

Universidad Nacional
Facultad de Filosofía y Letras
Instituto de Estudios de la Mujer

Procesos formativos de prevención de las violencias interseccionales
desde el enfoque de género, en el área de Desarrollo Social Inclusivo
de la Municipalidad de San Pablo de Heredia

Trabajo Final de Graduación para optar por el grado de Licenciatura
en Género y Desarrollo en la modalidad de Práctica Dirigida

Estudiante: Brielle Tracy Caldwell Salazar

Campus Omar Dengo, Heredia

2024

TRIBUNAL EXAMINADOR

Dra. María Luisa Preinfalk Fernández, Tutora

Licda. Yamileth Monterrey López, Asesora

Dra. Fannella Giusti Minotre, Directora Instituto de Estudios de la Mujer

Máster Bibiana Núñez Alvarado, Decana Facultad de Filosofía y Letras

Brielle Tracy Caldwell Salazar, Sustentante

AGRADECIMIENTOS

Quiero agradecer primero que nada a mi familia (mi mamá, mi papá, mi hermano y mis dos abuelas, tita Inés y tita Ida) por todo el apoyo que me han dado durante toda mi vida tanto económica como emocionalmente. Ellos fueron testigos de las lágrimas, las trashedas y todo lo que me ha costado para llegar hasta aquí. Gracias por abrazarme, por consolarme y por aconsejarme; esto no lo hubiera logrado sin ustedes.

También quiero agradecer a mi pareja, David Castillo, por estar ahí siempre y por darme el apoyo que necesitaba tanto emocional como “informático”, y gracias a su ayuda ya sé cómo poner los números y agregar varias tablas de contenidos en un documento. Pero el que más agradezco es el emocional, gracias por abrazarme cuando el pánico, la frustración y el estrés me estaban dominando; por darme consejos y *feedback* que al final no seguí, pero que igual lo aprecié.

Además, no se me puede olvidar agradecer a mis mejores amigas y compañeras Griselda Alvarado (Gris), Ehirin Zúñiga (Ehi) y Daniela Meneses (Dani), por el acompañamiento durante estos 10 años de carrera y de amistad; aprendí muchísimo con ustedes todo este tiempo, gracias por ser ese soporte emocional y ese abrazito al corazón que tanto necesitaba. Extrañaré siempre aquellos días en la “Aso”, pero agradezco enormemente que hayan sido parte de los mejores recuerdos de mi camino universitario.

Por último, pero no menos importante, quiero agradecer a mi tutora María Luisa Preinfalk por la asesoría y el acompañamiento durante este proceso; y a Yamileth Monterrey por abrirme las puertas de su oficina y darme la oportunidad y la confianza que necesitaba para cumplir esta meta. A mis amigas las *Loritas* y a la comunidad de *Bookstagram* por haber sido ese *comfort zone* durante y *post* pandemia.

Finalmente, a *Bangtan Sonyeondan* (BTS) porque, aunque no saben de mi existencia ni de lo importantes que fueron para mí durante este proceso, fueron mi inspiración y su música mi motivación para seguir adelante cuando

estaba perdiendo las esperanzas; y sus letras me enseñaron la importancia de no darme por vencida, porque los sueños y las metas sí se cumplen cuando una se los propone.

Muchas gracias a todas(os) ustedes por escucharme siempre y acompañarme todo este tiempo, a pesar de que ya estaban cansados de escuchar la misma historia una y otra vez.

“Aquellos que siguen intentando sin darse por vencidos son los que triunfan.”

—BTS.

DEDICATORIA

Le dedico este trabajo a mi mamá y a mi papá, porque este logro no solo es mío, sino que también es de ustedes. Los amo con todo mi corazón.

RESUMEN

El presente Trabajo Final de Graduación en modalidad de Práctica Dirigida, se llevó a cabo en los meses de marzo a noviembre de 2023, en el área de Desarrollo Social Inclusivo de la Municipalidad de San Pablo de Heredia, Costa Rica, instancia que promueve la igualdad de género y el cambio social a nivel local. El objetivo fue desarrollar procesos de formación para la prevención de las violencias interseccionales desde el enfoque de género, dirigidos al personal municipal y la comunidad de San Pablo de Heredia, con el fin de apoyar las gestiones del área.

Las acciones desarrolladas se sustentaron en el enfoque de género e incluyeron el diseño y ejecución de talleres participativos sobre derechos humanos y prevención de la violencia de género, dirigidos tanto a la comunidad como a instancias que trabajan con la Municipalidad de San Pablo, abarcando temáticas como los derechos humanos fundamentales, los derechos de las personas adultas mayores, los derechos de la comunidad LGBTIAQ+ y los derechos de las mujeres para vivir sin violencia física y psicológica. Se elaboraron materiales informativos sobre los derechos de la comunidad LGBTIAQ+ y el acoso sexual callejero, y se asistió al área en actividades de prevención de la violencia de género en la comunidad.

Se reconoce la importancia de diseñar y organizar actividades para promover los derechos humanos y luchar contra las violencias y discriminaciones sociales; sin embargo, lo primordial es trabajar en un cambio estructural, que se geste al interno de la municipalidad y se lleve a la comunidad san pableña. En esta tarea destaca la relevancia de incorporar personas profesionales especializadas en Género y Desarrollo, debido al aporte que pueden brindar para la efectiva transversalización de género en las operaciones de los gobiernos locales y en el impulso a la igualdad y la equidad social.

Palabras clave:

Violencia de género, Violencias interseccionales, enfoque de género.

TABLA DE CONTENIDOS

Capítulo I	1
1.1. Introducción	1
1.2. Justificación	4
1.3. Antecedentes	11
1.3.1. Contexto demográfico y socioeconómico del cantón de San Pablo.....	11
1.3.2. Municipalidad de San Pablo.....	14
1.3.3. Área de Desarrollo Social Inclusivo.....	15
Capítulo II	19
2.1. Objetivos de la Práctica Dirigida	19
2.1.1. Objetivo general.....	19
2.1.2. Objetivos específicos.....	19
Capítulo III	20
3.1. Marco teórico	20
3.1.1. Perspectiva de género.....	20
3.1.2. Violencias.....	22
3.1.2.1. Violencia estructural o sistémica	23
3.1.2.2. Violencias interseccionales.....	24
3.1.2.3. Violencias contra las mujeres	26
3.1.2.3.1. Violencia en las relaciones de pareja	27
3.1.2.3.2. Acoso sexual callejero.....	33
3.1.2.3.3. Violencia de género en los medios de comunicación.....	34
3.1.2.3.4. Amor propio y autoestima.....	36
3.1.2.4. Violencia intragénero	38
3.1.3. Derechos Humanos	39
Capítulo IV	44
4.1. Metodología	44
4.1.1. Sustento teórico-metodológico	44
4.1.2. Productos y técnicas.....	45
4.1.3.1. Talleres participativos	45
4.1.3.2. Materiales informativos	49
4.1.3.2. Acciones de asistencia.....	51
4.1.3. Procedimientos éticos.....	52
4.1.4. Alcances.....	53
Capítulo V	55
5.1. Bitácora de actividades realizadas	55
5.2. Productos elaborados y entregados	58
5.2.1. Talleres participativos.....	58
5.2.1.1. Taller No 1: Derechos Humanos	59
5.2.1.2. Taller No 2: Amor propio	65

5.2.1.3. Taller No 3: Violencia de género, ciclo de la violencia	74
5.2.1.4. Taller No. 4: Derechos de la persona adulta mayor	80
5.2.1.5. Taller No. 5: Derechos de la comunidad LGBTIAQ+	85
.....	89
5.2.1.6. Taller No. 6: Violencia en las relaciones de pareja	91
5.2.2. <i>Materiales informativos</i>	102
5.2.2.1. Infografías y <i>brochures</i> sobre los derechos LGBTIAQ+ y diversidades sexuales	102
.....	107
5.2.2.2. Infografías y <i>brochures</i> sobre el Acoso Sexual Callejero	107
Capítulo VI	110
6.1. Conclusiones	110
6.1.1. <i>Análisis de los talleres participativos</i>	112
6.1.2. <i>Observaciones finales</i>	126
6.2. Recomendaciones	129
6.2.1. <i>Recomendaciones personales</i>	129
6.2.2. <i>Recomendaciones para el área de Desarrollo Social Inclusivo</i>	132
Bibliografía	135
Anexos	147
Anexo 1. Índice de Desarrollo Social Cantonal 2023 según División Territorial Administrativa. Año 2023.	147
Anexo 2. Porcentaje de cantones con más acceso a internet en Costa Rica. Año 2011.	148
Anexo 3. Estadísticas de alfabetización del cantón de San Pablo, superior a los 10 años. Año 2011.	149
Anexo 4. Nivel educativo del cantón de San Pablo, superior a los 5 años. Año 2011.	149
Anexo 5. Organigrama de la Municipalidad de San Pablo	150
Anexo 6. Mitos del amor romántico	151
Anexo 7. Fórmula de consentimiento informado	155
Anexo 8. Infografías sobre derechos LGBTIAQ+ y diversidades sexuales.	158
Anexo 9. Brochure sobre el Acoso Sexual Callejero	161
Anexo 10. Imágenes de los talleres participativos	163

Índice de gráficos

Gráfico 1. Total, de atenciones psicológicas que se brindaron a mujeres en 2022 y en enero del 2023, según su condición etaria.....	6
Gráfico 2. Total, de atenciones psicológicas que se brindaron a Hombres en 2022 y en enero del 2023, según su condición etaria	8

Índice de tablas

Tabla 1. Resumen del Índice de Desarrollo Humano (IDH) a nivel cantonal, año 2011	13
Tabla 2. Talleres impartidos y población participante.....	48
Tabla 3. Actividades realizadas durante la Práctica Dirigida. Marzo a noviembre 2023	55
Tabla 4. <i>Dificultades enfrentadas con los talleres participativos</i>	114
Tabla 5. <i>Resumen de los resultados de los talleres participativos impartidos</i>	117
Tabla 6. <i>Resumen de los aprendizajes, sugerencias y preguntas pendientes de cada taller participativo</i>	125

Índice de figuras

Figura 1. Esquema del Cono Invertido.....	120
Figura 2. Dinámicas grupales que se presentaron durante los talleres participativos	123
Figura 3. Diagrama de los puntos de mejora	130
Figura 4. <i>Organigrama de la Municipalidad de San Pablo, año 2016</i>	150

Índice de imágenes

Imagen 1. Infografía sobre derechos LGBTIAQ+	103
Imagen 2. Infografía sobre el Día Internacional del Orgullo	106
Imagen 3. Infografía sobre Acoso Sexual Callejero	108
Imagen 4. Flyer sobre Acoso Sexual Callejero.....	109
Imagen 5. Encuentro de Mujeres Lideresas.....	111
Imagen 6. Taller de amor propio	113
Imagen 7. Infografía sobre el significado algunas de las siglas de colectivo	158
Imagen 8. Infografía sobre el significado de las banderas	159
Imagen 9. Posts para redes sociales	160
Imagen 10. Brochure informativo sobre qué hacer en caso de Acoso Sexual Callejero.....	161
Imagen 11. Infografía sobre Acoso Sexual Callejero	162
Imagen 12. Taller de violencia de género (ciclo de la violencia)	163
Imagen 13. Taller de derechos humanos	164
Imagen 14. Taller de amor propio (grupo #1).....	165
Imagen 15. Taller de amor propio (grupo #2).....	166
Imagen 16. Taller de derechos del adulto mayor	167

Lista de acrónimos

AASECA	Brigada Águilas Acoso Sexual Callejero
AyA	Instituto Costarricense de Acueductos y Alcantarillados
CCSS	Caja Costarricense del Seguro Social
CCM	Comisión de la Condición de la Mujer
CECUDI	Centro de Cuido y Desarrollo Infantil
CLAIS	Comités Locales de Atención Inmediata y el Seguimiento de casos de alto riesgo por violencia contra las mujeres
EBAIS	Equipos Básicos de Atención Integral en Salud
GAM	Gran Área Metropolitana
IDH	Índice de Desarrollo Humano
IMAS	Instituto Mixto de Ayuda Social
INEC	Instituto Nacional de Estadística y Censos
INAMU	Instituto Nacional de las Mujeres
MIDEPLAN	Ministerio de Planificación Nacional y Política Económica
OFIM	Oficina Municipal de la Mujer
PANI	Patronato Nacional de la Infancia

Capítulo I

“Un Día Bueno es un día para poner en marcha proyectos y planear cosas.”

