

la Boletina

Edición No. 74
Nicaragua, agosto 2009

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

Cuidarme es quererme:

*Qué debo saber del
Virus del Papiloma Humano*

Como demandar la pensión alimenticia

Por un noviazgo sin violencia

Recordando nuestros logros



Índice

En nuestra opinión.....1

Todas hacemos historia

Rosa Amelia Centeno:

“Me siento feminista porque me siento libre”.....4

Rompamos el silencio

Jalencia sin violencia10

Mi cuerpo es mío

Virus del Papiloma Humano:

Descubrirlo a tiempo evita

que nos de cáncer cérvico-uterino.....17

Repasando nuestra historia

Logros del movimiento amplio

de mujeres del 90 al 9625

Midiéndole las costillas

La pensión alimenticia es un derecho,

no un regalo.....35

Las otras y nosotras

Ana Lucía Ramírez:

“Tu deseo es tu revolución”.....43

Lo que cocinamos.....49

El horóscopo feminista

de Madame Prosilapia.....55

Edición distribuida en agosto de 2009. 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. Esperamos tus sugerencias, noticias, cartas, fotos y dibujos para incluirlos en las próximas ediciones.



Foto: Lole García

Larga vida y buena salud es algo que deseamos para nosotras mismas y para las personas que queremos. Pero la salud y la vida no deberían ser sólo deseos, porque al ser parte de los Derechos Humanos, los Estados están obligados a priorizar ambas cosas en los programas sociales, el Presupuesto de la República y fomentarla en la vida diaria.

A fuerza de voluntad y empeño, las mujeres organizadas junto a otros sectores de la sociedad hemos alcanzado importantes reivindicaciones y leyes a favor de nuestros derechos. Hemos trabajado duro por nuestra salud sexual y salud reproductiva, brindando información científica y oportuna a la población e incluso echándole el hombro al Estado al ofrecer servicios alternativos de salud para todas las mujeres.



Foto: Fidealeyda Ávalos

A pesar del esfuerzo y los logros alcanzados, hay cosas que urge resolver y hay retrocesos dolorosos que no se deben seguir ignorando. Sólo el año pasado, organizaciones de mujeres reportan 98 mujeres que perdieron la vida por causas vinculadas al embarazo o parto, 13 de estas muertes podrían haberse evitado si hubieran tenido la oportunidad de hacerse un aborto terapéutico.

No podemos dejar de mencionar los 124 delitos sexuales contra niñas, niños y adolescentes que en el último año reportaron los diarios nacionales. Así mismo, la denuncia hecha por la Red de Mujeres Contra la Violencia de 31 asesinatos o feminicidios cometidos por maridos, ex compañeros, novios o algún familiar.

Muchos de estos violadores y asesinos logran evadir la justicia y quedan libres, como el caso del norteamericano Erick Volz, que después de estar condenado a 30 años de prisión por el asesinato de Doris Ivania Jiménez, quedó en libertad. Encima, ha demandado que el Estado de Nicaragua le indemnice por haber sido enjuiciado y si gana su reclamo, de nuestros impuestos se pagará la demanda.



Foto: Internet

Como sociedad debemos dejar de ser indiferentes ante esta realidad y ocuparnos de estos problemas que lesionan el derecho a la vida y a la integridad de las mujeres de todas las edades; también exigir a las instituciones y funcionarios del Estado que cumplan con su deber de proteger la salud y la vida de todas las ciudadanas sin distinciones de ningún tipo.

El 28 de mayo celebramos una vez más el Día de Acción Mundial por la Salud de las Mujeres, una fecha para demandar públicamente nuestro derecho a la vida y a la salud de manera integral, que va más allá de pastillas anticonceptivas. Este es un buen momento también para reflexionar y tomar conciencia de la responsabilidad que cada una tiene en el cuidado de nuestro cuerpo y nuestra salud, haciéndonos el papanicolau, exigiendo el condón en nuestras relaciones sexuales, tomando vitaminas y aprender a poner en la lista de cosas importantes nuestra propia vida.

Realizar acciones de manera individual siempre tiene sus frutos, pero si juntamos ese vigor para realizar acciones colectivas en defensa de nuestra salud y nuestras vidas, tendrá un mayor impacto para mejorar la vida de todas.



Foto: Fideazleyda Ávalos

"Me siento feminista porque me siento libre"

Esta productora esteliana comparte su testimonio de vida como mujer organizada

Carola Brantome

Soy Rosa Amelia Centeno y tengo 53 años; soy una campesina feminista de la comunidad El Jocote, como a una hora de Condega en el departamento de Estelí. Tengo tres hijas, un varón y una nietecita de seis años.

Junto con otras mujeres de la comunidad somos productoras y quiero compartir con las lectoras de **La Boletina** un poquito de mi vida y cómo he llegado hasta donde estoy.

Desde chigüina me *tocó penqueado*, como soy la quinta de nueve hermanos desde los siete años me tocaba jalar el agua, barrer o darle de comer a los animales para ayudar en la familia. Ya crecida me incorporaron en trabajo del campo, cortar café, ayudarles a arrancar frijoles o a limpiar maíz.

Estudié hasta los 12 años, en esa época lo normal era atender en la casa, siempre era el hombre el que decidía lo que debíamos de hacer.



Foto: La Boletina/ María José Barrantes

Rosa Amelia sacó la primaria con un proyecto de alfabetización de la FEM.

Cambio de pensamiento

A los 25 años tuve mi *primer* hija pero no me quedé con él, ya con ella grandecita es que me casé civil con mi pareja actual y tuve suerte porque hemos logrado negociar bastantes cosas. Más que todo, cuando yo me organicé los primeros años fue difícil, ustedes saben que las mujeres vivíamos recluidas en la cocina.

En un inicio él disponía y hacía lo que él sentía, durante mucho tiempo fue eso, pero cuando fui aprendiendo de mis derechos, al entrar en estos conocimientos me di cuenta que hasta *estar* con mi marido (tener sexo) debía ser algo agradable y lo normal es que la pareja debe de satisfacerse.

Yo hoy digo que soy productora y no sólo del campo con mis hortalizas, el café y las jamaicas, también produzco en mi casa alimentos y fuera de ella produzco amistades, relaciones...

Cuando comenzamos a trabajar con la Fundación Entre Mujeres (FEM) de Estelí, nosotras nos organizamos en la comunidad. Fue un escándalo porque de salir de la casa o de ser la sumisa, la que recibía órdenes, ir a la calle o a una casa donde nos enseñaban a que como mujeres nosotras podíamos decidir y teníamos derecho a hacer las cosas que quisiéramos.

La mayoría de los hombres y mujeres nos decían: "qué mujeres más locas", "son unas vagas", "ya no quieren estar en la casa con el marido, a lo mejor es que andan buscando otro".



Foto: La Boletina / María José Barrantes

Aprendió a cultivar café, hortalizas, hacer abono orgánico y comercializar sus productos.

Entre los proyectos personales y la familia

Luego de algunos años recibimos talleres de género y de agricultura orgánica y ahí es cuando yo empecé a salir más de la casa. Cuando nos ofrecieron crédito para cultivar la tierra yo me lancé, vieran cómo nos criticaban: "cómo es eso una mujer con un machete, una piocha, eso es una locura, marimachas, porque eso es de varones". Miles de cosas eran los comentarios de la gente.

En un inicio él (marido) dejó que yo asistiera a las reuniones y las capacitaciones, el problema fue cuando yo tuve mi última niña y tenía que ir a cultivar la tierra y sembrar frijoles. Para él y los demás era un escándalo de que cómo yo iba después de hacer las tortillas, con el machete al campo a limpiar, a trabajar asoleada.

Él me decía: "No me gusta que ande ahí en el campo, deja la casa sola con los niños". También los amigos comenzaron a decirle: "¿Y qué acaso no podés mantener a tu mujer, qué no te da vergüenza, eso no es de hombres", al punto que me dijo: "Usted ya no va a andar en eso porque me da pena, los hombres se ríen de mí, a usted no le hace falta nada".

En ese momento yo había valorado que como mujer nada se me quitaba con ir al campo, todo lo contrario, yo estaba

perdiendo mi libertad y autonomía al estar sólo en la casa. Después, cuando se le pasaba el enojo, *platicandito* le hacía ver lo que aprendíamos... que era importante hacernos el pap para evitar un cáncer y así...

Entonces cuando a las siete compañeras del *Colectivo Nueva Alianza* nos tocaron dos quintales de frijoles a cada una, ahí mi marido se convenció. Yo le decía si hacemos caso a los comentarios nos quedamos otra vez sin nada.

..... Mi primera motivación

Antes a las mujeres nos decían “esto es tuyo”, pero lo manejaba el hombre; entonces vinieron ellas (las de FEM) y me hablaron de tener un pedazo de tierra, trabajar una finca y eso fue lo que me motivó: ¡Era un sueño para nosotras! Ahora tenemos 30 manzanas donde producimos café, Rosa de Jamaica, guineos y otros cultivos como pipianes, además estamos con otras mujeres en la Cooperativa Tierra Nuestra.

Trabajar la finca para mí fue un empoderamiento tan grande, tan importante que me hizo sentir otra persona, estar en un lugar donde nadie me iba a echar porque era mío. Aprendimos a valorarnos tanto nosotras como lo que teníamos y lo que podíamos hacer. Nos ha servido de un estímulo, un crecimiento o de un poder ideológico y económico.

Yo quiero diversificar el terreno y hacerlo producir para no ver en 20 años suelos abandonados, destruidos, sino que todo sea productivo. Aprender a vender, a comercializar, tener la oportunidad de exportar estos productos.

Rosa Amelia cuenta que además hacen mermelada y vino de Rosa de Jamaica.

Una mujer para el futuro

Mi hija de 16 años estudia un curso de soldadura y estamos encantados porque ella puso el panel en la casa-sede, porque están recibiendo un curso de energía fotovoltaica. Y eso me motiva a seguir apoyándola y que haga lo que yo no pude hacer. Para mí fue un motivo de alegría cuando vine y la encontré con una mano agarrada de la escalera y con la otra poniendo los tornillos de esa lámpara.

Yo quisiera que mis hijas aprendieran que somos libres y podemos llegar a donde queramos, pero siempre y cuando respetemos y nos demos a respetar; porque a veces las mujeres han aprendido muchas cosas que les permiten ser libres, pero no han aprendido a ser libres.

Foto: La Boletina/ María José Barrantes

En busca de mi propio ser

Me siento feminista porque me siento libre, con conocimiento de cosas que antes consideraba mitos, que me decían es pecado, por ejemplo sobre decidir si quiero o no tener pareja o las relaciones lésbicas.

Siento que Dios me dio un cuerpo para quererlo, cuidarlo y disfrutarlo, entonces no es pecado con quien quiera estar. Con decirles que tengo tiempo de no visitar ninguna iglesia, creo que no sólo en esa iglesia está Dios.

Es necesario que vivamos fortaleciendo estos lazos de la organización feminista para que logremos muchos cambios en diferentes comunidades o pueblos donde somos excluidas las mujeres. Nosotras buscamos cómo prevenir el abuso y acoso sexual con las niñas, tratando que vivan una vida mejor.

Fíjense que yo escuché un comentario de que el movimiento feminista era sólo de encopetadas que llegaban perfumadas a hacer esos alborotos. Yo digo que no deberían expresarse así tan bruscamente, porque en lo que he alcanzado a comprender, las encopetadas ni la más última mujer que vive en un escondite de una comunidad, se escapa al abuso sexual y a la violencia de género.

Tengamos claro que juntas vamos a emprender el camino porque si nos dispersamos por allí nos podemos perjudicar. Si seguimos juntas y unidas podemos hacer y cambiar el futuro, hacer un mundo mejor.

En el colectivo hay cinco mujeres que producen y comercializan.



Foto: La Bóletina / María José Barrantes



Como mujer organizada ha visitado la Isla de Ometepe, Granada, la Costa Atlántica y otros países como Costa Rica y México.

Apoyando a las mujeres del campo

La Fundación Entre Mujeres es una organización feminista de Estelí que trabaja con mujeres de las comunidades rurales de la zona. Promueven su empoderamiento económico e integral, la reflexión para elevar la conciencia de género y el liderazgo femenino dentro de las comunidades rurales.

También ofrecen respaldo para conseguir crédito y adquirir tierras de calidad; dan apoyo técnico tomando en cuenta aspectos como la sostenibilidad y la armonía con el medio ambiente. Otro aspecto importante es fomentar la salud de las mujeres y el rechazo a todo tipo de violencia.

FEM: Tel: 2713-4067; correo: femdireccion@gmail.com

Jalencia sin violencia

**Si desde que comenzamos con un novio,
él nos quiere controlar, ¡pongámonos alerta!**

Noemí Fuertes y Tania Montenegro

A sus 15 años Mariela comenzó a jalar con Alex con mucha ilusión. Cuando él empezó a llamarla por teléfono a cada rato y a estar siempre pendiente de dónde estaba y con quién, en ese momento ella se sentía querida, importante y feliz de tener un novio atento y preocupado.

La sensación de sentirse bien cambió poco a poco cuando Alex comenzó a molestarle por su forma de vestir, las amistades que tenía e incluso por el tiempo que compartía con su propia familia y el grupo de mujeres en el que participaba. "Mis amigos ya casi no me hablaban porque decían que no querían tener problemas con él", nos cuenta Mariela.

