

**En búsqueda
de alternativas para una vida
libre de violencia**



LAS DIGNAS
Asociación de Mujeres
por la Dignidad y la Vida

Programa: Por una vida libre de Violencia

En búsqueda de alternativas para una vida libre de violencia



En nuestro país un número significativo de mujeres enfrenta problemas familiares, situaciones de violencia de pareja, violencia sexual y dificultades en el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos. Muchas veces se enfrentan problemas por tiempos prolongados creyendo que no hay salidas o alternativas para solventar estas situaciones. Por tanto hemos querido editar el presente documento, con la intención de que conozcamos algunos de nuestros derechos y como ejercerlos dando la información necesaria sobre donde y cómo iniciar procesos legales.

Es importante hacer constar que iniciar un proceso legal no es la única vía de solución de un problema o conflicto. Es vital la decisión y el convencimiento de que el trámite que se va a realizar es la alternativa más viable para la situación que se está viviendo y tener la certeza de que el logro a alcanzar depende en gran medida del esfuerzo personal, del tiempo que se invierta y sobretodo de un proceso personal de fortalecimiento individual. Implica que en el momento en que se toma la decisión haya claridad y conciencia de lo que significa llevar un proceso, pero también tranquilidad y fortaleza para enfrentar las dificultades que se van a presentar.

Es necesario tener claridad de que en el proceso que se inicia se va a encontrar con la persona que la violenta o agrede, generalmente su pareja o su ex pareja, para lo cual se requiere de

fortaleza personal. En la mayoría de parejas se dan separaciones sin que hayan terminado la relación, por tanto cuando se llevan procesos legales se renuevan conflictos no resueltos y se reviven ciclos de violencia. Es necesario estar preparada para no caer en las provocaciones violentas o chantajes emocionales, discursos culpabilizantes de la pareja o ex pareja.

Es de suma trascendencia tomar en cuenta la burocracia que existe en muchas de las instituciones públicas, las cuales dificultan el avance ágil del proceso, así como determinadas actitudes prejuiciadas y sexistas de funcionarios/as que influyen en una resolución desfavorable para las mujeres.

Por último es importante saber que se cuentan con derechos y que a los funcionarios/as no se les va a suplicar o mendigar, sino a demandar el cumplimiento de derechos y que se merece, un trato justo y respetuoso.

Todas las situaciones que presentamos en los diferentes meses del año son las que más han sido consultadas en nuestro Centro de Atención en donde brindamos asesoría legal y apoyo emocional de todas aquellas problemáticas relacionadas con la violencia de pareja y violencia sexual.

Dejamos pues con ustedes esta información con el ánimo de que se convierta en una guía de consulta diaria, que las motive a salir adelante y como un recurso para buscar apoyos diversos.

La paternidad irresponsable

“Cuando el papá de mis hij@s no los reconoce...”



Vivimos en una sociedad en la que se exalta la maternidad. El “ser mujer” pasa por ser una madre abnegada. Sin embargo, la identidad de un hombre no pasa por ser padre, y mucho menos por ser un padre responsable. Es por eso que en nuestro medio es muy frecuente que los hombres nieguen la paternidad de sus hij@s.

La paternidad se puede establecer de tres formas:

- **De manera voluntaria**, cuando expresa ser el padre en la partida de nacimiento, en acta ante el Procurador General de la República, Gobernadores Políticos Departamentales y Alcaldes Municipales, en escritura pública, en testamento o en otros escritos judiciales.
- **Por disposición de la ley**: cuando las hijas e hijos nacen dentro de un matrimonio, se entiende automáticamente que el padre es el esposo.
- **Por declaración judicial**: cuando lo establece un Juez o Jueza de Familia

¿A dónde puedo acudir para que el papá reconozca a mis hij@s?

- **A la Procuraduría General de la República**: Es un trámite gratuito, donde citan al demandado o supuesto padre dándole la posibilidad a éste de que reconozca voluntariamente, (a l@s hij@s, de no ser así no se le puede obligar). Si no lo reconoce, la Procuraduría está obligada a iniciar un juicio familiar y representar a la persona demandante.
- **Al Juzgado de Paz**: También es un trámite gratuito. Persigue el recono-

cimiento voluntario del padre, (de no ser así no se le puede obligar). Si se realizan dos citaciones, y el presunto padre no comparece, el caso se da por cerrado.

- **Al Juzgado de Familia**: Es necesario hacerse representar por abogado o abogada y presentar una demanda por escrito, es por eso que su costo es elevado. Pueden realizarse dos tipo de juicios:

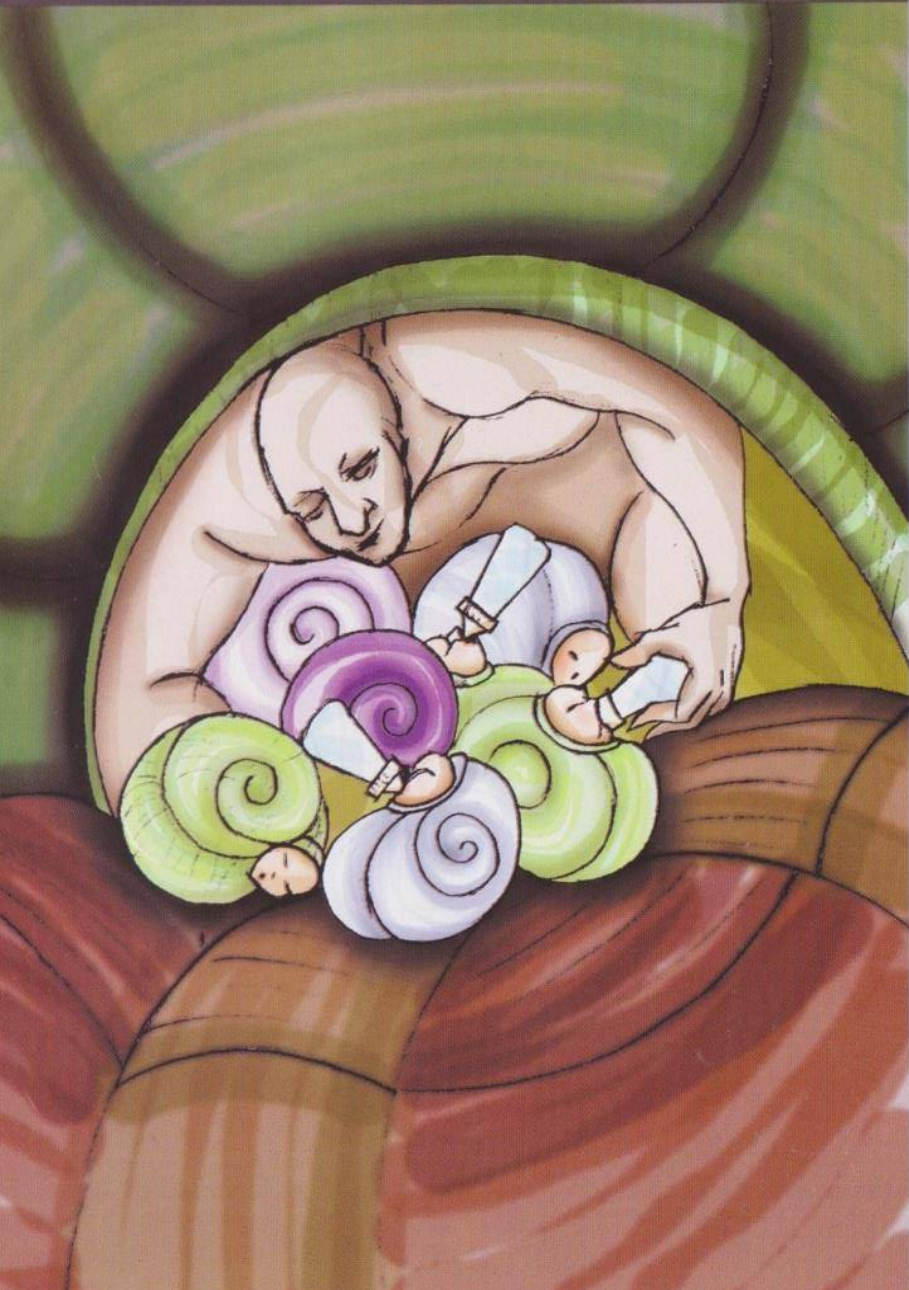
- **Juicio por reconocimiento provocado**: ya sea el hij@ no reconocido como la mujer embarazada pueden realizar una demanda para que el hombre sea citado ante el juez y declarar si reconoce ser el padre. En este caso, el juez puede ordenar que se hagan pruebas. Además, *la negativa del hombre a comparecer ante el juez o a someterse a la prueba de paternidad, será considerada como afirmación de que es el padre.*
- **Juicio familiar de declaratoria judicial de paternidad**: En este juicio, no depende de si el hombre quiere reconocerlo o no, sino que el juez puede declararlo padre siempre que haya pruebas. El juicio se puede realizar aunque el padre esté ausente, de paradero desconocido, y/o muerto.

¿Qué necesito presentar para realizar la demanda?