—Mark Haddon¹

1.1. Introducción

El presente documento constituye el informe del Trabajo Final de Graduación, en la modalidad de Práctica Dirigida, para optar por el grado de Licenciatura en Género y Desarrollo, realizado en el área de Desarrollo Social Inclusivo de la Municipalidad de San Pablo de Heredia. Esta unidad especializada se identifica como una red de apoyo para la comunidad, que promueve de manera integral el enfoque de género en el quehacer municipal y comunal, contribuyendo al cambio social a nivel local. Su principal objetivo es promover y divulgar información a la población sobre la violencia de género y brindar ayuda psicológica a las poblaciones vulnerabilizadas por medio de estrategias y acciones orientadas al aporte de nuevos conocimientos que propicien la igualdad desde una perspectiva de género (Y. Monterrey, comunicación personal, 6 de septiembre del 2022).

El objetivo general de esta Práctica Dirigida fue desarrollar procesos de formación para la prevención de las violencias interseccionales desde el enfoque de género, dirigidos al personal municipal y la comunidad de San Pablo de Heredia, con el fin de apoyar las gestiones del área de Desarrollo Social Inclusivo de la Municipalidad de San Pablo de Heredia.

Para ello, se tuvieron presentes las posturas del enfoque de género, como herramienta de análisis de las temáticas que se abordaron en relación con las actividades efectuadas a lo largo de la Práctica Dirigida y la sistematización de los resultados finales. El abordaje metodológico desde los estudios de género permitió aportar conocimientos y adquirir experiencias para la futura integración laboral de la practicante.

¹ El curioso incidente del perro a medianoche, por Mark Haddon.

Las actividades desarrolladas en esta Práctica Dirigida implicaron el diseño e implementación de talleres participativos centrados en temas de derechos humanos, prevención de la violencia de género y autoestima, abarcando temáticas tales como derechos humanos fundamentales, derechos de las personas adultas mayores, derechos de la comunidad LGBTIAQ+ y derechos de las mujeres para vivir sin violencia física y psicológica. Posteriormente a la ejecución de cada taller, se efectuó una sistematización y análisis de resultados, unificando la información.

También, se llevaron a cabo actividades relacionadas con la creación de materiales informativos sobre los derechos de la comunidad LGBTIAQ+ y el acoso sexual callejero y otras tareas de asistencia al área de Desarrollo Social Inclusivo de la Municipalidad de San Pablo de Heredia, relacionadas con la prevención de la violencia de género en su comunidad. Cabe destacar que las temáticas trabajadas responden a las necesidades del área.

El documento está estructurado en seis capítulos. El primer capítulo comprende la Introducción, Justificación y Antecedentes, se expone la importancia de fortalecer los conocimientos básicos en temas de violencia de género, derechos humanos y autoestima, de las entidades públicas que trabajan de la mano con la Municipalidad, como la Comisión de la Condición de la Mujer, la Red de Violencia Intrafamiliar y el Comité de Bienestar de Apoyo Emocional, así como de diferentes poblaciones que conforman la comunidad. También se incluye una descripción detallada del contexto demográfico y socioeconómico del cantón de San Pablo de Heredia y de las funciones y responsabilidades de la Municipalidad del cantón, el área de Desarrollo Social Inclusivo y la Comisión de la Condición de la Mujer.

En el Capítulo II, se señalan el objetivo general y los objetivos específicos que guían esta Práctica Dirigida. En el Capítulo III se presentan los aportes teóricos que sustentan el abordaje de este trabajo, profundizándose en el concepto de las violencias interseccionales y de qué manera se manifiestan en la sociedad en relación con los diversos temas

vinculados con la violencia de género y la perspectiva de género, como método empírico para el análisis de las violencias y la discriminación social.

Seguidamente, en el Capítulo IV se encuentra el Marco metodológico, detallando el perfil de las poblaciones con las que se trabajó a lo largo de la Práctica Dirigida, los productos, técnicas y actividades realizadas, así como los procedimientos éticos que se siguieron. Finalmente, en los capítulos V y VI, se incluyen los productos elaborados y entregados, seguido de las conclusiones y recomendaciones para el área de Desarrollo Social Inclusivo, respectivamente.

1.2. Justificación

Costa Rica cuenta actualmente con 82 municipalidades cantonales autónomas, las cuales juegan un rol fundamental en la gobernanza local. Cada municipio debería contar con una Oficina de la Mujer (OFIM), debido a la promulgación de la Ley 7.801, cuando el Centro Nacional para el Desarrollo de la Mujer y la Familia pasó a ser lo que actualmente se conoce como el Instituto Nacional de la Mujer (INAMU) en 1998, “como medio para garantizar, para coordinar y para ejecutar esfuerzos que permitan la igualdad real de oportunidades entre hombres y mujeres.” (Calvo y Vargas, 2017, p. 3).

En un estudio realizado en el 2017 se identificó que sólo 65 de 82 municipios cuentan con esta oficina de manera activa, ya que algunas no disponen de personal y presupuesto suficiente para su funcionamiento. Sin embargo, se considera que estas oficinas son importantes y necesarias para las comunidades, ya que brindan servicios de apoyo a las poblaciones vulnerabilizadas y evidencian las brechas de género, tanto a lo interno de las instituciones, como en las comunidades del Gran Área Metropolitana (GAM) y las periferias (Calvo y Vargas, 2017).

En el caso de la Municipalidad de San Pablo de Heredia, se cuenta con el área de Desarrollo Social Inclusivo, que inició como OFIM, pero posteriormente se identificó la necesidad de cambiarle el nombre, como se explica más adelante en el apartado de antecedentes. Esta área es considerada una red de apoyo para la comunidad, brindando servicios de atención psicológica y promoción de acciones contra la violencia hacia las poblaciones más vulnerabilizadas del cantón de San Pablo (Y. Monterrey, comunicación personal, 6 de septiembre del 2022).

La realización de esta Práctica Dirigida se justifica en la necesidad de apoyar las gestiones del área de Desarrollo Social Inclusivo mediante diversas acciones de prevención de las violencias interseccionales de la comunidad de San Pablo (personas adultas mayores, personas menores de edad, las mujeres y personas de la comunidad LGBTIAQ+). Desde esta instancia se

percibe la necesidad de sensibilizar en diversos temas de violencia a la población pableña, debido al aumento de esta problemática en los últimos tres años, especialmente hacia las mujeres, tras la pandemia de COVID-19² (Observatorio de la violencia de género contra las mujeres y acceso a la justicia, 2022)³.

Esta área tiene el compromiso de fomentar y promover el respeto de los derechos humanos desde lo micro (en lo interno de la municipalidad), hasta lo macro (la comunidad), y de esta forma concientizar acerca de las violencias, generando autocrítica/autoanálisis para no reproducir estos comportamientos que han sido normalizados a través de los años. De aquí, surgió un especial interés en reforzar y trabajar temáticas vinculadas con la violencia de género; por lo que desde esta área se realizan actividades en relación con la prevención de la violencia, el suicidio y la discriminación en las poblaciones marginalizadas de este cantón (Y. Monterrey, comunicación personal, 11 de abril del 2023).

Datos del área de Desarrollo Social Inclusivo indican que se brindaron 38 atenciones en 2018 por casos de violencia de género; 11 atenciones en 2020; 62 atenciones en 2021; y en el Informe Anual 2022 se registraron 157 atenciones psicológicas, de las cuales 133 fueron de mujeres y 24 de hombres (Y. Monterrey, comunicación personal, 11 de abril del 2023). Estas atenciones fueron referidas por diferentes instancias de la comunidad, tales como el Colegio Mario Vindas Salazar, la Escuela José Esequiel González, el Patronato Nacional de la Infancia (PANI), la Fuerza Pública, la Unidad Local de Desarrollo Social del Instituto Mixto de Ayuda Social (IMAS), la Clínica de

² En el 2020 se clasificaron como femicidios 28 de 62 muertes de mujeres en el país; en 2021 de 61 muertes 19 fueron reportadas como femicidios; y en 2022 de las 34 muertes violentas de mujeres solo 8 fueron registradas como femicidios y 17 quedaron a la espera de informes policiales (Observatorio de la violencia de género contra las mujeres y acceso a la justicia, 2022)

³ En cuanto a la violencia doméstica, entre el 2017 y el 2021 “fueron solicitadas un total de 247,470 medidas de protección” en contra de parejas sentimentales cónyuges, tíos, padres, hermanos, primos, etc. (Observatorio de la violencia de género contra las mujeres y acceso a la justicia, párrafo 4, 2022).

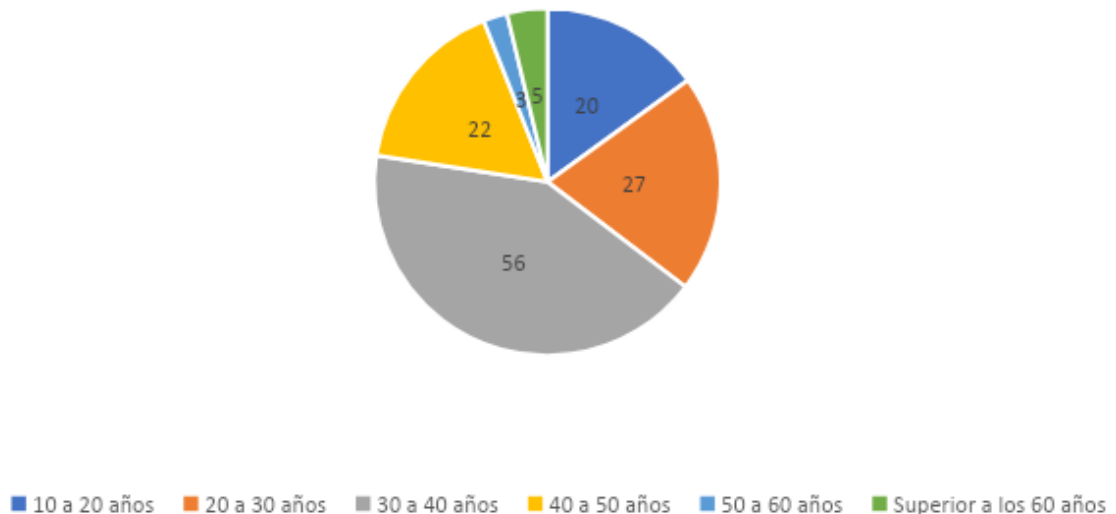
Salud San Pablo de Heredia, el Hogar Madre Berta Acuña Ruiz, los Tribunales de Justicia de Heredia, la Red contra la Violencia Intrafamiliar, el Instituto Nacional de las Mujeres (INAMU), el hospital de Heredia San Vicente de Paul, escuelas fuera del cantón, entre otras.

En el Gráfico 1.

Total, de atenciones psicológicas que se brindaron a mujeres en 2022 y en enero del 2023, según su condición etaria se presenta el total de las atenciones psicológicas que el área de Desarrollo Social Inclusivo brindó a mujeres de diversos lugares de San Pablo en el año 2022, según su condición etaria. Se dieron 3 atenciones a mujeres entre los 10 y 20 años; 56 atenciones a mujeres entre los 30 y 40 años; 27 atenciones a mujeres entre los 20 y 30 años; 22 atenciones a mujeres entre los 40 y 50 años; 20 atenciones a mujeres entre los 50 y 60 años; 5 atenciones a mujeres mayores de 60 años (Desarrollo Social Inclusivo, 2023).

Gráfico 1.

Total, de atenciones psicológicas que se brindaron a mujeres en 2022 y en enero del 2023, según su condición etaria



Fuente: Desarrollo Social Inclusivo, 2023.

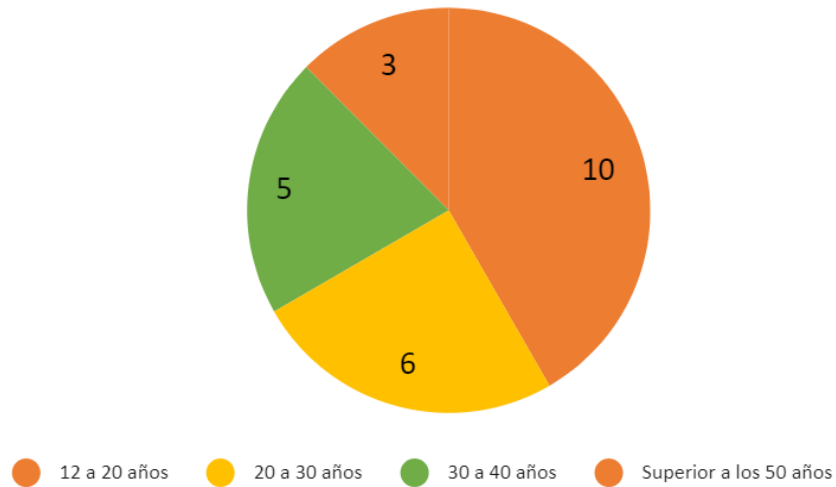
Por otra parte, según las estadísticas del Ministerio de Seguridad Pública (2023), se atendieron 148 incidentes de violencia intrafamiliar en el cantón de San Pablo en el período de enero y marzo del 2023, refiriéndose a 86 personas a diversas instancias para recibir atención psicológica; de estas, 73 fueron mujeres y 13 hombres⁴. Para finales del 2023 se contabilizaron 139 atenciones psicológicas sin contar la segunda mitad de noviembre y el mes de diciembre del mismo año.

