

26 mil ejemplares

la Boletina

Edición No. 80
Nicaragua, noviembre 2010

Un aporte de Puntos de Encuentro a la comunicación entre mujeres
www.puntos.org.ni/boletina

Mujeres enfrentando el VIH y la violencia

Una productora •
que le saca
el jugo al jícaro

Digamos NO •
a la mediación

En esta edición buscá un suplemento sobre violencia y otro sobre derechos económicos



Índice

<i>En nuestra opinión</i>	1
<i>Somos muchas</i> La reina del jicaral	4
<i>Midiéndole las costillas</i> No a la mediación cuando hay violencia de pareja	10
<i>Mi cuerpo es mío</i> Sexo cuando decido	17
<i>Midiéndole las costillas</i> ¿Qué es y para qué nos sirve un Estado laico?	23
<i>Rompiendo el silencio</i> El machismo nos expone al VIH	28
<i>Las otras y nosotras</i> Juanita Urbina: "Con el feminismo aprendí otra forma de ser mujer"	37
<i>Lo que cocinamos</i>	42
<i>Los libros no muerden</i>	52
<i>El horóscopo feminista de Madame Prosilapia</i>	54
<i>¿Qué decís?</i>	59

Edición distribuida en noviembre de 2010.

Amiga lectora, te invitamos a contactarnos para incluir una experiencia que valga la pena compartir por el beneficio que le ha traído a las mujeres de tu barrio, comunidad o municipio. Podés llamarnos al 2268-1227 o escribirnos a labolenica@gmail.com



"Castigo para los agresores y justicia para las mujeres" es el lema de la campaña anual que impulsa la Red de Mujeres Contra la Violencia, RMVC, y es la exigencia a la que cada día más nicaragüenses se unen alzando sus voces contra la impunidad.

Así lo indican las 22 mil 261 denuncias que por violencia intrafamiliar han recibido las Comisarías de la Mujer y la Niñez, entre enero y septiembre del 2010. Son mil 600 denuncias más que las que se recibieron en todo el año pasado, según declaraciones de la Comisionada Mercedes Ampié, Directora General de las comisarías a nivel nacional.

No obstante las denuncias de las mujeres y las organizaciones del movimiento amplio de mujeres para conseguir justicia y que las autoridades cumplan con su deber de garantizar el bien jurídico máspreciado como es la vida humana,

En nuestra opinión

los femicidios siguen sucediendo a manos de maridos, ex maridos, novios y hasta vecinos. Estos asesinatos muestran el sentimiento de posesión y menosprecio extremo por la vida de las mujeres por parte de algunos hombres.

Según datos recopilados por la RMCV, en lo que va del año, 72 mujeres, incluyendo a 7 niñas menores de 10 años, han sido asesinadas con saña por hombres cercanos a ellas. Muchos de estos hechos nunca llegan a ser denunciados ante la Policía Nacional o simplemente son tipificados bajo otros delitos y no se reconocen como producto de la violencia que muchas mujeres padecen durante años.

Asaltos seguidos de violaciones sexuales, explotación sexual con fines comerciales, trata de personas, abuso sexual, estupro, son parte de la larga lista de delitos cometidos en contra de mujeres de todas las edades y que las autoridades policiales y judiciales están obligadas a investigar y castigar aunque la víctima no haya puesto la denuncia, ya que de oficio se debe dar seguimiento al delito, investigarlo y castigar al agresor.

Para que esto sea posible, todas las personas en la comunidad debemos tomar conciencia que cada persona tenemos un deber ciudadano y hasta ético ante los delitos que ponen en peligro la seguridad y la vida de las mujeres. No debemos ignorar o hacernos de la vista gorda al escuchar



Somos muchas

La semilla sale íntegra para venderse por libra, el agua la recoge en bidones de plástico que luego da de beber al ganado y la pulpa la seca, para hacer unos bloques nutricionales que almacena para el verano.

Saliendo de la concha

A través de una amiga, Nico supo que la Cuenta Reto del Milenio, CRM, estaba apoyando a las productoras de Occidente y empezó a colarse en las reuniones, en su búsqueda de oportunidades para salir adelante.

"Fue un momento de rabia, de reto, que dije *no más encierro*. Voy a buscar un punto de partida y de llegada y voy a ser como esas mujeres que salen en la televisión hablando", nos cuenta.

Estar entre gente emprendedora le ayudó a Nico a convencerse de que ella también podía. Y con el apoyo de su marido propusieron a otras personas de la comunidad que se organizaran, ya que no se apoyaba a individuales. Así nació la Cooperativa Multisectorial Los Zarzales, de 20 miembros, 16 hombres y cuatro mujeres.

La CRM valoró que ella era dueña de su finca y que su experiencia con el procesamiento del jícara, le daba valor agregado a su trabajo. Desde entonces la acompañaron a hacer un plan de negocios y le han dado asesoría técnica para mejorar la finca integralmente.

Sus hijos y su hija, ahora mayores de 20 años, son parte del equipo de trabajo familiar y también asisten a capacitaciones que les han ayudado a controlar la calidad de la leche, los pastizales y la nutrición del ganado, así como a mejorar el procesamiento y comercialización del jícara.



a la vecina que está siendo golpeada por el marido, tampoco al ver que un hombre mayor de edad embarazó a una adolescente; o que alguien anda ofreciendo de manera sospechosa a las chavalas del barrio un trabajo lejos de su familia, sin dirección exacta de destino y sin mayores datos que la promesa de tener un buen trabajo en otro país.

Nuestra responsabilidad ciudadana

Denunciar a un agresor de mujeres, acompañar a una mujer a poner una denuncia ante la Comisaría o escuchar sin juzgar ni culpabilizar a una mujer que sobrevivió a una violación sexual, son acciones de responsabilidad ciudadana que pueden marcar la diferencia. Hay muchas maneras en que podemos ser parte de la solución ante este terrible mal que nos aqueja a las y los nicaragüenses.

El pasado mes de septiembre el Movimiento de Mujeres María Elena Cuadra, junto a organizaciones integrantes de la Agenda Económica de las Mujeres, presentaron un ante proyecto de ley para tipificar y sancionar la violencia hacia las mujeres y el femicidio.

Esta propuesta de ley está siendo consultada y discutida por varias organizaciones en diferentes territorios del país y se espera que entre a la Asamblea Nacional a finales de la presente legislatura, o sea, lo que resta de este año.

Ya hace 15 años, las mujeres organizadas en la RMCV logramos que se aprobara la Ley 230 para sancionar la violencia doméstica. Aunque después fue reformada en el actual Código Penal, creó un precedente para que se reconocieran diferentes expresiones de la violencia intrafamiliar como delitos y se garantizaran medidas de seguridad de urgencia para cuando una mujer enfrenta peligro de muerte por parte de la pareja o ex pareja.

Esta nueva propuesta de ley contra la violencia hacia las mujeres y el femicidio nos abre la oportunidad para que como sociedad nos pronunciemos y actuemos a favor de las mujeres, para que todas podamos gozar de nuestro derecho a vivir libres de cualquier forma de violencia.

**25 de Noviembre Día Internacional de la
Eliminación de la Violencia contra la Mujer**

La reina del jicaral

María Nicomedes Toruño es una productora y ganadera leonesa que venció sus propios miedos para cumplir sus metas

Tania Montenegro y Olimpia Linares

Hace 11 años María Nicomedes Toruño tenía un sueño: ser dueña de una propiedad y sacar adelante a sus hijos e hija trabajando hombro a hombro con su marido Harry Blanco. Hoy su cara y la de su familia se iluminan de sonrisas al ver el resultado de todos sus esfuerzos.

Y no es para menos ya que después de todos esos años de sacrificio, hoy es dueña de la finca *Nuestra Señora de la Merced* de 30 manzanas. Además tiene 43 cabezas de ganado que producen leche de la mejor calidad, porque las alimenta con pasto mejorado y unos bloques nutricionales elaborados por ella misma del jícara que abunda en la zona.



Foto: La Boletina, Tania Montenegro

Nicomedes Toruño decidió producir el jícara, un fruto que abunda en el municipio El Jicaral, en León.



Foto: La Boletina/ Tania Montenegro

Además produce y procesa este fruto y hasta inventó una máquina despulpadora que simplifica el tiempo y el esfuerzo. Ella misma se califica como una empresaria que a lo largo de los años ha ido aprendiendo a producir con más calidad y a comercializar mejor sus productos. Nico, como la llaman, es la productora de jícara y ganadera más reconocida de la comunidad Los Zarzales, del municipio leonés El Jicaral.

Esta leonesa de 43 años hizo innovaciones en el procesamiento del jícara y además fortaleció su negocio de ganadería, actividad erróneamente considerada masculina. Para lograr este propósito, promovió la organización de una cooperativa y así consiguió apoyo financiero y técnico para que su finca y comunidad fuera beneficiaria del Programa Cuenta Reto del Milenio, CRM, del 2008 al 2010.

La leche que produce su ganado es de la mejor calidad de la zona.

Además entró en un proceso de reflexión sobre su condición como mujer. Así consiguió sacar esa mujer que tenía dentro, como ella misma dice, una mujer que rompe con la idea de que el campo es para los hombres y que debemos dejar los negocios y las decisiones "serias" en manos masculinas. Yo puedo parece ser su lema.

El comienzo

Por 1999 el marido de Nico estuvo dos años en Estados Unidos para recoger dinero. "Fueron momentos duros al verme sola con mis hijos en este lugar lleno de espinas y algunos árboles", nos cuenta.

Como no tenía para pagar mozo, además de los oficios domésticos, ella misma tomó el machete; con los ahorros compró las primeras vaquitas

y cuando llegó el verano decidió alimentar a su ganado como lo hacían sus abuelos: con pulpa de jícaro. Además destazaba cerdos y vendía comida, negocio que mantiene cuando no está de lleno en la producción del jícaro, su principal actividad.

"Cuando mi marido volvió y terminamos de pagar la finca decidimos que los dos trabajaríamos *taco a taco*, porque yo demostré que por ser mujer no era débil. Lo hice sola con mis hijos, ellos estudiando por la mañana y apoyándome por la tarde", nos cuenta.

Desde entonces Nicomedes comenzó a comprar carretadas de jícáros a otras personas de la zona y a probar cómo aprovechar mejor todos los ingredientes del fruto: la cáscara que sirve como carbón, la pulpa húmeda para el ganado y la semilla para venderla por libra.

Nico vio que ninguna mujer de la zona se había metido a este trabajo por considerarlo sucio y duro, ya que para extraer la semilla de jícaro la forma tradicional es machacar con los pies, los sacos de pulpa de olor penetrante. Esto requiere mucho tiempo y esfuerzo, además de que la piel se raja debido a un ácido de la fruta, nos cuenta.

"La gente decía pobre la Nico con ese trabajo y yo me dije ¿pobre por qué? si este trabajo me ha llevado a donde estoy. Y me propuse buscar una manera de mejorar el proceso".

Así pasó prácticamente cinco años diseñando varios modelos de una máquina artesanal que facilitara el proceso y desde el 2005 lo consiguió: construyó una caja de madera con una manivela, que por dentro lleva un rodillo con clavos grandes intercalados. Ahí introduce el interior del fruto sin la cáscara y al mover la manivela y chorrearle un poco de agua, se separa la pulpa de la semilla, que sale por un desagüero. Todo en menos tiempo del que se lleva de forma manual y sin tanto esfuerzo físico, nos dice orgullosa de su invento.



Esta es la máquina artesanal con que extrae la pulpa, semilla y agua nutritiva del jícaro.

La gente de Occidente empezó a conocer a Nicomedes Toruño, la invitaban a foros, talleres, cursos y esa calidez y fortaleza de carácter le sirvieron para que hoy, desde hace más de un año, sea la Secretaria del Comité de Mujeres de Occidente, una instancia que promueve los derechos económicos y oportunidades de desarrollo para las mujeres productoras de la zona.

Consciente de ser mujer

Nico cuenta que debido al negocio comenzó a salir de la casa y eso le abrió los ojos a cosas nuevas. "Yo creía que una mujer del campo tenía su vida hecha con sus vaquitas, pero cuando vi cómo iba caminando, que ya no tenía miedo de hablar y que podía entrar en otros espacios, me sentí segura", nos cuenta con sus ojitos brillantes.

Como el manejo de su finca fue modelo para la CRM, ella fue seleccionada junto a otras líderes para entrar en un proceso de formación sobre género, autoestima, sexualidad, derechos humanos y violencia, entre otros temas, con el Centro de Educación y Comunicación Popular, Cantera en Managua.



Quando recibió clases de Internet y puso la palabra jícaro se vio a sí misma en fotos y artículos y lloró de la emoción.

"Eso me ayudó a reconocer la mujer que tenía oculta y saber cuántas habilidades había en mí. Yo antes pensaba que sin mí las cosas no iban a funcionar, por esas ideas que nos meten a las mujeres de que somos responsables de todo. Hablar de esos temas me ayudó a tomar conciencia de quién soy, de lo que puedo hacer y cambiar", nos dice.



Nico con su marido Harry, su hija Lucrecia y sus hijos mayores en su casa de la comunidad Los Zarzales.

