideas para identificar una cuestión de derechos sexuales y reproductivos que esté afectando a sus comunidades en ese preciso momento o utilice las identificadas en las actividades anteriores.
- Escriba las cuestiones en una hoja de papel para rotafolio a medida que las sugieran. Explique que el grupo practicará habilidades de promoción individual con una de las cuestiones como ejemplo. Pida al grupo que decida por votación o por consenso en qué cuestión le gustaría centrarse.
- Pida a los participantes que identifiquen a las partes interesadas importantes con las que tratar la cuestión teniendo en cuenta los aliados y adversarios identificados en las actividades previas. Identifiquen al menos a cuatro o cinco partes interesadas (por ejemplo: un padre o madre, un profesor, un líder religioso, un trabajador de los medios de comunicación, un político, otro joven o alguien más de su comunidad).
- Pida a los participantes que trabajen en pequeños grupos, de dos o tres personas, para llegar a una clara “demanda” sobre la cuestión. Explique que la “demanda” ha de abarcar tres mensajes:
 1. ¿Qué hace falta cambiar?
 2. ¿Por qué es importante?
 3. ¿Qué puede hacer la parte interesada al respecto?
- Pida a los participantes que piensen en cómo estos mensajes podrían cambiar dependiendo de con cuál de las partes interesadas identificadas hablen. Tienen que elaborar uno o más mensajes para cada parte interesada.
- Mientras los participantes trabajan en grupos pequeños, coloque las sillas formando dos círculos concéntricos. Cada silla del círculo exterior debe estar frente a una del círculo interior. Pegue con cinta el nombre de una parte

interesada en la parte posterior de una silla del círculo exterior y la palabra “joven” en la de la silla siguiente, y así sucesivamente hasta completar el círculo. Haga lo mismo en el círculo interior. Asegúrese de que hay siempre una persona joven frente a una parte interesada.

Paso 2: Transmitir los mensajes (50 min)**Carrusel (20 min)**

- Una vez preparado el escenario y decididas ya por los participantes sus “demandas”, dígasles que vuelvan al círculo y se sienten en las sillas.
- Explíqueles que ahora están sentados en un carrusel de mensajes. La mitad de ellos representan papeles de miembros de la comunidad, y los demás se representan a sí mismos. Explique que cuando diga “ya”, los que se representan a sí mismos tendrán dos minutos para comunicar la “demanda” a la parte interesada que tienen sentada enfrente.
- Es importante que la parte interesada se presente, para que la persona joven sepa a quién tiene que transmitir su mensaje. La parte interesada debe escuchar, pero también representar su papel; puede responder y hacer preguntas.
- A los dos minutos, cuando el facilitador diga “cambio de papel” o “siguiente puesto”, cada participante pasará a la silla de su derecha (los dos círculos irán rotando en sentidos opuestos) y empezará otra vez con otros dos minutos de reloj.
- Haga a los participantes pasar de puesto y repetir la actividad hasta que todos hayan tenido la oportunidad de representar a cada parte interesada (es decir, si hay cinco personajes o partes interesadas, tendrá que repetir la actividad 10 veces) o hasta que le parezca que ha transcurrido tiempo suficiente y cada participante ha tenido la oportunidad de representar varios personajes distintos.



Grupo completo (30 min)

- Una vez que todos los participantes hayan tenido oportunidad de interpretar distintos papeles, ponga fin a la actividad. Pida a los participantes que reflexionen conjuntamente y debatan sobre las cuestiones siguientes:

1. ¿Ha sido difícil tener sólo dos minutos para transmitir su mensaje?
2. ¿Qué es lo que resultaba más difícil de tener que exponer sus mensajes en dos minutos?
3. ¿Cómo han modificado el modo de exponer la cuestión según la parte interesada con la que hablaban? (Pida a un voluntario que dé un ejemplo de cómo ha comunicado su “demanda” de modo distinto según las distintas partes interesadas.)
4. ¿Han encontrado algún argumento especialmente convincente cuando interpretaban a partes interesadas? ¿Por qué lo era?