- a. Certificación de las partidas de nacimiento de las y los hijos que se pretende reconocer.
- b. DUI de la o el solicitante.
- c. Dirección exacta del demandado ya sea de su domicilio o lugar de trabajo.

La paternidad irresponsable

“La cuota alimenticia como un derecho y no como caridad...”



Todo padre y madre tienen la obligación de criar, educar y mantener a sus hij@s hasta que puedan valerse por sí mismos. Cuando los padres se separan, el que no esté a cargo del cuidado de l@s hij@s, deberá pasar al otr@ una pensión económica (cuota alimenticia) para el mantenimiento de sus hij@s, que incluye gastos de alimentación, médicos, de educación, de ropa de habitación, Y recreación.

Algunos puntos de interés son:

- Toda mujer embarazada tiene el derecho de exigir la cuota al padre de la criatura, durante todo el tiempo de embarazo y los tres meses siguientes al parto, incluidos los gastos del parto.
- La cuota alimenticia se debe por ley desde la fecha que se interpuso la demanda.
- La pensión se fija en proporción a las necesidades de l@s hij@s y la capacidad económica de quien deba darla.
- Si el padre no ha reconocido al hijo o hija, no puede exigirse por ley la cuota alimenticia.

¿Dónde puedo exigir que el padre de mis hij@s de la cuota alimenticia?

- **Ante la Procuraduría General de la República:** Es un trámite gratuito donde citan al demandado para que voluntariamente acceda a pagar una cuota alimenticia y fijar una cantidad. Si el demandado se niega o propone una

cuota demasiado baja y no acepta la persona demandante, entonces la PGR resolverá y fijará una cantidad.

- **Ante el Juzgado de Paz:** Es también un trámite gratuito. Se realiza un juicio llamado conciliatoria de familia.
- **Ante el Juzgado de Familia:** Se realiza un juicio familiar de alimentos, cuyo costo es elevado porque se necesita de un abogado o abogada que represente a la madre. Lo importante de este juicio es que se puede realizar aunque el padre no esté presente o se desconozca el paradero.

¿Qué documentos tengo que presentar?

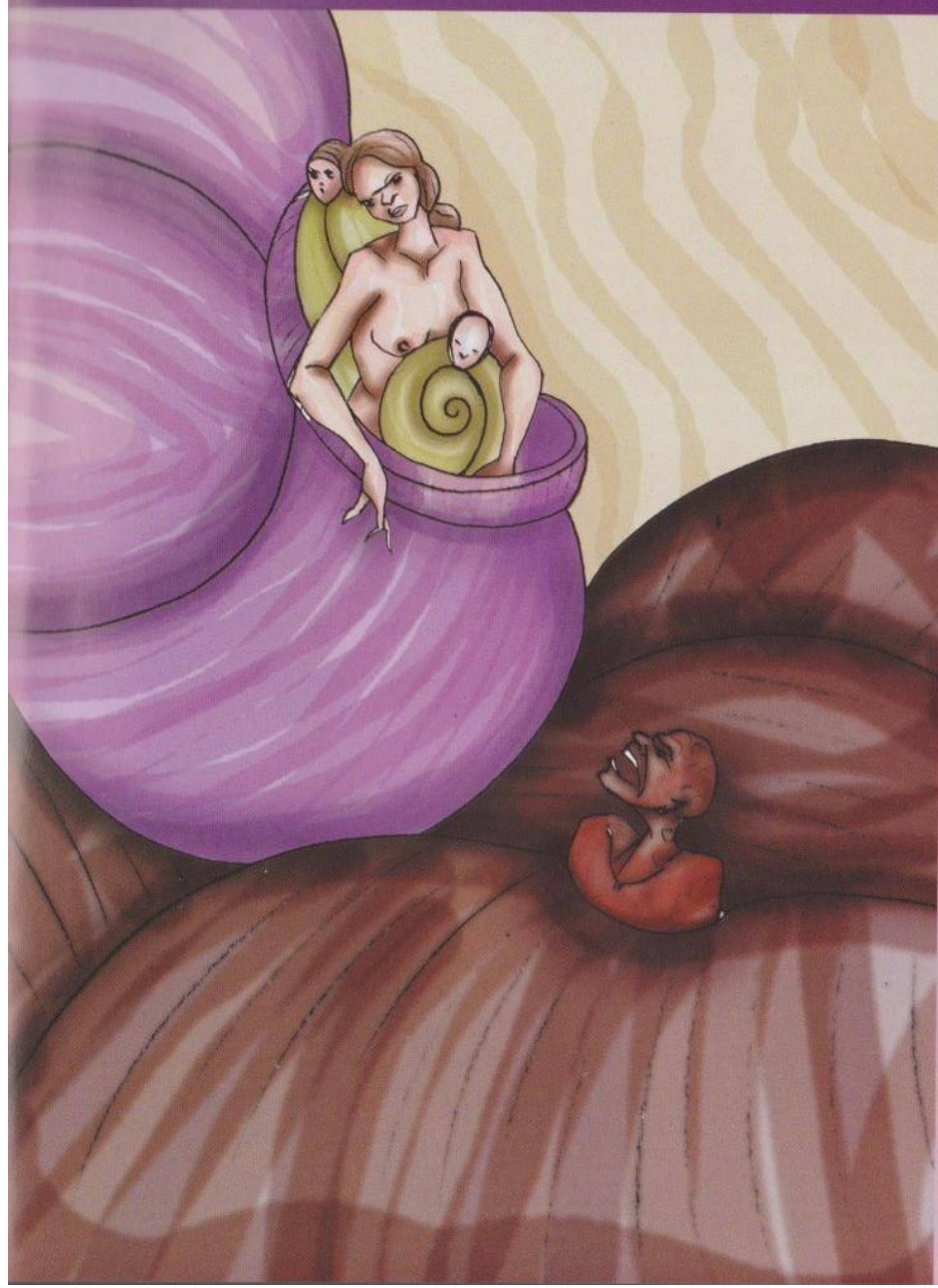
- a. Certificación de las partidas de nacimiento
- b. Documento Único de Identidad de la solicitante
- c. La dirección exacta del demandado ya sea de su domicilio o lugar de trabajo
- d. Aconsejamos presentar un presupuesto de los gastos de l@s hij@s

¿Qué instrumentos hay para que cumpla con la cuota fijada?

- Pueden ordenarse retenciones de sueldo del demandado si trabaja por cuenta ajena.
- Puede pedirse también la anotación preventiva de la demanda de alimentos en el registro para que el demandado no pueda vender sus bienes.
- Si no cumple con la cuota deliberadamente, puede ser procesado y sancionado penalmente.

Divorcio

“Una oportunidad para poner límites y volver a empezar...”



En el proceso de divorcio normalmente se remueven y reciclan antiguos conflictos y ciclos de violencia. Por eso es importante que paralelamente al proceso de divorcio se lleve un proceso de fortalecimiento personal, para que las decisiones sean concientes y menos dolorosas.

¿Por qué motivos puedo divorciarme y a qué tengo derecho?

Sólo podemos divorciarnos si se dan alguna de estas tres situaciones:

1. **Cuando hay mutuo consentimiento de los cónyuges:** Es necesario que los dos estén de acuerdo en divorciarse. Se requiere de la elaboración de un convenio.
2. **Cuando los cónyuges llevan separados durante un año o más consecutivos:** Uno de los cónyuges puede pedir el divorcio, aunque el otro no lo quiera. Basta con demostrar que han permanecido viviendo independientemente durante un año consecutivo.
3. **Cuando la vida en común ha sido intolerable:** Se debe de demostrar que el cónyuge ha incumplido con sus obligaciones como esposo, puede justificarse por (infidelidades) o maltrato intrafamiliar.

¿Cómo se tramita un divorcio?

- El divorcio se tramita ante el Juzgado de Familia.

- Se requiere de abogado o abogada.
- Toda sentencia de divorcio deberá de fijar lo siguiente:

1. Cuido personal de l@s hij@s y régimen de visita.
2. Cuota de alimentos para l@s hij@s.
3. Uso de la vivienda familiar
4. La liquidación de régimen patrimonial.

- Otros derechos que existen y que si no se piden no serán concedidos en la sentencia son:

1. Pensión alimenticia especial, la puede solicitar la cónyuge que no pueda valerse por sí misma o que no tenga medios de subsistencia suficientes.
2. Pensión compensatoria, esta pensión tiene la finalidad de retribuir el esfuerzo y trabajo que no produjo un beneficio económico, como es el caso de las mujeres que se dedican a las labores domésticas y al cuidado de l@s hij@s.