Foto: La Boletina/ Tania Montenegro

Incluso cuenta que decidió cuidar más su salud y mejorar su apariencia. "Hasta me corté el pelo, cambié de ropa y comencé a verme de forma distinta. La gente dice que soy otra, que he rejuvenecido. Ahora me doy mi tiempo y mi espacio", nos dice. Por su desarrollo hasta ha sido invitada a dar talleres de género con otras mujeres y sigue capacitándose, incluso comparte varios cursos con uno de sus hijos.

En ese aspecto, Nicomedes destaca que han experimentado cambios en la forma en que se relacionan como pareja y familia, también en la toma de decisiones sobre los negocios. "Aunque ellos opinen sobre qué o no hacer con el jícara, soy yo quien dice la última palabra, porque es mi negocio. En el centro de acopio de leche, que dirige Harry, yo opino pero él decide", nos aclara.

También nos cuenta que los domingos Harry hace el desayuno, ella y su hija el almuerzo y los chavalos la cena. "Ahí vamos poco a poco porque las cosas se dan al pasito", nos cuenta.

Al preguntarle cuál es su próxima meta, ella responde de inmediato: "No me gusta detenerme cuando siento que estoy avanzando. Si inventé mi máquina de jícara, es tiempo que maneje una computadora", nos cuenta y suelta una carcajada. "Es que quiero aprender más y si tengo una dificultad para mí se convierte en un reto", finaliza.

15 de Octubre: **Día Internacional de la MUJER rural**

No a la mediación cuando hay violencia de pareja

Esta figura legal provoca que el delito quede sin castigo y que el agresor sienta que puede burlar a la justicia

Martha Vásquez Larios

Ana María Lindo Sandino, de 29 años de edad, habitaba en el barrio Nueva Vida del municipio de Ciudad Sandino, ubicado al oeste de Managua. Vivió más de 12 años con su pareja Jairo Moreno Izaguirre, un año mayor que ella, quien la golpeaba y le daba maltrato psicológico.



Foto: Tomada de Internet

Ella puso la denuncia por violencia intrafamiliar en dos ocasiones, pero en la Comisaría de la Mujer y la Niñez le sugirieron que se arreglara con el agresor a través de una mediación, que es un trámite que se hace para resolver conflictos. Le vendieron la idea que la mediación es una forma sencilla, rápida y barata de arreglar el asunto sin llegar a los juzgados. Sin embargo, la experiencia nos demuestra que la mediación no funciona en casos de violencia intrafamiliar o doméstica.

La violencia intrafamiliar es el delito de propinar golpes con la mano o un objeto a la pareja o ex pareja. También se aplica cuando hay intimidación, amenaza y daño psicológico, como alteración de los nervios, pérdida del sueño y falta de apetito producto del maltrato, a su pareja, hijas e hijos, personas con discapacidad que vivan bajo el mismo techo o dependen de ella, nos explica Odeth Leytón, encargada de la Unidad de Género del Ministerio Público.



Foto: Óscar Sánchez

¿Qué es la mediación?

La mediación es una figura jurídica establecida en el artículo 56 del Código Procesal Penal. Consiste en un procedimiento voluntario en que las partes involucradas llegan a un acuerdo.

Existen dos tipos de mediación: la previa, que evita que el proceso penal se abra y la mediación durante el proceso, que suspende la acción penal. La mediación puede hacerse cuando se trata de faltas o delitos menores y si hubo únicamente lesiones leves.

Las leyes consideran que una lesión leve es la que no compromete la vida de la persona agredida, por ejemplo, una cortadura o un moretón.

En muchos casos de violencia intrafamiliar las autoridades consideran que las lesiones provocadas por el maltrato son leves e inducen a la mujer a que haga una mediación. Pero no estamos tratando con una persona cualquiera, sino con el agresor con quien compartimos la casa y la cama, situación que nos pone en riesgo y desventaja.

¿Por qué la mediación no nos conviene?

Muchas mujeres hacemos mediación por desconocimiento de las leyes y porque las autoridades no nos informan de cuáles son los alcances de este procedimiento. En el caso de Ana María, ella aceptó la mediación cuando fue a denunciar a su marido porque le había apuñalado en el pecho. Dos días después de la mediación, el hombre fue a buscarla hasta su casa y la mató de seis puñaladas frente a sus pequeños hijos. "Los casos de violencia intrafamiliar son muy serios, una amenaza puede terminar en un asesinato", nos dice Odeth Leytón.



Foto: La Boletina/Martha Vásquez

Firmar una mediación significa aceptar que somos parte del problema, pero debemos estar claras de que somos las víctimas y que estamos denunciando un delito. En vez de aceptar la mediación, conviene que exijamos las medidas de protección, indica la abogada Mayling Alvarado, asesora jurídica del Colectivo de Mujeres Itza.

En la práctica se ha visto que cuando hacemos mediación en casos de violencia intrafamiliar, somos nosotras las que nos comprometemos a irnos de la casa, a no molestar al marido y a otras obligaciones absurdas que no son más que el reflejo del sometimiento machista que nos quieren imponer, nos dice Mayling.

"Lo primero que hace el hombre es burlarse: ¿Te fijás?, no me echaste preso, ahora vas a ver lo que te espera. Y continúa con el ciclo de violencia pero a mayor escala porque se sienten ofendidos, heridos, porque los llevaste hasta una comisaría y es allí donde te pueden hasta matar", nos explica la abogada de este grupo que da apoyo legal y psicológico a mujeres que viven violencia.

"Al aceptar la mediación una puede estar firmando su sentencia de muerte porque sirve como detonante para que el hombre incremente la violencia, una vez que esté fuera de la comisaría", insiste la abogada.

Denunciemos a quienes insistan con la mediación

Mayling recomienda denunciar a cualquier funcionario público que nos ofrezca mediar con el agresor o nos obligue a hacerlo.

"Podemos poner la denuncia ante los organismos de derechos humanos y ante aquellas organizaciones que trabajan en defensa de los derechos de las mujeres. En las comarcas podemos hacerlo en las oficinas de Defensoría Pública y Fiscalía", resalta Mayling.

Odeth Leytón recomienda primero poner la denuncia ante los superiores del funcionario que pretende imponer la mediación. Por ejemplo, si es una persona de la Policía Nacional podemos denunciarla ante la oficina de Asuntos Internos y si es fiscal, ante la Inspectoría del Ministerio Público. Si se trata de un facilitador judicial rural, se hace la denuncia ante la juez local del municipio donde vivimos.

"Si hay algún tipo de amenaza para obligar a mediar, es un delito que debe denunciarse ante la Policía Nacional, el Ministerio Público y organismos de derechos humanos", nos aclara Odeth.



La Boletina/ Martha Vásquez

Es importante apoyar e informar a otras mujeres de su derecho a vivir sin violencia, nos dice Mayling Alvarado, abogada de Itza.

En busca de soluciones

Sólo con una reforma al Código Penal donde directamente niegue la mediación en estos casos, es que se podría frenar un poco la violencia contra las mujeres, señaló el Fiscal General de la República, Julio Centeno, al explicar que el Ministerio Público está implementando un nuevo protocolo de actuación en casos de violencia intrafamiliar.

Entre las normas que comprende este protocolo están el rechazo a las mediaciones cuando el agresor sea reincidente, investigar los antecedentes del agresor y vigilar si el denunciado realmente cumple con lo acordado en la mediación. Si él incumple sus compromisos, la Fiscalía puede procesarlo de inmediato.



¿Quiénes pueden mediar?

Según las leyes de Nicaragua, las únicas instituciones autorizadas para hacer mediación son la Defensoría Pública, facilitadores o facilitadoras judiciales rurales, previamente acreditados por la Corte Suprema de Justicia, y abogadas y abogados o notarios públicos con sello y protocolo inscritos ante la Corte Suprema de Justicia, nos informa Odeth Leytón, del Ministerio Público.

La Policía no tiene la autoridad para ofrecer una mediación cuando llegamos con la intención de denunciar a la pareja actual o anterior porque nos ha amenazado o agredido, nos recuerda Odeth.

Chiva con la mediación

Antes de que un acuerdo sea inscrito en el libro de mediación del juzgado, debe ser revisado por un representante del Ministerio Público, quien da la autorización final.

Esto es lo recomendable porque muchas veces es el acusado quien busca abogado para defenderse porque tiene el dinero, el poder económico, entonces la mediación se realiza para protegerlo a él y no a la víctima y a sus hijas e hijos, nos explica Odeth Leytón.

"Si una fiscal deduce que la mujer está siendo víctima de amenaza o algún tipo de coacción, inmediatamente decimos que no es voluntad de las partes y rechazamos esa mediación", nos comenta.

Odeth también nos recuerda que la violencia intrafamiliar y sexual son delitos de acción pública, es decir, no depende de la voluntad de la agredida continuar con el caso, ya que el Estado asume esa causa y es su deber llevarla hasta el final.



Foto: Óscar Sánchez

En los delitos de orden sexual contra personas menores de edad queda prohibida la mediación, ya que el artículo 181 del Código Penal es claro al decir que "no habrá trámite de mediación ni cualquier beneficio de suspensión de pena, cuando el delito sexual sea cometido contra niños, niñas y adolescentes".



Foto: Óscar Sánchez

Las penas por lesiones según el Código Penal

Lesiones leves: cuando producto de la violencia hay heridas que ameriten puntadas, fracturas de huesos que necesitarán tratamiento para sanar. La pena será de 1 a 2 años de prisión.

Lesiones graves: cuando dejan una cicatriz visible y permanente. La pena será de 3 a 7 años de prisión.

Lesiones gravísimas: cuando la violencia provoca por ejemplo la pérdida de un ojo, un brazo la pierna u otro miembro. La pena será de 5 a 12 años de prisión. Además, el agresor pierde el derecho de relacionarse con sus hijas e hijos por el mismo período.

Sexo cuando decido

Las jóvenes tenemos derecho a escoger cuándo, dónde y con quién buscar el placer con responsabilidad

Nayel Martínez

Todo lo que le decía el papa, la mama y la sociedad sobre tener relaciones sexuales, se le vino de golpe a Indira, cuando empezó a sentir deseos de experimentar con su novio. "Hay muchas ideas que te hacen pensar qué decisión tomar. Quería probar, pero no me aventaba por todo lo que dicen, que tiene que ser hasta que te casés", nos cuenta.

Esta situación la vivimos muchas mujeres, porque nos han hecho creer que sólo los hombres pueden tener sexo a la hora que quieran y que sólo las casadas pueden tener sexo, cuando, en verdad, la mayoría de las personas comenzamos a tener relaciones sexuales mucho antes de tener una pareja estable.

Con los hombres es lo contrario, pues se cree que mientras más experiencia sexual tengan, es mejor. Dan por hecho que nosotras no somos tan sexuales como los varones y que una buena mujer ni siquiera piensa en sexo, lo cual es una mentira inventada para someter nuestros cuerpos y nuestras vidas.

Foto: Tomada de Internet

Disfrutar del placer sexual es un derecho

Las mujeres a cualquier edad sentimos deseos sexuales porque somos humanas. Por eso, cuando nos tocamos en nuestras partes íntimas nos sentimos bien, gozamos, nos relajamos y nos sentimos felices. El placer sexual nos provoca un bienestar físico, emocional y mental, por eso es parte de nuestros derechos sexuales.

El placer lo podemos obtener solas o acompañadas. En este artículo nos centraremos más cuando buscamos placer en compañía de alguien, una experiencia en la cual sentirnos seguras y estar informadas son determinantes.



Ilustración: Archivo La Boletina

"La cultura cristiana nos dice que el sexo es exclusivo para reproducirnos. Nos prohíbe el placer, no se puede ver como un medio para disfrutar", nos dice la sicóloga Dinorah Medrano. Ella aclara que la sexualidad es parte de nuestras vidas, que no solamente está limitada a la procreación, o sea, a tener hijas o hijos, como promueven algunas congregaciones religiosas, la escuela, la familia.

"El placer es un derecho porque es parte de nuestro cuerpo. Es algo propio, nosotras lo construimos, lo vivimos, lo experimentamos. Otra persona no puede sentir placer por mí, yo siento mi placer, es de cada una de nosotras", nos cuenta Dinorah.

Primero yo

Para Indira, tener sexo con su novio fue una vivencia que le ayudó a crecer como persona. Se dio cuenta que, aunque al inicio se imaginaba teniendo sexo con él para siempre, no ocurrió así, ya que luego terminaron.

Foto: La Boletina/ Nayel Martínez



Dinorah Medina, sicóloga

Reflexionar sobre estos temas con un grupo de chavalas feministas, le ayudó a tomar conciencia que no se puede separar el cuerpo de la vida y por eso es importante que tomemos control de las decisiones sobre nuestra sexualidad. "Lo más importante fue que yo decidí, fue bonito porque también fue en el momento que quería y me sentí bien", nos relata Indira de 23 años de edad.

"Tiene que ser una decisión tomada en conjunto con la pareja y aceptada por los dos, no puede ser impuesta, tiene que ser porque yo quiero", nos dice Dinorah al referirse a lo que idealmente debería de ser la decisión de tener relaciones sexuales. Sin embargo, muchas veces no sucede así porque hay mucha presión de la otra persona, nos sentimos enamoradas o tenemos temor que la otra persona nos deje si no hacemos lo que quiere.