Paso 3: Actuar (20 min)

- Reflexionen acerca de cómo podemos actuar sobre la base de lo que hemos aprendido y elaboren una lista de los argumentos más convincentes.
- Vean cómo pueden los participantes exponer estas cuestiones a un público más amplio. Por ejemplo:
 - ▣ Organicen un debate en su comunidad o centro de enseñanza.
 - ▣ Escriban una entrada de blog con un resumen del asunto y la “demanda”, que cualquiera podrá compartir en las redes sociales.
 - ▣ Utilicen estos mensajes para elaborar lemas, pancartas, carteles y otros materiales creativos, que puedan utilizarse en acciones públicas en su comunidad o centro de enseñanza.

© Amnesty International



Ilustración para la campaña *Mi cuerpo mis derechos*, 2013



ACTIVIDAD 4.5

PLAN DE ACCIÓN PARA EL CAMBIO

FINALIDAD

- Conocer los pasos de planificación necesarios para provocar cambios en materia de derechos humanos
- Elaborar planes básicos de acción en materia de derechos humanos, específicamente sobre los derechos sexuales y reproductivos.

DURACIÓN

2 horas

MATERIAL

- Papel para rotafolio
- Cinta adhesiva u otro material adhesivo.
- Notas autoadhesivas, fichas o trozos de papel
- Rotuladores y bolígrafos
- Fotocopias de la plantilla de plan de acción (páginas 144-145); una para cada participante o una sola para ponerla en un rotafolio donde la vean todos
- Fotocopias de la plantilla del diagrama del camino del cambio (página 146); una para cada grupo o una sola para ponerla en un rotafolio donde la vean todos
- Árbol de soluciones de la actividad 4.2

ESTA ACTIVIDAD CONSTA DE TRES PASOS

Paso 1: Elaborar un plan de acción (1 hora)

Paso 2: Presentar nuestro plan de acción (45 min)

Paso 3: Actuar (15 min)

CONSEJOS PARA LA FACILITACIÓN

- ✓ Puede ajustarse el tiempo dedicado a esta actividad según el tamaño y las necesidades del grupo.
- ✓ Los distintos pasos de esta actividad tienen por objeto ayudar a las personas jóvenes a seguir un camino para determinar un cambio y elaborar un plan de acción para identificar a hacer realidad ese cambio.
- ✓ Si el número de participantes es pequeño, puede realizarse toda la actividad con el grupo completo. Es importante tener en cuenta el tiempo de que se dispone, a fin de que puedan intervenir todos los participantes.
- ✓ Es importante, cuando los participantes estén identificando el cambio que quieren ver que se produzca, empezar con algo pequeño y concreto. Es mejor tener un breve plan de acción que sea realista y factible para que los participantes no se desanimen. Podrán avanzar y elaborar planes de acción más complejos cuando tengan ya experiencia.
- ✓ Es importante asegurarse durante la actividad de que los participantes hacen constantemente una comprobación de la realidad para asegurarse de que lo que están planeando es concreto y factible con el tiempo y los recursos disponibles.

Paso 1: Elaborar un plan de acción (1 hora)

Grupo completo (10 min)

- Explique a los participantes que esta actividad les ayudará a elaborar una plan para hacer que se produzca un cambio en sus comunidades.
- Explique que se dividirán en grupos para crear cada uno un plan de acción. Este procedimiento incluirá: *actividades* generales –cosas que se pueden hacer-, los *resultados* de estas actividades y los *cambios* que desean ver que ocurran en sus comunidades.
- Consulten el diagrama del camino del cambio. Muestra cómo las actividades dan resultados que producen los cambios que queremos ver que ocurran.
- Durante esta actividad, tendrán que remitirse a lo que han hecho en las actividades previas desarrolladas en esta parte.

Grupos pequeños (50 min)

- Divida a los participantes en pequeños grupos de cuatro o cinco personas. Entregue a cada grupo una hoja de papel de rotafolio junto con una fotocopia de la plantilla de plan de acción para cada persona.
- Pida a los grupos que miren el árbol de soluciones (creado en la actividad 4.2) y elijan una de la soluciones en cuya consecución les gustaría trabajar.
- Pida a cada grupo que, utilizando las plantillas, elabore en una hoja de papel para rotafolio su plan de acción para el cambio.

Las personas participantes en un taller internacional exploran los derechos sexuales y reproductivos, Londres, Reino Unido, octubre de 2014.