Con el argumento de que le preocupaba su seguridad, siempre andaba con ella, la acosaba preguntándole si tenía otros enamorados y sus ataques de celos eran cada vez más violentos. "Y a la par de esto me llevaba flores y mi familia estaba contenta de sus atenciones", nos comenta la joven.





Como Mariela, cuando entramos en la adolescencia, muchas nos enamoramos y tenemos nuestro primer noviazgo. El *clavo* es cuando por amor aceptamos cosas que anulan nuestra propia capacidad de pensar y decidir lo que queremos e incluso vemos eso como “normal” y hasta creemos que son expresiones de cariño, cuando en realidad son formas de control que encubren actos de violencia.

Por eso es importante que identifiquemos algunas señales que nos avisan que una relación puede ser abusiva desde que andamos jalando, aunque nos parezcan “tonteras”, nos recomienda Ruth Marina Matamoros, sicóloga del Grupo Venancia de Matagalpa.

¿Te ha pasado esto con tu novio?

- ☐ ¿Te insiste en que no le gusta que usés ropa escotada, faldas chingas o maquillaje?
- ☐ ¿Te llama o te chatea al teléfono celular a cada rato para saber dónde y con quién estás?
- ☐ ¿Se pone bravo si otros hombres se te acercan aunque sea a saludarte?
- ☐ ¿No acepta algunas de tus amistades (mujeres y hombres) y te presiona para que no las veás?
- ☐ ¿Te dice que le demostrés que lo querés teniendo sexo con él?
- ☐ ¿Te ha amenazado con suicidarse o hacerte daño si lo dejás?

Si contestaste “sí” a varias preguntas podrías estar viviendo situaciones de violencia, aunque de entrada estos ejemplos no te parezcan violentos. La violencia no sólo se da con golpes sino también cuando nos limitan, controlan, amenazan, ofenden, manipulan, aíslan, nos hacen sentir menos o cuando nos mandan u obligan a hacer algo que no queremos o que nos hacen sentir mal, como tener contacto sexual aunque hayamos dicho que no. Recordemos que no se necesita de golpes para que nos duela o nos queden heridas.

Rompamos el silencio

Para la sicóloga Ruth Marina, la violencia es un abuso de poder donde hay gran deseo de dominar y controlar a la pareja (sea novia, compañera o esposa). Ruth nos comenta que algunos hechos como robar la contraseña del correo electrónico para saber quién nos escribe, pedir que abandonés las cosas que más te gustan por estar con él, que tengas sexo o consumás drogas para demostrar tu amor, son otros ejemplos de formas de violencia. Si mientras jalamos estas situaciones se repiten, la situación sólo puede empeorar.

Mariela lo sabe muy bien, ya que aunque Alex tenía un comportamiento agresivo mientras jalaron, ella aceptó su propuesta de irse a vivir juntos. "Llegó al punto de no dejarme salir, me negaba si me llamaban por teléfono, me sacó de clases y me prohibió ir al grupo de mujeres; además comenzó a pegarme", nos dice Mariela bastante serena, ahora que ya pasaron algunos años de esa experiencia.

Ella recomienda a otras chavalas que no ignoren esas señales que vio, pero no creyó graves, además de no precipitarse en tomar decisiones como irse con su novio siendo tan joven, y lo principal: buscar ayuda inmediatamente si están viviendo situaciones como las que ella pasó.



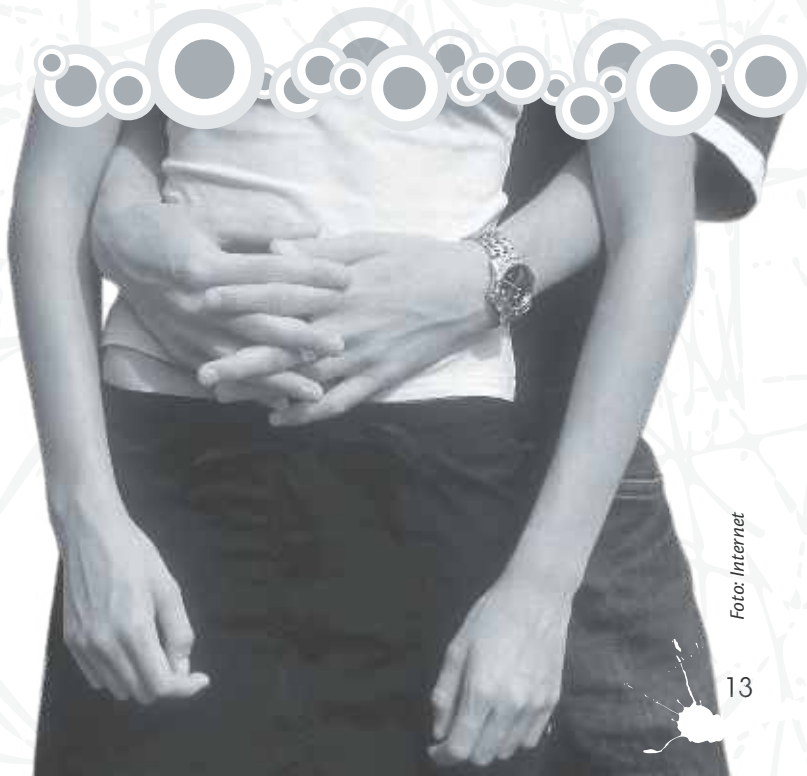
¿De dónde viene esto?

Como nos han criado de forma distinta a partir del sexo con que nacemos, cuando comenzamos a jalar, mujeres y hombres actuamos de acuerdo a lo que hemos aprendido sobre el amor y las relaciones de forma diferenciada.



En general, a los hombres se les enseña a interesarse más por el aspecto sexual de la relación y a nosotras por la parte romántica; de nosotras se espera que seamos entregadas e incondicionales "siempre", de los varones no. La sociedad hace que los varones crezcan creyendo, erróneamente, que son superiores y que deben mandar. Igualmente, las mujeres crecemos escuchando que para ser aprobadas, debemos obedecer y ubicarnos en función de los hombres.

Por el machismo, muchos hombres sienten que cuando comienzan un noviazgo y especialmente cuando "viven" con una mujer ya somos de su propiedad y tienen "derecho" sobre nuestra vida y nuestro cuerpo. Muchas nos hemos tragado ese cuento y creemos que porque los amamos, les pertenecemos, hasta vemos "natural" aceptar esa situación; otras también devolvemos esos celos y el control como una forma de reacción ante las presiones.



Tanto las mujeres como los hombres aprendemos de forma equivocada que estas actitudes son demostraciones de amor, aunque no sea cierto. Si desde el noviazgo nosotras aceptamos esto y más, podríamos ser candidatas a vivir una relación de maltrato y violencia cada vez mayor, ya sea con hombres o con mujeres (si es que tenemos una relación lésbica). Porque de esta dinámica no se escapan las relaciones entre parejas del mismo sexo, ya que al ser parte de la misma sociedad, todas las personas podemos repetir estas conductas.

Además, la sicóloga Ruth Marina nos cuenta que cuando hemos vivido situaciones donde otras personas no han respetado nuestros deseos y han doblegado nuestra voluntad— como cuando nos han abusado sexualmente—, nos quedamos con ideas equivocadas sobre lo que es el amor y el sexo. Experiencias como ésta bajan nuestra autoestima y nos pueden llevar a creer que no valemos mucho y a buscar relaciones que no son tan positivas en nuestra vida.

Pensémosla bien

Como nos recomienda Ruth Marina, hay que tener claro que los problemas con un novio o una novia son normales, pero hay que saber diferenciarlos del maltrato. Cualquier conflicto se puede arreglar hablando y buscando soluciones sin irrespetarnos, eso sí, hay



Foto: © flickr/ Felipe Snides

¿Qué podemos hacer?

- Hablá con una persona de tu confianza sobre cómo te sentís en esta relación y pedile que te acompañe para buscar ayuda
- Buscá un lugar donde ir, hay centros de mujeres que dan apoyo a jóvenes y adultas que viven situaciones de violencia o control



Foto: © flickr/ Ciudadano Poeta

cosas que podemos negociar y otras que no, como el uso del condón, ya que nuestra salud es primero.

“Debemos estar atentas a las manipulaciones disfrazadas de amor, cortar rápidamente una relación que te da más dolor que alegría y aprender de las experiencias de otras mujeres que han vivido experiencias como éstas”, nos dice la sicóloga.

Darle gusto siempre a la persona que amamos puede hacer que poco a poco perdamos el control de nuestra vida, al alejarnos de nuestros propios deseos y necesidades, poniendo en primer lugar sus demandas. Es importante no perder de vista que tener novio o pareja no significa renunciar a tener amistades, actividades e intereses, ni aceptar una relación violenta porque “es algo que le pasa a todas”.

Dos experiencias positivas

Para Indira Garmendia, una estudiante universitaria de 22 años, acercarse al feminismo le ayudó a identificar actitudes machistas y a no permitir que le pasara con su novio. Aunque al inicio de la relación a él no le gustaba que ella saliera a divertirse con su grupo de amigos, Indira no permitió que él le dijera con quién podía salir o no y él tuvo que aceptarlo.

Esta joven, que pertenece a *La Corriente Joven Feminista*, nos dice que entrar a este grupo la hizo reflexionar sobre sus derechos. "He cambiado las formas de ver las cosas y de tener un novio. Aún en pequeñeces he notado cuando los hombres quieren imponerse, por eso siempre estoy a la defensiva", nos dice reflexionando sobre la imagen sumisa que se tiene de las mujeres, como si en una pareja alguien debe llevar las riendas y la otra persona debe obedecer.

Daynell Tórrez tiene 15 años y es originaria de Esquipulas, ella nos cuenta que su novio es dos años mayor y la relación ha tenido sus *bajones*. "Una vez él me levantó la voz y yo le dije que para oírlo no tenía que gritarme. A ratos ha sido muy celoso y dice que soy coqueta, él quiere que cambie pero tiene que aceptarme como soy. A mis amistades no las voy a perder porque a él le parezca", nos dice con firmeza.

Para ella pertenecer al grupo de jóvenes del *Colectivo 8 de Marzo* ha sido muy importante en su proceso y afirma que se ha dado cuenta que el noviazgo es un aspecto de su vida, pero no el único. Daynell considera que a su edad, su prioridad es estudiar una carrera y no casarse o juntarse, por eso le ha dejado claras esas cosas a su novio.

Fuentes:

Quiero volar: evitando la violencia en las relaciones de noviazgo, Sheila Vega, Rubén Reyes y Patricio Welsh, Puntos de Encuentro 2009 • *Plegable Valencia sin violencia*, Proyecto Sarem-Finlandia, Silais Carazo 2001 • *Relaciones Constructivas*. Tratamiento grupal: adultas y adolescentes sobrevivientes de incesto y abuso sexual. Gioconda Batres Méndez, 1998/ Grupo Venancia 2004 • *Cómo separarse de su pareja abusadora*: Desde las heridas de la supervivencia a la sabiduría para el cambio, Catherine Kirkwood, 1999.



Fotos:  flickr/ Fran Ulloa

Virus del Papiloma Humano

**Descubrirlo a tiempo evita
el cáncer cérvico-uterino**

Jessly Obando y Tania Montenegro

A sus 38 años Manuela González jamás se había hecho un examen en sus partes íntimas porque tenía miedo que le doliera y le daba mucha vergüenza que alguien la viera “ahí”. Pero el año pasado ella venció ese miedo y se hizo un papanicolau, que es el examen ginecológico donde chequean si tenemos lesiones cancerosas y al que también llamamos *pap*.

Manuela, que vive en la comunidad de Amatlán en La Paz Centro (León), se llevó un susto cuando fue a recoger el resultado y la doctora le dijo que en el *pap* le habían detectado cáncer en el útero a causa del Virus del Papiloma Humano (VPH por sus siglas) y tenían que operarla.

Su caso era grave y por eso semanas después Manuela fue al hospital Bertha Calderón de Managua y le sacaron el útero o matriz, “después me hicieron otro examen y ya salí bien”, nos cuenta.

Si Manuela no se hubiera hecho el *pap*, jamás se habría enterado que tenía cáncer en estado avanzado por haber adquirido el VPH, porque como nos explica la doctora Georgina Paredes, ginecóloga de *Si Mujer*, este virus puede vivir en el organismo por años sin dar ninguna señal.

“El VPH es un virus que se transmite a través de las relaciones sexuales con o sin condón. Una vez dentro del organismo puede que se quede, no progrese y desaparezca, o bien que se desarrolle y produzca una lesión, que puede convertirse en cáncer”, nos explica la doctora Paredes.

¿De qué se trata el VPH?

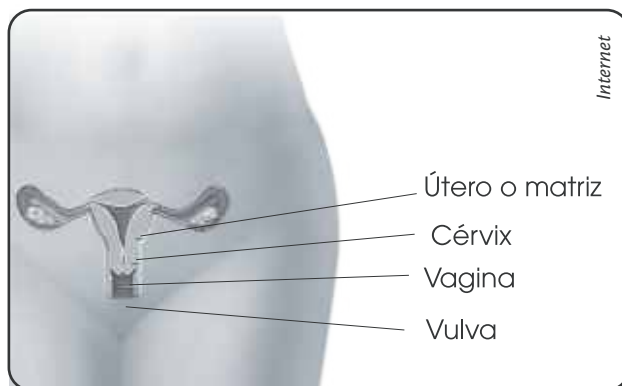
Este virus se transmite por contacto sexual, ya sea que tengamos relaciones por la vagina o por el ano; aunque los hombres son los principales portadores, también podemos adquirirlo en las relaciones sexuales con otra mujer que tenga el virus.