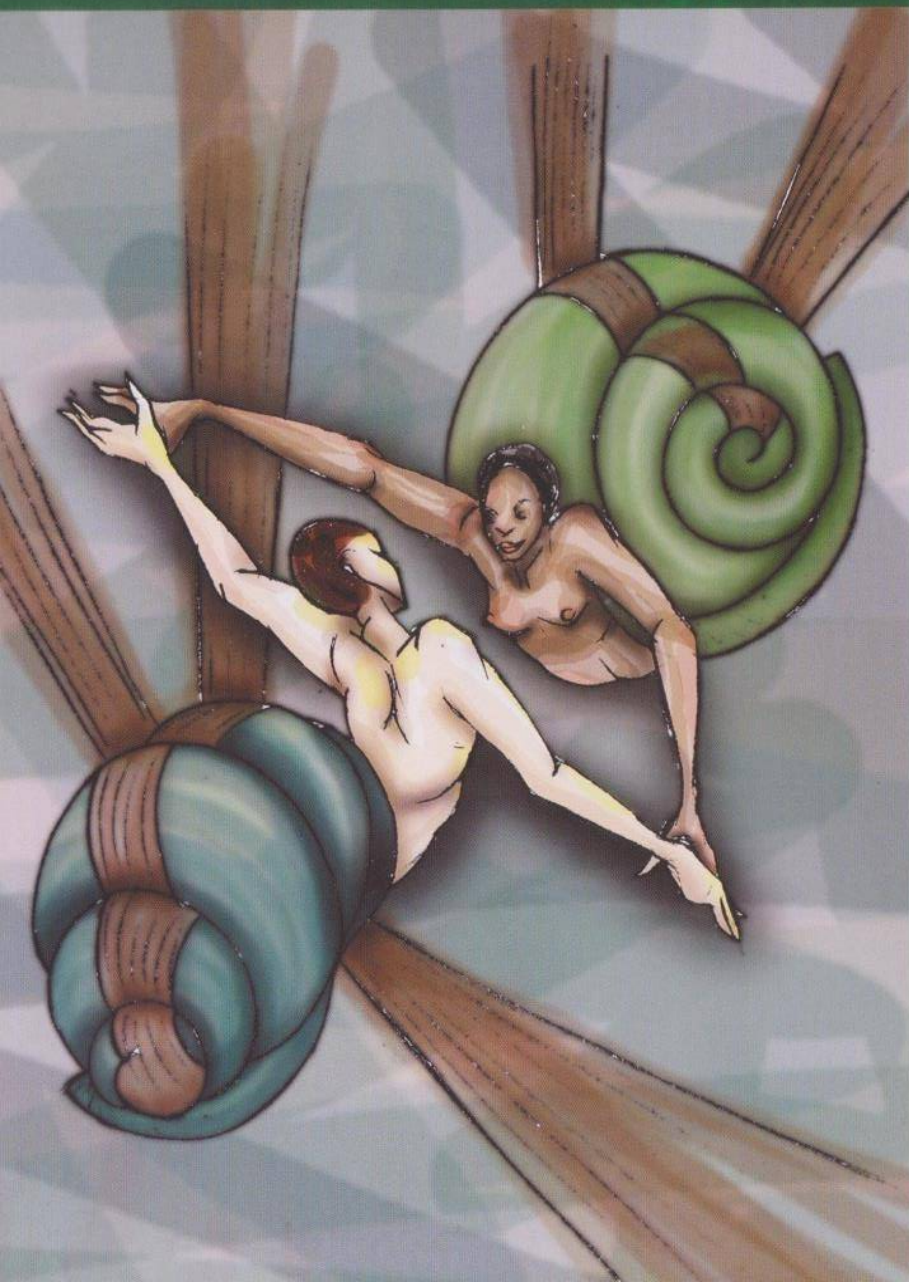
- En caso de divorcio por mutuo consentimiento, pueden contratar a un notario/a conjuntamente para que redacte el convenio o puede realizarse en acta ante el Procurador General de la República.

¿Qué documentos debo de presentar?

- a. Acta de matrimonio
- b. Las partidas de nacimiento originales de l@s hij@s
- c. DUI de la demandante
- d. Domicilio exacto del demandado.

Unión no matrimonial:

"Otra forma de convivencia segura..."



¿Qué pasaría si su compañero le abandona y la casa estaba a nombre de él a pesar de que la construyeron estando juntos? Definitivamente, se quedaría en la calle porque no tendría ningún derecho aun habiendo sido su compañera durante muchos años. Para evitar este tipo de situaciones, la ley permite que parejas que han estado acompañadas sean declaradas como unión no matrimonial y así otorgarles una serie de derechos.

¿Qué es la unión no matrimonial?

Para que una pareja sea considerada unión no matrimonial debe de cumplir con una serie de requisitos:

1. Debe de estar constituida por un hombre y una mujer.
2. Los dos deben de ser mayores de 18 años.
3. No deben de estar casados
4. Deben llevar una vida en común de forma continua, estable y notoria por tres o más años.
5. En el caso de personas menores de 18 años, podrán tener ese derecho, si tuvieran un hij@ y cumplen los demás requisitos. También se podrá declarar cuando exista un hij@ aunque uno de los integrantes de la pareja muera antes de cumplir los 3 años de convivencia.

¿Qué ventajas tiene declararse unión no matrimonial?

Los integrantes de la unión gozarán de los siguientes derechos:

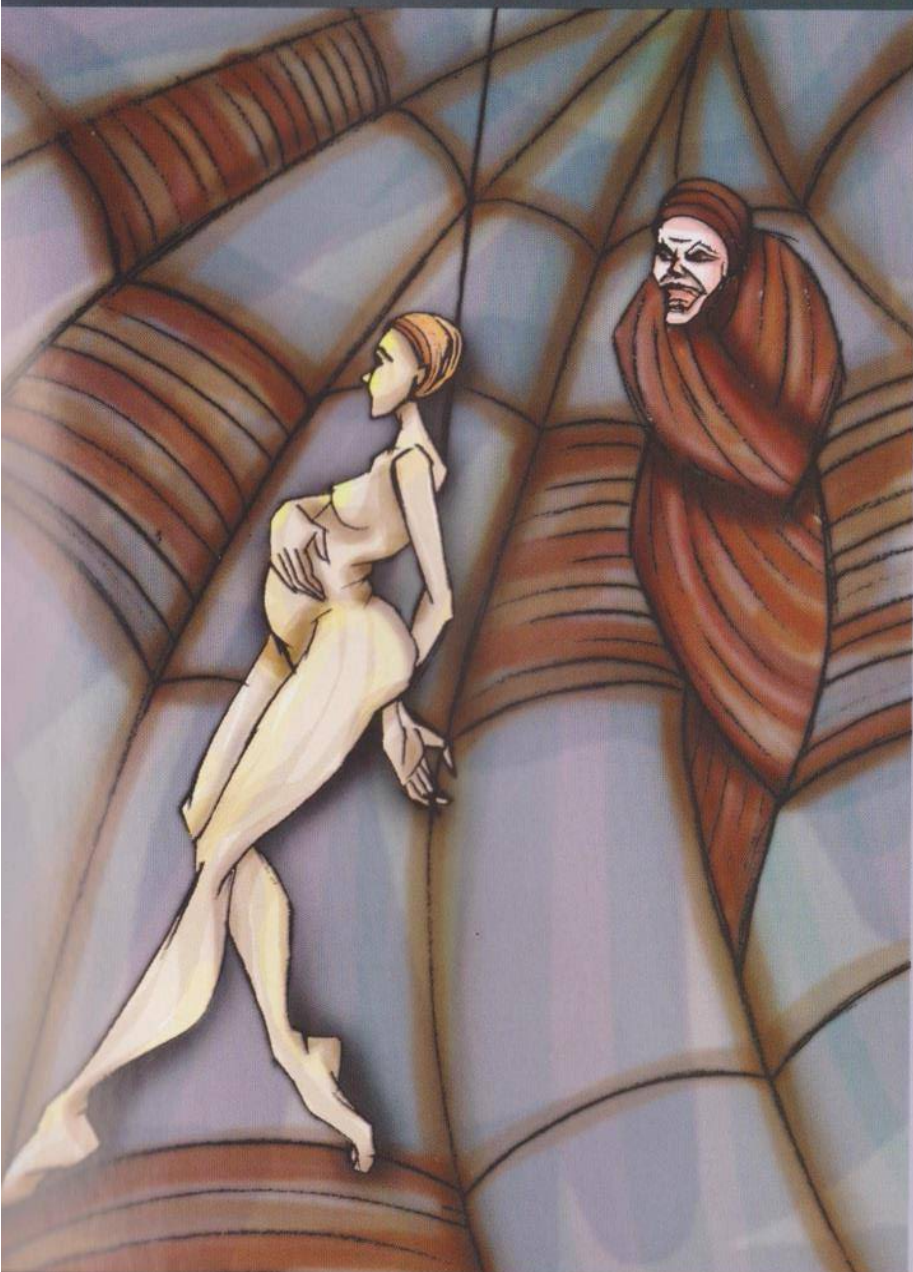
1. Se le aplica las reglas del Régimen de la Participación en las Ganancias, es decir, que cada uno tiene derecho a participar en las ganancias (ingresos económicos, compra de bienes, etc.) obtenidas por su pareja durante el tiempo que estuvieron juntos.
2. Tiene derecho a heredar de la pareja como si fuera su cónyuge
3. Derecho a protección de la vivienda familiar: puede prohibirse la venta o cualquier otro negocio relacionado con la vivienda para proteger el derecho del otro integrante de la pareja y de los hij@s de vivir allí.