Paso 2: Presentar nuestro plan de acción (45 min)

Grupo completo

- Dé a cada grupo tiempo para presentar su plan de acción al grupo completo. Deje mucho tiempo para el debate y anime a los participantes a intercambiar consejos prácticos e ideas de mejora.

Paso 3: Actuar (15 min)

- Reflexionen sobre cómo haremos un seguimiento de estos planes.
 1. ¿Cómo pueden los participantes trabajar conjuntamente y con otros aliados de su comunidad después de la actividad?
 2. ¿Cómo podrían desarrollar y mejorar sus planes de acción?
 3. ¿Cómo podrían conseguir apoyo para poner estos planes en práctica?
- Remita a los participantes a la campaña global de Amnistía Internacional *Mi cuerpo mis derechos* y anímelos a participar. ¿Cómo pueden coordinar su plan de acción con la campaña? Visiten el sitio web en www.my-body-my-rights.com



© Amnesty International

PLANTILLA DE PLAN DE ACCIÓN

PLANIFIQUEN COMO CONSEGUIRÁN EL CAMBIO	
<p>¿Cuál es la cuestión de derechos sexuales y reproductivos en que se están centrando?</p>	
<p>¿Qué problemas concretos se abordarán en este plan?</p>	
<p>¿Quiénes son los más afectados por esta cuestión? ¿Por qué?</p>	
<p>¿Cuál es el cambio que queremos ver que se produzca? Por ejemplo, las personas jóvenes conocen sus derechos sexuales y reproductivos</p>	
<p>¿Qué tiene que ocurrir para provocar este cambio? Piensen en algunos cambios pequeños que harán posible la consecución del gran cambio. (Por ejemplo, la educación sexual integral en las escuelas hará que las personas jóvenes reciban una buena educación sobre los derechos sexuales y reproductivos.)</p>	
<p>¿Qué actividades podemos realizar para influir en estos cambios? Piensen en actividades realistas, que les permitan saber si los han conseguido. (Por ejemplo, organizar [varios] talleres de educación sexual.)</p>	
<p>¿Cómo sabrán si han conseguido el cambio?</p>	
<p>¿Qué riesgos, dificultades u obstáculos hay que superar para conseguir los cambios que quieren ver que se produzcan?</p>	
<p>¿Quién les ayudará a realizar su plan?</p>	

PLANIFIQUEN SUS ACTIVIDADES

PARA CADA ACTIVIDAD, HÁGANSE LAS PREGUNTAS SIGUIENTES	
¿Cuál es su actividad? Descríbanla en una frase.	
¿Cuándo tendrá lugar su actividad?	
¿Dónde tendrá lugar su actividad?	
¿Quién participará en su actividad?	
¿Qué recursos necesitan? (Personas, material, fondos)	
¿Cómo les dirán a los demás lo que van a hacer?	
¿Cuáles son las dificultades u obstáculos para que la actividad salga bien?	
¿Cómo pueden superar esas dificultades u obstáculos?	

Para fotocopiar o ampliar y poner en la pared



CAMINO DEL CAMBIO



¡BIEN HECHO!



© Amnesty International

Han terminado ya el módulo y poseen los conocimientos y habilidades necesarios para iniciar su propia campaña.

Pueden defender sus derechos y unirse a otras personas para conseguir que jóvenes de todo el mundo puedan acceder a sus derechos sexuales y reproductivos. Vean cómo participar en la campaña *Mi cuerpo mis derechos* de Amnistía Internacional y únanse a miles de personas más para que su impacto sea global.

El Día Internacional de la Mujer, unos activistas de Amnistía Internacional y la artista grafitera Evelyn Queiróz (Negahamburger) fueron a Lapa, Río de Janeiro, Brasil, a hacer tatuajes temporales sobre la campaña *Mi cuerpo mis derechos*, marzo de 2014.

NOTAS



FORMULARIO DE RESPUESTA

1. Información sobre el facilitador o facilitadora. ¿A qué se dedica?

- Docente/educador Estudiante/joven Activista Voluntario/a
- Otro (especifique) _____
- ¿Es hombre o mujer?

2. ¿Dónde vive?

Ciudad/pueblo _____ País _____

3. ¿Con qué módulo ha trabajado?