En el Gráfico 2. Total, de atenciones psicológicas que se brindaron a hombres en 2022 y en enero del 2023, según su condición etaria se presenta el total de las atenciones psicológicas que el área de Desarrollo Social Inclusivo brindó a hombres de diversos lugares de San Pablo en al año 2022, según su condición etaria. Como lo indica el gráfico, se brindaron 10 atenciones a niños y adolescentes entre los 12 y 20 años; 6 atenciones a hombres entre los 20 y 30 años; 5 atenciones a hombres entre 30 y 40 años; y 3 a hombres mayores de los 60 años (Desarrollo Social Inclusivo, 2023).

⁴ Datos tomados del Informe de Labores Primer Semestre 2023.

Gráfico 2.

Total, de atenciones psicológicas que se brindaron a Hombres en 2022 y en enero del 2023, según su condición etaria



Fuente: Desarrollo Social Inclusivo, 2023.

Como respuesta a las problemáticas del cantón de San Pablo, el área de Desarrollo Social Inclusivo ha dedicado sus esfuerzos a promover y participar en una variedad de actividades en pro de los derechos humanos. Estas actividades incluyen campañas enfocadas en la salud integral de las mujeres, tales como la realización de pruebas de Papanicolaou y la prevención del Virus del Papiloma Humano. También se han abordado cuestiones relacionadas con la violencia de género, los derechos de la comunidad LGBTIAQ+, el acoso sexual callejero, el acoso laboral, la gestión de la pandemia de COVID-19, la promoción de una vejez saludable, la atención de casos referidos por los Comités Locales de Atención Inmediata y el Seguimiento de Casos de Alto Riesgo por Violencia contra las Mujeres (CLAIS), la salud mental, entre otros temas. En consecuencia, esta área demuestra un sólido interés y un compromiso significativo con el propósito de asegurar el bienestar de aquellos grupos sociales que enfrentan situaciones de vulnerabilidad económica, social, de género y otros desafíos.

Por esta razón, se consideró importante como parte de la práctica dirigida, reforzar los conocimientos sobre la violencia de género a las personas que forman parte de la Municipalidad de San Pablo de Heredia, empezando por la Comisión de la Condición de la Mujer, ya que es la instancia encargada de diseñar y ejecutar acciones de sensibilización contra la violencia hacia las mujeres, principalmente, en el cantón de San Pablo, y emitir políticas para prevenir la violencia de género. Sus requerimientos de formación y actualización son fundamentales para la toma de decisiones que garanticen los derechos de las mujeres y la igualdad de género.

En esta misma línea, se valoró relevante brindar capacitaciones en materia de derechos humanos y autoestima a entidades que colaboran estrechamente con la Municipalidad de San Pablo, tales como la Red de Violencia Intrafamiliar y el Comité de Bienestar de Apoyo Emocional, para que mediante la reflexión y la revisión de conceptos fundamentales fortalecieran la concienciación y el desarrollo de la empatía en sus actividades a nivel comunitario.

Por otra parte, se consideró necesario abordar en la comunidad de San Pablo diversos temas relacionados con los derechos humanos y la violencia de género. Esto incluye la promoción de los derechos de las personas pertenecientes a la comunidad LGBTIAQ+, los derechos de las personas adultas mayores, el acoso sexual callejero, y la importancia de fomentar la autoestima de las mujeres como una forma de recuperar el poder y el control propio después de una experiencia de violencia (ya sea durante una relación de pareja, *body shaming* en los medios de comunicación, y/o *bullying*). Estas temáticas fueron identificadas por el área de Desarrollo Social Inclusivo, ya que se vinculan con problemáticas que impactan directamente a la población de San Pablo.

De esta forma, se busca fomentar el reconocimiento de conductas que han sido naturalizadas y que perpetúan la violencia, por medio del autoanálisis en sus relaciones interpersonales. El propósito es permitir la identificación y

posterior mejora de tales comportamientos, promoviendo así el avance hacia una sociedad más empática, comprensiva y absolutamente intolerante ante la violencia y la discriminación social; además, de mitigar los prejuicios arraigados en la población.

Por lo tanto, con esta Práctica Dirigida, además de crecer como futura profesional en género, se contribuyó a fortalecer la gestión del área de Desarrollo Social Inclusivo de la Municipalidad de San Pablo de Heredia, para mitigar la violencia de género y aportar en la construcción de una sociedad para la igualdad y equidad de género.

1.3. Antecedentes

A continuación, se describen algunos aspectos que permiten comprender el contexto del cantón de San Pablo de Heredia, desde la situación socioeconómica, de escolaridad, salud y demás, que conforman gran parte de las dinámicas de esta comunidad. Además, se ofrece un acercamiento al quehacer de la Municipalidad de San Pablo, sus funciones y su estructura organizacional. Por último, se detallan las funciones del área de Desarrollo Social Inclusivo y de la Comisión de la Condición de la Mujer, de dicha municipalidad, instancias involucradas en el desarrollo de la práctica dirigida.

1.3.1. Contexto demográfico y socioeconómico del cantón de San Pablo

El cantón de San Pablo consta de dos distritos: San Pablo y Rincón de Sabanilla. Según datos del Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC, 2022), este cantón cuenta, actualmente con una estimación poblacional de 29.860 habitantes y su densidad poblacional es de 3.580 habitantes por kilómetro cuadrado. Además, según estadísticas del Ministerio de Planificación Nacional y Política Económica (MIDEPLAN, 2017) se encontraba en la posición No. 21 en el Índice de Desarrollo Social Distrital 2017 según nivel de desarrollo, con un valor de 88,48; sin embargo, en 2023 se registra un aumento y ahora cuenta con un 89,56 y se encuentra en el puesto No. 7; es decir, San Pablo es uno de los cantones con mayor desarrollo relativo en el país (MIDEPLAN, 2023)⁵.

El cantón de San Pablo cuenta con instituciones comunitarias como el Centro Cultural, una biblioteca municipal, el Centro de Cuido y Desarrollo Infantil (CECUDI) y un Centro Diurno de Atención al Adulto Mayor. Además de instancias de servicios públicos, como instituciones educativas tanto públicas como privadas, Cruz Roja, Equipos Básicos de Atención Integral en Salud (EBAIS), Delegación de la Fuerza Pública, Oficina de Correos de Costa Rica,

⁵ Ver
Anexo 1

Instituto Costarricense de Acueductos y Alcantarillados (AyA), instalaciones deportivas y áreas de recreación y demás. En el cantón existen 38 asociaciones y comités comunales y en 2013 se registraron 8 iglesias católicas y 4 iglesias evangélicas (Municipalidad de San Pablo, 2014).

En el año 2011, San Pablo era el segundo cantón del país con más acceso a internet y tecnologías (teléfonos celulares, teléfonos residenciales, computadoras, etc.) y servicios básicos (electricidad, agua, etc.), con un porcentaje mayor al 60%; superado únicamente por el cantón de Montes de Oca (San José) con un 70% (INEC, 2011; citado por Municipalidad de San Pablo, 2014)⁶.

En cuestión de escolaridad, para el 2011 un total de 23.978 personas, 219 personas se encontraban en estado de analfabetismo, de las cuales 107 corresponde a hombres y 112 a mujeres con edades que superan los 10 años; y se resalta que sólo un 32% de la población tiene un nivel de educación universitario (INEC, 2011; citado por Municipalidad de San Pablo, 2014)⁷.

En cuanto a la actividad económica, en el 2011, el 41,6% de la población superior a los 15 años del distrito de San Pablo se encuentra activa y un 41,2% del distrito de Rincón de Sabanilla; y la tasa de desempleo es de un 2,7% en San Pablo y un 3.1% en Rincón de Sabanilla. De un total de 2.292 hogares en este cantón, en 1.508 las jefaturas del hogar son de hombres, en 623 las mujeres son las jefas del hogar y 161 corresponden a jefaturas compartidas (Municipalidad de San Pablo, 2014). Ver Tabla 1.

⁶ Ver Anexo 2

⁷ En el Anexo 3 y Anexo 4 se aprecia un desglose con más detalle.

Tabla 1.*Resumen del Índice de Desarrollo Humano (IDH) a nivel cantonal, año 2011*

Situación Cantonal	Tasa	Lugar nacional
Pobreza extrema	3.9%	Últimos 13 cantones
Ocupación	45.1%	Primeros 6 cantones
Población que trabaja en lo propio o en un negocio familiar	15%	Primer lugar nacional
Participación femenina en la fuerza de trabajo	41.36%	Primeros 9 lugares
Incidencia de dengue	0.0%	Últimos lugares
Proporción de la población que utiliza fuentes de abastecimiento de agua potable mejoradas	99.96%	Primeros lugares
Proporción de la población que utiliza servicios de saneamiento mejoradas	99.2%	Primeros lugares
Proporción de la población urbana que vive en barrios de tugurios	0.3%	Últimos lugares
Proporción de viviendas ocupadas en tugurio	0.2%	Últimos lugares
Proporción de viviendas ocupadas en precario, cedidas o prestadas	3.4%	Últimos 3 lugares
Proporción de viviendas en mal estado	2.6%	Últimos 3 lugares
Proporción de nacimientos hospitalarios	100%	Primeros 16 lugares
Proporción de nacimientos atendidos por personal sanitario especializado	99.2%	Es un indicador nacional
Proporción de mortalidad materna	00.0%	Es un indicador nacional
Proporción de mujeres con atención prenatal completa	83.8%	Primeros 10 lugares
Tasa específica de fecundidad entre adolescentes	9.6%	Últimos 4 lugares

Fuente: MIDEPLAN 2011, citado por Municipalidad de San Pablo de Heredia, 2014.

En materia de aseguramiento y salud, datos del INEC (2011) indican que, de un total de 27.671 personas del cantón de San Pablo, 1.770 están pensionados, de estos 861 corresponde a hombres y 909 a mujeres; mientras que 2.422 personas no están registradas ante la Caja Costarricense del Seguro Social, de los cuales 1.318 corresponden a hombres y 1.104 a mujeres.

Además, hay un total de 103 establecimientos que brindan atención médica (de diferentes especialidades) a la población, constituidas por laboratorios, CEN-CINAIS, centros para adultos mayores, consultorios odontológicos, ópticas, etc. Lo cual, refleja un aumento de estos centros de servicios médicos (para ser un cantón relativamente pequeño) en comparación a los años 2011 y 2012, con un total de 90 y 92 centros respectivamente (Municipalidad de San Pablo, 2014).

La principal actividad en el sector comercial es la venta de bienes y servicios, en el 2011 se registraron 692 patentes autorizadas, tales como: sodas, bares, panaderías, etc. (143 establecimientos); salones de belleza,

bazares, librerías, etc. (140 establecimientos); servicios de transportes, parqueos, lava-car, etc. (61 establecimientos); supermercados, abastecimientos, carnicerías, pulperías, etc. (90 establecimientos); laboratorios, consultorios médicos, veterinarias, etc. (28 establecimientos); talleres mecánicos, cerrajeros, mueblerías, etc. (103 establecimientos); y otras actividades variadas (127 establecimientos) (Municipalidad de San Pablo, 2014).

1.3.2. Municipalidad de San Pablo

Este municipio está ubicado en la zona del Valle Central de Costa Rica y “Forma parte de la Provincia de Heredia, limitando al Oeste con el cantón de Heredia, al Sur y al Este con el cantón de Santo Domingo, al Este con San Isidro y al Norte con San Rafael.” (Municipalidad de San Pablo, 2014, p. 20).

Según el Código Municipal vigente, Ley No. 7794 promulgada el 30 de abril de 1998, “Las municipalidades son personas jurídicas estatales con patrimonio propio y personalidad, y capacidad jurídica plenas para ejecutar todo tipo de actos y contratos necesarios para cumplir sus fines.” (artículo 2). Además, de acuerdo con el Artículo 4 “La municipalidad posee la autonomía política, administrativa y financiera que le confiere la Constitución Política” y dentro de sus atribuciones se incluyen, entre otras:

- h. Promover un desarrollo local participativo e inclusivo, que contemple la diversidad de las necesidades y los intereses de la población.
- i. Impulsar políticas públicas locales para la promoción de los derechos y la ciudadanía de las mujeres, en favor de la igualdad y la equidad de género. (Artículo 4).