También tiene mucho que ver la forma en que nos han criado, como mujeres aprendemos a pensar en las demás personas antes que en nosotras: el papá, los hermanos, el novio, el esposo, dejando a un lado lo que nosotras queremos realmente.

Tomando en cuenta esta realidad es que se hace necesario que la decisión de tener relaciones sexuales sea tomada en principio por nosotras mismas y luego en conjunto con la otra persona. Tomar decisiones sobre lo que queremos y lo que no queremos es una forma de fortalecer la autoestima. El placer también está relacionado con la autoestima, o sea, cuánto me quiero yo y cuánto quiero mi cuerpo.



Foto: © flickr/ Clara

El poder elegir

Si las chavalas contaran con toda la información necesaria sobre sus derechos sexuales, podrían decidir cuándo y con quién tener sexo, nos explica Alondra Sevilla, del Colectivo Feminista Panteras Rosas, que aglutina a jóvenes de ambos sexos.

Para Alondra las jóvenes necesitan conocer sobre sexualidad y sobre sus derechos sexuales, por eso ella se involucró de lleno en la campaña nacional por los derechos sexuales *Desde mi cuerpo*.

"Las chavalas necesitan información para poder decidir sobre sus cuerpos, hay mucha presión para que tengamos relaciones, para que digamos que sí. Tenemos que aprender a decir no cuando no queremos", nos dice Alondra.

Y es que queremos y tener nuestras propias reglas a favor del cuerpo y nuestra vida, es fundamental para después poder establecer las reglas con la persona que pensamos tener relaciones sexuales.

Placer seguro

Tener el poder de decidir implica ser responsables en lo que elijamos. Por eso, debemos planificar nuestra vida sexual para proteger nuestra salud y vida. "La espontaneidad en esta época no vale, no cabe porque estamos en medio de mucha violencia, con muchas enfermedades sexuales como el VIH", nos aclara Dinorah.

Muchas parejas creen que planificando su encuentro matan la pasión o el deseo sexual, pero en realidad es todo lo contrario. "Se disfruta más, porque estás en lo seguro. Peor es acostarte con alguien y después estar angustiada pensando que podés enfermarte, entonces lo rico del inicio se te acabó al día siguiente. Usá un condón y allí disfrutás realmente", nos recomienda Dinorah.



La vida, la libertad,
la salud, la seguridad ...
y el placer también es mi derecho



Preocupante

Según datos de la Encuesta Nacional de Demografía y Salud del 2006, de cada 100 mujeres entre las edades de 13 a 17 años, 77 dijeron que no habían utilizado ningún método para protegerse en sus relaciones sexuales. Mientras, 65 de cada 100 mujeres encuestadas dijeron que habían tenido su primer embarazo entre esas mismas edades.

Estos datos indican que muchas no estamos cuidando de nuestra vida sexual y que terminamos aceptando que otros dispongan sobre nosotras. Pero esta situación podemos cambiarla si tomamos conciencia que todas las cosas que suceden en nuestro cuerpo son importantes porque repercuten en nuestra vida.

Gozando con responsabilidad

A la hora de tener relaciones sexuales, siempre se debe tener en cuenta que se corren riesgos, si no somos responsables. Si no nos pasó la primera vez no quiere decir que no nos pueda pasar. Para vivir el placer libremente también es necesario tomar las precauciones necesarias. Si nosotras no nos cuidamos, nadie nos va a cuidar, no podemos darle esa responsabilidad a la otra persona, tenemos que ser nosotras mismas quienes decidamos llevar una vida sexual segura.

"Yo creo que hay que seguir el deseo sin que eso nos exponga. Si las mujeres sabemos que debemos cuidarnos en todas las relaciones sexuales, que no tenemos que decir sí siempre y tomamos conciencia de eso, podemos vivir el placer con mucha mayor libertad", nos dice Alondra.

Cada una debemos de estar claras de lo que vamos a hacer y cómo nos vamos a sentir. "Si vas a tener una relación sexual tenela bien, sé responsable con vos misma, con tu propio placer, porque tu cuerpo es tuyo, vos decidís al final", nos apunta Dinorah.

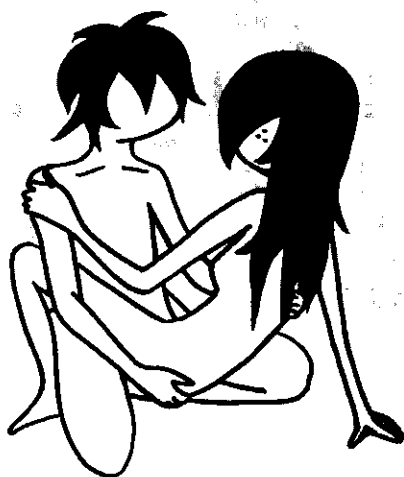


Ilustración: © flickr/ La_i_a

Sin condón NO

En su primera vez, Katya Acuña, de 21 años, cuenta que su novio no quería usar condón. "¿Ideay, qué onda?", le dijo ella, para hacerle saber que no estaría dispuesta a tener sexo sin protección. "No tuve que llegar al extremo de decírselo", nos cuenta, porque él vio su actitud y se lo puso.

"Se hace o se hace, no es negociable, no es algo que tenga que estarse trabajando, se tiene que suponer. El uso del condón es esencial, hay que hacerlo y ya está", nos dice Katya, pues está clara que aceptar que un hombre no use condón es exponernos a un embarazo o a una Infección de Transmisión Sexual, ITS.

Lo ideal sería que los chavalos carguen condones, eso puede ser parte de los acuerdos que hagamos como pareja. Pero como esto es un asunto de seguridad, es necesario que nosotras también los andemos. Si nunca los hemos usado, conozcámoslos y preguntemos cómo se usa. Esto también nos ayudará a tener más elementos a la hora de planificar tener o no relaciones sexuales, así como escoger el momento, el lugar y la persona con quien compartir.

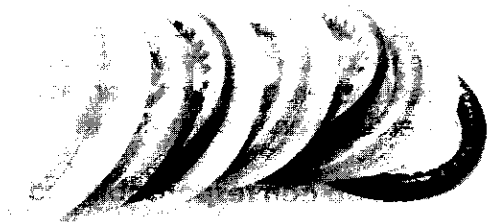


Foto: Tomada de Internet

Para tomar en cuenta...

Cuando una mujer, sea adolescente, joven o adulta, quiere comenzar a tener relaciones sexuales, es importante preguntarse y responderse a sí misma con sinceridad para tener claro lo que quiere:

- ¿La otra persona respeta mis deseos y no me presiona para tener sexo?
- ¿Estoy clara que si tengo relaciones sexuales sin condón puedo salir embarazada o adquirir una Infección de Transmisión Sexual?
- ¿Quiero tener sexo para experimentar, embarazarme o porque estoy enamorada?
- ¿Tengo sueños o metas personales?, ¿cómo hago para no dejarlas atrás aunque esté enamorada o quiera gozar mi sexualidad?
- ¿Tengo conciencia que el placer es mi derecho?

Fuente: Adaptado del suplemento *Adueñate de tu vida*, La Boletina No. 76



¿Qué es y para qué nos sirve un Estado laico?

Conozcamos cómo nos afecta que los gobernantes impongan sus creencias

María López Vigil

A veces cuando escuchamos por la radio o leemos en un periódico que hablan de Estado laico, no le ponemos mente al asunto, porque pensamos que se trata de algo complicado o que no se relaciona con nuestras vidas. Pero recordemos que el Estado son todas las instituciones que establecen y regulan las leyes en una sociedad, por lo tanto sí tiene que ver mucho con nosotras.

La palabra laico viene del latín "laicus" y del griego "laikos" que quiere decir alguien del pueblo, independiente de cualquier organización religiosa. Entonces podemos interpretar que un estado laico es aquél donde todas y todos estamos representados y no está dirigido por clérigos, ni tampoco tiene una sola creencia religiosa, sino que respeta la diversidad de creencias.

Hace dos o tres siglos, y en la medida en que la Iglesia católica fue perdiendo el poder que tenía sobre los gobiernos en Europa, los estados comenzaron a separarse de la Iglesia para estar al servicio de toda la población, fuera católica o no.

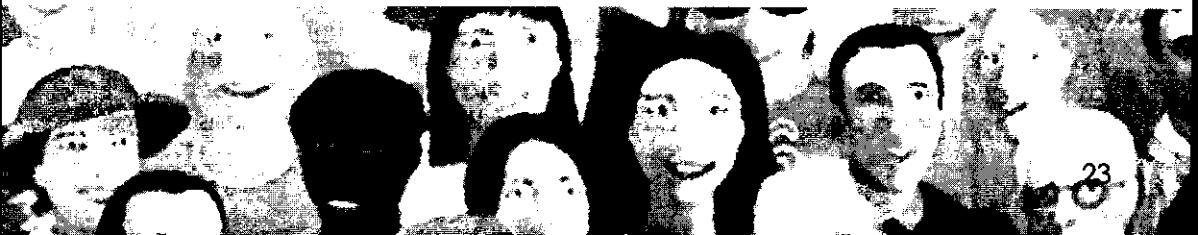




Foto Tomada de Internet

Ser laico no significa estar en contra de la religión

Un estado o gobierno laico no significa un gobierno que está contra alguna religión ni mucho menos contra Dios. Es un gobierno que respeta todas las religiones, pero que no fundamenta sus leyes, políticas y proyectos en lo que manda o propone alguna religión. A veces la gente cree que ser laico es lo mismo que ser una persona atea pero son cosas muy distintas. Ateo es quien no cree en Dios. Laico es quien no mete a Dios en donde no corresponde meterlo.

Como las ideas sobre Dios son siempre diferentes, si metemos a Dios en las leyes y en las políticas públicas corremos el grave peligro de meter una determinada idea de Dios, dejando por fuera a la gente que no piensa igual.

Es cierto que en Nicaragua la mayoría de la gente es cristiana: cristiana-católica o cristiana-evangélica. Por eso, algunas personas afirman que como en una democracia la mayoría manda, el Estado, el Gobierno y las leyes deben guiarse por la moral cristiana. Eso no es tan cierto. En una democracia la mayoría manda, pero manda respetando a las minorías.

Y en Nicaragua hay cada vez más personas de otras religiones o las que no están de acuerdo con los mandatos que enseñan y proclaman obispos, sacerdotes y pastores. Tal vez esas personas son aún minoría, pero el respeto a las minorías es esencial en una democracia. El mejor camino para resolver el problema de mayorías y minorías es que el Estado sea laico. Así todas las personas se sienten incluidas y representadas.

Falta conciencia laica

Desde 1893 la Constitución de Nicaragua establece que en nuestro país el Estado es laico, pero ningún gobierno ha respetado este principio constitucional. Miremos algunos ejemplos: hoy los actos de la Presidencia inician con oraciones o bendiciones de algún sacerdote. Hace unos años, durante una sequía, un presidente emitió un decreto ordenando que en iglesias y cultos se hicieran rogativas a Dios para pedir la lluvia. Obispos y pastores criticaron el *Manual de Educación Sexual* para las escuelas y lograron eliminarlo; también consiguieron que las diputadas y diputados de la Asamblea Nacional penalizaran el aborto terapéutico en la legislación.

Pocas veces escuchamos voces que desde la sociedad cuestionen y rechacen esas violaciones constitucionales. ¿No será que la mayoría de la gente piensa que todas esas acciones son buenas o que no hacen daño o que metiendo a Dios en todo se fomentan valores?

Midiéndole las costillas

Lo que pasa es que el Estado laico no funciona donde la población no tiene conciencia laica. La mayoría de la gente, tal vez nosotras también, no tenemos una conciencia laica. Es muy poca la gente que valora el Estado laico y exige que el Gobierno actúe realmente de forma laica.

Estado laico garantiza nuestros derechos

Hay violaciones del Estado laico que nos perjudican mucho. Por ejemplo, en Nicaragua no hay educación sexual en las escuelas porque obispos, sacerdotes y pastores se han opuesto siempre a esa educación. Y aún más grave, el aborto terapéutico está penalizado en todos los casos: si corre riesgo la vida de la mujer, si el feto tiene una enfermedad incurable o si el embarazo es producto de una violación, porque obispos, sacerdotes y pastores lograron imponer sus criterios a toda la sociedad.

La ley que penaliza el aborto en cualquier circunstancia no responde al sentir de toda la población, ni siquiera de todas las personas religiosas, y las leyes son para todo el mundo y tienen que basarse en razones científicas. La salud pública es "pública": eso significa que es para toda la población, no sólo para personas creyentes.