¿Cómo puedo conseguir que nuestra relación sea declarada como unión no matrimonial?

- Se debe declarar ante un juzgado de familia. Se necesita ser representad@ por un abogad@. Este juicio se puede iniciar aunque la pareja no quiera.
- Dicha declaración procede cuando muere uno de los convivientes o cuando se rompe la unión.
- La declaratoria *deberá pedirse dentro del año siguiente contado a partir de la fecha de ruptura de la misma o del fallecimiento.*
- Se puede solicitar la calidad de conviviente cuando las personas aun viven juntas si están de acuerdo.

Ley contra la violencia familiar

“Buscando alternativas para vivir en paz...”



Constituye violencia intrafamiliar cualquier acción u omisión, directa o indirecta que causa daño, sufrimiento físico, sexual, psicológico o muerte a las personas integrantes de la familia. Existen 4 tipos de violencia:

- **Física:** Lesiones que tardan menos de 10 días en curar
- **Psicológica:** Gritos, insultos, amenazas, chantajes, burlas.
- **Sexual:** Forzar a tener relaciones sexuales, negar expresiones de afecto, burlarse del cuerpo.
- **Patrimonial:** Destrucción de un objeto, negar el control financiero, no aportar la cuota alimenticia y caer en mora.

¿Quién y dónde puede hacer la denuncia?

La denuncia la puede hacer la persona que en ese momento sufre la violencia, y además cualquier persona que tenga conocimiento de un hecho constitutivo de violencia intrafamiliar. Podemos denunciar al esposo o exesposo, compañero o excompañero, novio, y a todos los parientes que ejerzan violencia.

Se podrá denunciarlo o dar aviso a la Policía Nacional Civil, a la Procuraduría General de la República y a los Juzgados de Paz y de Familia. La denuncia podrá hacerse de forma verbal o escrita, sin necesidad de abogada o abogado y en la misma denuncia, se podrán solicitar medidas de protección.

¿Cómo pueden ayudarme?

La ley establece obligaciones a varias instituciones para actuar en casos de violencia intrafamiliar:

1. Policía Nacional Civil:

- Capturar al agresor en caso de que esté cometiendo violencia en ese momento
- Trasladar a la víctima a un centro hospitalario o albergue
- Brindarle información sobre sus derechos
- Brindarle protección si la persona afectada necesita retirar pertenencias de la vivienda común
- Podrá ordenar al agresor que se aleje del lugar por un plazo máximo de 8 horas.

2. Procuraduría General de la República

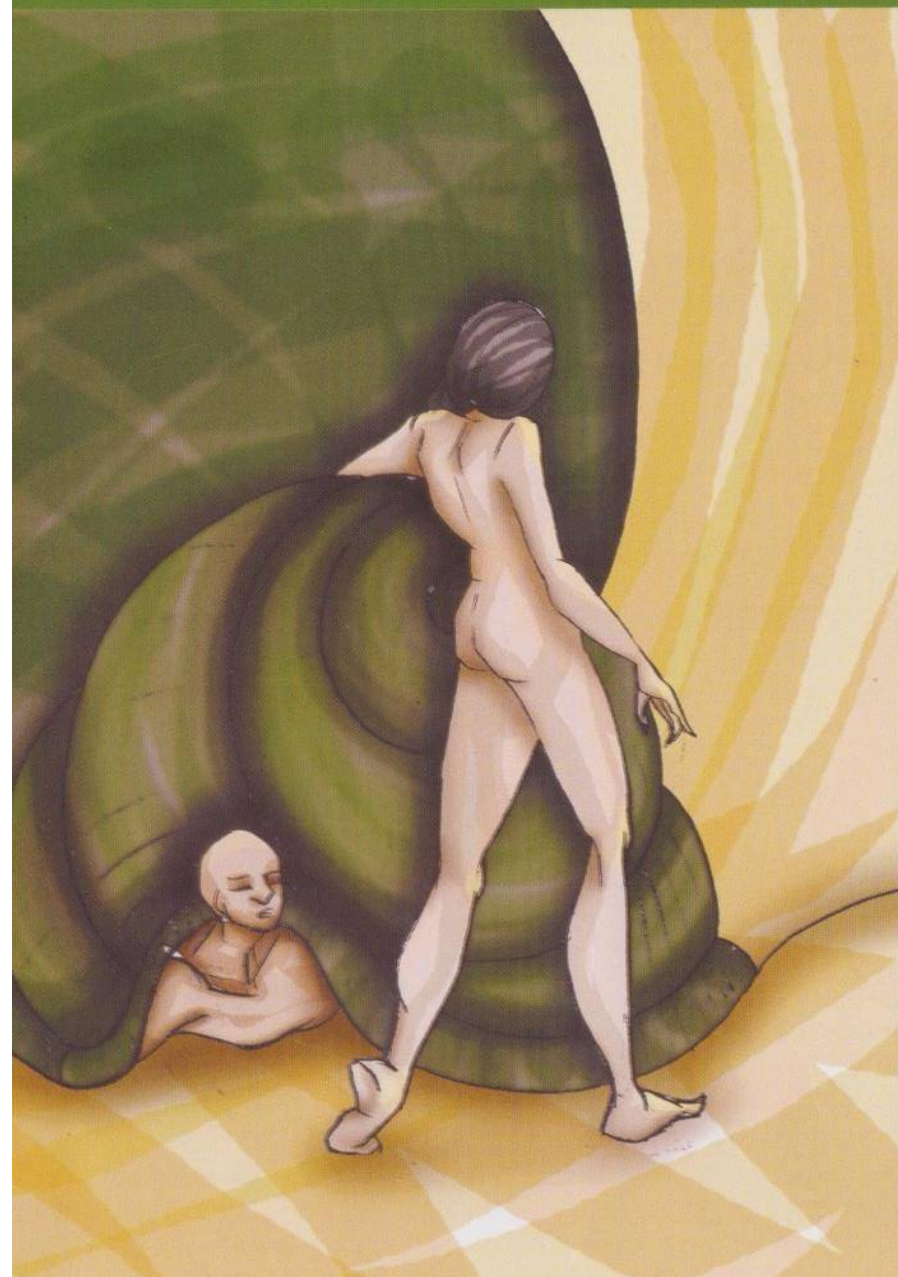
- Se inicia el proceso presentando la denuncia de forma verbal, citan a las partes a Audiencia de Conciliación, si llegan a acuerdos le dan fin al procedimiento. En caso de que no lleguen a acuerdos o no concurren a las citas, se remite al juzgado de Paz o de Familia y si es necesario solicitan medidas de protección.
- La demandante está obligada a aportar pruebas si se inicia un juicio en un juzgado de paz o de familia.

3. Juzgados de Paz y de Familia:

- La denuncia se inicia de manera verbal o escrita en la que se puede solicitar medidas de protección, pudiendo el juez o la jueza dictar las medidas inmediatamente si el caso lo requiere.
- Inician un juicio en materia de violencia intrafamiliar que incluye medidas de protección al inicio del proceso y una sentencia determinando la existencia de violencia o no.

Ley contra la violencia familiar

“Buscando alternativas para vivir en paz...”



4. Fiscalía General de la República:

- Deberán iniciar un proceso penal en los casos en que exista delito (ver delitos contra las mujeres)
- Tiene la obligación de investigar y aportar pruebas

¿Qué son las medidas de protección?

Es una orden del juez o jueza de paz o de familia, prohibiendo al agresor determinadas conductas violentas. Algunas de estas medidas son:

1. Suspenderle a la persona agresora el cuidado personal de sus hijas e hijos menores de edad y su derecho de visita
2. Prohibir el acceso de la persona agresora al domicilio de la persona agredida, a su trabajo o lugar de estudio
3. Establecer cuota alimenticia provisional
4. Emitir una orden de protección y auxilio policial dirigida a la PNC. Por eso es importante que la víctima lleve las órdenes de protección en su bolso.

¿Cuáles son los pasos de la intervención judicial?

La persona afectada o cualquier otra persona puede denunciar los hechos de violencia intrafamiliar ante un juez o jueza de Familia o de Paz y este deberá dictar medidas de protección las cuales deberán ser notificadas a la persona agresora *por el Juzgado*, y también se citara a las partes para una audiencia preliminar.

1. **Audiencia preliminar:** si los hechos no necesitan ser probados, como es el caso de que la persona agresora admita que cometió los hechos, el juez o jueza dictará sentencia, estableciendo si realmente el denunciado ejerció violencia, ordenando el cumplimiento de los acuerdos o compromisos a las que las partes han llegado y estableciendo las medidas de protección necesarias. Puede ordenar que el agresor reciba tratamiento psicológico y obligarle a pagar el daño (gastos de salud, medicamentos...) que le haya ocasionado a la víctima.

Si la persona agresora no admite los hechos o por falta de claridad, se necesita probarlos la o el juez señalarán día y hora para la audiencia pública.