La Municipalidad de San Pablo está conformada por cinco órganos estructurales: Órgano Político y Estratégico, Órgano de Fiscalización, Órgano de Asesoría y Control, Órgano de Apoyo y Órgano de Línea; en esta última se

encuentra la Dirección de Desarrollo Urbano y la Dirección de Servicios Públicos en la cual se ubica el área de Desarrollo Social Inclusivo.⁸

1.3.3. Área de Desarrollo Social Inclusivo

Esta área surgió en 2003 tras la Ley 7801 Ley del Instituto Nacional de las Mujeres (ente rector de las oficinas de la mujer) que se promulgó el 30 de mayo de 1998 y que menciona lo siguiente:

ARTÍCULO 4.- Atribuciones

Para el cumplimiento de sus fines, el Instituto tendrá las siguientes atribuciones: [...]

e) Promover la creación de oficinas ministeriales, sectoriales y municipales de la mujer; además, garantizar y coordinar su funcionamiento.

Inicialmente surgió como OFIM, sin embargo, tras diversos debates efectuados al interno de la municipalidad, se determinó que “Desarrollo Social Inclusivo” es menos discriminatorio y más integral para brindar sus servicios a toda la comunidad y no solo a un grupo exclusivo, conceptualmente hablando (Y. Monterrey, comunicación personal, 6 de septiembre del 2022). Esta tendencia al cambio de nombre se refleja a nivel nacional:

Un reciente estudio realizado en el marco del proyecto Fortalecimiento de las Capacidades Municipales para la Planificación del Desarrollo Humano Local en Costa Rica (FOMUDE) y otro del INAMU, indica que en torno a 2009-2011 existían entre 62 y 67 instancias municipales (de 81 posibles) denominadas, por lo general, OFIM, si bien “no todas las instancias existentes son calificadas” como tal. Efectivamente, de acuerdo al estudio del INAMU citado, el 66% mantiene su nombre original, un 14% se denomina Oficina de Gestión Social, 8% Oficina de la Mujer y la Familia, 6% Oficina o Proceso de Equidad de Género, 5% son una unidad de Desarrollo Humano o Desarrollo Social y existe un

⁸ En el Anexo 5 se aprecia el organigrama de dicha municipalidad.

caso que se denomina como Oficina de Asistencia Social. (García, 2016, p. 25).

El área de Desarrollo Social Inclusivo constituye una sección conformada por cuatro personas (una promotora social, una trabajadora social, una psicóloga y la vicealcaldesa) que con el tiempo se convirtió en una red de apoyo para la comunidad, brindando servicios de atención psicológica y promoción de acciones contra la violencia hacia las poblaciones más vulnerables, con apoyo del INAMU; según el Manual de Organización y Funciones de la Municipalidad de San Pablo sus objetivos son los siguientes (Municipalidad de San Pablo, 2016, p. 62):

1. Organizar y establecer las acciones que se requieran con el propósito de brindar los servicios de carácter social del gobierno local, que aseguren una mejor calidad de vida de la población, promover la participación ciudadana, articulando la gestión institucional para conciliarla con los intereses del entorno, favoreciendo el acceso de la población a los sectores de educación, cultura y recreación.
2. Propiciar y crear las condiciones para promover la participación de la comunidad en las organizaciones sociales y vecinales de la población organizada como gestores del desarrollo local, así como desarrollar espacios de concertación y consulta que posibilite una interacción recíproca entre la Ciudadanía y el Gobierno Local, con la finalidad de fortalecer relaciones de coordinación y apoyo mutuo.
3. Promocionar e impulsar proyectos y acciones afirmativas que garanticen el respeto y cumplimiento de los derechos humanos, de esta manera, promover una cultura de paz y una mejor calidad de vida de los habitantes del cantón.

Algunas de las responsabilidades de la persona que coordina esta área, relacionadas con las temáticas de interés de este trabajo, son (Municipalidad de San Pablo, 2016, p. 63):

1. Organizar, ejecutar y controlar las actividades relacionadas con la población y derechos de la población vulnerable como niños y adolescentes, mujeres, adultos, personas con discapacidad, para lograr su plena inclusión a la vida en comunidad.
2. Brindar atención psicológica personalizada.
3. Promover campañas de sensibilización que incorporen a personas con discapacidad.
4. Promocionar información sobre el tema de la igualdad y equidad de género.
5. Fomentar la participación, el liderazgo y la toma de decisiones de las mujeres.
6. Promover la creación de redes de apoyo de las organizaciones.
7. Brindar atención especializada en Violencia Intrafamiliar en los casos que así se haya definido, o apoyar la creación de grupos de autoayuda como una forma de enfrentar la violencia.

Actualmente, la encargada de esta área presentó la propuesta de la Política de Igualdad y Equidad de Género para la Municipalidad de San Pablo (PIEG) y se encuentra en proceso del aval presupuestario.

El área de Desarrollo Social Inclusivo de la Municipalidad de San Pablo de Heredia se encarga de coordinar capacitaciones a las mujeres que conforman la Comisión de Condición de la Mujer, por lo que se considera relevante apoyar esta labor desde la Práctica Dirigida con el fin de fortalecer y actualizar sus conocimientos (Y. Monterrey, comunicación personal, 12 de octubre del 2022).

La Comisión de la Condición de la Mujer de la Municipalidad de San Pablo de Heredia fue creada en 2003 junto con la OFIM. Esta comisión está constituida por doce mujeres de las cuales tres son funcionarias de la municipalidad y el resto lo conforman regidoras e integrantes institucionales locales (se reúnen una o dos veces por mes, dependiendo de la demanda de trabajo).

Según la Gaceta N° 163 del 21 de agosto del 2015, esta comisión “Se encargará de emitir políticas para evitar la discriminación en materia de género, así como la promoción de los derechos de las mujeres. También le corresponde conocer y recomendar aquellos asuntos que el Concejo Municipal le encargue en esa materia.”

Por lo que “Las integrantes de la Comisión que son regidoras tienen voz y voto en el Concejo Municipal lo que les da la posibilidad de participar en la toma de decisiones, así como lograr una mayor incidencia” (MIDEPLAN, s.f., párrafo 3). Así que esta comisión se enfoca en el diseño y ejecución de acciones de prevención de la violencia contra la mujer.

Se dedica a realizar campañas de prevención y proyectos a nivel cantonal como los MUPIS (afiches publicitarios en las paradas de autobús) y eventos locales como conversatorios, talleres, marchas y demás (Y. Monterrey, comunicación personal, 12 de octubre del 2022).

Capítulo II

“Las cicatrices son una crónica de las batallas a las que has librado.”

—Alexandra Bracken.⁹

2.1. Objetivos de la Práctica Dirigida

2.1.1. *Objetivo general*

Desarrollar procesos de formación para la prevención de las violencias interseccionales desde el enfoque de género, dirigidos al personal municipal y la comunidad de San Pablo de Heredia, con el fin de apoyar las gestiones del área de Desarrollo Social Inclusivo de la Municipalidad de San Pablo de Heredia.

2.1.2. *Objetivos específicos*

- Fortalecer los conocimientos sobre derechos humanos y prevención de la violencia de género a las personas de la comunidad e instancias vinculadas con la Municipalidad de San Pablo de Heredia, a través de la ejecución de talleres participativos.
- Diseñar materiales informativos sobre los derechos de la comunidad LGBTIAQ+ y el acoso sexual callejero, para uso de la Municipalidad de San Pablo de Heredia.
- Asistir al área de Desarrollo Social Inclusivo de la Municipalidad de San Pablo de Heredia en actividades relacionadas con la prevención de la violencia de género en su comunidad.

⁹ Lore, por Alexandra Bracken.

Capítulo III

“La mayoría de las plantas necesitan muchos cuidados para sobrevivir. Pero a veces, como los árboles, son lo suficientemente fuertes como para hacerlo confiando en sí mismos y en nadie más.”

—Colleen Hoover.¹⁰

3.1. Marco teórico

A continuación, se presentan los principales planteamientos conceptuales y teóricos que sustentaron las acciones efectuadas en la Práctica Dirigida, partiendo de la concepción de la violencia estructural, para entender su importancia en relación con las relaciones de pareja, la discriminación hacia poblaciones sexualmente diversas, la violencia contra las mujeres y el amor propio. Finalmente, se retoman los aportes de la perspectiva de género como herramienta de análisis y de comprensión de las problemáticas sociales vinculadas con la violencia estructural y sus repercusiones en la sociedad.

3.1.1. *Perspectiva de género*

El concepto de género, como categoría de análisis, se define como a aquellas características no biológicas impuestas a los cuerpos sexuados femeninos y masculinos, los que determinan los comportamientos, formas de pensar, de vestir, símbolos sociales e inclusive la orientación sexual, que deben adoptar las personas según el sexo asignado al nacer (Lampert, 2017). Estas características, socialmente impuestas, han dado pie para una distribución del poder entre las personas, que marca una desigualdad social que afecta a aquellos grupos vulnerabilizados. Por lo que, cuando estos grupos no se ajustan a las normas, y desafían los roles tradicionales y los estándares, se convierten en víctimas de exclusión social, rechazo y discriminación.

¹⁰ Romper el círculo, por Colleen Hoover.

Es aquí donde se posiciona el abordaje de los estudios de género, ya que han contribuido ampliamente en la transformación de las realidades sociales; desde que las luchas feministas se plantean que la perspectiva género es una categoría de análisis, una herramienta necesaria para impulsar el pensamiento crítico y sus configuraciones sociales, fundamentalmente para la transformación social. Aurelia Martín (s.f., citada por Miranda, 2012), señala que la “perspectiva de género constituye una herramienta esencial para comprender aspectos fundamentales relativos a la construcción cultural de la identidad personal, así como para entender cómo se generan y reproducen determinadas jerarquías, relaciones de dominación y desigualdades sociales” (p. 347).

Por lo que, la perspectiva de género intenta romper con ciertos supuestos hegemónicos que han sido socialmente inculcados y adoptados como verdades “absolutas”, “inmutables” e “incuestionables”, refiriéndose a las dicotomías del ser hombre/ser mujer y sus características representativas de la feminidad y la masculinidad. Analizando así las formas que esta ha legitimado y respaldado sistemas específicos de opresión, discriminación y demás formas de violencia, especialmente a aquellos que se identifican y representan con la feminidad (Miranda, 2012).

Por ende, se puede decir que la perspectiva de género viene a ser aquello que permite ver lo que usualmente no se distingue a simple vista, ya que se encuentra envuelto en una capa normativa o naturalizada. Con la perspectiva de género y su transversalización se intenta posicionar un conocimiento crítico necesario para la transformación social. Además de analizar las formas tradicionales de configuración para generar procesos de deconstrucción de ciertos sistemas de creencias morales; confrontando las estructuras tradicionales de invención para desmitificarlas y plantear nuevas posibilidades de ser, estar y coexistir.

La perspectiva de género se emplea como un instrumento de análisis para detectar aquellas acciones y situaciones de discriminación social, en

relación con el sexo biológico, la identidad género (Miranda, 2012); ampliando estas y visibilizando otras categorías sociales que se le suman y afectan sus vidas de diversas maneras (tales como la raza, orientación sexual, condición de discapacidad, etc.). Es por ello, que este trabajo se sustenta en la perspectiva de género, no sólo para evidenciar discriminaciones, desigualdades, opresiones y violencias cotidianas hacia las corporalidades e identidades feminizadas, y a las que desafían y cuestionan lo binario y heteronormativo, sino que también para aplicarla en su contenido más amplio y de manera interseccional.

En esta misma línea, como profesional en Género y Desarrollo, se desarrollaron acciones con el fin de gestar sensibilidades y conciencias críticas sobre los complejos procesos sociales que se encuentran presentes en el día a día. De esta forma, contribuir a generar rupturas paulatinas de los modelos dominantes y hegemónicos que han promulgado la desigualdad, la vulnerabilización y las diferentes manifestaciones de violencias.

3.1.2. Violencias

Por lo general, la definición de violencia denota una connotación meramente negativa, como una forma de ataque o de ejercer la fuerza hacia una o varias personas agresivamente. Sin embargo, si se amplía el concepto, surgen situaciones donde se demuestra que la violencia no son solo golpes o patadas, sino que se produce de otras maneras para desvalorizar a la víctima (Martínez, 2016).

Por lo que la *violencia* es definida como el ataque directo de la persona victimaria hacia otras personas, ejerciendo una opresión sobre la persona víctima; es también una forma de dominación y control sobre ella, y se manifiesta de diversas formas: física, verbal, sexual y psicológica, causando un daño en la víctima (Martínez, 2016). Además, es importante destacar que la violencia puede estar presente, aunque no se manifiesta de forma agresiva (chantajes, persecuciones, abuso sexual, golpes, etc.), sino que también es simbólica.