Si la Constitución establece que Nicaragua es un Estado laico, las creencias católicas o evangélicas sobre la sexualidad humana no deben imponerse a nadie. Las escuelas tienen que brindar una educación sexual abierta y humanista, sin prejuicios, no basada en las opiniones de las autoridades



Foto: Archivo La Boletina

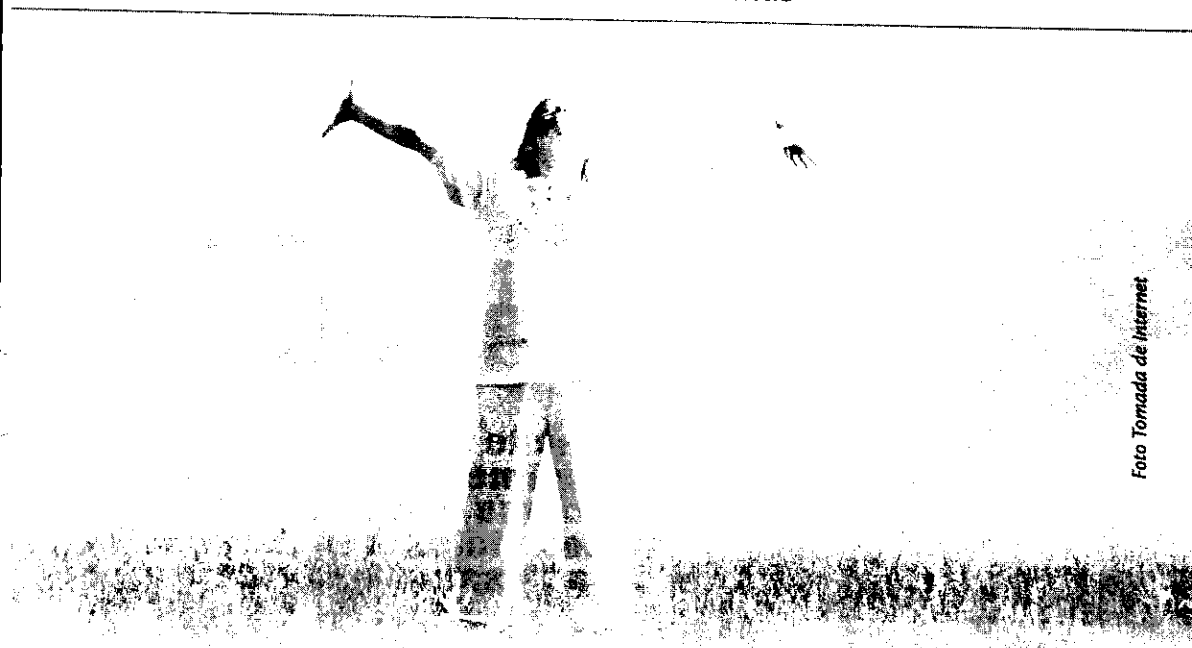


Foto Tomada de Internet

religiosas, que a menudo tienen posiciones cerradas. Igualmente, los centros de salud y los hospitales deben garantizar a todas las personas sus derechos sexuales y reproductivos, sin negárselos por criterios religiosos.

Revisar nuestras ideas

Hay que luchar para que el Estado sea laico. Pero también hay que trabajar para que la conciencia de la gente en Nicaragua, especialmente la conciencia de las mujeres, sea laica. Trabajar por una conciencia laica significa revisar, re-pensar las ideas que tenemos sobre Dios, sobre Jesús, sobre María, sobre las Iglesias, sobre la Biblia... La lucha por el Estado laico no es contra las autoridades de las Iglesias. Es contra la autoridad que tiene la Iglesia para imponer sus ideas y para convencernos de que tiene derecho a hacerlo.

Convencernos de que las creencias religiosas no deben estar por encima de los derechos establecidos en la Constitución, es un primer paso para exigirle al Estado de Nicaragua que sea laico de verdad.

El machismo nos expone al VIH

**Cuando las mujeres no
decidimos sobre nuestro
cuerpo y sexualidad,
se nos violenta el derecho
a la salud y la vida**

Foto: © Flickr/alejandra01

Jessly Obando y Tania Montenegro

Hace siete años, el marido de una mujer a la que llamaremos *Miriam* enfermó gravemente de diarrea y tuvo que ser internado en el hospital. Después de varios exámenes, el diagnóstico impactó a toda la familia y especialmente a *Miriam*: tenía una enfermedad relacionada con el sida y murió a los pocos días en Masaya. Tenían 30 años de casados.

Miriam, ahora de 69 años, recuerda que en medio de su dolor decidió salir de dudas y se hizo la prueba del Virus de Inmunodeficiencia Humana, conocido como VIH, para confirmar que era portadora.

"A mí me entró cólera, pensé que cómo era posible que me pasara a mí que no soy una mujer vaga", recuerda *Miriam*, una ama de casa que ahora está consciente que el VIH lo puede adquirir cualquier persona que tenga comportamientos de riesgo, como son las relaciones sexuales sin condón, aunque sean con tu marido.

Esta terrible manera de confirmar que una es portadora del virus, es una situación común para muchas, nos dice Martha Lorena Reyes, promotora de la Comunidad Internacional de Mujeres Viviendo con VIH/SIDA, llamada ICW por sus siglas en inglés. "A mí también me pasó", añade esta mujer de 31 años.

Su marido, del que tenía separada año y medio, murió de anemia profunda según le dijo la familia. Tres meses después, durante una visita a su suegra para que viera a sus dos nietas, se armó un pleito vecinal y alguien gritó que el finado había muerto de sida.

Esa revelación rondó la cabeza de Martha durante tres meses hasta que decidió hacerse la prueba y cuando llegó al hospital donde murió su esposo, le confirmaron el dato. Nerviosa esperó otros cuatro meses para que le entregaran el resultado que ella temía.

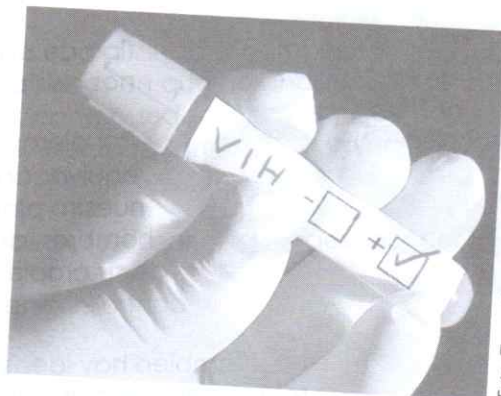


Foto: Tomada de Internet

"Yo quería que la tierra me tragara. Pasé dos años encerrada, sin salir de la casa y hasta intenté quitarme la vida. Yo creía que el VIH era lo mismo que tener sida y que me iba a morir ya. Yo pensaba que si amanecía ya no llegaba al anochecer", nos relata ahora, 11 años después de ese duro momento.

Violencia y VIH de la mano



Ilustración: Tomada de Internet

El VIH lo puede adquirir cualquier persona, sin importar sexo, religión, raza, clase social u orientación sexual, nos dice Arely Cano, una mujer que se ha convertido en símbolo de la defensa de los derechos de las personas con VIH al frente de la organización conocida como Asonvihsida.

Y agrega que contrario a las mentiras que vinculan el VIH con trabajadoras sexuales y homosexuales, según los datos más recientes del Ministerio de Salud, Minsa, la mayoría que tiene el virus es heterosexual; es decir la pareja de mujer y hombre, con un 94 por ciento.

El machismo hace que las mujeres estemos en riesgo de adquirir el VIH por la desigualdad que vivimos en relación con los hombres, por esa forma en que nos han criado de aguantar todo lo que el marido quiera hacer, cuando este

Rompiendo el silencio

tipo de educación viola nuestros derechos, nos insiste Arely.

Por ejemplo, desde niñas crecemos con la idea equivocada de que nuestro cuerpo no es para nuestro placer sino que está al servicio de los hombres, de la reproducción humana y que somos de su propiedad. Sabemos que muchas no se hacen controles ginecológicos porque su pareja no quiere.

También hay ideas que empujan a los hombres a mantener relaciones sexuales con varias mujeres para mostrar su hombría y a hacerlo sin condón, a pesar que se sabe que éste es el método más recomendado para no adquirir el virus.

Según la Organización Mundial de la Salud, la adquisición del VIH puede estar asociada al hecho de que las mujeres somos víctimas de violencia sexual o se nos dificulta negociar cómo y cuándo tener sexo, mucho menos exigir el uso del condón, debido a las relaciones desiguales de poder con los hombres. Esto empeora cuando dependemos económicamente o somos niñas, adolescentes y mujeres víctimas de explotación sexual.

Muchas mujeres con VIH tienen una historia de abusos sexuales o físicos anterior a descubrir que tenían el virus y por eso tienen mayor probabilidad de contraerlo. No es casual que en el Caribe y Centroamérica la epidemia se multiplique principalmente por vía sexual y que las mujeres representen casi la mitad de las infecciones por VIH en el mundo, según datos de la misma fuente.

Además estamos más expuestas porque nuestros órganos genitales son más sensibles a lesiones casi invisibles, que al tener relaciones facilita que adquiramos el virus a través de esas heriditas. Y si tenemos una infección previa sin tratamiento, eso también aumenta las posibilidades.

Nos miden varas distintas

En nuestro país son amas de casa entre 25 y 34 años quienes más adquieren el VIH, según confirman las estadísticas del Minsa del primer semestre de 2010. "Al estar encerrada resolviendo la vida del marido y los hijos, ella no tiene acceso a información", reflexiona Arely.

Rompiendo el silencio

"Por ser mujeres se espera que seamos fieles aun cuando el hombre no lo sea, y aunque sepamos que es infiel, confiamos en que no andará con cualquiera, sin tener claro que cualquier persona puede tener VIH y que con sólo una relación podés adquirirlo", añade Arely, que también coordina ICW en Nicaragua.

Para esta líder, muchas mujeres son violadas por sus maridos y al desconocer sus derechos no logran verlo porque arrastramos una cultura machista.



Martha Lorena Reyes y Arely Cano trabajan juntas en la defensa de los derechos de las mujeres con VIH.

"Si el hombre quiere tener una relación sexual y ella no, pero él la obliga de diversas maneras, eso se llama violación", nos dice Arely.

Otra forma de violencia es cuando los hombres se niegan a usar condón porque dicen que les soca o incluso te acusan de que se las andás pegando, nos advierte por su parte Martha Lorena.

El dolor de la discriminación

Además, la violencia puede aumentar cuando se conoce que sos portadora del virus. La experiencia de una joven de 26 años, que llamaremos Carmen y buscó apoyo en la Fundación Xochiquetzal, lo confirma.

Carmen convivió con un joven de su mismo barrio y estando embarazada se separó porque él no cumplió su promesa de dejar su adicción a la droga. A los siete meses de gestación se hizo la prueba y resultó positiva, entonces se lo comunicó a su ex pareja y cuando le confirmaron que también él era portador, éste le contó a su familia y todos la culparon.

"Mi ex suegra se encargó de contarle a todo el mundo, me humilló horriblemente, dijo que yo era una playo que había matado a su muchachito con esa enfermedad", nos expresa Carmen, quien recuerda con dolor la forma en que las personas del vecindario la juzgaban.

"Lo más duro fue que hasta mi propia familia me dio la espalda. Mi papá me corrió de la casa y le dijo a todas mis tías que si yo llegaba en busca de posada que no me dieran porque yo tenía esta enfermedad y eso se pasaba", agrega Carmen, quien junto a su bebé de ocho meses, hoy viven en la casa de una amiga.

"Cuando a mí me dijeron que tenía VIH hasta pensé en matarme, con todo y que estaba embarazada. Después vine a los grupos de apoyo y vi a otras que



Foto: Tomada de Internet

vivían lo mismo que yo. Eso me ayudó bastante, me dio fuerzas y aquí estoy dándole gracias a Dios por la vida y porque a pesar de todo mi niño nació sin el virus", nos comenta con esperanza Carmen.

Para quienes siguen con una pareja que también es portadora, la violencia puede continuar porque son obligadas a tener relaciones sexuales sin condón, a pesar de saber que se reinfectan. "Muchos las golpean y las amenazan con dejarlas si no lo hacen", nos comentan tanto Arely como Martha Lorena.

Buscando salidas

Mi vida cambió cuando me organicé, nos dice de manera rotunda Martha Lorena. Ella nos cuenta que como cualquier persona que no tiene información, le daba miedo que la gente supiera que ella tenía VIH, "porque circula esa idea de que te pasó por andar de puta".



Foto: La Boletina/ Fide Ávalos

Por eso le costó mucho acercarse a la Asociación Nicaragüense de Personas viviendo con el VIH y el sida, Asonvihsida, pero cuando fue a la primera reunión y conoció la experiencia de un hombre que llevaba más de 10 años con VIH, ella confió en que podía tener un futuro.

"La vida cambia por completo cuando uno conoce cómo es la cosa y enfrenta las mentiras que te dicen del tema. Se puede tener una vida con VIH normal como cualquier persona, pero cuidando tu salud, alimentación, recibiendo tratamiento y cambiando tus costumbres, porque esto te cambia drásticamente el panorama", exclama Martha.

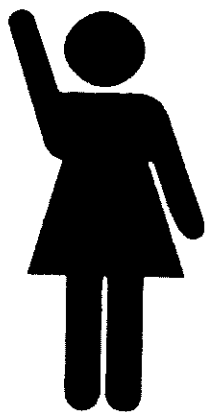
Y agrega que es importante organizarse, "para visibilizarnos y así defender nuestros derechos, porque encerradas en la casa, el Estado no nos va a dar una respuesta. Unidas nuestras voces son escuchadas".

Desde hace 10 años Martha Lorena entró en un proceso de reflexión personal y organizativo sobre su condición y está convencida que fue lo mejor que hizo, ya que su calidad de vida mejoró de forma integral. Incluso tiene nueva pareja, planificó otro embarazo y con el tratamiento adecuado logró que su hija no naciera con el virus.