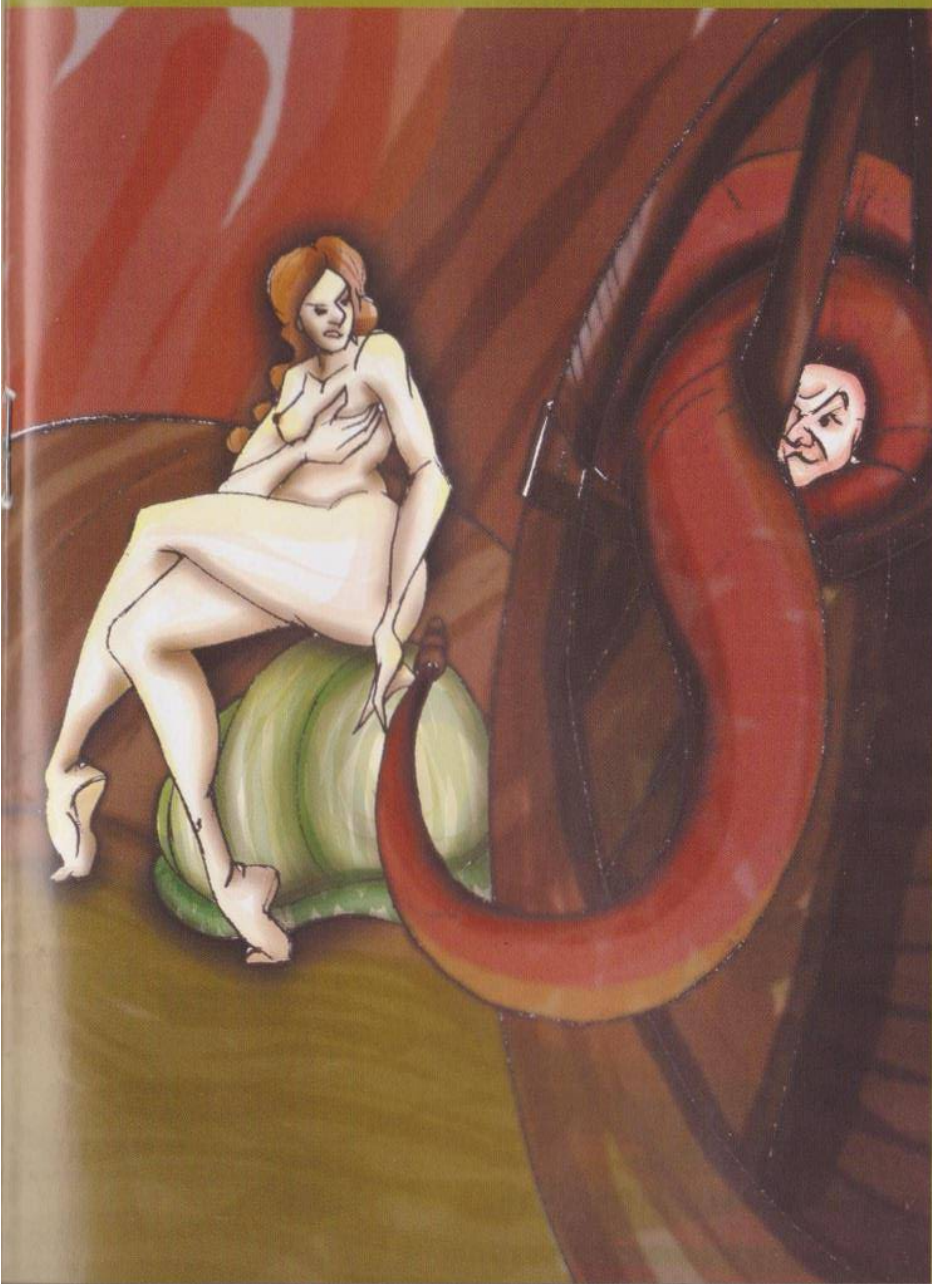
2. **Audiencia pública:** el Juez o la Jueza deberán recibir la prueba (informe psicológico de las trabajador@s sociales, testig@s...) y en base a ésta determinará si ha existido o no violencia, estableciendo las medidas de protección necesarias si se considera que el denunciado ha ejercido violencia, o absolviéndolo de responsabilidad.

¿Qué hago si el agresor incumple con las medidas de protección?

Si esto ocurre es importante acudir al Juez o Jueza que ordenó las medidas de protección para que se dé aviso a la Fiscalía General de la República y ésta inicie un proceso por el delito de desobediencia. También puede ir directamente a la Fiscalía o pedir el auxilio en cualquier momento de la PNC.

Delitos contra las mujeres

“Cuando me decido a denunciar...”



Ser víctimas de un delito es extremadamente difícil y los procesos penales no resultan más fáciles, porque supone recordar una y otra vez lo que ocurrió, contestar a las preguntas insidiosas del defensor o defensora del agresor y volver a ver cara a cara al agresor. Por eso recomendamos que de iniciarse un proceso penal, se busque apoyo emocional que nos acompañe durante todo el proceso.

Algunos de estos delitos son:

- a) **Delitos contra la libertad sexual** (Artículos 158-174 Código Penal): son todas aquellas conductas ejercidas por una o varias personas que nos obligan a enfrentar una situación sexual no deseada o someten nuestro cuerpo mediante la violencia sexual para la obtención de placer y como una expresión de poder. Algunos de estos delitos son: violación, acoso sexual, otras agresiones sexuales, etc.
- b) **Violencia Intrafamiliar** (art. 200 C.P.): el que ejerza violencia sobre su cónyuge o pareja o sobre l@s hij@s por medio de actos que no tengan una pena mayor señalada en el código penal (como es el caso del delito de lesiones), será sancionado con prisión de seis meses a un año.
- c) **Lesiones** (Art. 142-146 C.P.): el que ocasiona lesiones físicas o psíquicas que producen incapacidad por un periodo de 10 a 20 días, y requieren de asistencia médica, será sancionado de uno a diez años.

- d) **Desobediencia en caso de violencia intrafamiliar** (art. 338-A C.P.): el que desobedezca una orden o medida de protección en aplicación de la Ley Contra la Violencia Intrafamiliar, será sancionado con prisión de uno a tres años.
- e) **Incumplimiento a los deberes de asistencia económica** (art. 201 C.P.): la persona que deliberadamente no cumpla con el pago, será sancionado con 10 a 30 semanas de trabajo de utilidad pública.

¿Dónde puedo denunciar?

- La Fiscalía General de la República (FGR): es el lugar donde puedo llegar a denunciar un delito. Inicia los procesos penales y recaba las pruebas.
- La Policía Nacional Civil (PNC): La policía remite la denuncia a la FGR. Es recomendable recurrir a la PNC cuando en ese momento están ocurriendo los hechos o cuando nos encontramos alejadas de un lugar donde exista una oficina de la FGR.
- Juzgado de Paz: también remiten el caso a la FGR, siempre hay alguno que está de guardia.

En los delitos contra la libertad sexual; violencia intrafamiliar; incumplimiento a los deberes de asistencia económica, la FGR puede actuar de oficio, lo que significa que puede iniciar el proceso penal sin necesidad de la autorización o denuncia de la víctima. Pero en el caso del delito de lesiones, es necesario que la víctima denuncie.

Delitos contra las mujeres

“Cuando me decido a denunciar...”



En un proceso penal se deben probar dos supuestos para lograr una sentencia condenatoria.

1. Probar que se cometió un delito:

- a. En el caso de las lesiones se realiza un examen *de sangre* que es el que se practica en el momento de ocurrida la lesión.
- b. **Examen de sanidad:** se establece el tiempo necesario para la curación, verifica el tiempo real de curación. Así, se establece que existió o no el delito de lesiones.
- c. En el caso de la violación, lo que busca el médico o médica **forense** es comprobar que existió penetración en la vagina o el ano con el pene, esto se lo indica si encuentra semen o hay algún tipo de heridas que evidencian que hubo penetración.

- ### 2. Probar quién fue la persona que lo cometió:
- Generalmente, lo más difícil es probar quien cometió el delito especialmente en delitos como la violación que se cometen en lugares aislados o privados. En nuestro país la tendencia para probar la participación ha sido a través de testig@s, en los casos de violación dicho medio de prueba no nos sirve porque son delitos que se realizan normalmente en la intimidad. Lo único que nos puede ayudar es la prueba científica para identificar semen, cabellos, sangre, etc.