- Módulo de facilitación
- Módulo 1: La pobreza y los derechos humanos
- Módulo 2: La vivienda es un derecho humano
- Módulo 3: Los derechos sexuales y reproductivos son derechos humanos.

4. ¿En qué contexto ha utilizado el módulo?

- Escuela Grupo o club juvenil Otros (especifique) _____

5. ¿Con personas de qué grupo de edad ha usado el módulo?

11-13 años 14-18 años 19-24 años

Otros (especifique) _____

6. ¿Cuántas personas aproximadamente participaron en la sesión? _____.

7. ¿Ha sido útil el módulo para su trabajo? (marque con una X o un círculo) 1 (nada en absoluto) – 5 (mucho)

1 2 3 4 5

8. ¿Cuál de los siguientes calificativos describe mejor su opinión sobre el módulo? (marque tres casillas como máximo)

- Pertinente Atractivo Sencillo Adaptable
- Innovador No pertinente Aburrido Complicado
- Rígido Desfasado



9. a) ¿Qué es lo que más le gustó del módulo?

- El contenido (el tema)
- La estructura (era fácil de usar, comprensible, etc.)
- La metodología (las actividades, los métodos, las técnicas, etc.)
- Otros _____

b) Explique por qué le gustaron los aspectos que ha señalado: _____

10. a) Marque la casilla correspondiente si, durante el taller o después, los participantes:

- mostraron tener más conocimientos sobre el contenido
- cambiaron de conducta
- participaron en la campaña *Mi cuerpo mis derechos*
- se sintieron motivados para realizar más acciones

b) Explique su respuesta: _____

11. ¿Usaría el módulo de nuevo con otros grupos? Sí No

12. Exponga cualquier idea que tenga para mejorar el módulo: _____

13. Indique la fecha de hoy y añada cualquier comentario que desee hacer: _____ / _____ / _____

Envíe el formulario cumplimentado a la oficina de Amnistía Internacional en su país o remita una copia escaneada a hreteam@amnesty.org
¡Gracias!

RESPETA MIS DERECHOS, RESPETA MI DIGNIDAD

MÓDULO 3 - LOS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS SON DERECHOS HUMANOS

"Las [actividades del módulo] me han hecho tomar conciencia de que toda persona tiene derecho a decidir todo lo que tenga que ver con su vida sexual y su salud sexual."

Hassan El Boukri, Marruecos

En todo el mundo, la libertad de las personas para tomar decisiones sobre su salud, su cuerpo, su sexualidad y su vida reproductiva está restringida o controlada por otros. Muchos de los 1.800 millones de jóvenes que hay en el mundo viven sin acceso a sus derechos sexuales y reproductivos. Este módulo permite a la gente joven comprender que todas las personas tienen derecho a tomar estas decisiones por sí mismas. Tiene por objeto empoderar a la gente joven para que defienda y reclame sus derechos y tome decisiones sobre su cuerpo, sexualidad, género y derechos humanos sin temor a sufrir discriminación o violencia.

El módulo está concebido para ser utilizado por y con personas jóvenes y activistas jóvenes que presten apoyo a sus iguales guiándoles por caminos individuales y colectivos de reflexión, análisis crítico y acción. Para ello hay que tener los conocimientos y habilidades necesarios para entablar conversaciones difíciles sobre un tema tabú y defender los derechos sexuales y reproductivos.

Hablando simplemente entre ellas, las personas jóvenes pueden conseguir sentirse seguras para modificar su conducta y sus actitudes hacia la sexualidad y la reproducción, así como las de quienes les rodean. De este modo pueden crear una comunidad de personas empoderadas, capaces de defender sus derechos y los derechos de otras personas.

Éste es el tercer módulo de una serie de recursos de educación en derechos humanos para jóvenes. Este módulo sobre derechos sexuales y reproductivos se sirve de los temas de derechos humanos universales que se presentaron y estudiaron en los módulos 1 y 2, y nos permite examinar cómo los derechos humanos son inherentes a nuestro cuerpo y a las decisiones que tomamos sobre nuestra sexualidad y nuestra vida reproductiva.

amnesty.org

Índice: ACT 30/0010/2015 Spanish
Enero de 2015

**AMNISTÍA
INTERNACIONAL**