Puede manifestarse de forma visible o invisible: causarnos verrugas o provocarnos lesiones que de no tratarse se conviertan en cáncer cérvico-uterino, uno de los pocos tipos de cáncer que podemos prevenir si lo detectamos a tiempo.

Existen aproximadamente 100 tipos o cepas del VPH, y de éstas sólo 15 son consideradas peligrosas; las que producen de manera directa el cáncer cérvico-uterino son sólo dos: las números 16 y 18, ésta es una de las razones por las que no a todas nos perjudica de la misma manera.

La mayoría de tipos de VPH nos causan lesiones llamadas *mezquinos*, verrugas o condilomas, conocidos también como *cresta de gallo*. En muchos casos las defensas de nuestro cuerpo los eliminan sin ningún tratamiento, aunque en otros la infección empeora y se requiere de un largo tratamiento médico.

Los primeros síntomas pueden presentarse en semanas, meses o pueden pasar hasta 15 años sin dar señales; y lo que vemos son pequeños abultamientos o elevaciones de la piel, con



aspecto de coliflor y que además no duelen. Pueden salir en los labios de la vulva, en el cuello o cérvix de la matriz y en los alrededores del área vaginal; en casos contadísimos el VPH está asociado con cáncer de pene y de garganta (por el sexo oral).

Quiénes están más expuestas...

El VPH tiene más riesgo de aparecer y convertirse en cáncer en mujeres que:

- Comenzamos a tener relaciones sexuales muy jóvenes
- Hemos tenido o tenemos muchas parejas sexuales
- No usamos condón
- No conocemos cómo luce nuestra vagina normalmente
- Estamos mal alimentadas y fumamos mucho
- No nos hacemos el pap una vez al año
- No tenemos muchas parejas, pero nuestra única pareja tiene otras parejas
- Tenemos muchos hijos



El uso del condón reduce las posibilidades de contagio, aunque no nos protege totalmente, ya que el virus también está presente en los testículos o cerca del ano, partes que pueden rozarnos durante el acto sexual.

Si a estos factores le unimos el machismo, debemos alertarnos ya que a las mujeres se nos enseña que nuestro cuerpo es para darle placer al hombre y en la práctica sus opiniones pesan más que las nuestras.

Por ejemplo, muchas no decidimos si tenemos relaciones sexuales o no, cuándo quedar embarazadas o el tipo de método anticonceptivo. Esto nos expone, entre otras cosas, a adquirir virus como éstos que afectan nuestra salud y ponen en peligro nuestra vida.

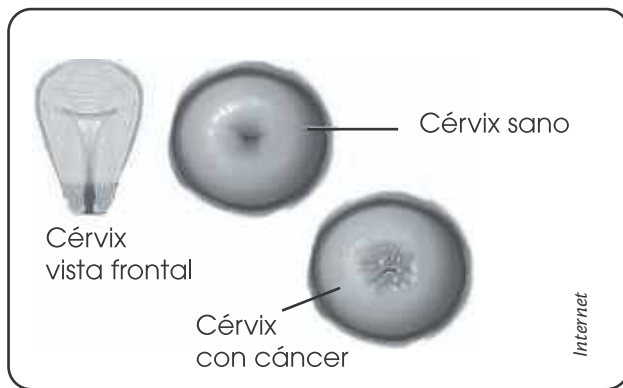


Como la sociedad promueve que los hombres tengan varias parejas para mostrar su hombría, su comportamiento nos pone en riesgo, ya que encima, muchos se sienten nuestros dueños y no permiten que nos hagamos un chequeo ginecológico.

Cuidar nuestra salud es fundamental para que las mujeres tengamos derecho al placer, ya que ¿cómo podemos vivir una sexualidad sana si no mandamos sobre nuestros cuerpos? Tomar conciencia de que el cuerpo es nuestro territorio, es dar un paso adelante para asumir las riendas de nuestra vida.

¿Qué podemos hacer?

Si las lesiones son visibles y podemos tocarlas debemos acudir inmediatamente a la doctora o el doctor. Cuando las lesiones no son visibles las podemos detectar haciéndonos un papanicolau, si nos sale que hay células anormales que podrían causar cáncer, nos hacen otro examen más especializado llamado colposcopia.



Internet

En este examen nos revisan con un microscopio o lente de aumento para ver más de cerca el cuello de la matriz o cérvix. Si detectan alguna lesión o zona sospechosa, nos tomarán una biopsia (pedacito de tejido del cuello de la matriz) para hacer un estudio más profundo en el laboratorio, determinar el tipo lesión y decidir el tratamiento más adecuado. En cualquier caso lo mejor es acudir con una ginecóloga o ginecólogo.

Cómo protegernos

- Conocer nuestro cuerpo y en especial nuestra vagina y toda la región genital, para detectar cualquier cambio que veamos; también podemos revisar los órganos sexuales de nuestra pareja porque una verruga puede indicar que es portador, aunque puede serlo sin mostrar ni una señal
- Hagámonos el papanicolau cada seis meses o una vez al año para verificar que no pasa nada o comenzar un tratamiento
- Usemos condón siempre desde el inicio hasta el final, aunque no nos protege totalmente, reduce el riesgo de contraer el virus
- Pidamos a nuestra pareja que se haga un examen para descartar que tenga el virus: pap del cuello de la matriz en la mujer y pap de uretra o peneoscopia en el hombre
- La peneoscopia la hace un urólogo y cuesta cerca de 500 córdobas porque sólo se hacen en clínicas privadas y algunos hospitales públicos como el Lenín Fonseca en Managua (aquí sólo por referencia médica)
- Alimentémonos de forma balanceada y hagamos ejercicios para fortalecernos, ya que si nuestras defensas bajan, estamos más expuestas
- Evitemos el estrés, el alcohol y el tabaco



Foto: Internet

Hagámonos el pap

Este examen lo podemos hacer en los Centros de Salud que cuenten con una ginecóloga o ginecólogo, hospitales y centros de mujeres que dan atención ginecológica.

Para hacernos el pap nos acostamos con las piernas abiertas y la doctora o doctor mete un aparatito llamado espéculo, que abre un poquito la vagina para poder ver bien dentro. Luego nos frotan con un hisopo ahí dentro para limpiar y con otro cepillito toman una muestra de la babita que tenemos en el cuello uterino, para ponerla en una hoja de vidrio y analizarla después. Esa

muestra se manda al laboratorio para ver si hay células cancerosas o no.

- Es necesario que no nos hayamos puesto óvulos, ni cremas en la vagina en los últimos cuatro días para que no alteren el resultado del examen, tampoco haber tenido relaciones sexuales un día antes
- No debemos andar con la regla

“Es muy importante que la mujer no tenga una infección vaginal, porque de ser así el resultado sale alterado y no podemos ver si tiene o no células cancerígenas. Si la mujer tiene una infección lo correcto es que se trate y tres meses después regrese hacerse otro pap”, nos recomienda la doctora Georgina Paredes.



Foto: Cortesía de Ixchen

Ya hay una vacuna

Hay dos laboratorios médicos que ya venden vacunas para protegernos de algunos tipos de VPH —incluyendo el que provoca el cáncer cérvico-uterino—, aunque sigue en discusión el tiempo que nos protege.

También existe un debate sobre su uso, por ejemplo, hay quienes recomiendan aplicar la vacuna a niñas entre 9 y 16 años, señalando que puede ser útil si tomamos en cuenta realidades como el abuso sexual.

Por otro lado, las críticas sostienen que falta tener pruebas científicas más sólidas sobre la seguridad y eficiencia de las vacunas que circulan en el mercado. Además sugieren que estamos ante el problema de “la investigación convertida en negocio”, por el alto costo de cada vacuna de tres dosis.

La Organización Mundial de la Salud recomienda “la introducción de la vacunación del VPH en los programas nacionales de inmunización donde la prevención del cáncer cérvico-uterino es una prioridad de salud pública”, y donde se garantice su acceso de forma permanente y económica.

En Nicaragua ya se vende una, pero sólo la ponen en ciertas clínicas privadas y vale cerca de 150 dólares, es decir, son muy pocas las que pueden comprarla porque es muy cara.

La doctora Georgina Paredes coincide en que son muchas las dudas sobre cuánto tiempo nos protege y que en todo caso, si el objetivo es prevenir la muerte por cáncer cérvico-uterino, la vacuna debería ser gratuita.

“Especialmente para mujeres pobres de las zonas rurales que no pueden hacerse un pap ni tienen acceso a servicios de salud de forma regular”, nos dice.

También nos comenta que “las mujeres cambian su percepción de riesgo y creen que después de vacunarse serán inmunes y se olvidan de otras Infecciones de Transmisión Sexual; además dónde queda la responsabilidad masculina”, critica la doctora Paredes.



Foto: Internet

Pensemos en nosotras

El autocuido consiste en buscar información y hacer cosas que protejan nuestra vida, nos ayuden a conservar la salud y a lograr un bienestar integral. Algo fundamental es conocer nuestro cuerpo y apropiarnos de él tomando decisiones que protejan nuestra salud, afectos, sexualidad y vida en general.

Implica no sólo prevenir las enfermedades sino buscar oportunamente los servicios de salud para un diagnóstico temprano de cualquier enfermedad y cumplir con los tratamientos indicados (en tiempo y dosis) evitando recaídas y complicaciones.

Conocer nuestro cuerpo es un buen comienzo; un ejercicio sencillo es tomar un espejito y vernos la vagina, reconocer su forma, el tamaño de los labios, el color y el olor que tiene, porque así como cuando nos sale un lunar o mancha en otra parte del cuerpo sabemos que eso no estaba ahí, de esa misma manera debemos conocer nuestra vagina, ya que si vemos algo anormal nos vamos a chequear.

Debemos reconocer que protegiendo nuestra salud, atendiéndonos, hacemos cosas positivas por nosotras, mejora nuestra autoestima. Ejercer nuestros derechos sexuales nos ayuda a tener una vida sexual responsable, satisfactoria y segura, esto es libre de enfermedades, lesiones, violencia, discapacidad, dolor innecesario o riesgo de muerte.

“Yo amo mi vida, cuidarme es quererme”

En los últimos tres años, el Centro de Mujeres Ixchen realizó 70 mil exámenes gratuitos de papanicolau a mujeres de escasos recursos, que no tienen acceso a servicios de salud y que viven en zonas rurales.

Del total, 4 mil 300 mujeres ya tenían lesiones por cáncer; una de ellas fue Manuela, que gracias a la detección temprana por medio del pap logró tomar medidas y salvar su vida, nos cuenta la doctora Gioconda Vásquez, coordinadora del *Programa sectorial de prevención del cáncer cérvico-uterino* de Ixchen.

Durante tres años se viajó a las comunidades para atender a mujeres entre 20 y 64 años, haciendo el papanicolau, entregando resultados, dándoles charlas, tratamiento y atención en clínicas especializadas si lo necesitaban.

“Encontramos mujeres de 21 años o menos que ya tienen el VPH, otra infección agregada y una lesión temprana de cáncer”, nos cuenta la doctora Vásquez. También nos dice que muchos hombres reaccionaron de forma violenta ante mujeres que tenían el virus, porque como ellos no se sienten ni se ven nada en sus genitales, asumieron que ellas habían sido infieles.

“Por eso les explicamos cómo se adquiere el Virus del Papiloma Humano y el hecho de que los hombres no tengan síntomas no significa que no sean los causantes o portadores, porque la mayoría no da señales visibles además de que puede ser que no lo adquiriste recientemente”, nos aclara la doctora.

Ixchen trasladó unidades móviles a comunidades rurales del país.

El Programa cubrió 75 municipios de 11 departamentos del país y se realizó en alianza con Profamilia y el Ministerio de Salud. El lema de este programa fue, *Yo amo mi vida, cuidarme es quererme*, con la intención de estimular el autocuido y promover nuestro empoderamiento.



Foto: Cortesía de Ixchen

Fuentes:

Manual sobre Violencia y salud de la Asociación Mujer Vamos Adelante, Guatemala 2002 • Instituto Nacional del Cáncer de Estados Unidos: <http://www.cancer.gov/espanol> • *Folleto Salva tu vida, del Instituto Nacional de Salud Pública de México • Centros para el Control y prevención de las Enfermedades:* <http://www.cdc.gov/spanish> • *Organización Mundial de la salud:* <http://www.who.int/es/> • *Publicación Enfermedades crónicas: prevención y control en las Américas, volumen 3, -4, abril 2009 de la OMS • Informe 2008 de Ixchen, Programa sectorial de prevención del cáncer cérvico uterino*



Repasando nuestra historia

Segunda entrega con recuento de lo que alcanzamos las mujeres organizadas de 1990 a 1996

La Boletina

Echar un vistazo hacia el pasado nos ayuda a entender mejor el presente. Por eso, en la edición anterior, hicimos un recorrido por algunos hechos y logros de las mujeres organizadas en los años 80. Ahora les traemos los hechos destacados de 1990 a 1996.