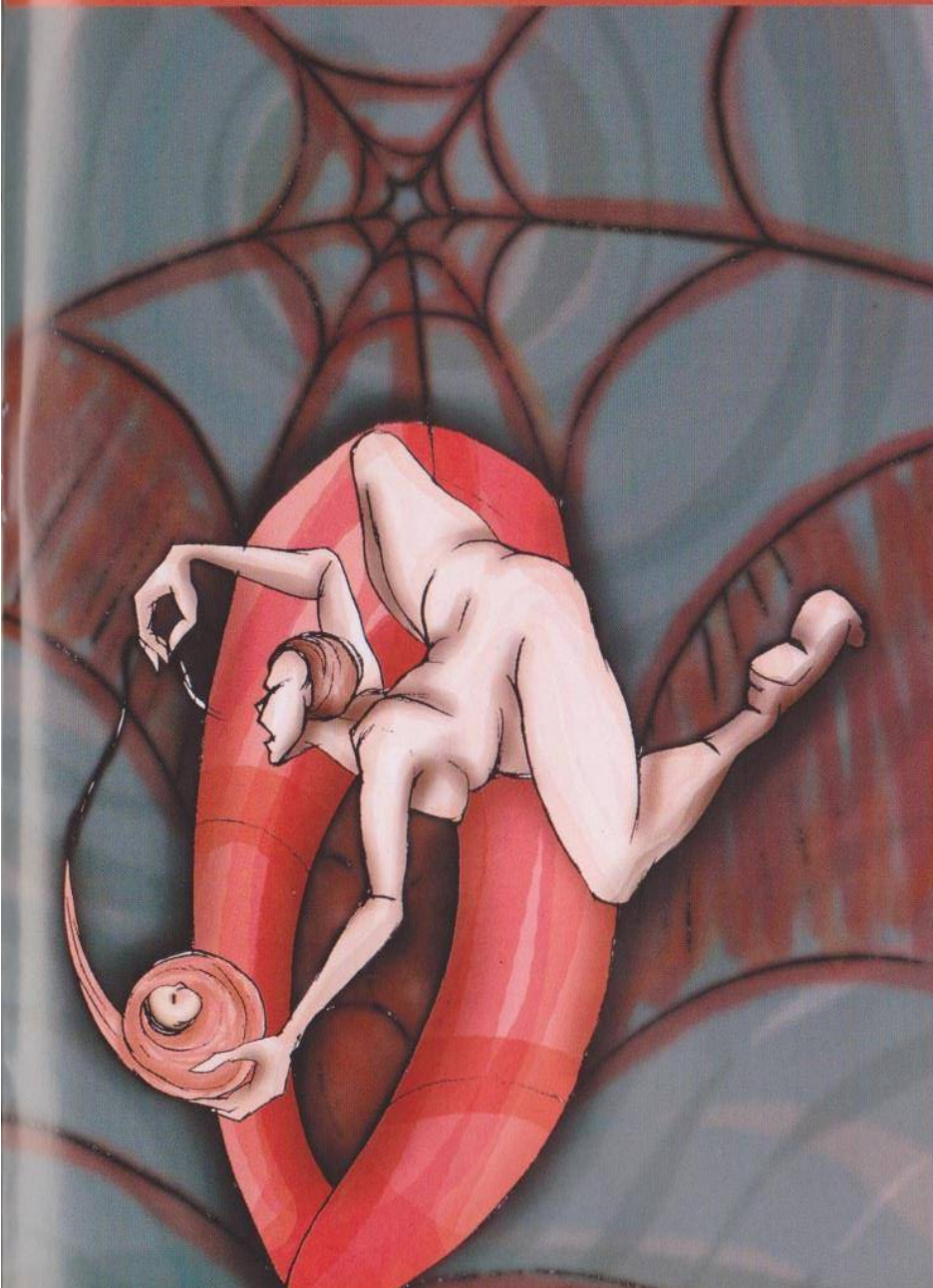
Por todo ello, es recomendable denunciar el hecho inmediatamente, no bañarse, ni limpiar la ropa, antes del examen ya que esto hace que la evidencia se pierda.

¿Cómo es un proceso penal?

1. La **denuncia** se realiza ante la PNC, Juzgado de Paz o la FGR. En el caso de que se denuncie en el Juzgado de Paz o PNC, éstos deberán avisar a la Fiscalía para que inicie la investigación policial.
2. La FGR toma la denuncia y elabora un escrito que se llama **requerimiento fiscal** en el cual le solicita al Juez o Jueza de Paz que abra expediente y celebre audiencia inicial en relación a los hechos. En este momento dependiendo de la gravedad del hecho, le puede pedir a la autoridad judicial que concilien.
3. Si el juez o jueza de paz decide iniciar el juicio, el juez convoca a las partes a la **audiencia inicial**. Las partes en delitos como el acoso sexual, el incumplimiento a los deberes de asistencia económica, pueden llegar a una conciliación lo que interrumpe el proceso penal, que solo continuará si lo pactado en la conciliación no es respetado.
4. En la audiencia inicial se presentan l@s testig@s y los peritos. Si no se concilia en la audiencia o los delitos no son conciliables como en el caso de la violación, el Juez o Jueza puede dar traslado al caso al **Juzgado de Instrucción**.
5. En el Juzgado de Instrucción se realizará la **audiencia preliminar** donde se valorarán las pruebas presentadas y se dará el auto de apertura a juicio.
6. El **Tribunal de Sentencia** fija la fecha para la **Vista Pública** donde se establecerá una sentencia que será condenatoria o absolutoria.

Derechos reproductivos

Una posibilidad de decidir sobre mi cuerpo



Estos derechos junto con los derechos sexuales se han logrado a partir de luchas de mujeres feministas, con el afán de democratizar la vida cotidiana desde la intimidad.

Todas las personas en las diferentes etapas de la vida tenemos derechos reproductivos para lo cual es necesario contar con un servicio que nos atienda la salud reproductiva; es decir que se nos garantice la seguridad alimentaria, la atención durante la pubertad, adolescencia y climaterio.

En cada una de estas etapas existen cambios en el cuerpo que requieren de una atención especializada e integral. Se produce un tránsito entre ser adolescente y ser adulta que se tiene que tomar en cuenta en la atención de la salud.

Los derechos reproductivos tienen que ver con la capacidad de decidir si se quiere o no tener hijas o hijos, de cuándo tenerlos, cada cuánto tiempo y con quién, decidir la maternidad independientemente de si se tiene pareja o de la opción sexual; para lo cual se requiere de:

- Una buena educación sexual e información desprejuiciada sobre diferentes opciones de anticoncepción
- Atención con calidad durante el embarazo, el parto y el puerperio sin discriminación de ninguna clase.
- Privilegiar la vida de las mujeres cuando peligra por un embarazo.

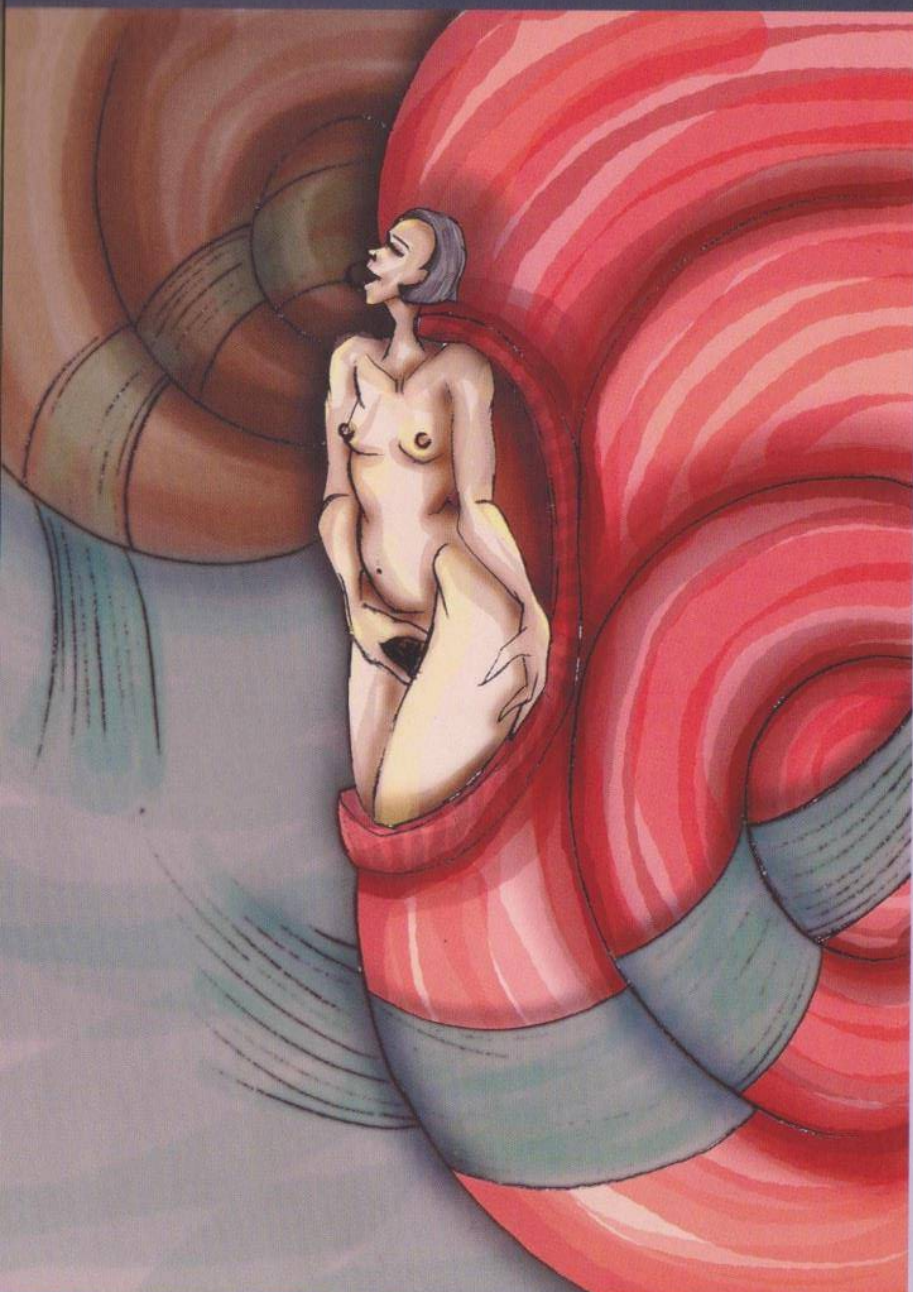
Ejercer los derechos reproductivos en nuestro medio para las adolescentes, significa que las instituciones públicas diseñen políticas para evitar que se produzcan embarazos en adolescentes. Por ejemplo, las adolescentes tienen derecho a estar informadas sobre cómo quedar embarazada, sobre los cambios que provoca el embarazo en su cuerpo la responsabilidad de la maternidad en edades tempranas. De igual manera es necesario contar con información desprejuiciada sobre los distintos métodos anticonceptivos, las ventajas y desventajas de cada uno; conocer sobre las infecciones de transmisión sexual, el VIH-SIDA y sobre la anti-concepción de emergencia.