"En Asonvihsida trabajamos de la mano con ICW, esto nos permite tener un espacio propio de mujeres con VIH para hablar de nuestros problemas", nos detalla Arely. Otra de las organizaciones que ofrecen un soporte similar es la Fundación Xochiquetzal, que ha organizado grupos de apoyo para que las mujeres compartan sus experiencias.

Tanto Miriam como Carmen, Arely y Martha coinciden en que es fundamental que las mujeres tomemos control de nuestra vida y protejamos la salud negándonos a tener relaciones sexuales sin condón, haciéndonos la prueba y obligando a nuestra pareja a hacérsela para prevenir o tratar el VIH.

También que el Estado asuma su papel implementando un cambio en los valores que fomentan la desigualdad entre mujeres y hombres y que haya acceso a servicios integrales de salud sexual y salud reproductiva para nosotras. Y que de verdad promueva, proteja y defienda los derechos de las personas en esta condición, ya que es una responsabilidad social dar respuesta a esta pandemia.



Que se reforme la Ley 238

Aunque desde 1996 se aprobó la Ley 238, *Ley de Promoción, Protección y Defensa de los Derechos Humanos ante el sida*, las organizaciones de personas con VIH no estaban conformes y ya solicitaron una reforma que esperan sea aprobada en este año.

La reforma busca que se incluyan nuevos enfoques como de género, generacionales, de diversidad sexual, derechos de la niñez y comunidades indígenas, para mencionar algunos aspectos.

"En la ley no se visualizaba el rol y responsabilidad de las instituciones públicas y privadas para dar respuesta al VIH y era muy general. No hay programas específicos para suplir nuestras necesidades como mujeres con VIH", nos comenta la activista Arely Cano, de Asonvihsida e ICW.

Algunos de los puntos a incluir son: prevención tras un abuso sexual o violación, educación sexual, el derecho a la prueba voluntaria y confidencial, el papel de los medios de comunicación, los derechos y deberes de toda la ciudadanía ante el VIH.

Para conocer lo que dice la ley sin las reformas se puede entrar a esta dirección:
<http://www.asonvihsida.org.ni/asonvihsida/Documentos/Ley238.pdf>

Conozcamos información básica

El Virus de la Inmunodeficiencia Humana, VIH, infecta a las células del sistema inmunológico, alterando o anulando su función. Esto nos daña poco a poco y hace que el cuerpo no pueda luchar contra las infecciones y enfermedades.

El síndrome de inmunodeficiencia adquirida, sida, es un término que se aplica a los estados más avanzados de la infección por VIH y se define por la presencia de alguna de más de 20 infecciones oportunistas o de cánceres relacionados con el virus.

El virus puede transmitirse por relaciones sexuales vaginales, anales u orales con una persona infectada, la transfusión de sangre contaminada o el uso compartido de agujas, jeringas u otros instrumentos punzantes. También de la madre a su bebé durante el embarazo, el parto y la lactancia.

Fuente: Adaptado de información de la Organización Mundial de la Salud www.who.int/features/qa/71/es/index.html



Dónde buscar apoyo

Por ley todos los centros de salud y hospitales están obligados a brindar atención médica adecuada, gratuita, con calidad y calidez a las personas con VIH. También hay varias organizaciones que les apoyan. Algunas son:

- ℓ **ICW y Asonvihsida:** Las oficinas quedan en el mismo sitio: costado suroeste del parque de residencial El Dorado, Managua.

Tel. 2444-4102

Correo: info@asonvihsida.org.ni • mujerespositivas@cablenet.com.ni
mujerespositivas@hotmail.com • www.icwlatina.org • www.asonvihsida.org.ni

- ℓ **Si Mujer:** Edificio IBM de Montoya, 1c arriba. Managua • Tels 2268-2695
2268- 0038 • Correo: direccion@simujer.org.ni

- ℓ **Fundación Xochiquetzal:** Sede central ubicada en Managua, de donde fue la ITR de Ciudad Jardín, 1c y media al sur. Correos: xochiquetzalcdoc@guegue.com.ni
fxcomunicacion@hotmail.com • Tels. Managua: 2249-0585 y 2249-1119 Chinandega:
2250-8828 • www.fundacionxochiquetzal.org

El 25 de noviembre se conmemora el *Día Internacional de lucha contra la violencia hacia las mujeres* y el 1 de Diciembre el *Día Mundial de Lucha contra el Sida*.

Algunas fuentes consultadas:

La violencia de género y el VIH/Sida, Hoja informativa, OPS • Folleto El rostro femenino del Sida, Minsa, OPS, Norad, 2005 • Presentación El VIH sida, otra expresión de la violencia de género, reflexiones para la acción. Alianza Intercambios • Presentación ITS- VIH y sida semestre 2010, Oficina de vigilancia epidemiológica, componente VIH-sida, Minsa.



Jóvenes en taller de la Fundación Xochiquetzal.

Foto: Cortesía Fundación Xochiquetzal

“Con el feminismo aprendí otra forma de ser mujer”

Juanita Urbina es una joven orgullosa de su identidad y de promover nuestro derecho a vivir sin violencia

Gloria Palacios

Hola amigas de *La Boletina*, soy Juanita Carla Urbina Ríos, tengo 22 años y nací en Nagarote, municipio de León, en una familia de seis mujeres y dos varones. Soy activista del Movimiento Feminista y miembro activa del Colectivo feminista Panteras Rosas.

Quiero compartir con ustedes una situación que le ocurre a muchas personas, aunque poco se habla de eso: soy una mujer que nació en el cuerpo equivocado y en el camino por defender mi derecho a ser yo misma, me topé con el feminismo.

Todo empezó cuando nací y en mi partida de nacimiento me pusieron Juan Carlos. Aunque tenía cuerpo masculino, siempre supe que era una niña. Al verme al espejo sentía que mi cuerpo era un cuarto oscuro donde esa niña estaba sin un rayito de luz y sin salida para librarme de esto. Yo me preguntaba: ¿por qué no me veo como la niña que me siento por dentro?, ¿por qué no me arreglan como a mis hermanitas?



Esta joven ha luchado por su derecho a ser ella misma, sin importar lo que diga la biología y la sociedad.

Foto: *La Boletina*/Tania Montenegro

Sin embargo, nunca me rechazé, nunca escondí lo que era y lo que quería ser. Por eso me dije: "Yo sé que este cuerpo no es mío, ese chavalo no soy yo y no voy a dejar que me domine. Yo soy una mujer".

Una crianza con amor

Afortunadamente me crió la que llamo mi madre, aunque sea mi abuela, Ángela Rosa y su marido de ese entonces, Orlando. Crecí rodeada de mucho amor y respeto de su parte, al contrario de lo que recibí de mi madre y padre biológicos.

Los juegos masculinos no me llamaban la atención para nada; mi papá de crianza me hacía carretitas y yo las pintaba, le ponía flores, animalitos y muñecas que me regalaban mis primas. Era un problema cuando me ponían pantalones y zapatos, yo me los quitaba y los tiraba porque sentía que eso no era mío.

A los 12 años ya no podía continuar con aquella ropa que me incomodaba y me dije: ¡hasta aquí! Dejé salir a Juana y decidí ponerme sandalias, camisolines, faldas, prensadores, diademas y me abrí las orejas.

Al principio mis papás no entendían por qué me comportaba así, pero de tanta insistencia al final comprendieron y tuvimos una plática importante.

Mi papá me dijo que desde ese día yo sería su hija porque veía que no me sentía bien con mi cuerpo. Y mi mamá me dijo:

"Aquí no hay nada más que hacer, vos querés ser diferente, así que te aceptamos. No te vamos a dar la espalda. Hay que seguir adelante". El amor y el cariño fueron más importantes que todos los prejuicios de la sociedad. Estas palabras fueron muy importantes para mí.



Juanita recibe mucho amor y aceptación de su mamá, doña Ángela Rosa.

Foto: La Boletina/ Tania Montenegro



En la escuela viví la discriminación más terrible, aunque tuve maestras que me apoyaban, había compañeros de clase que me ofendían con vulgaridades, me golpeaban en grupo, borraban mis respuestas de los exámenes y hasta me tiraban semillas y cáscaras de mango en la cara.

Para todo me gritaban que era cochón, me vulgareaban diciéndome: "¡Ay! la Juana Carla". Estar expuesta a tanta violencia hizo que me aislara. Hasta repetí el grado tres veces y como yo trabajo desde los 10 años, decidí pasarme a estudiar de noche donde encontré un poquito más de respeto.

Estaba bien chavala cuando fui por primera vez a un taller de la diversidad sexual y conocí a personas con experiencias parecidas. Entonces sentí que estaba con mi gente y experimenté un cariño mutuo. Desde ahí estuve en un proceso intenso de formación como activista y asistí a muchas capacitaciones, pero yo percibía que me faltaba algo.

Mi encuentro con el feminismo

Yo antes me asumía como una mujer "trans", que es una palabra que se usa para referirse a quienes como yo, asumimos una identidad femenina. Pero la palabra *trans* no va conmigo, por eso mejor digo que soy Juana, una mujer feminista.

Al hacerme activista del Movimiento Feminista fui aprendiendo sobre la identidad de género, o sea, la manera en que cada persona asume y vive lo que le han enseñado sobre ser hombre o mujer. Y ahí me di cuenta que la forma en que yo aprendí a ser mujer fomentaba la discriminación; yo era fanática de los concursos de belleza, fui modelo y hasta Miss.

Muchas *trans* creen que ser mujer significa usar tacones, pistolearte el pelo, maquillaje, ser sumisas, actuar de manera delicada para verte femenina o incluso tener actitudes violentas hacia otras mujeres. Hay mucha confusión por la falta de información, reflexión y toma de conciencia, porque si nos asumimos mujer, no podemos promover el machismo ni la violencia.

El feminismo me ha ayudado a poner en duda ideas y conceptos; ha sido una puerta para cambiar y transformar mi vida. Es cuestionarte el ser mujer y promover que las *trans* no asumamos roles tradicionales. Ahora sé realmente quién soy, por eso ando sencilla, sin maquillaje excesivo, sin tacones, uso pantalón y no como antes que sólo usaba minifalda porque creía que eso me hacía más femenina.

Contra la violencia

Aunque mi condición biológica es masculina, nunca he tenido los privilegios del sistema patriarcal por eso; incluso por negarme a asumir ese rol hasta he vivido violencia.

Hace un año, en mi pueblo, unos muchachos me abordaron para tener relaciones sexuales conmigo y como me negué, me ofendieron, golpearon y me violaron. Eran ocho. Puse la denuncia en la Policía, pero no hubo investigación, el delito quedó impune y yo pasé encerrada después de eso. No ha sido fácil, pero siento que voy avanzando en mi sanación.

En mi grupo compartí lo sucedido y supe que muchas habían pasado lo mismo que yo. Siento que el estar organizada me ha dado fuerzas para seguir adelante y luchar para que a ninguna mujer le pase lo que me ocurrió. Ningún hombre es dueño de nuestro cuerpo, las únicas que podemos mandar somos nosotras.

Por eso quisiera decirle
a Samira Montiel,
Procuradora
Especial de la
Diversidad Sexual, que luche
para que se respeten nuestros derechos como
ciudadanas, que se dé seguimiento a las denuncias para
que haya justicia y que nuestros casos no queden engavetados.



Juanita participa en procesos de capacitación con jóvenes de ambos sexos.

Foto: Cortesía La Corriente

Nosotras y las otras

También que se nos reconozca el derecho a la educación y acceso a la salud y que estos ministerios contribuyan para que no haya discriminación y se respete nuestra identidad. Como personas tenemos derechos y por eso comparto mis aprendizajes. Quiero ser una mujer reconocida por las mismas mujeres. Trabajar de lleno entre nosotras y que se respete mi identidad, mi nombre como Juana.

Colectivo feminista Panteras Rosas

Está integrado por 15 personas, entre mujeres y hombres. Miramos el feminismo desde nuestro ser jóvenes y nos planteamos propuestas de cambio en la sociedad. Abordamos temas como identidad de género, derechos humanos, transgeneridad, aborto y feminismo, entre otros aspectos. Hacemos encuentros, talleres y reuniones. Todavía no tenemos un local fijo, pero si querés comunicarte con nosotras podés llamarnos al 8848-9589 con Alondra Sevilla o escribirnos al correo: panterasrosasfeministas@gmail.com



Foto: Cortesía La Comente

El Colectivo feminista Panteras Rosas promueve cambios en la sociedad manteniendo la identidad de género.



Acá te presentamos algunas actividades de diversos grupos, organizaciones y redes de nuestro país, que redactó Rosa María Maliaños. Si quieren compartir acciones novedosas sobre su quehacer, no duden en contactarnos a este correo: **labolenica@gmail.com**

"Castigo para los agresores, justicia para las mujeres"

Este es el lema de la campaña que impulsa la Red de Mujeres Contra la Violencia, RMCV, en ocasión del 25 de noviembre, *Día Internacional de lucha contra la violencia hacia las mujeres*.