La violencia simbólica se define “como la aceptación, la internalización por parte del dominado, de los esquemas de pensamiento y valoración del dominante, haciendo precisamente invisible la relación de dominación.” (Bourdieu, 2000, mencionada por Martínez, 2016, p. 10). Además, está presente en el día a día de todas las personas y se encuentra aquellas ideas socialmente impuestas y que son imperceptibles que se manifiestan no de forma física, sino por medio de símbolos, significados, normas sociales y estructuras de poder. Se refiere a la imposición y mantenimiento de la dominación, subordinación o control sobre individuos o grupos mediante la manipulación de símbolos culturales, sistemas de valores, ideologías o prácticas sociales, y perpetúan comportamientos que invalidan otras formas de pensar, de vivir y de ser.

La violencia se vive de diversas formas y se identifican diferentes tipos o categorías en las que ésta se manifiesta, se percibe y se estructura. Por lo que, a continuación, se definen algunas que serán la base teórica de este trabajo.

3.1.2.1. Violencia estructural o sistémica

La *violencia estructural o sistémica* se produce cuando se transgreden los derechos humanos básicos, como la supervivencia, la libertad, el bienestar y la identidad; en la cual, generalmente hay un grupo privilegiado y uno vulnerado, segregados por raza, clase, género y otras categorías (Villarruel, 2017). Asimismo, se entiende que este tipo de violencia “es sufrida por un grupo y no por un solo individuo” (Villarruel, 2017, p. 18) a diferencia de la *violencia personal* (que se refiere a la agresión física o psicológica de un individuo a otro de manera directa).

La violencia sistemática o estructural determina, a su vez, cómo las normas sociales benefician a ciertos grupos (generalmente a quienes tienen mayores ventajas económicas) y perjudican a otros (periferias), convirtiendo a estos últimos en víctimas de diversas formas de discriminación. Por lo que la

violencia estructural es considerada como el equivalente de “injusticia social” (Villarruel, 2017).

Es importante entender este tipo de violencia para comprender la violencia contra las mujeres, ya que este concepto surge de un desequilibrio de poder y, por lo tanto, trae como consecuencia una desigualdad de oportunidades que afecta a un grupo en específico. Además, su *modus operandi* es de forma silenciosa e imperceptible y en numerosas ocasiones es adoptada como algo “normal” y tiene un orden de clasificación en línea o vertical (Galtung, 1969; citado por Villarruel, 2017).

Aunado a lo anterior, de acuerdo con Naciones Unidas “en ninguna sociedad, tanto de los países desarrollados como de los no desarrollados, ni los niños ni las niñas, como tampoco las mujeres, disfrutan de condiciones de igualdad en relación con los hombres.” (Mena y Munévar, 2009, p. 357). Desde los discursos feministas se ha buscado visibilizar este fenómeno como una problemática social que afecta a este grupo marginalizado; exigiendo a su vez políticas públicas para mejorar sus condiciones de vida y erradicar las desigualdades de género.

3.1.2.2. Violencias interseccionales

La *interseccionalidad* se define como “la expresión de un “sistema complejo de estructuras opresión que son múltiples y simultáneas”.” (Crenshaw, 1995, p. 359, mencionada por Muñoz, 2011, p. 10); y aparece cuando una serie de categorías coexistentes de un entorno estructural (género, sexo, raza, edad, etnia, posición socioeconómica, entre otras) se asocian entre sí y se fortalecen como una cadena, ocasionando una forma de violencia múltiple o multiplicada.

Por ejemplo, una mujer que ronda los sesenta años, su tez es negra, además es migrante y madre soltera, quien es discriminada en la comunidad en la que vive debido a prejuicios y estereotipos sociales. Aquí se asocian una serie de categorías como la edad, el género, la raza, la condición migratoria,

entre otras, que socialmente son utilizadas para establecer y perpetuar desigualdades; y se convierten en herramientas para la discriminación social, limitando las oportunidades, derechos y acceso a recursos de ciertos grupos en la sociedad.

Por otra parte, Sánchez y Gil (2015) plantean que:

– Hay múltiples formas de opresión y privilegio debido a la diversidad de categorizaciones socioculturales que las originan, las conexiones entre ellas y la dependencia contextual con la que funcionan. – Existe diversidad de formas de experimentar esta diversidad de formas de privilegio y opresión. – Esta diversidad de formas de opresión y privilegio son sustentadas por ideologías que esencializan las diferencias como forma de legitimar dicha desigualdad. – Estas diversas categorías de diferenciación no funcionan de forma aditiva o multiplicativa, sino mutuamente constitutivas. (p. 146).

Por lo que, se puede decir que la *violencia interseccional* es la interacción de mecanismos de desigualdades que da lugar a una dimensión de des empoderamiento y una violación a los derechos humanos, en las poblaciones marginalizadas y vulnerabilizadas que afecta principalmente a aquellos cuerpos que son feminizados¹¹.

Además, influyen en la construcción de identidades individuales y colectivas, condicionando roles, expectativas y posiciones dentro de estructuras de poder preestablecidas (Muñoz, 2011). La intersección de estas categorías también revela la complejidad y la multiplicidad de opresiones que pueden experimentar las personas que pertenecen a múltiples grupos marginalizados, evidenciando la necesidad de abordar estas dinámicas desde una perspectiva interseccional para lograr una sociedad más inclusiva y equitativa (Muñoz, 2011).

¹¹ Entiéndase éste como a todas aquellas personas (mujeres y hombres) cuyos cuerpos se identifican como femeninos por la sociedad ya sea por su forma de actuar, vestir o ser. (Bianciotti, 2011).

En resumen, la violencia interseccionalidad es aquella que se utiliza estos factores sociales que dan forma a las experiencias individuales y colectivas que generan desigualdad, y afectan directamente a las poblaciones vulnerabilizadas en una sociedad hegemónica; y entenderla como una manifestación de comportamientos que respaldan situaciones de violencia y discriminación.

Por ende, es esencial comprender esta forma de violencia estructural para abordar la complejidad de la discriminación y la desigualdad en todas sus manifestaciones; y fortalecer las propuestas de prevención y sanción de la violencia, partiendo del enfoque de género.

3.1.2.3. Violencias contra las mujeres

Siguiendo en la misma línea del apartado anterior, la violencia hacia las mujeres es una realidad que se vive todos los días, en diferentes contextos y circunstancias (femicidios, acoso, abusos sexuales, discriminación laboral, en los medios de comunicación, en las instancias de salud, en contenido pornográfico y mucho más). Las mujeres, durante siglos, han sido limitadas a ser objetos sexuales y reproductivos, para satisfacer los deseos y placeres de los hombres, cumplir con sus demandas y atender sus necesidades (ya sean sexuales o domésticas), violando sus derechos y limitando sus libertades fundamentales.

(...) cada acto violento busca ejercer control social sobre la vida de las mujeres en relación con los afectos, el erotismo y la capacidad productiva, control que afecta profundamente a las subjetividades, atrapándolas o envolviéndolas en sus ciclos, espirales o ruedas que como metáforas usadas en la investigación psicosocial sobre violencia familiar exigen examinar su composición estructural y entran a formar parte de confrontaciones políticas con el Estado. (Mena y Munévar, 2009, p. 359).

Por lo que, comprender y reconocer que el cuerpo de las mujeres es un territorio de conquista en el que se perpetúa la dominación patriarcal y se les condena a una vida de opresiones que tienen relación con la desigualdad de poder y surgen brechas de género que son disparidades sistémicas que provocan una serie de impactos negativos tanto a nivel individual como a nivel social: desigualdad de oportunidades, desarrollo de problemas de salud y bienestar, menor participación política y la persistencia de estereotipos de género.

Es fundamental para el análisis de las violencias contra las mujeres reconocer que ésta se manifiesta de forma física, sexual, psicológica, económica o patrimonial e incluso, en casos extremos, produce la muerte. Además, estas formas de violencia pueden ser utilizados como instrumentos de control y dominación que, usualmente, conllevan humillaciones, amenazas, culpabilización, aislamiento de familiares y amigos, entre otras afectaciones (Marcano y Palacios, 2017), que dañan mucho más que solo la autoestima de las mujeres víctimas de violencia.

Por otra parte, también es una violación a los derechos humanos que transgrede la dignidad de las víctimas y la desvaloriza; por medio de amenazas, chantajes, golpes/fracturas, comentarios o chistes ofensivos, contacto físico no deseado, miradas lascivas, manipulaciones, aislamiento, mensajes que denigran y sexualizan la integridad de las mujeres en los medios de comunicación, etc. (Romero, Rivera, Higareda, Solano y Reyes, 2019).

3.1.2.3.1. Violencia en las relaciones de pareja

Uno de los muchos ejemplos de violencia hacia las mujeres se produce en las relaciones de pareja: “La violencia de pareja hace alusión a la violencia física, sexual y psicológica entre personas relacionadas de manera íntima, al margen de su estado civil, orientación sexual o estado de cohabitación” (Muñoz y Echeburúa, 2016, p. 3), y que, además, puede aparecer en cualquier momento de la relación y en edades más jóvenes, inclusive.

Es común ver en los medios de comunicación noticias de violencia doméstica, femicidios, acoso sexual, entre otros; lo cual es alarmante por dos circunstancias: la primera, porque “proviene de aquellas personas de las que sólo cabría esperar apoyo.” (Cáceres, 2011, p. 92), y para la sociedad se considera increíble que esa persona de confianza cause algún daño a la otra que tanto quiere (Romero *et al.*, 2019). La segunda, porque es normalizado ver estas noticias sin que cause algún tipo de reacción.

La violencia contra la mujer surge del poder y control que otorga al hombre la cultura patriarcal, que fortalece la desigualdad entre hombres y mujeres (Tonsing & Tonsing, 2017) con el fin de lograr y mantener la sumisión-inferioridad y obediencia femenina, para limitar su autonomía como persona (Beauvoir, 2015; Bosch, Ferrer, & Alzamora, 2006).” (Lara *et al.*, 2019, p. 2).

Por lo que, la violencia surge cuando una persona ejerce su poder sobre otra, resultando en un acto de coerción o agresión que tiene consecuencias dañinas que afectan la salud y bienestar de las mujeres. Asimismo, como mencionan da Silva e Silva, García-Manso, da Silva Barbosa (2019):

La vulnerabilidad que genera esa usurpación conduce al sufrimiento y como no a la pérdida de la dignidad humana, reduciendo al sujeto a la vida nuda (AGAMBEN, 1998) a la mera existencia, a la carnalidad deshumanizada, donde los derechos dejaron de existir y donde el sujeto humano queda reducido a nada más que un cuerpo sin capacidad y control sobre sí mismo. (párrafo 28).

En esta misma línea, es importante comprender que hay un inicio en este ciclo, que hay un antes y un después de la agresión, debido a las secuelas psicológicas y físicas que causa en la víctima de violencia. Cabe resaltar que cada caso de violencia contra las mujeres es diferente, sin embargo, usualmente se encuentra un patrón cíclico al cual Walker (1984, 1989, 1991; mencionada por Delgado *et al.*, 2012) nombró como “Ciclo de la Violencia”, que se caracteriza por “la permanencia de la víctima en la convivencia con el

maltratador, en una sucesión alternante de episodios violentos seguidos de episodios de reconciliación, que progresan en una espiral de violencia cada vez mayor.” (Delgado *et al.*, 2012, p. 770).

Por lo que, la violencia surge de manera sutil y en cualquier momento de la relación y va escalando conforme pasa el tiempo. No escatima en condiciones etarias, ya que incluso se da en edades cada vez más tempranas; ni tampoco segrega por clases sociales. Este ciclo está compuesto por tres fases: acumulación de tensión, episodio de agresión (descarga aguda de la violencia o episodio agudo) y la luna de miel o reconciliación. Deza (2012) describe estas fases de la siguiente manera:

Primera fase: denominada fase de la acumulación de tensión, en la cual se producen diversos episodios que llevan a roces permanentes entre los miembros de la pareja, con un incremento constante de la ansiedad y la hostilidad.

Segunda fase: denominada episodio agudo, en la cual toda la tensión que se había venido acumulando da lugar a una explosión de violencia que puede variar en su gravedad, desde un empujón hasta el homicidio.

Tercera fase: denominada “luna de miel”, en la que se produce el arrepentimiento, a veces instantáneo por parte del hombre, dándose un pedido de disculpas y la promesa de que nunca más volverá a ocurrir. Al tiempo vuelven a recomenzar los episodios de acumulación de tensiones, y el ciclo se vuelve a iniciar. (p. 47).