Si los años 80 fueron importantes porque comenzamos un proceso de reflexión sobre nuestra condición como mujeres y sujetas políticas, los años 90 nos muestran una etapa en que el movimiento amplio de mujeres se independiza de lineamientos partidarios y vuelve la mirada hacia nuestra propia problemática.

Fue una etapa de florecimiento del movimiento de mujeres,

donde declaramos nuestra autonomía política y fuimos reconocidas como interlocutoras con el Estado y una fuerza viva de los nuevos movimientos sociales. Surgieron grupos que no habían levantado su voz y comenzamos a reconocernos diversas, pero unidas en el deseo de cambiar las cosas.

A pesar de la entrada de un sistema neoliberal que trajo más pobreza, el trabajo permanente de los grupos, organizaciones y redes visibilizó la situación de las mujeres, haciendo una labor de sensibilización e incidencia con la gente, el Estado y las instituciones gubernamentales, trayendo como resultado la aprobación de importantes leyes que han mejorado nuestras vidas.

A partir de 1990 las mujeres forman un movimiento autónomo e impulsan múltiples iniciativas para la toma de conciencia y la movilización por la defensa de sus derechos. Entre el 92 y el 96

es la etapa de florecimiento donde el movimiento de mujeres en general y quienes se declaran feministas en particular, muestran su capacidad de convocatoria, movilización pública,

profundización de sus propuestas y diversificación de liderazgo. Se reconoce su autonomía la capacidad de auto-representación para la comunicación con el Estado y otros actores de la sociedad.



1991 Nace la Asociación de Mujeres Indígenas de la Costa Atlántica (Amica) y el Movimiento Nydia White

3

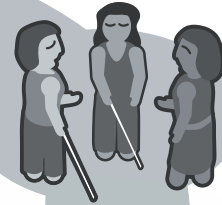


Promueve el desarrollo integral de las mujeres indígenas, la defensa de sus derechos, su participación en las decisiones en sus comunidades y su integración a las actividades económicas

1992

Se crea Comisión de Mujeres Ciegas Autónomas

4



Mujeres no videntes de la organización mixta *Marisela Toledo* se organizan para reflexionar sobre su situación particular, plantear demandas y participar de forma activa en el movimiento amplio de mujeres. En 1996 se convierten en el Instituto de la Mujer Ciega



Clínica de la mujer

Apoyo legal y psicológico



Brindan apoyo legal, psicológico y se constituyen en centros alternativos de salud desde un enfoque de género y de derechos humanos

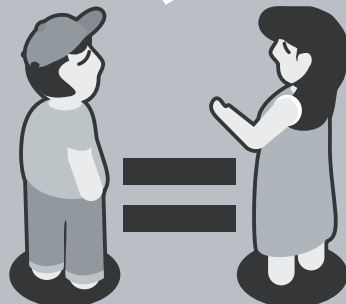
Más de 20 organizaciones y mujeres a título individual se asumen públicamente como feministas e inician un proceso de formación con 85 mujeres líderes para reflexionar sobre las causas estructurales de la discriminación y construir propuestas para la igualdad



5

1992

Creación del Comité Nacional Feminista



Encuentros nacionales

Miles de mujeres llegan de todas partes del país para conocerse, intercambiar experiencias y celebrar la diversidad

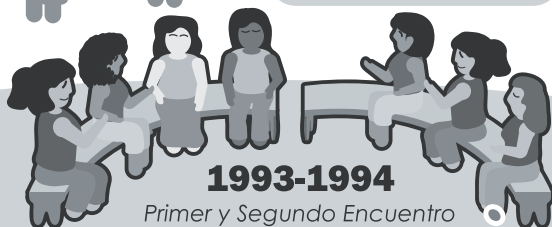


Exigimos Derechos Sociales

*Somos
52%*

1991 Festival de las 52%

- Fue la primera manifestación pública de mujeres de diversas procedencias y sin afiliaciones partidaria
- Denuncian la violación a los derechos sociales y económicos del Gobierno y de sus políticas neoliberales



1993-1994

Primer y Segundo Encuentro Nacional Feminista



1995

Primer Encuentro Nacional contra la Violencia

Espacios de debate feminista entre mujeres organizadas para impulsar estrategias de fortalecimiento del movimiento de mujeres

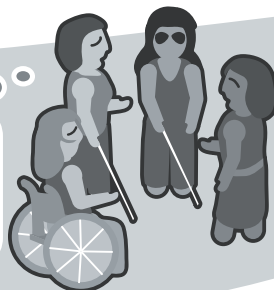
Encaminado a la sensibilización, denuncia y elaboración de propuestas jurídicas para la prevención y sanción de la violencia hacia las mujeres



1996

Primer Encuentro Nacional de Mujeres con Discapacidad

Se reúnen mujeres con discapacidad visual, auditiva, mental y física y se conforma el Consejo Nacional de Mujeres con Discapacidad



1992

Primer Encuentro Nacional de Mujeres Unidad en la Diversidad

Más de 800 mujeres de todo el país se reúnen para reflexionar sobre los principales desafíos para la defensa de sus derechos en un nuevo contexto

Acuerdan realizar campañas permanentes contra la violencia y la mortalidad materna; celebración del 8 de Marzo, participar en la reforma al Código Penal para que se incluyan sanciones a los agresores; promover la educación laica, multilingüe y no discriminatoria



Encuentros internacionales

Son como una ventana al mundo donde el movimiento amplio de mujeres se da a conocer, se establecen contactos con mujeres organizadas de otros países y se conocen otras metodologías de trabajo

1992 Primer Encuentro Feminista Centroamericano de Mujeres: Una nueva mujer, un nuevo poder (Managua, Nicaragua)

- Más de 500 mujeres reflexionan sobre el feminismo como teoría y práctica política que afirma la libertad de las mujeres
- Se estrechan vínculos con feministas de América Latina y el Caribe



1993

VI Encuentro Feminista Latinoamericano y del Caribe (Costa del Sol, El Salvador)

- Decenas de mujeres participan en los debates desarrollados por diferentes corrientes del feminismo latinoamericano
- Se fortalece la acción política-feminista a través de redes regionales

Creación de redes nacionales

Integradas por organizaciones según su énfasis de trabajo. Las nicas también se suman a redes internacionales en Centro y Latinoamérica

Primeras campañas de la Red de Mujeres Contra la Violencia

- Inicia etapa de visibilización y denuncia de la violencia contra las mujeres hasta lograr que fuera reconocida como un problema público
- La Red se convierte en el principal referente para proponer políticas públicas para prevención de la violencia y castigo a los agresores

Red de Mujeres por la Salud María Cavallieri



Hace propuestas para la Conferencia Internacional de Población y Desarrollo, la reglamentación del aborto terapéutico; participa en la formulación de la Política Nacional de Población y se integra a la Comisión Nacional de Lucha Contra la Mortalidad Materna

Además se organizan: Red de Mujeres Comunicadoras, Red de Participación Organizativa, Red de Economía y Medio Ambiente, Red de Educación y Red de Sexualidad

Red de Mujeres del Norte Ana Lucila

- Reconocida por defender los derechos de las mujeres en comunidades y municipios del norte del país
- Han influido en la población, autoridades judiciales y policiales por el derecho a la justicia y la disminución de la violencia hacia las mujeres



Integración a redes internacionales

En defensa los derechos de las mujeres en el mundo

1992

Red de Mujeres Afrolatinoamericanas, Afrocaribeñas y de la Diáspora

Feministas negras nicaragüenses se suman a esta red logrando el reconocimiento de la identidad étnico-racial y la necesidad de visibilizar el racismo y las formas modernas de discriminación



1992

Red de Salud de las Mujeres Latinoamericanas y del Caribe (RSMAC) y la Red de Mujeres por los Derechos Sexuales y Reproductivos (RMMDR)

Organizaciones que trabajan por la salud de las mujeres fortalecen estrategias por la defensa de derechos sexuales y derechos reproductivos

Cumbres mundiales

Iniciativa de Mujeres para las Cumbres de la ONU

1993
VIENA

II Conferencia Mundial de Derechos Humanos

- Establece que los derechos de la mujer y de la niña son derechos humanos universales
- Reconoce la violencia contra las mujeres como una violación a sus derechos humanos



1995

Copenhague DINAMARCA
Cumbre Mundial sobre Desarrollo Social

1995

Beijing - CHINA
IV Conferencia sobre la Mujer

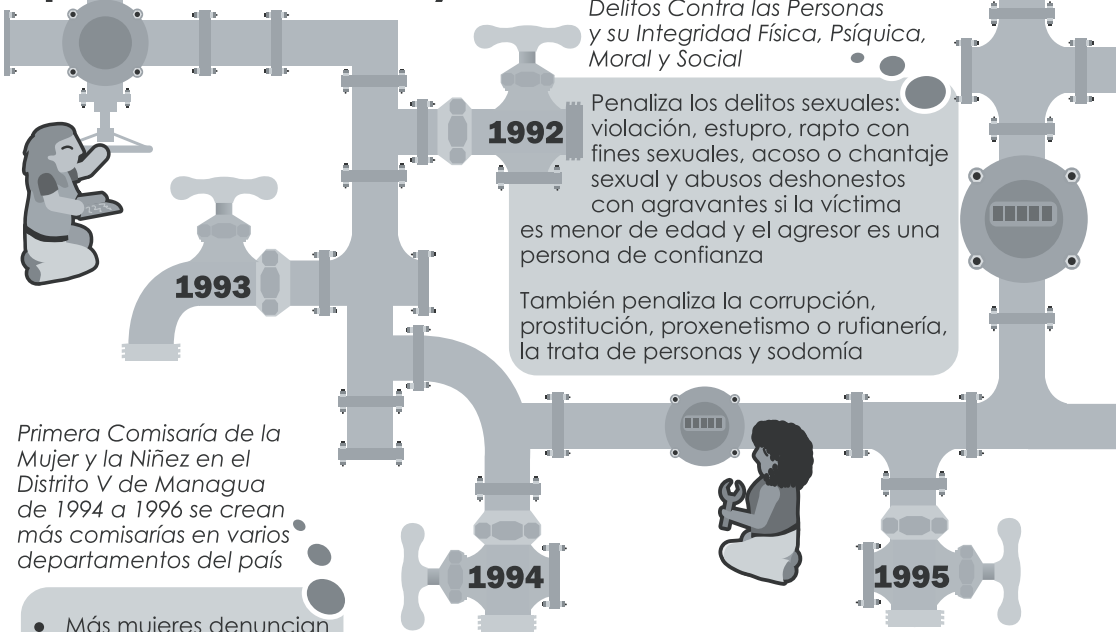
- Participan organizaciones de mujeres, redes locales y nacionales y mujeres individuales. Se difunden compromisos asumidos por los gobiernos a favor de los derechos de las mujeres
- Denuncian las presiones del Vaticano para debilitar acuerdos asumidos, particularmente en lo referido a la salud sexual y reproductiva

1994

El Cairo - EGIPTO



Aprobación de leyes



Ley 150:
*Delitos Contra las Personas
y su Integridad Física, Psíquica,
Moral y Social*

1992

Penaliza los delitos sexuales: violación, estupro, rapto con fines sexuales, acoso o chantaje sexual y abusos deshonestos con agravantes si la víctima es menor de edad y el agresor es una persona de confianza

También penaliza la corrupción, prostitución, proxenetismo o rufianería, la trata de personas y sodomía

1993

Primera Comisaría de la Mujer y la Niñez en el Distrito V de Managua de 1994 a 1996 se crean más comisarías en varios departamentos del país

- Más mujeres denuncian la violencia y presionan para la creación de mecanismos de protección hasta lograr que se estableciera la ruta de denuncia de la violencia
- Se inicia un proceso de sensibilización sobre la violencia contra las mujeres y niñez dentro de la estructura de la Policía Nacional