Los derechos reproductivos para una mujer adulta no tienen que ver necesariamente con la vida reproductiva, sino con todos aquellos cambios fisiológicos, emocionales, relacionales que generan entrar en la etapa del climaterio. La citología y la mamografía se convierten en exámenes trascendentales para conocer el estado de salud de las mujeres.

Los derechos reproductivos integran la protección y seguridad de aquellas mujeres que corren el riesgo de ser mutiladas de sus genitales, de ser embarazadas forzosamente, o que sean obligadas a esterilizarse o se les impida o exija abortar. Finalmente estos derechos garantizan la libertad de reunión, la participación política y vivir libre de torturas y malos tratos.

Derechos sexuales

En la búsqueda de mi placer



Los derechos sexuales generalmente se tienden a igualar con los derechos reproductivos por el interés de los gobiernos de regular el crecimiento de la población y según ellos la pobreza.

A partir de las luchas feministas se ha logrado que la legislación internacional reconozca que los derechos sexuales son vitales para el desarrollo de las personas y que son independientes de los derechos reproductivos.

Los derechos sexuales son todos los que garantizan el libre ejercicio de la sexualidad de forma placentera e integral y nos permiten recuperar nuestro cuerpo, para conocerlo, disfrutarlo y decidir sobre el bienestar y dignidad de nuestra vida.

En nuestro país la sexualidad de las mujeres es reprimida cuando se aleja del patrón heterosexual y de la búsqueda de la maternidad. Sin embargo, los derechos sexuales implican otras cosas:

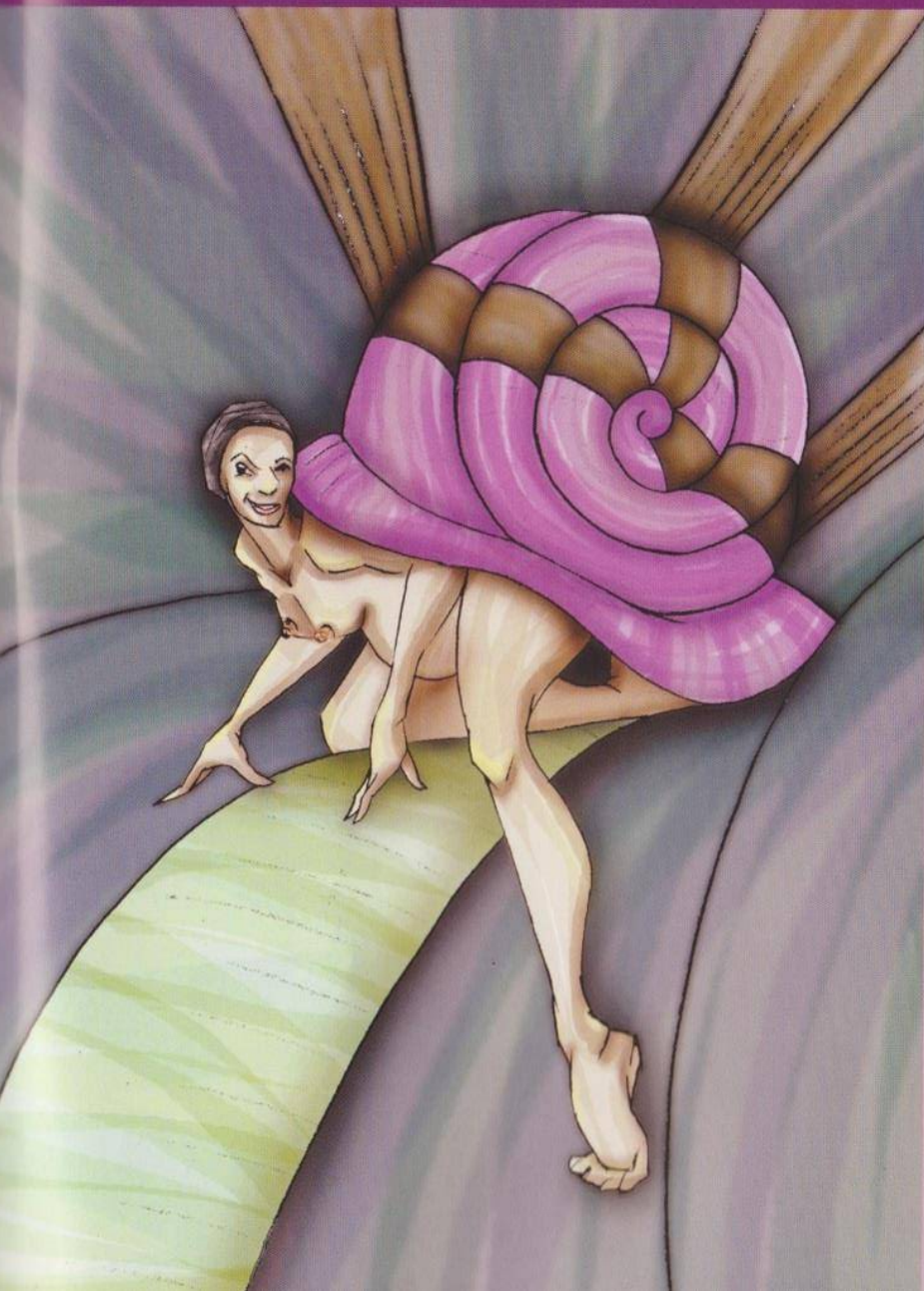
- El acceso a una información y educación sexual desprejuiciada: en un contexto en donde la sexualidad se percibe como pecaminosa y sucia, llena de mitos, tabúes y prejuicios, el ejercicio de la sexualidad para las mujeres se vuelve un hecho complejo, ya que a lo largo de la historia hemos contado con un férreo control de nuestros cuerpos. Significa que el ejercicio de los derechos sexuales trae como consecuencia el desmontaje de actitudes y conductas que se han asignado y reproducido durante años.

- El ejercicio de la sexualidad independiente de la reproducción: Supone que la sexualidad debe verse desvinculada de la reproducción, pudiendo mantener relaciones sexuales que no supongan coito y que no tengan por finalidad tener un hij@, sino cualquier acción que nos produzca placer siempre y cuando sea con el consentimiento de las personas que participan. También una misma puede buscar su propio placer a través de la masturbación. Un aspecto importante para la vivencia de la sexualidad es la posibilidad de conocer el propio cuerpo, cómo actúa, cuáles son los puntos sensibles, placenteros, contar con la posibilidad de amar, cuidar el cuerpo y los genitales, libre de mitos y tabúes.

- El ejercicio de la sexualidad de forma libre, respetuosa y placentera; cada persona debe elegir cómo vivir su sexualidad, cómo satisfacer sus deseos y sus gustos, cuándo mantener relaciones sexuales, cómo, dónde, y con quién o quiénes. Todas las personas tenemos derecho a establecer relaciones de afecto, que nos llenen de vida y alegría, que generen placer. Supone además que no debemos de ser sometidas a ningún tipo de coacción o violencia.

- El derecho a la libre opción sexual: cada persona puede elegir quién es el sujeto de su amor teniendo la posibilidad de ser homosexual, lesbiana o bisexual con los mismos derechos y respeto que cualquier persona heterosexual.

Es posible iniciar una vida diferente



En Las Dignas te apoyamos en el grupo de autoayuda, espacio en el que las mujeres hacen una reflexión en sus vidas para reconocer qué situaciones les afectan, qué es lo que pueden cambiar; los apoyos con los que cuentan para salir de esa situación, ya sea a nivel personal o de familiares, amigos/as u otros recursos como trabajo, estudios. La propuesta es que cada una se proponga metas, con plazos realistas teniendo en cuenta sus recursos y conozcan los pros y los contras de cada alternativa de solución al problema para tomar la mejor decisión.