Aunque, como se mencionó anteriormente, no en todas las experiencias son iguales, ya que según el modelo descrito por Walker (1979, mencionada por Cuervo y Martínez, 2013) la víctima tiende a ceder en la relación para complacer a su pareja; sin embargo, hay casos en los que la víctima de violencia “según sus características psicológicas en comunicación y asertividad está compuesta por elementos de agresividad igualando a su victimario o termina ejerciendo violencia psicológica como estrategia en el conflicto” (Prieto, 2011; citada por Cuervo y Martínez, 2013, p. 82).

Por lo que, Cuervo y Martínez (2013) proponen una nueva versión del ciclo llamado “Ciclo de Violencia MCP por su autora Mónica Cuervo Pérez” en las que se suman algunas subcategorías de la siguiente manera:

La primera fase está compuesta por la violencia Psicológica, verbal y económica, en ésta se encuentra la incertidumbre como una subcategoría en la que la víctima ha sufrido de amenazas y chantajes (ya sea relacionado a los hijos o a su propia vida) y no sabe qué ocurrirá después; también se encuentran presentes la acumulación de la tensión y el detonante por medio de acciones previas a la violencia física que anticipan la siguiente fase, que generan daños emocionales.

La segunda fase es la violencia física y/o sexual, en esta fase sucede una explosión de parte del agresor y la violencia se manifiesta en diversos niveles, pero siempre se provoca algún tipo de castigo que provoca dolor físico de alguna forma. La diferencia se encuentra aquí, ya que la víctima no siempre se va a encontrar en una posición de sumisión, y aunque en algunos casos se presente muy atemorizada como para defenderse no quiere decir que no busque la forma de protegerse de su agresor por medio de imaginarios (Cuervo y Martínez, 2013).

Finalmente, en la tercera fase se presentan las subcategorías de reconciliación, justificación y aceptación, en las que el agresor se disculpa y hace promesas que la víctima acepta y tiene la esperanza de que va a cambiar; sin embargo, los autores detectaron una subcategoría adicional, “dependencia”, en la que no se permite un rompimiento del ciclo como tal, debido al temor de perder a la pareja y a la relación que tienen y permiten esa retención a cualquier costo (Cuervo y Martínez, 2013).

Es en este punto que Cuervo y Martínez, (2013) hablan de una variación en esta fase, ya que en algunas ocasiones se da el rompimiento de este ciclo cuando se genera un cambio en la víctima al darse cuenta de que las promesas son promesas vacías, que su agresor no va a cambiar y que esta

situación podría seguir de la misma forma el resto de su vida. Se le podría decir como un “despertar”.

En esta misma línea, esto puede ocurrir por diversas circunstancias, una de ellas se encuentra en aquellas acciones que han sido normalizadas, pero que son manifestaciones violentas que han sido socialmente romantizadas, y éstas afectan significativamente en las relaciones sexoafectivas; que, introduce términos de tolerancia como un símbolo de “amor”, en este mismo sentido de las relaciones románticas (Bajo, 2020).

El mito del amor romántico como construcción social del amor ideal nace en Europa en el siglo XIX (Corona y Rodríguez, 2000), delimitando y otorgando así los roles dentro de la propia pareja (Ferrer, Bosch y Navarro, 2010). La idea principal que sustenta es la entrega total a la pareja por encima de todo (Marroquí y Cervera, 2014), tanto que si dos personas están predestinadas a estar juntas, nada podrá separarlas (Sanpedro, 2004). (Bajo, 2020, p. 258).

Bajo (2020) menciona que el *amor romántico* se sustenta en las desigualdades y roles de género preexistentes en la sociedad destacando la sumisión de las mujeres ante los hombres debido a las creencias impuestas desde la infancia. En este sentido, se refiere a que para las mujeres (sin generalizar) el amor es una base importante para su proyecto de vida, “vinculado a la expresión de los sentimientos, a la bondad, al amor, la paciencia y a los cuidados dentro de la familia (Fonseca y Melina, 2019; Salles y Tuirán, 2015).” (Bajo, 2020, p. 258).

A diferencia de los hombres, que su rol ha estado caracterizado por la desidentificación o el desprendimiento de todo lo feminizado “traducido al rechazo de los sentimientos y del cuidado dentro de la relación.” (Bajo, 2020). Con esta concepción, el ejercicio de la violencia por medio del control sexual, los celos, la amenaza del abandono y manipulación se entiende, socialmente hablando, como un sinónimo de “amor” bajo comentarios o pensamientos que justifican actos de violencia por la idealización de la pareja y la creencia de que

jamás va a amar a otra persona o que nadie la va amar como esa persona (Bajo, 2020).

Ruiz (s.f) enumera y explica los siguientes mitos del amor romántico basados en los trabajos de Yela (2003), Ferrer et al. (2010), Luzón (2011) y Bosch *et al.* (2013); estos son solo algunos de ellos: 1. Mito de la media naranja; 2. Mito del emparejamiento; 3. Mito de la fidelidad y la exclusividad; 4. Mito de los celos; 5. Mito de la equivalencia; 6. Mito de la omnipotencia; 7. Mito del libre albedrío; 8. Mito del matrimonio; 9. Mito de la pasión eterna o de la perdurabilidad; 10. Falacia del cambio por amor; y 11. Normalización del conflicto (Ruiz, s.f., p.627-628)¹².

Por lo que es importante identificar que hay ciertos comportamientos que no son sanos en una relación de pareja, como se ha ido mencionando, las agresiones físicas, la violencia sexual, el maltrato emocional, el control, la manipulación y los celos, para ejercer dominación y aislamiento de familiares y amigos (PAHO, 2013). Así como también demostraciones de poca comunicación, irresponsabilidad emocional (*gaslighting*) que es una forma de violencia psicológica y emocional en la que una persona no respeta ni cuida las emociones de la otra persona y adopta comportamientos controladores por medio de señales ambiguas, la culpabilización o incluso de rechazo (Galán y Figueroa, 2017).

La violencia contra las mujeres también presenta repercusiones económicas para ellas, sus familias y la sociedad. Esto, efectivamente, dificulta el crecimiento profesional de la mujer en el ámbito público, y por ende, afecta la economía del hogar. “Las mujeres pueden llegar a encontrarse aisladas e incapacitadas para trabajar, perder su sueldo, dejar de participar en actividades cotidianas y ver menguadas sus fuerzas para cuidar de sí mismas y de sus hijos.” (OMS, 2021, párrafo 15).

¹² Ver la cita extendida de 20 mitos sobre el amor romántico, con sus definiciones en el Anexo 6.

En esta misma línea, la pandemia de COVID-19 tuvo un impacto significativo en las mujeres, generando graves consecuencias en cuanto a los ingresos del hogar, la pérdida de empleo (principalmente en las condiciones de informalidad), aumento de las responsabilidades de cuidado (de la infancia, personas adultas mayores o con alguna condición de discapacidad) y demás (INAMU, 2021). Y con esto, también el aumento de la violencia doméstica y otras violencias contra las mujeres.

3.1.2.3.2. Acoso sexual callejero

Por otro lado, como se mencionó a lo largo de este apartado, la violencia contra las mujeres se vivencia de diversas formas, y otra es el *acoso sexual callejero*, que consiste en un tipo de violencia ejercida por una persona, principalmente desconocida, por medio de comentarios obscenos e inapropiados (los famosos “piropos”), tocamientos sin consentimiento, silbidos, miradas lascivas, entre otros en espacios públicos, “con la finalidad de remarcar una posición superior en una relación de poder que se ha impuesto por la sociedad.” (Tuyub, Valle y Alpuche, 2021, p. 94).

Es importante comprender que este tipo de violencia es considerada una condición simbólica de género al ser las mujeres las principales víctimas. Además de que es una representación de una cultura misógina en la que se vive actualmente, todos los días, desde los diez años en adelante aproximadamente. En esta los cuerpos feminizados pasan de ser sujetos a ser objetos sexuales a los que se les anulan sus derechos por medio de humillaciones, el miedo y la intimidación en estos espacios públicos, que trasciende a ser un problema de seguridad pública y de salud mental (traumas, inseguridades, temor, baja autoestima, etc.) (Espinoza, 2016; citado por Soto, 2021).

La socióloga Sánchez (2020) expone que el acoso sexual callejero lo que genera es un recordatorio a la mujer de que el espacio público no es un lugar para ella y, por tanto, al encontrarse ahí, se debe atener a las consecuencias, las cuales pueden llegar a ser de violencia sexual, ya que

es un ambiente que pertenece a los hombres, y la mujer es quien transgrede la regla social, por lo que dicho acoso es una sanción al ejercicio de transitar libremente. (Soto, 2021, p. 144).

Tuyub *et. al.* (2021), mencionan que las mujeres se enfrentan a ciertos cambios en sus rutinas diarias, como el cambio de ciertas rutas, el uso de elementos de defensa personal e incluso el uso de prendas de vestir que cubran más el cuerpo, como los pantalones, por protección; sin embargo, que incluso a pesar de estas medidas de precaución las mujeres siguen siendo un objeto de acoso.

Éste y todos los demás tipos de violencias contras las mujeres, reflejan una desigualdad de género que sigue cosificando a las mujeres, justificando y defendiendo a los hombres agresores a pesar de las medidas penales; ya que esta sociedad con una cultura patriarcal muy arraigada, lo sigue permitiendo sin considerar las repercusiones psicológicas y los cambios que puedan causar en las vidas de las víctimas (Tuyub *et. al.*, 2021).

La violencia contra las mujeres dificulta e imposibilita (en muchas ocasiones) su ingreso en espacios públicos que han sido masculinizados, incrementando las desigualdades de género y la violación de los derechos humanos de las mujeres. De esta forma, se invalidan y opacan sus voces; intentando someter los cuerpos sexuados femeninos ante la dominación masculina.

3.1.2.3.3. *Violencia de género en los medios de comunicación*

La *violencia de género en los medios de comunicación*, se hace presente en la transmisión de imágenes, videos y mensajes sexistas en relación a los roles y estereotipos de género y representación, especialmente, de la mujer en la sociedad; incluyendo la representación del física, principalmente, de las mujeres, lo que reproduce comportamientos machistas

(Chirino, 2020), ya que retratan, presentan y perpetúan estereotipos, roles y situaciones de violencia hacia las personas en función de su género.

Estos constructos sociales en torno a las mujeres, o bien los *estereotipos de género*, tienen consecuencias discriminatorias y estigmatizantes en torno a este grupo específico, privándoles de derechos e “imponiéndoles cargas –por ejemplo, soportar torturas, o un trato cruel o degradante-, o negándoles beneficios –por ejemplo, acceder a puestos de poder-.” (Ríos, 2018, p. 368). Esto, como se mencionó anteriormente, afecta su autoestima y cambia la percepción que tienen sobre sí mismas (Lara, Aranda, Zapata, Bretones y Alarcón, 2019).

A esto se le conoce comúnmente como *Body Shaming*, entendido como la “acción de generar el sentimiento de vergüenza en una persona mediante comentarios, críticas y burlas referidas exclusivamente a su aspecto físico.” (Brito, 2019, p. 13); esto ocurre cuando las personas son criticadas debido a prejuicios en torno a aquellos cuerpos que no cumplen con los estereotipos de belleza impuestos por la sociedad y los medios de comunicación (revistas, modelos de pasarela, anuncios publicitarios, pornografía, etc.); y este ideal es adoptado por las personas que crean una imagen de cómo debe lucir una mujer para ser aceptada en la sociedad y/o ser considerada atractiva por su pareja (Brito, 2019).

Debido a estas controversias, surgió inicialmente en Estados Unidos un movimiento en torno al *Body Positive* (Positividad Corporal), que Herrera (2022) cita a Cwynar-Horta (2016) para definirlo como todo mensaje “que desafía los ideales de belleza y fomentan la recuperación del control sobre la propia imagen. El Body Positive abarca cualquier acción individual o grupal cuyo objetivo sea denunciar las influencias sociales y la construcción de normas corporales.” (p. 31). Este movimiento promueve el amor propio, la aceptación corporal y la apariencia física, “incluyendo aspectos como la celulitis, el acné, los “rollitos” y cuerpos con diversidad funcional.” (Herrera, 2022, p. 31).

Por otra parte, la violencia de género en los medios no solo se limita a la representación visual, sino también a discursos, titulares y la forma en que se presentan ciertos temas como la objetivación y cosificación de la imagen de la mujer al presentarla como un objeto sexual, la falta de diversidad y representación de las personas de la comunidad LGBTIAQ+, y la normalización de la violencia en los noticieros (Burgos, 2012). Teniendo en cuenta que estas representaciones pueden influir en las percepciones, actitudes y comportamientos de la sociedad hacia la violencia de género.