1994

Tercera Columna para las reformas constitucionales



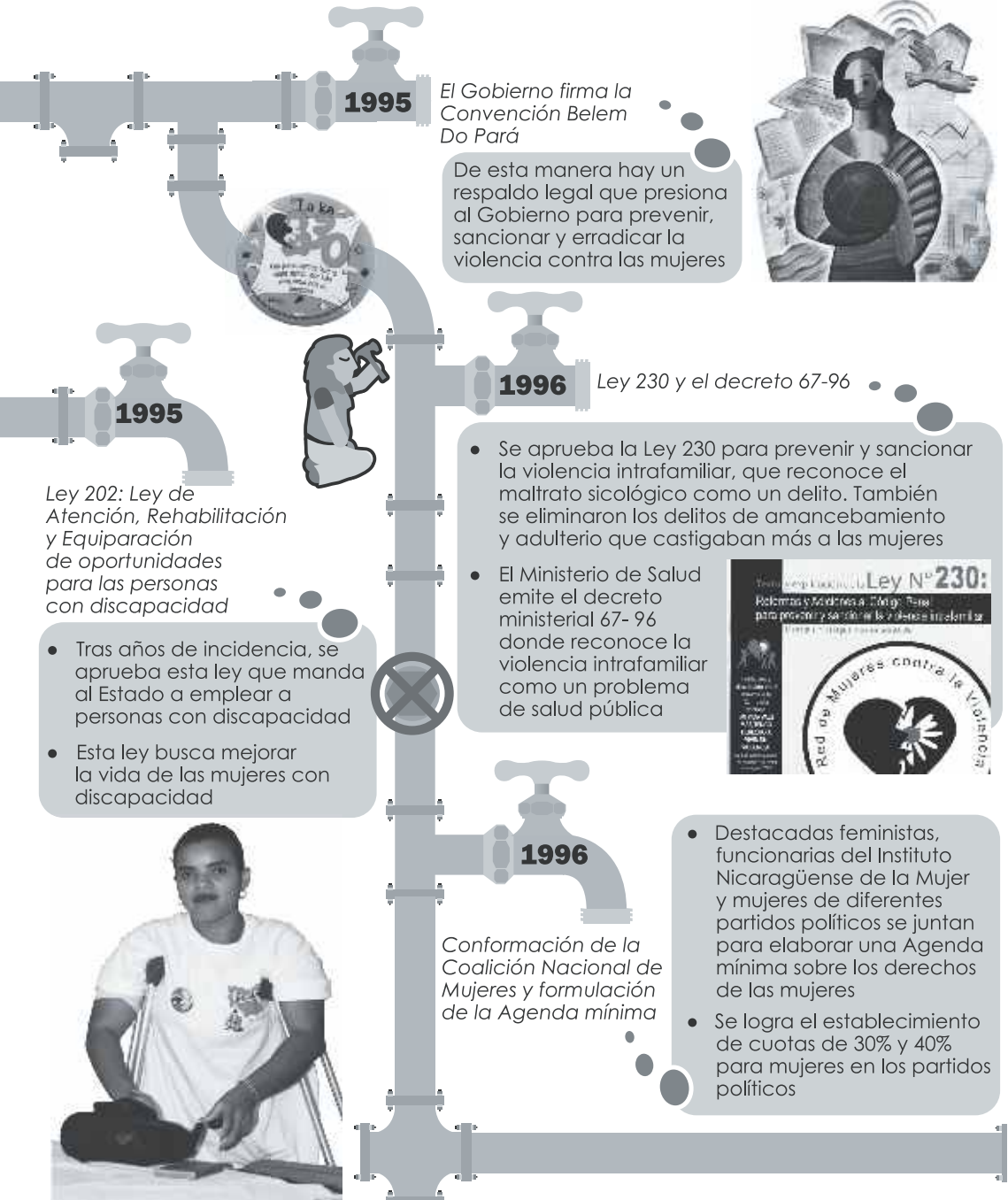
1995

Ley 228 : Ley de creación de la Comisaría de la Mujer y la Niñez:

Es una respuesta del Estado nicaragüense, en concertación con la sociedad civil, al problema de la violencia intrafamiliar y sexual



- Integrada por mujeres de más de 50 organizaciones, partidos políticos y feministas
- Hacen propuestas de reforma a la Constitución para mantener Estado y educación laica, el reconocimiento de la discriminación por razones de sexo, edad, discapacidad, preferencia sexual e igualdad para todas las formas de familia (nuclear, monoparental, ampliada)

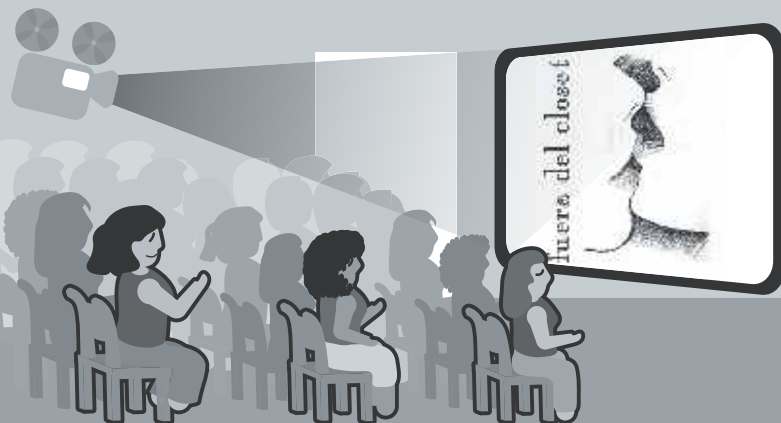


Sexualidad libre de prejuicios

1992 y 93

Primeras jornadas por una sexualidad libre de prejuicios

Promovida por organizaciones feministas que buscan sensibilizar, informar y educar sobre la sexualidad como un derecho y el reconocimiento de la homosexualidad y el lesbianismo



Reconstruyamos la historia de nuestros logros

Desde La Boletina queremos reconstruir la historia del movimiento amplio de mujeres. Visibilizar los aportes de todas y reconocernos diversas: de la Costa Caribe y del Pacífico, campesinas, obreras, indígenas, lesbianas, heterosexuales, profesionales, jóvenes y adultas, con discapacidad, de partidos políticos distintos, comprometidas por la defensa de nuestros derechos.

Las invitamos a que nos envíen hechos con fecha, su importancia, imágenes (fotos, logos, portadas de

libros o dibujos) y quiénes impulsaron esos hechos (nombres de organizaciones y de mujeres individuales). En la próxima edición compartiremos los logros y retos desde 1997 hasta la fecha.

Escribannos a labolenica@gmail.com o a la dirección: De la rotonda El Güegüense, 4 cuadras abajo, 1 al lago. Managua, Nicaragua. Aptdo. postal RP-39

Créditos:

Agradecemos la colaboración de: Ma. Teresa Blandón, Rosa Salgado, Verónica Chavarría, Dorothea Wilson, Genny Gómez, Ruth Matamoros

Infografía: Claudio Oviedo Borgen

Revisión de contenido: Evelyn Flores, Martha Juárez, Tania Montenegro, Vanessa Cortez

Digitalización de fotos: Fidealeyda Ávalos

Fotografías: Archivo de La Boletina, Internet, Gente 1992, Grupo Venancia, Voces Caribeñas y Memoria Encuentro nacional de mujeres Unidas en la Diversidad, 1992.

Fuentes documentales:

- Relaciones entre las instancias de género de la UCA y el movimiento de mujeres/feminista de Nicaragua. María Teresa Blandón Gadea, Mercedes Fernández Bago y Auxiliadora Meza Gutiérrez
- Artículo Revolución, feminismo y antifeminismo en Nicaragua de Karen Kampwirth, publicado en el libro De lo privado a lo público: 30 años de lucha ciudadana de las mujeres en América Latina, 2006, Siglo XXI Editores
- Alianza y Autonomía: las estrategias políticas del movimiento de mujeres en Nicaragua, Gema Santamaría, 2005
- La Boletina números 1 a 17

La pensión alimenticia es un derecho, no un regalo

La Ley 143 obliga al papá a cumplir con su responsabilidad

Foto: La Boletina/ Martha Vásquez

Martha Vásquez Larios

Un ring de boxeo fue durante cinco años la ilusión de tener una vida mejor, para Martha Anduray y la niña que tuvo con su marido en ese entonces, el ahora reconocido deportista Román *Chocolatito* González, Campeón mundial de peso mínimo de la Asociación Mundial de Boxeo.

En esos años, su ahora ex pareja, era un deportista que se dedicaba de lleno a entrenar, por lo que no aportaba ni un centavo para sus gastos de manutención, los de su esposa y la hija de ambos. Martha mantenía la casa con su humilde salario como obrera de zona franca y luego como conserje de la Alcaldía de Managua.

A veces a ella no le ajustaba ni para pagar la escuelita donde tenía a la niña. "Todo por ayudarlo porque él prometía que nada le iba a faltar a su hija cuando él fuera campeón y ganara mucho dinero", nos cuenta Martha.

Hace un año *Chocolatito* ganó la corona mundial, pero Martha cuenta que su sueño se hizo humo, porque al separarse éste le dio la espalda económica y afectivamente, tanto a su niña como a ella. Martha alquiló un cuartito humilde para vivir con su hija, mientras su ex pareja andaba en un lujoso carro Mercedes Benz.

“Las jaranas eran unas tras otras para poder pagar el alquiler, colegiatura, comida, medicamentos, ropa y con mi salario de 3 mil pesos al mes no alcanzaba. No llevaba mi hija ni al parque porque todo pedía, hasta que un día ella me dijo: “mamá no te voy a pedir nada, pero llévame al parque a jugar.



Foto: La Boletina/ Martha Vásquez



Foto: Internet

¿Qué es la pensión alimenticia?

Es la figura legal para que las mujeres demandemos la pensión alimenticia para nuestras hijas e hijos. Se puede hacer por dos vías: ante el Ministerio de Familia con un trámite donde hay acuerdo de la cantidad de dinero de la pensión o ante el Juzgado local de lo civil, juez local único, y si hay, en el Juzgado de Familia.

La **Ley 143: Ley de Alimentos**, publicada en La Gaceta No.57 del 24 de Marzo de 1992, regula el derecho que tienen nuestras hijas e hijos de recibir alimentos y la obligación de los padres y las madres de darlos.

Se entiende por alimentos todo lo que es indispensable para satisfacer estas necesidades: alimentos en sí, atención médica y medicamentos —incluyendo la asistencia de rehabilitación y de educación especial cuando se trate de personas con severas discapacidades sin importar la edad—; vestuario y habitación, educación, instrucción y aprendizaje de una profesión u oficio, cultura y recreación.

Fuente: Ley 143

“Esa fue la gota que derramó el vaso y me dije voy a demandar la pensión de alimentos, porque no puede ser que mientras mi hija pasa calamidades, Román esté semanas enteras en un hotel en la playa”, nos cuenta Martha.

Así tomó conciencia de que la pensión de alimentos para su hija era un derecho y tenía que reclamarlo. “Al inicio mi mamá me decía trabajá y no andes rogándole a ningún hombre, pero yo le decía que era por la niña y que además él también tenía obligación, no sólo yo”, nos dice con seguridad Martha, de 25 años.



“Muchas veces la educación en la familia y la presión de la sociedad limita a que las mujeres reclamemos los derechos de nuestros hijos e hijas”, nos explica Xóchilt Navarrete, sicóloga del Centro de Mujeres de Masaya. Agrega que la sociedad siempre culpa a la mujer y libera al hombre de sus responsabilidades. “Nos dicen: ahora buscá qué hacer con esos chavalos, no le pidás nada; entonces la mujer se responsabiliza por orgullo y no debe ser así”, nos insiste Xóchilt.

Un largo recorrido

Después de pensarla mejor, Martha se presentó al Ministerio de la Familia (Mifamilia) a solicitar ayuda. Ahí le dieron cita para hacer mediación —procedimiento para llegar a un arreglo amistoso—, pero no prosperó porque el boxeador no se presentó. “Seguí viviendo necesidades con la niña. Un día una rata me le mordió el pie porque el sitio donde estábamos era una cloaca, pero yo no podía pagar más por un mejor cuarto, hasta tuve que vender la camita de ella”, nos cuenta Martha.



Martha Anduray cuenta que no podía ni comprar la lista completa de materiales escolares a su hija.

Foto: La Boletina/ Martha Vásquez

Ante la lentitud del caso con Mifamilia, Martha buscó apoyo en un centro de mujeres donde le hicieron un escrito legal para presentarlo en los juzgados, junto a la partida de nacimiento de la niña.

“Yo dije: donde hay mujeres no mueren mujeres y así fue, pero ya en el Juzgado cuarto de lo civil, el caso fue archivado, aunque yo llegaba casi diario a preguntar”, nos dice Martha, quien siguió llegando durante siete meses. “Estaba cansada, frustrada y hasta me deprimí, pero al ver las necesidades de la niña, agarraba fuerzas para no desistir”, nos relata.



Foto: Internet

Por eso es importante buscar acompañamiento emocional, no sólo legal, nos dice la sicóloga Xóchitl. Ella nos cuenta que pueden presentarse estados depresivos, ansiedad, enfermarnos, bajar o subir de peso y hasta presión baja, por la gran carga emocional que significa el proceso, tanto para nosotras como para las chavalas y chavalos.

“Hay que buscar redes de apoyo para superar estos momentos, hay que hacerlas sentir que no están solas, explicarles que lo que están haciendo es correcto, no es cuestión de orgullo sino un derecho de sus hijos”, nos recalca la sicóloga.

Busquemos ayuda

Una compañera de trabajo le recomendó a Martha un abogado y finalmente logró que el Juez Néstor Castillo ordenara a *Chocolatito* depositar ante el Ministerio de la Familia el 25 por ciento de sus ingresos para la manutención de la niña.



Foto: La Boletina/ Martha Vázquez

Martha cuenta que recibió mucha presión social para que no siguiera con el juicio.

Un mes después, como *Chocolatito* no depositó el dinero, Martha lo acusó por la vía penal poniendo una denuncia en la Fiscalía por incumplimiento. Cuando amenazaron con echarlo preso, el hombre finalmente aceptó pasar 10 mil córdobas mensuales a su hija y le dio una casa, hecho que fue primera plana de los periódicos en febrero pasado.

“Fue una lucha dura conseguir ese apoyo económico, pero mi consejo es que una vez que empecés a reclamar los derechos de tus hijos llega hasta el final, porque sí se puede”, nos dice Martha.