Algunas de las actividades de la campaña son foros, exposiciones fotográficas, un *hablatón* radial, marchas y festivales. Previo a la jornada, la Red recogió firmas en todo el país para que el Estado ratifique el protocolo facultativo de

la *Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la Mujer*, conocida como Cedaw, por sus siglas en inglés.

También se esperaba una misión Internacional para dar seguimiento a la *Campaña regional por el acceso a la justicia*, que se realiza en cinco países de la región. "Harán fiscalización de cómo se aplica la justicia en Nicaragua, además de realizar un informe que presentarán al Estado", nos dice Aura Lacayo, comunicadora de la RMCV.

Además de la campaña, la RMCV realizó sus elecciones internas para renovar a las líderes que desarrollan los planes de trabajo. La nueva Comisión Coordinadora está integrada por Socorro Silva, María Elena Domínguez, Luz Marina Tórrez, Elia Palacios, Matilde Lindo, Carolina Mendoza y María Leticia Saavedra. En los ejes de desarrollo estratégico y de acción política, quedaron Fátima Amaya y Auxiliadora Vásquez.

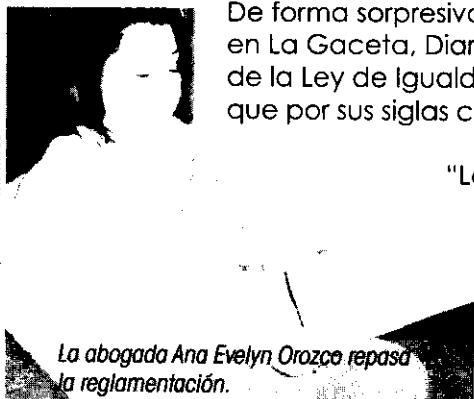
Contacto: Aura Lacayo • Correo: laredmcv@blenet.com • Tel. 2266-4619



Foto: Cortesía RMCV

Ya reglamentaron la Ley de Igualdad de Derechos y Oportunidades

Foto: La Boletina/ Rosa Malarinos



La abogada Ana Evelyn Orozco repasa la reglamentación.

De forma sorpresiva este 28 de junio pasado fue publicada en La Gaceta, Diario Oficial del Gobierno, la reglamentación de la Ley de Igualdad de Derechos y Oportunidades, que por sus siglas conocemos como LIDO o Ley 648.

"La reglamentación se hizo de manera misteriosa, a puerta cerrada y sin el consenso de la sociedad civil. No le veo nada positivo y la considero un remedo de ley", nos señala Ana Evelyn Orozco, abogada feminista.

La LIDO estaba aprobada desde marzo del 2008 y su reglamentación se debió haber hecho en junio de ese mismo año. "Si Nicaragua fuera un gobierno responsable, lo primero que tendría que hacer es aprobar el Protocolo Facultativo de la Convención para la Eliminación de todas las formas de Discriminación Contra la Mujer", nos comenta la abogada, e insiste en que ya se debió haber instaurado el Consejo Nacional por la Igualdad y es la fecha y nada.

Aunque el órgano rector para su implementación es el Instituto Nicaragüense de la Mujer, éste es inexistente y sin presupuesto adecuado", apunta Ana Evelyn. Ella opina que el Gobierno hizo la reglamentación para cumplir a su manera con las recomendaciones de Naciones Unidas.

Es importante que conozcamos la Ley y la reglamentación, por eso las invitamos a entrar al centro de documentación virtual de Puntos de Encuentro para obtener ambos documentos.

LIDO:

www.puntos.org.ni/sidoc/descargas/personales/LIDO_desde_La_Gaceta.pdf

Reglamentación:

www.puntos.org.ni/sidoc/descargas/personales/Ley_Igualdad_Derechos_Oportunidades.pdf

Contacto: Ana Evelyn Orozco

Correo: anafer@yahoo.es

Aborto terapéutico sigue parqueado

.....

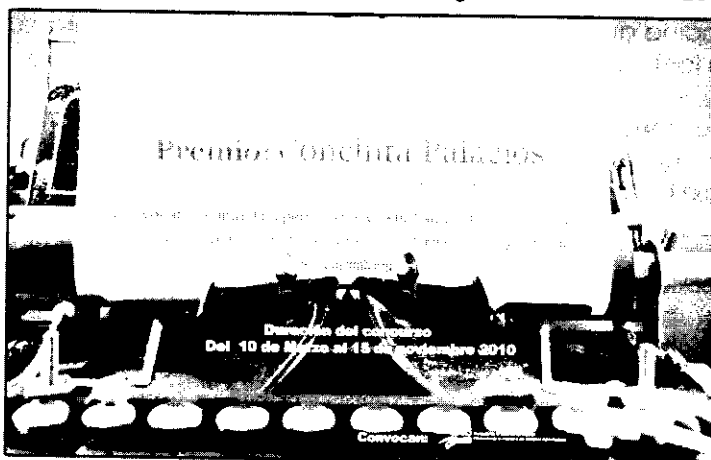
Seguimos esperando después de casi dos años y medio de haber introducido un recurso de inconstitucionalidad ante la Corte Suprema de Justicia por la penalización del aborto terapéutico.

Por eso el 28 de septiembre pasado se entregaron 37 mil firmas recogidas por la organización Amnistía Internacional, al Presidente para demandar la restitución del aborto terapéutico en nuestro país.

En mayo de este año un grupo de parlamentarias de diversas banderas políticas introdujo una reforma al Código Procesal Penal ante la Asamblea Nacional. Lo que buscaban era que se incluyera un artículo para despenalizar el aborto terapéutico en caso de preservar la vida de una mujer que esté en grave riesgo y que no se tomaran medidas penales contra el personal de salud, nos cuenta Mayte Ochoa, del Grupo Estratégico por la Despenalización del Aborto Terapéutico.

Lo malo es que esta iniciativa no ha tenido eco en la Asamblea, peor en el escenario pre-electoral, nos comenta Mayte. En julio pasado, la muerte del bebé de Amalia, la joven leonesa que fue obligada a seguir con el embarazo recibiendo tratamiento contra el cáncer, nos recordó la situación de tortura o muerte que enfrentan mujeres en esta condición.

Contacto: Mayte Ochoa • Correo: abortoterapeutico.info@gmail.com • Tel: 2277-2018



El 28 de Septiembre en imágenes

En esta fecha se celebra el Día por la Despenalización del Aborto en América Latina y el Caribe. En todo el país se escucharon las protestas y demandas. Acá ofrecemos imágenes de algunas actividades.

Fotos: Cortesía Cénidh



Entrega de firmas en Managua. Un grupo de mujeres y hombres de diversas organizaciones, entregamos 37 mil firmas recogidas por Amnistía Internacional para exigir la restitución del aborto terapéutico al Presidente Ortega.

Música solidaria. Un Concierto por la vida de las mujeres fue una de las celebraciones realizadas en León, con las voces de Mara Lorío, Alejandro Mejía, Julio Montano y Juan Centeno.

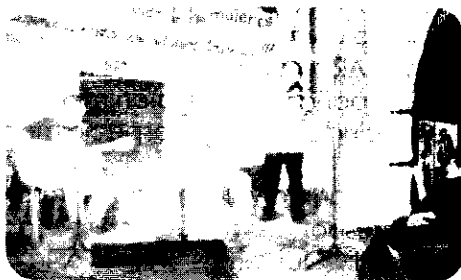


Foto: Cortesía Grupo Feminista de León



Fotos: La Boletina / Fide Ávalo

Marcha húmeda. En medio de una fuerte lluvia, diversas organizaciones partieron en caravana desde la Galería de Tipitapa, Mateare y la rotonda Jean Paul Genie, para juntarse en el Parque de las Madres en Managua y demandar al Estado la restitución inmediata del aborto terapéutico.

Campaña contra taxistas abusadores en Masaya

.....

En los últimos meses ya van 12 mujeres que han denunciado a siete taxistas por intento de abuso y violación, al abordar este medio de transporte en Masaya, nos cuenta María Eugenia Delgadillo, de la Asociación de Mujeres Axayacatl.

Las víctimas han sido desde niñas de 12 años hasta mujeres de 40 y muchas más que no se atreven a denunciar por miedo o vergüenza, nos dice María Eugenia. Alarmadas por estos hechos, la Asociación puso en marcha una campaña educativa en mercados, escuelas y paradas de buses de esta ciudad, dirigida especialmente a mujeres.

Ya han repartido volantes que informan sobre cómo identificar un taxi seguro y cómo responder ante un posible agresor sexual, añade la coordinadora de Axayacatl. "Queremos promover la denuncia y dar a conocer dónde acudir en caso de ser víctimas de violencia sexual de un taxista", nos cuenta.

También solicitarán a las autoridades locales que revisen el historial de los taxistas al momento de otorgar la concesión y que haya un registro y control de todos los llamados cadetes a través de un reglamento impulsado por la Policía y la Alcaldía. "Abordar un taxi se ha convertido en un riesgo y nuestra vida puede estar en peligro si quien conduce es un agresor", nos insiste María Eugenia.

Por eso es importante sólo subirse a vehículo con placa de taxi y estar atentas a que no cambie la ruta tradicional al destino solicitado, por supuesto fijarse en número de placa y color.

Contacto: María Eugenia Delgadillo • Tel. 8617-8956/8656-0190/8336-5178

Correo: axayacatl.masaya@yahoo.es



Foto: La Boletina/ Rosa Maliaños

Ya van siete taxistas procesados por intento de abuso y violación.

Otra jornada contra el abuso sexual

.....

Cada 19 de noviembre se celebra el *Día Internacional de lucha contra el Abuso Sexual* y en Nicaragua se realiza una campaña anual de forma permanente, nos cuenta Lorna Norori, facilitadora del Movimiento Contra el Abuso Sexual, MCAS.

Con el lema *Todas las voces, todas las voluntades contra el abuso sexual*, las 40 organizaciones agrupadas en el MCAS impulsan una jornada para distribuir materiales educativos, hacer foros, plantones, actividades con periodistas y publicitar mensajes en mantas y rótulos de carretera ubicados en sitios concurridos de distintos puntos del país.



Lorna Norori, sicóloga y facilitadora del MCAS.

Foto: La Boletina/ Rosa Maliaños

"Para el Estado, el tema de abuso sexual no es importante y lo invisibiliza", opina Lorna. Si bien es cierto que la Comisaría de la Mujer, Niñez y Adolescencia atiende la problemática, esto no se da con las condiciones, calidad y sensibilidad requerida por el hecho de que ahí se resuelve todo tipo de denuncia, añade Lorna.

El MCAS es un espacio de coordinación que promueve la participación amplia de diversos sectores sociales para trabajar conjuntamente contra el abuso sexual en nuestro país. Participan grupos, organizaciones, redes y personas individuales para que la sociedad y personal que aplica la justicia se sensibilice, reconozca este delito y condene a los abusadores.

"Estamos orientadas a la prevención del abuso, a la incidencia política y a fortalecer a las organizaciones para mejorar la calidad de la atención a las personas que han vivido abuso sexual", nos manifiesta Lorna.

Contacto: Lorna Norori • Tel. 2278-7503

Correo: hablemosde.abusosexual@gmail.com • www.mcas.org.ni

Somos trabajadoras domésticas, no esclavas

.....

En Nicaragua, desde hace 15 años cada 10 de diciembre se celebra el *Día Nacional de la Trabajadora Doméstica*, pero eso no se ha traducido en el reconocimiento de sus derechos laborales.

"La escasez de empleo obliga a muchas mujeres a someterse a un trabajo informal por hora, renunciando a sus derechos de gozar de vacaciones y aguinaldo", nos ejemplifica Mabel Aguirre, del Movimiento de Mujeres Trabajadoras y Desempleadas María Elena Cuadra de Granada. Y añade que "somos mujeres invisibilizadas, debido a que trabajamos dentro de cuatro paredes".

Mabel nos cuenta que los problemas del sector son variados: no se les paga el salario mínimo, el contrato es de palabra y no se respetan acuerdos, el horario supera las ocho horas diarias y las 48 semanales establecidas por la ley y no se les paga horas extra. Además no tienen permiso ni de cuidar a sus hijas e hijos cuando se enferman, aunque la ley lo permite, y la mayoría no está afiliada al Instituto Nicaragüense de Seguridad Social, INSS, por lo tanto no tendrán pensión en su vejez.

Aunque desde el 2006 se estableció que las trabajadoras domésticas deben tener seguro social, sólo lo tienen 3 mil 252 mujeres de un total estimado de 114 mil personas ejerciendo esta labor, según datos publicados en el semanario *Confidencial* número 679 de abril de este año. El lado positivo



Muchas trabajadoras no tienen seguro social ni ganan el salario mínimo.

Foto: La Boletina/ Tania Montenegro

de este dato es que entre el 2006 y el 2008, la cifra de trabajadoras domésticas afiliadas al INSS prácticamente se triplicó.

Falta conciencia

El artículo 150 del Código del Trabajo señala que es obligación de la persona empleadora inscribir a la trabajadora doméstica en el INSS o pagarle los gastos médicos cuando lo necesite.

"A veces les pagan menos del salario mínimo y por la necesidad y la falta de empleo las mujeres acceden", nos dice Mabel. También cuenta que cuando una trabajadora es despedida por el patrón o la patrona, se le acusa de robo como una estrategia para no pagarle y por esa razón muchas desisten de la denuncia.