Para abordar este problema, es esencial fomentar una representación más equitativa y diversa en los medios, promover la educación y conciencia sobre la violencia de género, así como incentivar la autorregulación y políticas que desalienten la reproducción de estereotipos perjudiciales en los contenidos mediáticos (Burgos, 2012). La responsabilidad de los medios y su papel en la promoción de una cultura de igualdad y respeto es fundamental para combatir la violencia de género en todas sus formas (Burgos, 2012).

3.1.2.3.4. Amor propio y autoestima

En relación con lo anterior, se ve reflejada la necesidad de fortalecer el *amor propio* y la *autoestima* de las mujeres, ya que al ser las principales víctimas de violencia, es importante una reconexión identitaria, corporal y de autonomía; debido a que es la base de la construcción de la percepción que tienen las personas sobre sí mismas; ya que, constantemente se recurre a la búsqueda de validación de otras personas, ya no solo de la pareja sentimental, sino incluso de la sociedad (familia, amigos, compañeros de trabajo, etc.).

Debido a la violencia que han sufrido las mujeres víctimas, aumenta la depresión, la ansiedad, el miedo, la inseguridad en sí mismas, la pérdida de la confianza en otras personas y muchos otros efectos secundarios producto de estas vivencias que tiene un impacto importante tanto para sus vidas personales y familiares, como laborales. Branden (1995; citado por Gómez y Mantilla, 2018) menciona que:

El constructo de autoestima está relacionado con el concepto de amor, al tener una autoestima negativa las personas suelen creer constantemente que su destino es el sufrimiento y que no son merecedoras de recibir amor, asumen como válidos los tratos despectivos de las parejas sentimentales debido que son, según ellas, la única fuente de aprobación (p. 8).

Algunas de las vivencias de una mujer con baja autoestima son, la comparación constante con otras personas, duda de sí misma y no cree que merezca sus logros (síndrome del impostor), cree que no puede bastarse a sí misma y que nadie le prestará atención, ni le dará trabajo ni la oportunidad que necesita; se siente insignificante, fea, frágil, desvalida, defectuosa, muy gorda o muy flaca; no se cree digna de amor, y acepta las críticas y rechazos como si fueran justos; está siempre atenta a satisfacer a la madre, al marido, a los hijos, creyendo que así la van a querer más; se auto reprocha e insulta por cada error, equivocación u olvido; no acepta elogios, disimula sus virtudes y enumera sus defectos; y tampoco expresa su enfado, ni se atreve a contradecir a nadie (Deza, 2012).

He aquí la importancia del autoconocimiento y aceptación personal; un punto fundamental para no depender emocionalmente de otras personas buscando afecto y validación externas. Por lo tanto, una forma de recuperar el control emocional y corporal que ha sido arrebatado y de reconocer que poner límites en cualquier tipo de relación (amistad, familiar, romántica) es un acto de amor propio.

Además, es importante comprender que fortalecer y recuperar la autoestima perdida no solo es para recuperar aquella autonomía y la confianza en sí misma, sino que también una pieza fundamental para el desarrollo profesional, y para garantizar la protección de la salud y el bienestar de las mujeres en la salud, en lo laboral, en lo doméstico, en la maternidad, en la calle y todos los espacios en donde las voces y los cuerpos de las mujeres han sido ultrajados e invalidados ante la dominación masculina.

3.1.2.4. Violencia intragénero

Las poblaciones sexualmente diversas también son víctimas de la violencia sistémica; debido a los prejuicios y otros factores sociales (religiosos, machistas, etc.) es casi imposible encontrar un espacio libre de discriminación, odio y rechazo hacia las personas de la comunidad LGBTIAQ+. Según los autores Botello-Peñaloza y Guerrero-Rincón (2018), a este tipo de violencia se le llama violencia intragénero.

La violencia intragénero, se manifiesta cuando se expresa una disconformidad y rechazo hacia aquellas orientaciones sexuales e identidades de género se salen del molde de lo binario, heteronormativo y hegemónico. Además, “En el ámbito urbano, este tipo de violencia se visibiliza de manera aguda dada la cercanía fuera de los espacios como el trabajo, el colegio, el barrio, etc. en los que se desenvuelven las personas.” (Botello-Peñaloza y Guerrero-Rincón, 2018, p. 130). La violencia que se ejerce todos los días hacia la comunidad LGBTIAQ+ es una “forma de expresión del poder patriarcal, que se expresa desde la violencia simbólica, verbal y física” (Carmona, 2021, p. 39), lo cual pone en riesgo la vida de muchas personas.

Las personas de la comunidad LGBTIAQ+ no son reconocidas como sujetas sociales, por lo que están envueltas en un entorno de injusticia y conflicto que les exige luchar por este reconocimiento, en contra de los patrones androcentristas, heterosexistas y homofóbicos de la sociedad (Jiménez, Cardona y Sánchez, 2017). Esto afecta directamente sus vidas, no solo por los prejuicios hacia el matrimonio y las muestras de afecto en público o el acoso, sino por el fortalecimiento de la marginalización, la pobreza y en ocasiones la muerte, que les impide tener una vida digna como todo ser humano.

En consecuencia, la violencia intragénero es un problema social “que debe ser evidenciado con el fin de generar un proceso de respeto, justicia, y buen trato, donde se les observe por sus cualidades y no por su condición sexual.” (Botello-Peñaloza y Guerrero-Rincón, 2018, p. 131). Por ello, es

necesario abrir espacios de reflexión, concientización y cuestionamientos en torno a las diversidades sexuales, con el fin de promover un trato respetuoso hacia esta población. Uno de los principales retos es involucrar a las personas de las comunidades en la construcción de espacios de representación y toma de decisiones en debates políticos; pues “su inclusión sentará bases para contrarrestar las exclusiones históricas de personas sexualmente diversas.” (Hernández y Winton, 2018, p. 22). Sin embargo, la igualdad política y la inclusión solo se pueden lograr cuando se garantice la ausencia de dominación y exclusión hacia las personas de esta comunidad.

3.1.3. Derechos Humanos

¿Qué son los derechos humanos? Los derechos humanos son principios universales, inherentes a todas las personas por el simple hecho de ser seres humanos. Estos derechos son inalienables, indivisibles e interdependientes, y están reconocidos internacionalmente como normas que deben ser respetadas, protegidas y garantizadas por los gobiernos y las sociedades en todo el mundo.

Según la Corte Interamericana de Derechos Humanos (CIDH, 2019) los derechos humanos:

se basan en el principio de respeto de todas las personas. La idea central es que cada persona es un ser moral y racional que merece que lo traten con dignidad. Se llaman derechos humanos porque son universales. Mientras que naciones y grupos especializados disfrutan de derechos específicos que aplican sólo a ellos, los derechos humanos son los derechos que cada persona posee (sin importar quién es o dónde vive) simplemente porque está viva. (p. 16).

Por lo que, son fundamentales para asegurar la dignidad, la igualdad y el bienestar de todos los individuos, sin discriminación por motivos de raza, color, sexo, idioma, religión, opinión política o de otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento u otra condición.

Además, según la CIDH (2019), los derechos humanos se dividen en categorías de derechos civiles, políticos, económicos, sociales y culturales, y son establecidos y protegidos por documentos y tratados internacionales, como la Declaración Universal de Derechos Humanos de 1948, la Convención Internacional sobre los Derechos Civiles y Políticos, la Convención Internacional sobre los Derechos Económicos, Sociales y Culturales, entre otros instrumentos jurídicos.

La CIDH (2019) define estas categorías de derechos humanos:

- Derechos civiles y políticos. Hacen referencia a las libertades y son, entre otros, el derecho a la vida, a la libertad y a la seguridad de la persona; a no sufrir tortura ni ser sometido/a a esclavitud; a participar en actividades políticas; a la libertad de opinión, expresión, pensamiento, conciencia y religión; y a la libertad de asociación y reunión.
- Derechos económicos y sociales. Son derechos orientados a la seguridad y comprenden, entre otros, el derecho al trabajo, a la educación, a un nivel de vida adecuado, a la alimentación, a la vivienda y a la atención médica.
- Derechos económicos, sociales y culturales (DESC). Son, entre otros, el derecho a vivir en un entorno limpio y protegido de la destrucción, y el derecho al desarrollo cultural, político y económico. (pág. 15).

Estos derechos incluyen, entre otros, el derecho a la vida, la libertad y la seguridad, el derecho a la igualdad y a no ser discriminado, el derecho a la libertad de expresión, el derecho a la educación, el derecho al trabajo y a condiciones laborales justas, el derecho a la salud, el derecho a un nivel de vida adecuado, incluyendo alimentación, vivienda y vestimenta, y el derecho a participar en la vida cultural, entre otros (CIDH, 2019).

Esto hace referencia a lo expuesto previamente en los apartados anteriores, ya que los derechos humanos desde la perspectiva de género

buscan garantizar la eliminación de las violencias basadas en el sexo, la orientación sexual, la identidad de género o cualquier otra característica relacionada; dado que éstas atentan contra la dignidad humana, la privación de su libertad de expresión, el derecho a la salud (mental, emocional y física), entre otras.

El enfoque de género dentro de los derechos humanos reconoce que las mujeres y otras identidades de género han enfrentado históricamente desigualdades y discriminación en diversas áreas, como acceso a la educación, oportunidades laborales, participación política, acceso a la salud y derechos reproductivos, entre otros.

Por lo que, la igualdad de género como un derecho humano fundamental implica la garantía de igualdad en la ley y en la práctica, asegurando que todas las personas, independientemente de su género, que han sido vulnerabilizadas tengan los mismos derechos, libertades y oportunidades (Iriarte, 2018). Esto incluye también a las personas adultas mayores, el derecho a vivir libres de violencia de género, el derecho a la participación plena y equitativa en la sociedad y el derecho al acceso igualitario a recursos y servicios.

Los derechos humanos de las personas adultas mayores se refieren a los principios fundamentales que garantizan el respeto, la dignidad, la igualdad y la protección de los derechos de las personas en la tercera edad (Agudelo-Cifuentes *et al.*, 2019). A medida que las sociedades envejecen, la atención a los derechos humanos de las personas adultas mayores se vuelve cada vez más relevante debido al abandono, el maltrato físico y emocional, y el irrespeto en las calles y demás.

El maltrato hacia las personas mayores puede presentarse en diferentes formas [20], y con frecuencia, un adulto mayor maltratado es víctima de más de una forma de abuso [25,26]. Estos hechos han sido clasificados comúnmente en cinco tipos: físico, psicológico, económico, sexual y

negligencia [20,22]. El Centro para el Control y Prevención de Enfermedades identifica estas cinco categorías y adiciona el abandono como forma de maltrato [5]. (Agudelo-Cifuentes *et al.*, 2019, p. 3).

Estos derechos están respaldados por varios documentos y tratados internacionales, como la Declaración Universal de Derechos Humanos, la Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad y la Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores, entre otros.

Por otra parte, garantizar los derechos humanos de la comunidad LGBTIAQ+ también son fundamentales para la igualdad, la no discriminación y el respeto a la diversidad sexual e identidad de género. Estos derechos buscan asegurar que todas las personas, independientemente de su orientación sexual, identidad de género o expresión de género, gocen de los mismos derechos y libertades que el resto de la sociedad. Además, porque el reconocimiento de los derechos esta población

es importante, ya que, es obligación del estado proteger los derechos de las y los ciudadanos, más aún al tratarse de un grupo minoritario, al que, como sociedad son discriminados a diario, además, no solo están expuestas estas personas a un sin número de vulneración de derechos, sino también, al aspecto psicológico que causa en ellos, ya que, los cambios generados, tanto en lo social, como, en lo personal deben ser afrontados de una forma adecuada para que, independientemente de su orientación sexual, sean personas iguales ante la sociedad y la ley. (Urrutia *et al.*, 2023, p. 401).

Por lo tanto, promover y proteger los derechos humanos de la comunidad LGBTIAQ+ implica la adopción de políticas inclusivas, el desarrollo de leyes que protejan contra la discriminación y la violencia, la promoción de la educación sobre diversidad sexual y de género, y el fomento de una cultura de respeto a la diversidad en todas las esferas de la sociedad. Esto contribuye

a crear entornos más equitativos, seguros y respetuosos para todas las personas, independientemente de su orientación sexual o identidad de género.

En conclusión, los derechos humanos sirven como un marco ético y legal para promover la justicia, la paz y el desarrollo sostenible, y son fundamentales para el respeto de la dignidad y el valor inherente de cada individuo en todas las sociedades del mundo. Por lo que, los esfuerzos para promover los derechos humanos desde un enfoque de género buscan cambiar las estructuras sociales, culturales y legales que perpetúan la desigualdad de género. Esto se logra a través de medidas legislativas, políticas públicas, campañas de concientización, educación y promoción de la igualdad de género en todas las esferas de la sociedad (Iriarte, 2018).