Una buena noticia es que durante el primer trimestre del 2009 se hicieron mil 345 demandas por pensión de alimentos, casi el doble que en el mismo periodo del año pasado, esto nos indica que más mujeres estamos demandando y así debemos seguir. En Managua ya comenzaron a funcionar dos Juzgados de familia, donde sólo se atenderán este tipo de casos.



Foto: La Boletina/ Martha Vásquez

**El padre que no cumpla con los deberes alimenticios
puede caer preso de 6 meses a 2 años,
según el artículo 217 del Código Penal vigente**

Hasta mayo, Martha y su hija seguían viviendo en un cuarto, porque las puertas y tuberías de la casa que entregó Chocolatito habían sido dañadas a propósito antes de entregársela.

Foto: La Boletina/ Martha Vásquez

Pasos para demandar la pensión



1. Con las partidas de nacimiento de nuestras hijas e hijos nos presentamos ante el Ministerio de la Familia, centro de mujeres, bufete jurídico comunitario o bien ante la Defensoría pública para pedir la pensión alimenticia
2. El escrito o documento que nos den en estos sitios lo presentamos en el juzgado correspondiente de la ciudad o comunidad donde vivimos
3. Confirmemos la cita que nos darán en el juzgado que es donde nos veremos la cara con el padre demandado
4. Asistir puntual a la cita en el juzgado correspondiente y llevar cualquier documento o información que nos solicite la juez o juez
5. En la primera audiencia podemos llegar a un acuerdo a través de una mediación, tomando en cuenta las necesidades de los chavales y los ingresos del demandado; o bien el juez vuelve a citar para escuchar nuevas propuestas
6. En la próxima cita o audiencia, si no nos ponemos de acuerdo, el o la juez emitirá su sentencia de acuerdo a la ley. El proceso es igual en todo el país y puede tardar entre uno a tres meses



Foto: Internet

¿Cómo se calcula la pensión?

Se toman en cuenta estos aspectos:

- Cuánto gana el padre al mes, ya sea en trabajo fijo o bien en negocio propio
- Si el padre renuncia a su trabajo para no cumplir con su obligación, el último salario mensual será la base para fijar la pensión
- Si el papá trabaja sin salario fijo (taxista, comerciante, consultor o cualquier tipo de trabajo) y no se puede determinar sus ingresos, el juez hará inspección en sus bienes y determinará la cantidad a pagar
- También se toma en cuenta la edad y necesidades de los hijos e hijas, es decir cuánto gastan o necesitan para subsistir de forma decente
- La edad y necesidades de otras personas que dependan de él
- A quien no tenga trabajo ni interés en hallar uno, para no pagar la pensión, se le embargan sus bienes y se venden

Para que aflojen los billetes

La jueza Sorayda Sánchez Padilla nos recomienda:

- Hacer un embargo preventivo al padre (retención o secuestro de bienes) antes de iniciar la demanda es la forma más efectiva para que los hombres paguen
- Si él se resiste a pagar más adelante, estos bienes se pueden subastar
- Embarguen salario, casas, carros, lo que sea de valor "y verán como él mismo empuja el juicio o hace mediación para librarse del embargo", nos recomienda la jueza
- Averigüen dónde trabaja él, cuánto gana, qué bienes tiene y dónde (casa, carro, terrenos u otras propiedades) y háganlos llegar al juez o jueza



Jueza Sorayda Sánchez Padilla en audiencia.

Foto: Cortesía de Dirección de Prensa, Juzgados de Managua



Foto: La Boletina/ Martha Vásquez

Luego de casi un año, Martha Anduray venció en el ring legal al campeón mundial, Chocolatito González, a favor de su hija.

¿Y si el hombre se va del país?

La jueza Sorayda Sánchez nos explica que cuando los padres quieren salir del país sin haber acordado la pensión, se les puede hacer retención migratoria y no los dejan viajar. Este mecanismo se puede aplicar a padres que se embarcan hasta por seis meses como sucede en la Costa Atlántica o quienes se van a Costa Rica u otro país.

Ella nos recomienda pedirles que dejen un fiador solidario que es el encargado de depositar el dinero en Mifamilia, "y si no cumple, sus bienes responden, por eso el fiador está presionando al hombre de mandar los reales", nos dice la especialista.

Cuando el demandado está preso también se le puede embargar y demandar la pensión. El procedimiento es que se le embargan los bienes y con autorización de la jueza o juez los vamos vendiendo para enfrentar los gastos, mientras el papá está en la cárcel. "También hay fiadores y trabajan en el sistema penitenciario", nos explica la jueza Sánchez.

¿Dónde buscar ayuda?

Además de los centros de mujeres más cercanos, podemos buscar ayuda en:

- Defensoría Pública: Tel. 2265-0092, Managua
- Bufete popular de abogados de la UCA: 2278-1222, Managua
- Bufete jurídico de la Universidad BICU en la RAAN y RAAS: 2572-0475

Si querés tener la ley, buscá el documento en esta dirección:
<http://legislacion.asamblea.gob.ni/>

“Tu deseo es tu revolución”

La colombiana Ana Lucía Ramírez nos habla sobre el derecho a defender la diversidad sexual

Tania Montenegro

Ana Lucía Ramírez Mateus es una mujer “al borde”, porque en lugar del centro, prefiere moverse en los bordes u orillas de las normas sociales y de una cultura que limita nuestra vida a partir del sexo con que nacemos, quién nos gusta y la forma en que expresamos nuestra identidad, entre otros aspectos.

Por eso, desde hace ocho años es una de las impulsoras del grupo *Mujeres al borde*, que trabajan desde el arte y la comunicación para abrir espacios de encuentro “por el respeto, el reconocimiento, la visibilidad y el ejercicio pleno de derechos de las mujeres con diversas orientaciones sexuales, expresiones e identidades de género” en Colombia, su país natal.

Ana Lucía fue una de las voces refrescantes durante el onceavo Encuentro Feminista Latinoamericano y del Caribe, realizado en México en marzo de este año. Ahí la escuchamos hablar de forma tranquila y apasionada en defensa de las mujeres “trans” que por primera vez participaban en este espacio, y cuya presencia causó alegría para unas e incomodidad para otras. Como mujeres feministas compartir reflexiones sobre el tema puede enriquecer el debate.

Quizá muchas hemos escuchado hablar de “diversidad sexual” y coincidamos en defender las diversas formas de expresión sexual que existen en las sociedades. Para ahondar en esta temática y aclarar confusiones,

La Boletina conversó con Ana Lucía; a continuación te presentamos parte de esa plática.

¿Qué es ser trans?

Lo trans es maravilloso porque nos confunde mucho, la palabra trans se refiere a transitar de un género a otro; también se usa para hablar de transgénero, transexual o de la identidad trans. Esta última es aquella que transgrede el género, eso que culturalmente nos han dicho sobre qué es ser hombre o ser mujer.



Foto: Fidealeyda Ávalos

Protesta de mujeres trans durante el Encuentro Feminista.

Para que nos aclaremos

Muchas mujeres sabemos que ser lesbiana es sentir atracción por otra mujer y que ser homosexual o gay es sentir lo mismo por otro hombre, pero cuando nos hablan de “trans” no entendemos bien a qué se refiere. Ana Lucía Ramírez nos da una ayudadita para entender el asunto.

Género: Es la forma en que nos han dicho que debemos actuar a partir del sexo con que nacemos, son los mandatos culturales.

Identidad sexual: Es el género con el que me identifico, es cómo me veo yo frente a mí misma. Puedo haber nacido con vagina e identificarme como mujer o nacer con pene e identificarme como hombre; pero hay personas que nacen con pene y dicen “no me siento hombre, sino mujer”, o pasa lo contrario, nacen con vagina y se sienten hombres. También hay quienes no encajan en ninguna de estas opciones y asumen una identidad “trans” o no les interesa asumir ninguna identidad.

Transgénero: Es un término para explicar que alguien rechaza o transgrede el género que le impusieron a partir de su sexo, también puede ser una identidad. Hay personas que no se identifican ni como hombre ni como mujer, y dicen soy *trans*, y estas personas tienen que inventarse qué significa eso desde la libertad de lo que no existe.

Ser trans se refiere a transgredir (quebrantar, desobedecer) roles de género y hay muchas formas de hacerlo; en unas no sufres una discriminación muy grande pero otras lo hacen de manera radical y permanentemente visible; eso las expone a una violencia mayor.

¿Cómo te metés a trabajar en el tema de diversidad sexual?

Así como llego al feminismo: a través de mi orientación sexual. A los 19 años comienzo a descubrirme como bisexual, antes yo creía que sólo me gustaban los hombres y entonces conozco a una mujer en un retiro espiritual y me siento

Ana Lucía tiene 32 años y se declara como bisexual, su actual pareja es un hombre trans.

Foto: La Boletina/ Mara Martínez

Orientación sexual: Es hacia quién se orienta mi deseo y mi sexualidad, quién me gusta o me *mueve el piso*. Yo puedo identificarme como mujer y mi orientación sexual puede ser hacia otro hombre, otra mujer, una mujer *trans*, un hombre *trans* o simplemente hacia otro ser humano, sin importar la etiqueta.

Bisexualidad: Es cuando sentimos atracción, amor, afecto hacia mujeres, hombres y personas *trans*. Aunque el prefijo “bi” se inventó hace años cuando se pensaba que sólo había dos posibilidades de género, ahora la bisexualidad se refiere a un deseo que no se fija en el cuerpo para sentir atracción.

Transfobia: Una fobia es un temor irracional obsesivo o repugnancia hacia alguien o algo; la transfobia es el odio, miedo, rechazo o asco contra las personas *trans*.

Travestís: Son personas que se visten, actúan y expresan de forma contraria a lo que se espera según su sexo; pero no rechazan su cuerpo, ni sienten la necesidad de cambiarlo. Los que más vemos son hombres que les gusta vestirse y asumir identidad de mujer, aunque también hay mujeres travestidas.



El término diversidad sexual se refiere a las formas de expresión sexual distinta a la heterosexual, considerada "normal"

enamorada. Pasaron años para que ella y yo pudiéramos aceptarlo, pero yo me di cuenta que ya nunca más iba a ser heterosexual.

Yo tenía tantas dudas sobre mí, que me fui a un grupo de lesbianas llamado Triángulo Negro, el primero en Colombia. Fui con mucho susto porque creía que me iban a querer besar y era ridículo porque a las lesbianas les gustan algunas mujeres, no todas las mujeres. Entonces me di cuenta que iba con muchos prejuicios y descubro que estas mujeres eran iguales a mí.

Realmente mi deseo me cambió la vida y eso me moviliza a ayudarle

Transformistas: Son personas que se cambian el género para hacer un espectáculo o porque sienten placer haciéndolo en ocasiones especiales o de forma temporal; también puede ser una identidad.

Transexual: Es una persona que siente que nació en el cuerpo equivocado y se opera para tener el cuerpo que corresponde con su identidad. Es quien además de transgredir su género también transita en el sexo, es decir, se hace lo que llaman "cambio de sexo", aunque es una reasignación genital. Se somete a varias operaciones y toma hormonas para tener la apariencia que corresponda con su identidad sexual.

Intersexuales: Son las personas que nacen con una ambigüedad sexual, pueden nacer con pene y ovarios, por ejemplo, es lo que antes se llamaba hermafrodita.

a cambiar la vida a otras personas para que sean más libres, más felices. Creemos mucho en las posibilidades del deseo para revolucionar el mundo y del arte para expresar esa revolución.

¿Y qué pasó después?

Conocí una mujer muy revolucionaria, nos enamoramos y para mí fue un momento de liberación porque con sus acciones me decía mucho. Entonces me di cuenta que desde la diferencia uno puede transformar el mundo; ella me decía: Besémonos en la calle porque eso causa más transformaciones que escribir miles de papeles hablando de la importancia de las lesbianas.

Cuando creamos Mujeres al borde encontré posibilidades de libertad, de ser lo que yo quisiera, aunque no supiera qué era. Ahí había un montón de mujeres, hombres, travestís, mujeres trans que con sus propias vidas transformaban las cosas, no hacían discursos, lo que hacían era vivir con libertad.

¿Fue importante organizarse?

Cuando nos organizamos nos damos cuenta que hay otros y otras que les ha pasado lo mismo, que están inconformes con que eso suceda y que debemos hacer algo para exigir nuestros derechos. En Colombia

nos hemos unido la Comunidad Lésbica, Gay, Bisexual, Travestí, Transgénero, Transexual e Intersexual (conocida por las siglas LGBTI), porque si no nos juntamos no hacemos nada.

¿Qué opinás de la inconformidad con mujeres trans en el Encuentro Feminista?

Es extrañísimo que en un espacio de liberación como es el feminismo nos otorguemos la autoridad de decirle a alguien si tiene derecho o no a transformar los esquemas que nos han oprimido. El feminismo nos habla de que nadie tiene por qué subordinar a nadie, que los cuerpos no deberían exponernos a más violencia.

Algunas de las más resistentes a la presencia de las trans, eran las lesbianas y eso me parece tan trágico, porque cómo pueden decir eso si ellas han tenido la vivencia de la sexualidad, la transgresión, a ellas que les han dicho en su cara: usted no es mujer y muchas son travestís.