Cuando una trabajadora demanda a quien la empleó, normalmente lleva las de perder porque no tiene dinero para pagar un proceso judicial y termina aceptando un arreglo extrajudicial por desconocimiento o temor.

Las trabajadoras domésticas piden al Estado un salario mínimo que se corresponda con el valor de la canasta básica, así como la inscripción al INSS, nos insiste Mabel.

Contacto: Mabel Aguirre, MEC Granada
Tels: 2222-5393/2222-2601/2552-2694
www.mec.org.ni



*Taller sobre derechos humanos y laborales del
Movimiento de Mujeres Trabajadoras y Desempleadas
María Elena Cuadra.*

Foto: Cortesía MEC

Haciendo activismo con humor

.....

Abordar el tema de los derechos humanos de las mujeres, el derecho al placer, al amor, la violencia de género y el aborto de una manera creativa y divertida, fue uno de los objetivos del taller que organizó el Programa feminista Centroamericano La Corriente.

El taller llamado *Cabareteando el activismo*, reunió a 21 mujeres de diversas organizaciones del Norte y Pacífico, que hacen teatro como parte de su trabajo o están interesadas en impulsar acciones artísticas como estrategia de sensibilización.

Se trata de mostrar cómo ponerle un poco de humor al trabajo que realizamos como organizaciones en defensa de los derechos de las mujeres, nos comenta Cristina Arévalo, de La Corriente. "Queremos llegarle a la gente de una forma divertida y que miren que las feministas tenemos sentido del humor", agrega.

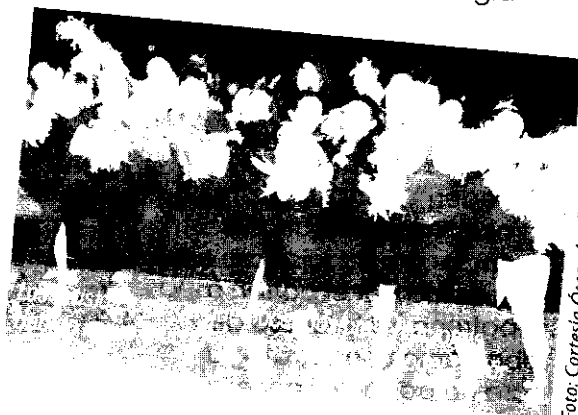


Foto: Cortesía Óscar Acuña

Para Minerva Valenzuela, cabaretera y "actriz prófuga del teatro" como ella misma apunta, "cabaretear el activismo es una herramienta que incluye la denuncia política, social y musical. Es quitarle al movimiento feminista esa solemnidad y seriedad que a veces asusta y que no lo hace atractivo a la gente", nos cuenta esta artista mexicana quien fue una de las dos facilitadoras del taller.

Minerva considera que sembrar dolor y cosechar risas funciona muy bien. "Hablar de lo que me duele de una manera divertida, hace que el mensaje llegue, porque es más fácil recordar un chiste a algo que no llamó la atención", nos comenta.

El taller se realizó a inicios de octubre y culminó con dos exitosas presentaciones en el teatro Justo Rufino Garay de Managua.

Personas con discapacidad siguen pendientes de Ley 202

.....

La esperada reforma total a la Ley 202, *Ley de Prevención, Rehabilitación y Equiparación de Oportunidades para las personas con Discapacidad*, continuaba a mediados de octubre, luego de más de año y medio de haber introducido la petición a la Asamblea Nacional.

La principal crítica de diversas organizaciones es que la Ley 202 es asistencialista y ve a la discapacidad desde un enfoque médico, cuando no se les debería ver como pacientes sino como personas con derechos. Además se espera que el Estado asuma su papel de asegurar el acceso a la salud, educación, trabajo y participación política, entre otros aspectos.

"Desde que nos ponen bajo la tutela del Minsa nos están viendo como enfermos", nos dice Alma Nubia Baltodano, Secretaria ejecutiva de la Federación de Asociaciones de Personas con Discapacidad, Feconori, que ha liderado esta iniciativa ciudadana.

La Ley 202 está destinada a medidas de prevención de la discapacidad y dirigidas a personas que no tienen discapacidad, nos cuenta Alma. Además esperan que con la reforma total haya una rehabilitación integral. "Que nos enseñen no sólo en sentido físico, sino que nos rehabilite en la movilidad, que las personas usuarias de sillas de ruedas aprendan a utilizar la silla y su cuerpo y que sean rehabilitados para su trabajo", nos comenta Alma.

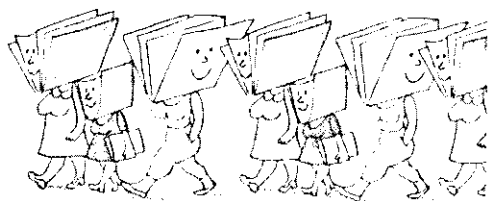
En agosto pasado la Asamblea Nacional aprobó la Ley de Pensión de Gracia, pero no se tomó en cuenta la petición expresa de incorporar a personas con discapacidad que viven en extrema pobreza y que nunca han cotizado el Seguro social.

Contacto: Alma Nubia Baltodano, Feconori • Tel: 2268-1564 • www.discapacidad-ca.org/feconori



**Los libros
no muerden . . .**

**¡el feminismo
tampoco!**



Hola amigas, aquí encontrarán publicaciones que pueden descargar del Sidoc de Puntos de Encuentro o de las organizaciones que las producen. En caso contrario, ofrecemos el contacto para hacer la solicitud directamente.

Conociéndome, cuidarme es quererme

Manual de salud sexual y reproductiva

Compilación de Karla Rodríguez, Ixchen, Anfam 2010

Este manual escrito con lenguaje sencillo ofrece información útil para trabajar con adolescentes y jóvenes. Aborda estos temas: género e identidad, la sexualidad y nuestro cuerpo, salud, derechos sexuales, derechos reproductivos, embarazo en la adolescencia, violencia, prevención del aborto, métodos anticonceptivos, infecciones de transmisión sexual, VIH, autoestima, no a las drogas.

Disponible para consulta en los centros Ixchen de todo el país.

**Biblioteca Multimedia Economía, sexualidad
y decisiones de las mujeres**

Puntos de Encuentro, 2010

Este DVD multimedia contiene documentos, herramientas teórico-metodológicas, enlaces de interés y pistas para apoyar a organizaciones, equipos de investigación, docentes y académicas que trabajan género y derechos económicos de las mujeres.

Disponible en Sidoc de Puntos de Encuentro.
Correo: sidoc@puntos.org.ni • Tel. 2268-1227

La transmisión del VIH de madre a hijo o hija durante el embarazo puede prevenirse si se detecta a tiempo



La transmisión del VIH de madre a hija o hijo durante el embarazo puede prevenirse si se detecta a tiempo

Unicef y Gobierno de Reconciliación y Unidad Nacional, Nicaragua

Es una cartilla ilustrada con lenguaje sencillo que explica qué es el VIH y el sida, cómo se transmite y cómo no, cómo se puede transmitir el virus de la madre a hija o hijo, cómo se hace la prueba y qué significa un resultado negativo o positivo, entre otros aspectos.

Disponible en:

<http://www.minsa.gob.ni/bns/sida/doc/rot-trans-vertical.pdf>

Memoria del Foro nacional Abordaje de la violencia contra las mujeres y acceso a la justicia

Comisión Interagencial de Género y Comisariías de la Mujer y la Niñez, Nicaragua 2009

El documento recoge la presentación de tres investigaciones: una sistematización de las buenas experiencias de la Policía Nacional, el acceso a la justicia para mujeres sobrevivientes de violencia en Ciudad Sandino y un resumen del estado del arte y diagnóstico de violencia intrafamiliar y sexual en Nicaragua. Incluye los resultados de las mesas de trabajo y palabras de clausura de este foro.

Disponible en: http://www.puntos.org.ni/sidoc/descargas/personales/No_171%20Memoria_%20Abordaje_%20Violencia_%20Mujer_Nic_%202009.pdf

¡Ni una más! Del dicho al hecho: ¿Cuánto falta por recorrer?

Comisión Económica Para América Latina, 2009

La publicación destaca el deber que tienen los estados en proteger a las mujeres contra la violencia en los aspectos jurídico, políticas públicas y cultura del respeto. También plantea la necesidad de mejorar el registro e identificación de víctimas y victimarios y mejorar al acceso a la justicia, entre otros aspectos.

Disponible en:

<http://www.enlaceacademico.org/uploads/media/Niunamas2009.pdf>

Las predicciones de Madame Prosilapia

Queridas amigas:

Estamos ya en el cierre del año y nos volvemos a ver hasta marzo, así que les adelantaré detalles de lo que viene en los próximos dos meses. Los cambios de año, que no son más que un símbolo de finales y comienzos de ciclo, traen consigo la espera de un nuevo comienzo y la energía para hacer las cosas bien.

Aunque es inevitable llenarnos de optimismo, es también recomendable ver atrás y analizar en este periodo lo que ha sido este 2010 para cada una de nosotras. ¿Qué nos impactó más? ¿Cómo ha cambiado nuestra situación para bien o para mal? ¿Logramos los propósitos y planes o ni los comenzamos porque las circunstancias no fueron las mejores para realizarlos?

Lo que llamamos golpes de la vida nos sirven para dejarnos un aprendizaje. De nada sirve hacer planes si no movemos un dedo para realizarlos. Miremos hacia atrás para aprender, no para cultivar resentimientos ni aferrarnos al dolor. Si no realizamos los propósitos que nos habíamos planteado, nadie nos prohíbe volver a anotarlos en nuestra lista nuevamente. La esperanza es lo que mueve la vida. Y con la esperanza bien firme, vivamos estos meses en la búsqueda de nuestra felicidad.

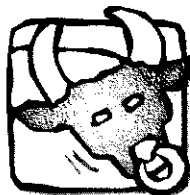




Aries

20 marzo-19 abril

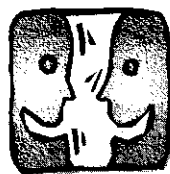
Tu frase debe ser "todo positivo". A veces nos crían con la certeza de que la vida es dura y se sufre, pero no todo es gris y también se goza y se es feliz. No debemos tragarnos mensajes negativos y asumírtos como ley. Es válido buscar nuestra felicidad, por eso hacé un plancito para conseguir esos pequeños placeres. Parece que hay un trabajo nuevo en camino y eso puede implicar algunos cambios que permitirán que tus habilidades sean bien aprovechadas. Ojo con la salud. Todo dolor nos dice algo. Puede estar avisándonos que hay que parar o que hay una tensión, pensemos qué representa simbólicamente ese dolor y nos ayudará a liberarlo. Por ejemplo si te duele la espalda, pensá en qué andás cargando de más.



Tauro

20 abril-20 mayo

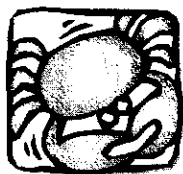
Tenés trabajo, tu familia está saludable, contenta y se siente armonía, pero sentís que hace falta algo. La perfección no existe y a veces, por perseguirla, podemos dejar de apreciar las cosas buenas que ya hay a nuestro alrededor. Es momento de agradecer lo que tenés, y "tener" no se refiere estrictamente a las cosas materiales, sino también a esas cosas invisibles que a veces damos por sentadas, como la salud, el afecto, la amistad. Sería bueno hacer cambios en tu dieta y comer más ensaladas y frutas, porque te desintoxicarán el organismo a diario al mismo tiempo que levantarán tus defensas. Y nunca olvidés tomar los famosos ocho vasos de agua diaria que son la gran clave de la salud de tus riñones.



Géminis

21 mayo-20 junio

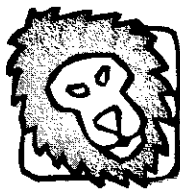
Estos meses han sido de muchos cambios y sacrificios, pero tranquila, que el próximo periodo promete más estabilidad. Tendrás noticias de seres queridos que viven lejos y eso te traerá gran alegría. Buen momento para cuidar tu salud: naranjas, manzanas y aguacates están llenos de fibra, antioxidantes y vitaminas que mejoran la piel y la salud en general. Es hora de hacerse el pap para chequear tu salud sexual. Parece que hay novedades en asuntos de amor, así que a vivir con intensidad y responsabilidad. Recordá que sin condón no hay de piña. Vienen meses con logros significativos, pero las cosas ocurrirán con una empujadita de tu parte. Ponete positiva y abrite a recibir la abundancia de salud, amor y dinero.



Cáncer

21 junio-20 julio

Las decepciones amorosas te hacen sentir "mejor sola que mal acompañada". Muy cierto. Pero no cerrés nunca la puerta ni te escondás en tu trabajo para no aceptar la invitación de alguien que te llame la atención, aunque sea para amistad. Es probable que el cambio de año traiga bastantes cosas nuevas al mismo tiempo y eso te abrume un poco. Pero no te vayás de boca sin meditar antes de tomar decisiones. Media hora de caminata diaria es excelente para la salud, sobre todo si lo hacés temprano y viendo plantas alrededor. Contra los síntomas del estrés podés probar el té de hojas de albahaca, que combate el cansancio y los problemas digestivos al mismo tiempo.