Igual importancia tienen los apoyos, solidaridad y el ejemplo de mujeres que han vivido situaciones semejantes y que comparten lecciones y diversas alternativas para salir de ciclos de violencia. En el grupo es posible identificar las formas en que las mujeres estamos educadas y entrenadas que hacen posible que se conserven y reproduzcan relaciones violentas; de igual manera es posible reconocer formar nuevas de comunicarse, relacionarse y de negociar; es sorprendente cómo la vida cambia cuando alcanzamos conectarnos con nuestros senti-

mientos, deseos, reconocer y entender la historia personal,... Es posible iniciar una vida diferente y construirla libre de violencia.

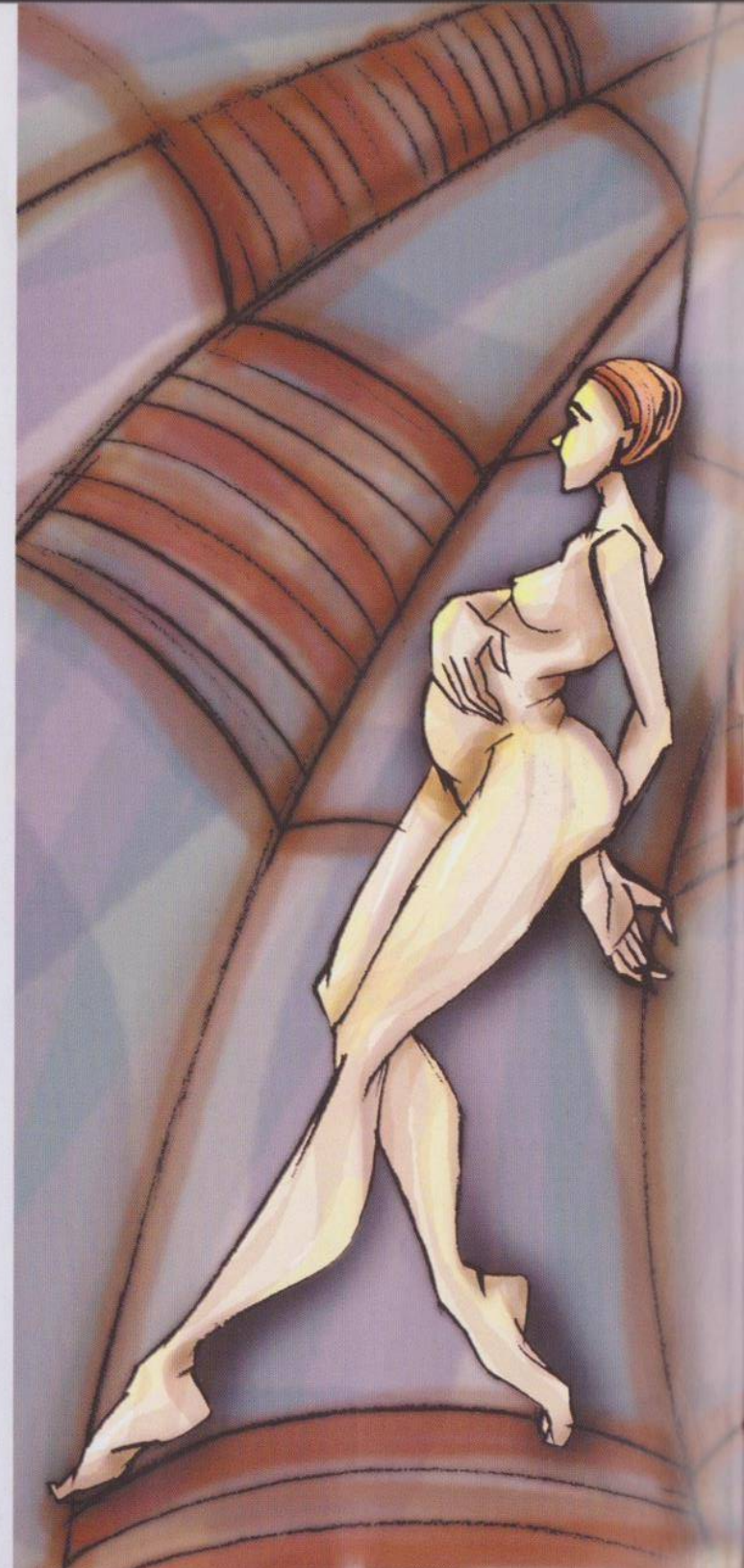
Estar en el grupo permite tomar conciencia de que las mujeres no estamos solas y que es posible cambiar nuestra vida, cuando nos convertimos en sujetas políticas, cuando asumimos el control de nuestras propias vidas, cuando contamos con información y asumimos los derechos que nos corresponden y sobretodo cuando las mujeres nos convertimos en cómplices, cuando nos unimos para ejercer nuestro derecho ciudadano de una vida libre de violencia.

Estamos convencidas que transformar nuestras vidas a nivel personal tiene límites, que es posible vencerlos si nos juntamos y realizamos una lucha política, que parte del compromiso de transformar la vida cotidiana, en la cama, en la casa y en la calle.

A modo de información, les dejamos direcciones y teléfonos de otras instituciones a las que pueden acudir para ejercer sus derechos o buscar apoyo. ¡Adelante!

Algunos lugares donde puede solicitar apoyo emocional y asesoría legal:

- **LAS DIGNAS**
Avenida Bernal, #165,
Colonia Satélite, San Salvador
Tel. 2284-9550
- **ORMUSA**
Boulevard Universitario Avenida A, Col.
San José, No. 235, San Salvador
Tel. 2225-5007
- **Movimiento de Mujeres
"Mélida Anaya Montes"**
Clínica de Atención Integral
Calle 15 de septiembre y Av. Mario
Zanconato, No. 257 San Marcos.
Línea confidencial de apoyo: 2220-7226
- **Centro de Atención de la Mujer**
Distrito V, de la Alcaldía Municipal de San
Salvador. Calle Benjamin Orozco, Casa
Comunal de la Col. Militar.
Tel. 2280-1233
- **Asociación Comunal de Mujeres de
Morazán, ACMM**
Barrio La Paz, Av. Los Ramírez, Perquín,
Morazán
Tel. 2680-4042, 2680-4085
- **Procuraduría Auxiliar de Soyapango**
Tel. 2277-4300
- **Procuraduría Auxiliar de Santa Ana**
Tel 2447-9898
- **Procuraduría Auxiliar de Cojutepeque**
Tel. 2372-0109
- **Procuraduría Auxiliar de San Vicente**
Tel. 2393-0240, 2239-2329
- **Procuraduría Auxiliar de Apopa**
Tel. 2216-3119, 2216-3121
- **Procuraduría Auxiliar de Metapán**
Tel. 2402-1230
- **Procuraduría Auxiliar de Zacatecoluca**
Tel. 2334-2564, 2334-2075
- **Procuraduría Auxiliar de Chalatenango**
Tel. 2335-2117





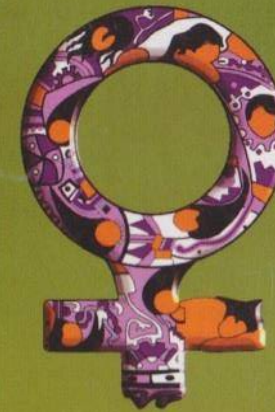
Frente a la elección de funcionarios públicos la Dignas consideramos que:

Un hombre que maltrata y que irrespeta a cualquier mujer en su casa, a su pareja, sus hijas o empleada: seguramente sigue maltratando a las mujeres a su alrededor o cuando llegue al poder.

- Ese hombre no luchará por erradicar la violencia, por buscar un trato igualitario para nosotras y por acabar con la impunidad que prevalece ante los crímenes y hechos de violencia contra las mujeres.
- Ese hombre da ejemplo a los jóvenes y valida la forma machista y agresiva de muchos otros .
- Si ese hombre acepta y además ejerce la violencia contra las mujeres, él contribuye a que la violencia sea normal, aceptable y se siga perpetuando en nuestra sociedad.

¡Cuidado!

¡No permitamos que hombres violentos lleguen a puestos públicos!



LAS DIGNAS

Mujeres por la Dignidad y la Vida
Colonia Satélite, Avenida Bernal 16 5
Tel. 2284-9550 Fax. 2284-9551
derechos@lasdignas.org.
www.lasdignas.org.sv

Texto:
Beatriz Zalacain
Dinora Aguiñada Deras
América Romualdo

Edición:
Beatriz Zalacain
Dinora Aguiñada Deras

Dibujos:
Tania Mata Parducci

Diseño y diagramación
Claudia Perla Campos

Revisión:
Ruth Polanco

Impresión:
Talleres Gráficos UCA
2ª edición



Gipuzkoako Foru Aldundia
Diputación Foral de Gipuzkoa

Giza Eskubideetarako, Enplegarako eta Gizarteratzeko Departamentua
Departamento para los Derechos Humanos, el Empleo y la Inserción Social



MUGARIK GABE

Gobierno Vasco
Colegio de Abogados
de Vizcaya
Ayuntamiento de Hernani



Christian World Service

Christian  Aid