Foto: Internet

Hay mucha transfobia en el movimiento de mujeres.

Las trans tienen mucho que decirnos, cuando las veo pienso en el deseo como tu revolución, capaz de materializar cuerpos que nunca fueron imaginados: cuerpos con senos y pene o cuerpos sin senos ni ovarios pero con vagina, de una persona que se nombra hombre o tenga pene pero se nombra mujer. Eso nos muestra la posibilidad de ser lo que queramos por encima de todo.

¿Por dónde debería ir la jugada?

Creo que si seguimos construyendo nuestras identidades a partir del cuerpo con el que nacimos estamos jodidas y jodidos, porque nuestras posibilidades de libertad, creatividad y autonomía quedan cercenadas por completo.

Pienso que hay exclusión, discriminación y violencia muy fuerte hacia quienes se atreven a ir en contra de esa dictadura de los cuerpos. Y si el cuerpo y el género han sido espacios de opresión —una cárcel— por qué no los volvemos espacios de liberación, juego, creatividad, rebeldía; volverlo un espacio para la felicidad y eso es un reto.

Grupo Mujeres Al Borde: <http://www.mujeresalborde.org>

En Nicaragua hay trans organizadas

Tienen tres años de funcionar como la Red Trans de Nicaragua y son cerca de 50 mujeres trans —transexuales, travestís o transgénero— que trabajan en su propio proceso de concientización, contra la discriminación que viven y por la defensa de sus derechos, nos dice Silvia Martínez, su coordinadora.



Red Trans de
Nicaragua

Mujeres de Masaya, Granada, Rivas, Managua, Ocotol, Estelí y Matagalpa participan en actividades de capacitación, reflexión y empoderamiento, especialmente en temas de salud y derechos sexuales además de derechos humanos.

“Nosotras somos discriminadas por nuestra identidad y expresión de género, porque teniendo equis cuerpo nos representamos como mujeres. En América Latina hay persecución por la forma en que hacés pública tu identidad femenina y por salir del clóset pagás discriminación y burla, en otros países como Honduras hasta te matan”, nos explica Silvia.

Esta asociación es miembro de la Red Latinoamericana y del Caribe de Personas Trans y actualmente impulsan la campaña *Centroamericanas Unidas Contra la Transfobia*.

Más información en
<http://redtransdenicaragua.blogspot.com/>
Correo: silvianicaragua1@gmail.com
y silvianicaragua1@yahoo.com.ar



En esta ocasión les presentamos información sobre el impacto de dos conferencias internacionales para mejorar la vida de las mujeres. Si quieren compartir acciones novedosas sobre su quehacer, no duden en contactarse con **La Boletina**.

Cómo están nuestros derechos...

.....

En marzo pasado un grupo de organizaciones y redes presentamos un *Balance sobre la situación de los Derechos Humanos de las Mujeres en Nicaragua*, basado en las recomendaciones que hizo al Estado de Nicaragua, el Comité para la Eliminación de la Discriminación contra la Mujer de la Organización de las Naciones Unidas.

Aquí les presentamos un resumen de algunos avances y retos elaborado por Erika Castillo:

Aspecto legal:

- ♀ En el 2007 se aprobó la Ley 623: Ley de Responsabilidad Paterna y Materna, que nos permite demandar con menos obstáculos el reconocimiento y la manutención de nuestras hijas e hijos. Sin embargo el Estado no garantiza que todas las personas tengamos acceso a la prueba del Ácido Desoxirribonucleico (ADN) que sirve para confirmar la paternidad de un hijo o hija.
- ♀ En el 2008 fue aprobada la Ley 648: Ley de Igualdad de Derechos y Oportunidades, aunque todavía no se define cómo se aplicará y las instituciones responsables no se pronuncian al respecto.
- ♀ Los Juzgados de familia se están instalando, el reto es que no haya prácticas discriminatorias en su labor como jueces y se les den recursos suficientes.



Salud de las mujeres

- ♀ Aquí está nuestro principal retroceso: se eliminó la figura del aborto terapéutico y se penalizó en el nuevo Código Penal aprobado en el 2007. Esto se hizo a pesar que el Comité recomendó a Nicaragua que tomara medidas para que las mujeres accediéramos a atención en salud de calidad, especialmente en las áreas sexuales y reproductivas, que se eliminaran las sanciones para el aborto y nos dieran atención médica cuando nos complicamos por un aborto.
- ♀ Aunque sí se registraron menos muertes maternas en el 2008 que en el 2007, las que mueren siguen siendo las mujeres de las zonas rurales más pobres.

Violencia hacia las mujeres

El Comité recomendó al Estado nicaragüense que realizara acciones para prevenir la violencia contra las mujeres, aplicara las leyes y enjuiciara a los agresores.

- ♀ Un avance es la existencia de la Unidad especializada de Delitos contra la Violencia de Género en el Ministerio Público, pero carece de recursos que le impide dar seguimiento y resolución oportuna a todas las demandas



- ♀ Otro avance es la existencia de 32 Comisarías de la Mujer y la Niñez que cuentan con una unidad especializada que tipifica la trata de personas (tráfico) como delito y atiende a sus víctimas, pero los recursos son limitados. Actualmente están bajo la coordinación exclusiva de la Policía Nacional y se ha debilitado la coordinación que antes tenía con la Red de Mujeres Contra la Violencia y con el propio Instituto Nicaragüense de la Mujer.

El Comité recomendó que se intensificara la **lucha contra la trata y la explotación sexual** contra mujeres, niñas, niños y adolescentes, además del enjuiciamiento y debido castigo.

- ♀ Un avance es que el nuevo Código Penal reconoce la explotación sexual comercial y la pornografía infantil como delitos.
- ♀ La violencia intrafamiliar quedó establecida como delito y se castiga con dos hasta 13 años de prisión. Pero hacen falta leyes que reconozcan delitos que se dan contra nosotras por el sólo hecho de ser mujeres, por ejemplo el femicidio o feminicidio que es asesinato de mujeres.
- ♀ Algo negativo es que se están haciendo mediaciones, que son arreglos extrajudiciales, en casos de violencia hacia las mujeres.

Empleo, migración y crédito

El Comité recomendó al Estado que tomara medidas para que las mujeres accedamos al crédito, desarrolláramos empresas y nos capacitáramos; también que nos informaran sobre los riesgos de la migración.

- ♀ Por el desempleo muchas jefas de hogar realizamos "actividades de cuenta propia" para sobrevivir (vendedoras ambulantes y pequeños negocios en las casas, con poca inversión y transacciones). Lo difícil es que los requisitos para los préstamos bancarios nos excluyen del acceso al crédito ya que muchas no somos dueñas reales de



Foto: La Boletina / Fidealeyda Ávalos

nuestros bienes porque están a nombre de otros y no tenemos garantía prendaria.



Aunque algunas microfinancieras nos dan crédito, son montos pequeños y con intereses altos. En Nicaragua no existe ninguna política estatal que promueva el crédito para nosotras.



El Gobierno ha impulsado algunos programas donde nos priorizan a las mujeres, pero no todas conocemos los requisitos y la forma de acceder a éstos; también falta que desarrollen procesos de empoderamiento para que tomemos conciencia de nuestros derechos a medida que accedemos a los recursos.



Foto: La Boletina / Fidealeya Ávalos

¿Qué es la Cedaw?

La Convención para la Eliminación de todas las Formas de Discriminación contra las Mujeres, conocida como Cedaw por sus siglas en inglés, fue adoptada en 1979 por la Asamblea General de las Naciones Unidas y es considerada como una declaración internacional de los derechos de las mujeres.

Nicaragua firmó esta convención que obliga al Estado a tomar medidas para eliminar la discriminación contra las mujeres y garantizar los derechos humanos en todos los ámbitos de la vida pública y privada. El Comité para la Eliminación de la Discriminación contra la Mujer es el encargado de velar por su efectiva aplicación y cumplimiento y tiene un Protocolo Facultativo que no ha sido firmado por nuestro país, y es fundamental para que este comité atienda llamados ante violaciones de nuestros derechos.



Para leer la convención podés buscarla en internet:
<http://www.un.org/womenwatch/daw/cedaw/text/sconvention.htm>

Nosotras frente al Cairo+15

En abril pasado la Organización de las Naciones Unidas realizó una sesión evaluativa de la Conferencia Internacional de Población y Desarrollo (conocida como CIPD por sus siglas), también llamada *Cairo+15*, porque han pasado 15 años de la reunión celebrada en 1994 en El Cairo, Egipto.

La doctora Ana María Pizarro hizo un resumen de los avances y retrocesos del cumplimiento del Programa de Acción de la CIPD por parte de los Estados. Aquí les ofrecemos una pequeña parte de sus reflexiones en un resumen preparado por Erika Castillo.

Las feministas latinoamericanas hicimos importantes aportes al contenido del Programa de Acción antes y durante la Conferencia. Quince años después hemos visto agravarse la pobreza y las condiciones de vida de las mujeres, jóvenes, niñas y niños; faltaron recursos financieros para cumplir los objetivos de la CIPD reflejando la falta de compromiso de los gobiernos. Fue evidente el incremento del tráfico y explotación sexual de mujeres, jóvenes, niñas y niños.

Fueron cuestionados los Derechos reproductivos, la Maternidad sin riesgos, el Control de la fertilidad, la Salud sexual, la Anticoncepción artificial, la Información, la confidencialidad y el acceso a servicios para adolescentes, toda mención al Aborto y al aborto inseguro, así como la Educación sexual y la Distribución de anticonceptivos, entre otros aspectos.

Se impusieron políticas de "educación de la sexualidad" desde el enfoque religioso y no científico. Cada día más mujeres nos fuimos contagiando de VIH y enfermamos de Sida. En muchos países se retiraron manuales y guías de educación sexual del sistema público y se impusieron documentos emanados de las Conferencias Episcopales.



Foto: La Boletina / Fidealeyda Ávalos

El sector salud fue privatizado impidiendo que las personas pobres accedamos al servicio. El llamado "paquete básico de salud" no incorporó los servicios de salud sexual y salud reproductiva. La Asamblea General de las Naciones Unidas aprobó la Declaración del Milenio en septiembre del 2000, en la cual la salud integral fue reemplazada por la salud "básica".

Las Metas de Desarrollo del Milenio sólo incorporan la Mortalidad Materna, VIH, sida, dejando de lado la Salud Sexual, la Salud Reproductiva, los Derechos Sexuales y los Derechos Reproductivos. Además, no mencionan la Violencia de género que atenta contra la integridad de las mujeres.

Como producto del enorme esfuerzo desarrollado por las feministas, sus organizaciones y alianzas, en Colombia y México ocurrieron transformaciones positivas de la legislación relativa al aborto. En otros se prohibió la posibilidad de salvar la vida de las mujeres por este medio, aún en las peores condiciones de riesgo como en Honduras, El Salvador y Nicaragua.

Fuente: Cairo + 15, reafirmando nuevos y antiguos desafíos en la agenda feminista latinoamericana. Monitoreo del Programa de Acción de la CIPD de Ana María Pizarro – SI Mujer Nicaragua/ Red de Salud de las Mujeres Latinoamericanas y del Caribe, febrero 2009.

Los aportes de la CIPD

En esta conferencia se reconoció que había que mejorar la calidad de vida de las personas para lograr el desarrollo de un país. Un aspecto fundamental del *Programa de Acción* está relacionado con el ejercicio de los derechos sexuales y derechos reproductivos. La educación sexual para adolescentes y jóvenes, servicios de salud integral para las mujeres y jóvenes, el acceso a diversos métodos anticonceptivos y de protección ante infecciones de transmisión sexual, fueron algunos retos asumidos por los gobiernos.

Este Programa, previsto para 20 años, destaca que avanzar en la equidad de género, eliminar la violencia contra las mujeres y asegurar la habilidad de las mujeres de controlar su propia fertilidad, son determinantes en las políticas de población y desarrollo.

Más información en <http://www.un.org/spanish/conferences/accion2.htm>



Las predicciones de Madame Prosilapia

¡Hola amigas!

Las estrellas derraman mucha energía positiva en esta temporada que viene y fortalece nuestra voluntad para salir adelante. Son meses de mucho trabajo y esfuerzo para conseguir lo que queremos, pero confiando en nuestro poder para cambiar las cosas nada es imposible.

Ya sabemos que no es tiempo de excesos, así que es buena temporada para recuperar estrategias de ahorro que nuestras familias han usado en otros momentos: cortando los gastos innecesarios, previniendo enfermedades para mantener la salud, dando a reparar las cosas que se dañan y racionalizando el uso de los recursos naturales además de la luz y el agua, entre algunos ejemplos.

Es importante que seamos realistas con nuestros proyectos y aterricemos las ideas con lo que tenemos en mano. Como dice el horóscopo chino, este es el Año del buey, y las palabras claves son paciencia, control, perseverancia y resistencia, llegaremos a nuestras metas lento pero seguro.

También es saludable ponernos positivas, eso nos ayudará a enfrentar mejor la crisis; abrámonos a recibir la abundancia del Universo y la naturaleza y por lo menos no nos agobiamos por las cosas que no podemos cambiar.

Los astros nos recomiendan no gastar nuestras energías de un solo golpe sino al suave, fijémonos en las hormigas que de poquito en poquito y trabajando en alianza consiguen alimento para los tiempos duros. Ser solidarias entre nosotras es fundamental.