Leo

20 julio-20 agosto

Tenés muchos planes en mente y no sabés con cuál comenzar. Es necesario reflexionar antes para tomar decisiones acertadas. A veces hay circunstancias que pueden ser señales que nos cuesta ver, aunque las tengamos enfrente. Como dice un refrán: *si la vida te manda limones, hay que hacer limonada*. Seguí esas señales y estudialas con atención. Sería útil tomar conciencia de la naturaleza que te rodea y aprovecharla para contactarte con tu ser interior. Meditar es hacer que tus emociones y tu mente guarden silencio para poder escuchar la voz del alma. Sentarte cómodamente y cerrar los ojos para tratar de calmar los pensamientos es un buen comienzo para platicar con vos misma.



Virgo

21 agosto-20 septiembre

Aprender parece ser la clave para el nuevo año que pronto comenzará. Así que podés lanzarte a hacer algo que no habías hecho antes y que tenés pendiente. Podemos decir que las vacas flacas terminaron y te esperan vacas gordas en estos meses. Convertí en un hábito de vida dar gracias mentalmente por todo lo bueno que tenés y también por lo malo. Ya lo hemos escuchado antes, los problemas de la vida nos deben servir como aprendizaje. Esperar y ser paciente es una de tus características y este año será bien recompensada esa espera que le has hecho al amor durante un tiempo. Leer más es una buena costumbre que ayuda a que viajemos imaginariamente a otros mundos y aprendamos una lección o dos.



Libra

21 septiembre-20 octubre

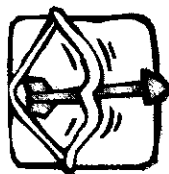
Tenés un fin de año cargado de actividades, pero tus esfuerzos se mirarán recompensados a inicios del próximo periodo con unos realitos para gastos escolares. Seguí ahorrando, aunque sea de puchito en puchito, pues eso es una llamada simbólica de acumulación de riqueza. Si deseás un nuevo trabajo, las estrellas te piden salir a buscarlo y no esperar a que llegue a tu puerta. Sos de las que se entregan totalmente, pero a veces se te va la mano y abusan de tu generosidad. Recordá que nos han educado para pensar siempre en las demás personas y eso no es saludable. Querete y pensá en vos. Si tenés buenos recuerdos de infancia, retomar un juego de cuando eras niña te ayudará a revivir esa energía.



Escorpio

21 octubre-20 noviembre

Viene un excelente periodo para vos. Estás feliz y satisfecha en casi todos los aspectos de tu vida. Para colmo de alegrías, un tema pendiente que involucra asuntos legales por fin se resuelve. A pesar de todo, no descuidés tu salud y hacete un chequeo general. Siempre es bueno saber cómo está nuestra salud y si nos sentimos bien no tenemos por qué temer de los resultados. Honremos a las personas mayores haciéndoles la vida más feliz en sus últimos años. Seamos pacientes y complacientes con ellas, así como queremos ser tratadas cuando estemos viejitas. Conseguite una piedra de coral rojo o negro y andala en tu bolso, se dice que sus vibraciones alejan la envidia y el egoísmo, además de estimular la corriente sanguínea.



Sagitario

21 noviembre - 20 diciembre

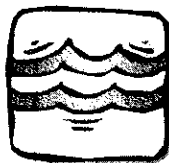
Tus esfuerzos de meses recientes se han visto ampliamente satisfechos y estás en un momento de estabilidad personal que pocas veces has sentido. Eso sí, seguí luchando por cumplir más metas, informate bien sobre las cosas que querés realizar. Buen momento para consumir cacao, el principal ingrediente del chocolate, que genera sustancias en nuestro cerebro que nos hacen sentir contentas, además de prevenir enfermedades del corazón. Hacer garabatos en un papel no es una pérdida de tiempo ni una distracción, especialistas dicen que favorece la concentración mental y estimula la memoria. Tu frase clave en este periodo: Yo veo, así que tomá conciencia de todo lo que entra por los ojos y no has visto todavía.



Capricornio

21 diciembre-19 enero

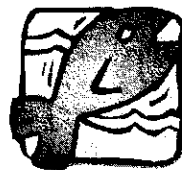
Has estado pensando mucho cómo mejorar tu vida familiar. Es bueno que pienses en la felicidad del grupo, pero no debe ser sólo tu responsabilidad ni está solamente en tus manos, porque implica circunstancias y decisiones de otras personas. Trata de evitar confrontaciones sin sentido. Vienen nuevas oportunidades económicas dentro de poco. Parece que habrá mucho trabajo, pero buena paga. Darte un regalo es un buen ejercicio de autoestima; una buena idea es hacer un viajecito a algún lugar de esta Nicaragua que es un paraíso natural. Un banano contiene la cantidad de potasio exacta que nuestro cuerpo necesita a diario para mantenernos activas y animadas. Así que, a cuidar tu nutrición y salud.



Acuario

20 enero-19 febrero

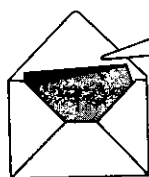
Cierra capítulo y se abre otro. Recordá que todo pasa, el sufrimiento, el dolor, la enfermedad, los problemas, las separaciones... Pensá que cada fin de ciclo es el comienzo de una nueva oportunidad y esperanzas. Respirá profundo y a transformar la energía. Trata de tener una dieta balanceada con alimentos que te den proteína como carnes y lácteos, algo verde de vegetales, algo blanco, como arroz o plátano y una fruta a diario. Para mimarte un poco, podés impregnar unos algodones con agua de rosas, que refrescan y quitan las ojeras. Esta loción la hacés hirviendo un vaso de agua y añadiendo al final un puñado de pétalos que dejás reposar y luego colás en un frasco hervido.



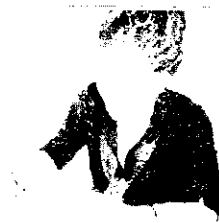
Piscis

20 de febrero-19 de marzo

Cosas nuevas vienen a tu vida, quizá de la mano de un familiar cercano que concluirá un proyecto en el que estuviste involucrada. Es momento para pensar en vos, ya que te lo merecés. Lanzate. No es lo mismo sentirse sola que estar sola. De vez en cuando, disfrutar de la ausencia de compañía es sano, permite relajar la mente y expandir la creatividad. Sentimos bien es nuestro derecho. Una persona emocionalmente sana tiene control sobre sus pensamientos, sentimientos y comportamientos. Consumir pescado o mariscos es bueno para la salud. Recordá que tienen aceites omega 3, esenciales para nuestro organismo, bajos en grasa y nutritivo hasta para nuestro cerebro. Y si están frescos mejor.

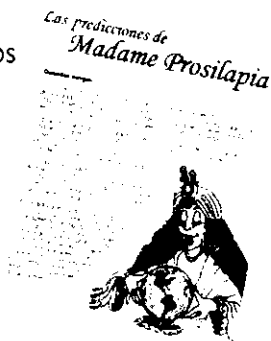


**Cartas
de nuestras
lectoras**



¡Hola amigas!, como muchas lectoras nos hacen comentarios verbales sobre la revista, en esta ocasión incluimos lo que algunas nos han dicho por teléfono. Acá sus palabras. Las animamos a llamarnos al 2268-1227 o escribirnos a labolenica@gmail.com para compartir sus opiniones y sugerencias.

Me gusta *La Boletina* porque las historias me parecen interesantes y realistas, los temas son importantes y nos dan mucha información. También nos da la oportunidad de conocer nuestros derechos y nos enseña cómo cuidarnos; además es variada, a mí me gusta mucho el horóscopo porque es divertido y me entretiene.



Luisa Acevedo Morales, Fundación Entre Mujeres, Esteli

Hola Luisa, te agradecemos tus palabras y nos comprometemos a seguir promoviendo el conocimiento y la defensa de nuestros derechos,

por eso, hasta tenemos una vidente feminista para hacer el horóscopo. A Madame Prosilapia le encantará conocer tu comentario.

Saludos del equipo de *La Boletina*



Siempre me ha gustado *La Bole*, la leía en Managua y ahora la leo acá en Juigalpa. Los temas sobre derechos de las mujeres son muy útiles en el trabajo que hacemos como Procuraduría de los Derechos Humanos. Lo bueno de *La Bole* es que se trata de una revista que

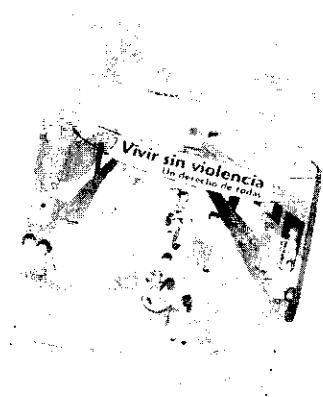
además de ser informativa es documental e investigativa. Un tema como la violencia intrafamiliar, que es bien delicado y complejo, lo abordan de forma bien documentada.

Helen Hernández

Procuraduría de los Derechos Humanos, Juigalpa, Chontales

¡Hola amiga! Tenés razón, el tema de violencia intrafamiliar es bien delicado, pero es importante que lo platiquemos entre nosotras. Sólo abordándolo entre todas, nos ayudaremos a reflexionar, saber cómo actuar y apoyarnos las unas con las otras. Gracias por leer siempre la revista y procurá no perderte el suplemento especial sobre violencia que publicamos con esta edición.

Abrazos, La Boletina



Hola chicas de La Boletina. Quiero comentarles que me gustó el artículo Nidia White, una inspiración costeña. Me pareció valioso conocer la experiencia de mujeres nicaragüenses como ella que dejaron un legado para nosotras.

Grethel Vargas Téllez

Fundación de Mujeres de San Miguelito, Río San Juan



Gracias Grethel, no pudiste decirlo mejor amiga, es importante compartir el legado de personas como Nidia. Fijate que nos gustaría conocer experiencias de vida de otras mujeres que con sus acciones han hecho historia al defender sus derechos, los de otras mujeres o los de su comunidad. Si sabés de una, no dudés en contactarnos por favor.

Saludos, La Boletina

la Boletina

es un aporte de **Puntos de Encuentro** a la comunicación entre mujeres

Buscanos en Internet: www.puntos.org.ni/boletina

La revista feminista *La Boletina* es una publicación de Puntos de Encuentro, que circula gratuitamente entre mujeres organizadas de toda Nicaragua desde 1991. Sale cuatro veces al año y se estima que cada uno de los 26 mil ejemplares es leído por un promedio de cinco personas, principalmente mujeres, pero también hombres.

Si querés saber más, visitá nuestro archivo digital en: www.puntos.org.ni/boletina/ediciones.php

Consejo Editorial: Vilma Castillo, Shakira Simmons, Ruth Marina Matamoros, Sylvia Torres, Yamileth Molina, Kenia Sánchez, Hazel Jirón, Martha Juárez, Teresita Hernández, Evelyn Flores e Irela Solórzano.

Dirección: Vanessa Cortez Bonilla

Edición: Tania Montenegro

Edición de Helena Ramos para los artículos *¿Qué es y para qué nos sirve un Estado laico?* y *No a la mediación cuando violencia de pareja*

Distribución y apoyo en producción:

Fidealeyda Ávalos

Redactoras de esta edición: Olimpia Linares, María López Vigil, Martha Vásquez Laríos, Nayel Martínez, Jessly Obando, Rosa María Maliaños, Jacinta Escudos, Fide Ávalos y Tania Montenegro.

Banco de datos: Juritzia Cruz

Diseño, diagramación y cuido de impresión:
Ana María Riguero Baltodano

Fotos: Algunas de las imágenes e ilustraciones usadas fueron extraídas de www.flickr.com bajo las reglas de *Creative Commons* para uso no comercial, con la condición de ser compartidas con la misma política.

Foto de portada: Jorge Mejía Peralta

Fotoarte de contraportada: Ana María Riguero

Impresión: Ardisa, Managua, Nicaragua

Agradecemos a la red de amigas solidarias – personas, organizaciones y grupos– quienes se encargan de recoger las revistas en nuestras oficinas de Managua y distribuir las a unos mil 200 grupos en todos los departamentos y regiones autónomas del país.

La Boletina agradece el apoyo financiero de:



Canadian International
Development Agency

Agence canadienne de
développement international

¿Querés aprovechar *La Boletina* para tu trabajo?

Si querés recibir revistas para tu grupo, te invitamos a hacer una suscripción solidaria de 10 dólares por cada 50 ejemplares. También te pedimos una carta de solicitud con la siguiente información:

- Contanos brevemente qué hace tu grupo y con quiénes trabajan
- Explicá porqué quieren recibir *La Boletina* y para qué la usarán
- Detallá los nombres de grupos, barrios y comunidades donde la repartirán
- Número de ejemplares que necesitan

Cada ejemplar de la revista es leído por varias personas, por eso te invitamos a que las sigan compartiendo ya que no podemos entregar un ejemplar por persona, porque la demanda supera nuestras posibilidades.

Nuestra dirección:

De la Rotonda El Güegüense 4 c. abajo 1 c.
al lago. Apartado postal RP-39, Managua,
Nicaragua. Tel. (505) 2268-1227 • Fax 2266-6305
Correo electrónico: labolenica@gmail.com





Castigo para los agresores, justicia para las mujeres