ARIES

20 marzo - 19 abril

Tu energía es la principal fortaleza para conseguir tus metas personales, pero es importante estar clara de lo que buscás y planificar cada paso para conseguirlo. *Uno quiere pa' que lo quieran*, dice una canción, y eso lo sabés bien, por eso te gusta cultivar los afectos con amistades, pareja, familiares y personas del trabajo. Vienen unos días tranquilos y luego pasás a emociones intensas, porque la energía solar derrama su fuerza sobre las diversiones, el romance y la convivencia con personas cercanas. Eso sí, podrían haber arranques de cólera y pensamientos destructivos, pero vos podés neutralizarlos. Recordá que una sonrisa atrae sonrisas. Buena vibra en el trabajo.



TAURO

20 abril - 20 de mayo

Es época de siembra, la cosecha vendrá después. Buena época para aprender; tu mente, cuerpo y espíritu se unen para tu propio desarrollo, así que aprovechá cualquier oportunidad de estudio. Ponerte positiva y vivir con placer cada experiencia, por pequeña que sea, ayuda a que la felicidad brote desde el centro de tu cuerpo. Revisar tus ánimos frente a lo que hacés, puede ayudarte a llevar la vida adelante con mayor creatividad y libre de normas y apegos. Buen momento para compartir con la familia más cercana y recargar baterías; cambiá las cosas de lugar en tu casa para que circulen nuevas energías. Ojo con un disgusto por amor.



GÉMINIS

21 mayo - 20 junio

Aprovechá este período para gozar de la soledad y verte frente al espejo diciendo: *Yo me acepto, me apruebo y me amo*. Rodeate de personas que te aprecien, respeten y hagan críticas constructivas; abandoná relaciones que te perjudican. Si alguien no toma en cuenta tu opinión, no merece tu compañía. Organizá tus gastos y llevá control porque te ayudará a mejorar tus finanzas. Alistate porque el amor y las ganas de amar andarán alborotados, si no tenés pareja puede venir algo especial. Tu energía estará poderosa durante varios meses, canalizá ese potencial para hacer cosas positivas y no te desgastés en discusiones o pleitos.



CÁNCER

21 junio - 20 julio

Amarnos a nosotras mismas trae grandes cambios internos, por eso cuando digás *Yo soy...* siempre añadí algo positivo a continuación. Tomar conciencia de mandatos negativos que te das, te ayuda a abrir tu corazón al amor y te llega o se afianza el que tenés. La firmeza y perseverancia en tus decisiones y acciones te dan seguridad. Mucha abundancia a nivel espiritual o material te trae satisfacción y buena salud. Sería bueno evaluar ganancias y pérdidas en todos los aspectos antes de seguir adelante. Cuidá tu salud revisando lo que comés, que no se te olvide tomar dos litros de agua cada día para ayudar a tus riñones a trabajar mejor.



LEO

20 julio - 20 agosto

Sos decidida y tenés confianza en vos misma. Quienes te rodean admiran tu creatividad y para inspirarte necesitás conectar con tus emociones y la fuerza que te motiva. Tomá las cosas con calma y tratá de hacer más pequeña la lista de asuntos pendientes. Investigar la vida y pensamiento de tus abuelas, tías, mamá es importante para identificar fortalezas y aprendizajes. Cuidado con tomar decisiones cuando estás enojada, apartá la intolerancia o la arrogancia y actuá desde el corazón. Respirar profundo y lento te ayudará a serenarte y conseguir un equilibrio entre tu mente y tu cuerpo. A partir de tu cumpleaños vienen cambios positivos, mucha luz, paz y amor; también mejora tu situación económica.



VIRGO

21 agosto - 20 septiembre

Tu rueda de la fortuna está girando, es hora de hacer planes ya que te librás del peso que te acompañó en los últimos años. Muchos triunfos en el trabajo que hacés, pero no *te durmás en tus laureles* y seguí con tu deseo de aprender algo nuevo cada día. Escuchá con atención lo que las demás personas te dicen y retomá lo que te ayude a crecer. El poder de la palabra es inmenso, usalo para decir cosas positivas. Que te guste el orden y la limpieza no significa que sólo a vos te toque, compartí las tareas hablando de los beneficios de vivir en un ambiente saludable. Ojo con tu corazón: recordá que *en el amor, no hay temor*; amar no es sinónimo de aguantar.



Libra

21 septiembre - 20 octubre

Hora de brillar, muchos éxitos y reconocimiento público en este período. Es también un buen momento para evaluarte y enfocar tu atención en cambiar esas cosas que no te gustan de vos misma. Compartí tu afecto con las demás personas, recordá que lo que des se te devolverá el doble, por eso sólo debemos enviar buenos deseos. Reflexionar sobre tus planes futuros y retomar trabajos en equipo es una idea que puede atraerte. Sos una persona que toma decisiones de manera justa, te gusta la armonía y a veces preferís ceder para evitar conflictos, pero éstos no siempre son negativos, ya que impulsan cambios y nos dejan aprendizajes. Cuidado con tu espalda.



Escorpio

21 octubre - 20 noviembre

Hay posibilidades de viajar y de conseguir un proyecto que andás entre manos. Sería bueno ponerte positiva, negociar con calma, aprovechar los *conectes* y a lo mejor juntarte con otras personas o grupos para lograrlo. Una frase para repetirte frente a un reto es: *Yo puedo*. Esta es una etapa de mucho crecimiento en varios niveles: con la familia, con tu propio ser interior y en aspectos materiales. Acordate que todo desarrollo implica liberarse de las trabas que impiden que crezcamos, no tengás miedo y lanzate a hacer cosas que has querido, pero no has tenido valor. Cuidar tu alimentación disminuyendo las cosas fritas es excelente para tu salud, probá recetas nuevas como ayote tierno cortado en rodajas asado sobre una plancha.



Sagitario

21 noviembre - 20 diciembre

Buenas noticias para tu corazón: una racha de amor intenso te despeina, te agita y se afianza. Procurá reavivar la pasión y el cariño con pequeños detalles hacia tu pareja, si no la tenés y andás buscando, es bueno programarte repitiendo *Yo me abro el amor*; tranquila que esa persona anda muy cerca. En el trabajo las cosas mejoran aunque no lo creás, pero es bueno que reconozcás cuando tenés la razón y cuando reaccionás por un capricho; mejor enfocate en recuperar tu interés por el desarrollo espiritual, antes que preocuparte tanto por asuntos materiales que no están en tus manos. No es momento de lucha sino de paciente espera. Sería bueno hacerte una revisión médica.



Capricornio

21 diciembre - 19 enero

Como sos un signo de tierra, la prudencia, la disciplina y la capacidad de resistencia son algunas de tus cualidades. Es un buen momento para profundizar tus conocimientos, vivir con más libertad y darle permiso a tu creatividad, pero no seás tan exigente con vos misma y con los demás. Los cambios ocurren rápido y es importante que aprendás a no querer controlarlo todo. Mejor centrá tu atención en cuidar de tu salud, hacer ejercicios y relajarte más para evitar desequilibrios. Es probable que te veás tentada a meterte en serias discusiones, pero tené claro que una buena conversa será mucho más eficiente y saludable. Una frase que podés repetir: *Amo a quien soy.*



Acuario

20 enero - 19 febrero

Buen cambio de panorama, los esfuerzos comienzan a dar fruto y te ves beneficiada en varios campos: Te cae mucho trabajo, nuevos proyectos, relaciones y quizá algún reconocimiento por tu labor. Es probable que el amor toque a tu puerta y vos la dejás en pampas para que entre, eso sí, tomá en cuenta que un amor sano te deja ser vos misma y no te impone nada. Hay una invitación a liberar la creatividad, dejar fluir tu naturaleza sensitiva y *ponerle mente* a mensajes que te llegan a través de pensamientos fugaces. Sos una persona fiel a tus creencias y a tu visión del mundo, seguí así. Si estás esperando algún dinero, propiedad o herencia tenés buenas perspectivas.



Piscis

20 febrero - 19 marzo

Es una época de grandes cambios con viajes y movilizaciones constantes. Hay sorpresas y hechos que te ayudan a sentirte mejor, pero es tu decisión de alejarte de lo que te hace daño lo que realmente importa. Seguí creciendo, no desesperés, parar un poquito es bueno para tomar aire, energía y continuar el camino. Un *traguito de paciencia* también es bueno para respetar los diferentes ritmos de la gente a tu alrededor. Recuperás un poco de ternura que habías escondido y los astros anuncian un encuentro afectivo grato y placentero. Tiempo para renovar tu pensamiento con nuevas ideas y enfoques, también para buscar apoyo en tus amistades.

Sostengamos

la Boletina

Tomá tu suscripción

Suscripción solidaria para agencias y organizaciones internacionales:

U\$ 100 anual, 1 ejemplar en cada edición

U\$ 500 anual, 25 ejemplares en cada edición

U\$ 1,000 anual, 50 ejemplares en cada edición

U\$ 5,000 anual, 250 ejemplares en cada edición

Suscripción solidaria para organizaciones locales y nacionales que apoyan en la distribución:

U\$ 10 anual por recibir 50 ejemplares en cada edición

Suscripción personal:

Para vos y tus amistades: U\$ 10 anual en Nicaragua,

U\$ 20 anual en Centroamérica y U\$ 25 el resto del mundo

Aporte solidario:

Podés aportar cualquier cantidad de dinero anual y amadrinar a grupos de lectoras

Formá parte de
nuestra red solidaria

Fundación Puntos de Encuentro • Plaza España, 4c abajo, 1c al lado • Apdo. postal RP-39 • Managua, Nicaragua
Tel: (505) 268-1227 • Fax: (505) 266-6305 • www.puntos.org.ni/boletina • labolenica@gmail.com

Suscribite

Envianos este formato por correo postal RP-39 o fax: 266-6305

Nombre y Apellido: _____

Dirección Postal: _____

Ciudad/ Código Postal / País: _____

Teléfono / Fax / Correo electrónico: _____

Forma de pago:

Efectivo: _____ Cheque: _____ Monto: _____

* El pago en cheques debe ser en U\$ dólares o su equivalente en córdobas a nombre de **Puntos de Encuentro**.



Índice

En nuestra opinión.....1

Todas hacemos historia

Rosa Amelia Centeno:

“Me siento feminista porque me siento libre”.....4

Rompamos el silencio

Jalencia sin violencia10

Mi cuerpo es mío

Virus del Papiloma Humano:

Descubrirlo a tiempo evita

que nos de cáncer cérvico-uterino.....17

Repasando nuestra historia

Logros del movimiento amplio

de mujeres del 90 al 9625

Midiéndole las costillas

La pensión alimenticia es un derecho,

no un regalo.....35

Las otras y nosotras

Ana Lucía Ramírez:

“Tu deseo es tu revolución”.....43

Lo que cocinamos.....49

El horóscopo feminista

de Madame Proslapia.....55

Edición distribuida en agosto de 2009. 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. Esperamos tus sugerencias, noticias, cartas, fotos y dibujos para incluirlos en las próximas ediciones.

La Boletina es una publicación de la **Fundación Puntos de Encuentro** de Nicaragua. Sale cuatro veces al año y cada ejemplar es leído por cinco o seis mujeres y hombres, o sea, unas 150 mil personas leen cada edición.

Amiga lectora, te invitamos a enviar sugerencias, críticas, opiniones, noticias, cartas, fotos y dibujos para que sean incluidos en las próximas ediciones.

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

Dirección: Vanessa Cortez Bonilla

Edición: Tania Montenegro

Distribución y apoyo en producción:
Fidealeyda Ávalos

Redactoras de esta edición: Carola Brantome, Noemí Fuertes, Jessly Obando, Erika Castillo, Martha Vásquez, Martha Juárez, Vanessa Cortez y Tania Montenegro.

Banco de datos: Juritzia Cruz

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

Fotos: Muchas de las imágenes usadas en esta edición fueron extraídas de www.flickr.com bajo las reglas de Creative Common para uso no comercial, en cada imagen se especifica el nombre de la persona que la realizó.

Foto de portada: La Boletina/ Margarita Montenegro • Fotoarte: Wendy Matamoras.

Foto de contraportada:  flickr/ nicapinolera

Impresión: Copy Express, 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:

- Broederlijk Delen - Bélgica
- UNIFEM
- Oxfam- Novib
- Oxfam Canadá
- Embajada de Noruega
- Terre Des Hommes
- CCFD

¿Querés aprovechar **La Boletina** para tu trabajo?

Para grupos y organizaciones en Nicaragua: **La Boletina** es para apoyarlas en su trabajo con mujeres y la pueden recibir aportando 10 dólares por cada 50 unidades que soliciten y escribiéndonos una carta de solicitud con esta información:

- Presentá tu organización y su trabajo
- Explicá por qué quieren recibir **La Boletina** y cómo la usarán
- Indicá los nombres de los grupos, barrios y comunidades a quienes la van a entregar
- Número de ejemplares que necesitan

No podemos entregar un ejemplar por persona porque la demanda supera nuestras posibilidades, por eso pedimos que compartan cada revista con cinco mujeres más en su grupo

Nuestra dirección es:
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

Puntos
de encuentro
para transformar
la vida cotidiana