Capítulo IV

“Pero llega un momento en el que no puedes seguir cuidando a la gente. Tienes que empezar a cuidarte a ti misma.”

—Alice Oseman¹³.

4.1. Metodología

En este apartado se detalla el proceso metodológico seguido para cumplir con los objetivos de la Práctica Dirigida. Se expone el sustento teórico-metodológico que orientó el trabajo realizado, así como las acciones efectuadas para el diseño de los talleres participativos, la elaboración de materiales informativos y las tareas de asistencia al área de Desarrollo Social Inclusivo.

4.1.1. Sustento teórico-metodológico

El trabajo realizado se sustentó en el enfoque de género, en éste las poblaciones vulnerabilizadas (en su mayoría las mujeres) son sujetas de investigación e investigadoras al mismo tiempo, ya que se contemplan categorías y variables específicas que en investigaciones sexistas y androcéntricas no se considerarán relevantes, tales como el patriarcado, la discriminación, la violencia de género e intragénero, las brechas de género, entre otras (Bartra, 2010).

Además, este enfoque involucra un conjunto de posturas político-ideológicas que reconocen, primordialmente, a las mujeres como sujetas conscientes en la creación/producción de conocimiento científico, favoreciendo la comprensión de su realidad y la visibiliza (Blázquez, 2012). Lo cual se relaciona con lo que se mencionaba anteriormente sobre el enfoque de género; ya que se caracteriza por interesarse en el sentir, el pensar y el escuchar a las mujeres bajo estos mismos conceptos que han sido designados para las mujeres. Así comprenderlas desde una perspectiva más cercana;

¹³ Solitario, por Alice Oseman.

debido a que comparten experiencias, sensaciones y preocupaciones en común (Bartra, 2010).

Por ende, como profesional en los estudios de género se tiene el deber de apostar por aplicaciones metodológicas más sensibles, generando espacios de reflexión libres de discriminación, para plantear acciones de igualdad y equidad en conjunto con las personas; desde lo teórico, lo participativo y lo vivencial, se puede generar un ambiente encaminado a desmitificar prejuicios, estigmas, roles y estereotipos. Por lo tanto, se busca crear una relación entre las personas participantes y la facilitadora, en la que ambas partes se sientan cómodas en un espacio seguro y confiable para expresarse, preguntar y participar de forma activa y colaborativa en las actividades programadas.

4.1.2. Productos y técnicas

A continuación, se presentan los productos y técnicas metodológicas correspondientes en esta Práctica Dirigida, la cual incluye el diseño de 6 talleres y la ejecución de 4 de ellos, mediante una metodología participativa; así como también el diseño de materiales informativos sobre temas vinculados a los derechos humanos y la prevención de la violencia. Finalmente, la asistencia administrativa al área de Desarrollo Social Inclusivo en lo que se requirió.

4.1.3.1. Talleres participativos

La metodología participativa es una forma efectiva de creación de conocimiento a partir de la integralidad y las interacciones subjetivas de las personas integrantes de un grupo durante el intercambio de conocimientos. “Es, precisamente, este caudal sinérgico de los recursos no convencionales lo que hace del proceso metodológico un importante espacio sinérgico de interaprendizajes.” (Abarca, 2016, p. 94). Por esta razón, la metodología participativa será una importante herramienta para el intercambio de conocimientos, saberes y experiencias.

Por ende, se procedió con la elaboración de los talleres participativos, que según da Costa, Poggi y Molina (2015) “son una de las técnicas cualitativas de recolección de datos de carácter grupal. Es un espacio de discusión entre varios actores sociales convocados por ser representativos en la cuestión a tratar. Se discuten problemas y soluciones, se asumen compromisos entre los talleristas y el consenso es condición necesaria en la presentación de las conclusiones de la mesa de trabajo” (p. 8). Por lo que son técnicas con herramientas dinámicas que permiten a las personas investigadoras o facilitadoras acceder al conocimiento de las personas, “es una metodología práctica que permite obtener información de diferentes personas al mismo tiempo.” (Richers, Harvey, Casanoves, DeClerck y Benjamin, 2011, p. 157).

También permiten brindar información teórica de manera activa, empírica y vivencial, dado que esta técnica es conocida como “un espacio-tiempo para la vivencia, la reflexión y la conceptualización como síntesis del pensar, el sentir y el hacer” (González, 1987; citado por Aponte, 2015, p. 51); lo que se ajusta perfectamente al enfoque feminista que se requiere para abordar los temas vinculados a las violencias de género. Además, se buscó crear un ambiente donde las personas se sintieran cómodas en un espacio seguro y confiable; y que participaran de forma activa y colaborativa en las actividades programadas.

Para la ejecución de esta técnica, el diseño de cada taller inició con la búsqueda de información acerca del tema correspondiente, sistematizándose los principales conceptos desarrollados. Posteriormente, se definió el encuadre del taller, que incluye la definición de los siguientes aspectos: población participante, lugar, duración de la sesión, objetivos del taller, temas por tratar, metodología, programación de actividades, recursos de apoyo, formulario *pre-test* y *post-test*.

Una vez elaborada la propuesta de cada taller, fue validada por la supervisora Y. Monterrey, psicóloga de la Municipalidad de San Pablo;

asesora y encargada del área de Desarrollo Social Inclusivo, quién además fue acompañante en cada sesión para así brindar asistencia psicológica en caso de ser necesaria. Además, la asesora colaboró con la convocatoria de las personas participantes (de carácter voluntario) por diferentes medios de comunicación (whatsapp, correo electrónico, etc.), la coordinación del espacio dónde se dieron los talleres y el lugar.

Inicialmente se propuso el diseño y ejecución de 6 talleres dirigidos a diferentes poblaciones; sin embargo, por motivos que se explicarán en detalle en el siguiente capítulo, 2 talleres no se pudieron desarrollar. En la Tabla 2 se indica el nombre de cada taller diseñado, los criterios de inclusión de las personas participantes, la fecha de los talleres impartidos, la cantidad de participantes y el lugar en dónde se efectuó.

Se aplicó un formulario *pre-test* antes de iniciar cada taller para conocer las percepciones y conocimientos acerca del tema que tenían las personas participantes. Una vez concluido el taller se aplicó un formulario *post-test* para valorar los aprendizajes adquiridos durante la actividad, dudas y retroalimentación hacia la facilitadora.

Las sesiones fueron documentadas por medio de fotos y videos, con el consentimiento de las personas participantes. Se llevó un diario de campo para registrar el proceso, facilitar la sistematización y el análisis de datos y elaborar el informe final que integra las actividades realizadas. También se tomó en cuenta las principales limitaciones que podrían encontrarse en la ejecución de este trabajo, como la baja participación de la población, posibles resistencias hacia algunos temas por parte de las personas participantes, basadas en prejuicios o estereotipos; y la coordinación de espacios, tiempo y la disponibilidad de los grupos.

Tabla 2.

Talleres impartidos y población participante

Tema del taller	Criterios de inclusión de las personas participantes	Fecha de realización y cantidad de participantes	Lugar
Derechos humanos	<ul style="list-style-type: none"> ● Personas que integran la Red de Violencia Intrafamiliar. ● Personas residentes en el cantón de San Pablo de Heredia. 	<p><u>Fecha:</u> jueves 23 de agosto</p> <p>8 participantes</p>	Casa Cultural de San Pablo de Heredia
Amor propio	<ul style="list-style-type: none"> ● Mujeres residentes en el cantón de San Pablo de Heredia. ● Personas mayores de 18 años. ● Sin profesión u ocupación específica. 	<p><u>Fecha:</u> jueves 28 de septiembre</p> <p>Grupo #1: 10 participantes</p>	Casa Cultural de San Pablo de Heredia
	<ul style="list-style-type: none"> ● Personas que integran el Comité de Bienestar y Apoyo Emocional. ● Personas residentes en el cantón de San Pablo de Heredia. 	<p><u>Fecha:</u> miércoles 28 de octubre</p> <p>Grupo #2: 5 participantes</p>	Instalaciones del Concejo Municipal de San Pablo
Violencia de género y ciclo de la violencia	<ul style="list-style-type: none"> ● Personas integrantes de la Comisión de la Condición de la Mujer. ● Personas residentes en el cantón de San Pablo de Heredia. 	<p><u>Fecha:</u> jueves 13 de julio</p> <p>2 participantes</p>	Instalaciones del Concejo Municipal de San Pablo
Derechos de la persona adulta mayor	<ul style="list-style-type: none"> ● Personas adultas mayores, residentes en el cantón de San Pablo de Heredia. 	<p><u>Fecha:</u> martes 20 de junio</p> <p>15 participantes</p>	Centro Diurno Rincón de Ricardo
Derechos de la comunidad LGBTIQ+	<ul style="list-style-type: none"> ● Personas residentes en el cantón de San Pablo de Heredia. ● Personas mayores de 18 años. 	No se realizó	No se realizó

Violencia en las relaciones de pareja	<ul style="list-style-type: none"> ● Personas residentes en el cantón de San Pablo de Heredia. ● Estudiantes del Colegio Mario Vindas Salazar. 	No se realizó	No se realizó
--	--	---------------	---------------

Fuente: Elaboración propia, 2023.

4.1.3.2. Materiales informativos

Las infografías y los *brochures* son herramientas de comunicación visual diseñadas para transmitir información de manera efectiva y atractiva, por medio de elementos de diseño, para compartir contenido de manera interactiva (Muñoz, 2014). La idea principal de este material fue brindar información visual y simplificada al personal de la Municipalidad de San Pablo y a la comunidad san pableña en cuanto a temas de derechos de las personas pertenecientes a la comunidad LGBTIAQ+ y el acoso sexual callejero.

Según Martínez, Vallín y Suárez (2017), la planeación de una infografía consiste en lo siguiente:

- Definir tema, destinatarios y objetivos.
- Recopilar la información acerca del tema.
- Organizar las ideas: Agrupar temas y subtemas. Jerarquizar la información.
- Descartar lo que sea irrelevante.
- Hacer un esquema o bosquejo de la infografía.
- Seleccionar el programa.
- Diseñar la infografía: color, texto breve, fuentes e íconos, ilustraciones, gráficos. (p. 1).

Para ello, se optó por el programa de diseño de plantillas, edición de imágenes y videos CANVA; ya que es el programa brinda las herramientas necesarias para el desarrollo de este tipo de materiales (texto, plantillas, decoración, colores. etc.) y garantiza la calidad estética y visual de los

productos. Además, proporciona funciones dinámicas que facilitan el proceso de edición, al ser fácil de usar. De esta manera, se logró simplificar la información encontrada y evitar la fatiga visual.

Por lo que, fue necesaria la búsqueda de información respecto a las diversidades sexuales, los derechos humanos de la comunidad LGBTIAQ+ e información histórica del Día Internacional del Orgullo, para que el área de Desarrollo Social Inclusivo pueda promover un comportamiento respetuoso de manera accesible y no invasiva, debido a los prejuicios de la población. Por ello, se destaca la importancia de la sensibilización y concientización acerca de los derechos de la comunidad LGBTIAQ+ en este material, para colocar en las instalaciones municipales, *brochures* para repartir y *posts* para compartir en las redes sociales, especialmente para la población joven.

Asimismo, para el abordaje sobre el tema del acoso sexual callejero fue necesario el diseño e implementación de infografías y folletos (*brochures*), que serán de gran utilidad a la Brigada Águilas Acoso Sexual Callejero (AASECA), un movimiento local, compuesto principalmente por mujeres de la comunidad con el asesoramiento con la Municipalidad de San Pablo, así como también al resto de la comunidad y el personal municipal; ya que como se mencionó anteriormente, son herramientas efectivas para transmitir información de forma no agresiva, de manera clara y accesible, informando y concientizando sobre la importancia de denunciar los actos de violencia de género, en contra de las mujeres.

En el material elaborado se indica que el acoso sexual callejero es una forma de violencia de género y un delito, según la Ley contra el acoso sexual callejero N° 9877. Además, se presentan ejemplos de comportamientos inapropiados, consejos para prevenir y abordar el acoso, lo que ayuda a sensibilizar a la sociedad sobre este problema. El objetivo de este material es que sea accesible para todas las personas, lo que es crucial para que llegue a un público amplio y diverso; así, poder informar a las personas sobre lo que

constituye este tipo de violencia, cómo reconocerla y cómo se puede responder ante él.

Con estos materiales se pretende contribuir a empoderar a las víctimas y testigos para tomar medidas, además de proporcionar consejos y estrategias de prevención. La prevención es fundamental para reducir la incidencia de la violencia de género y la violencia estructural hacia aquellas poblaciones vulnerabilizadas, por medio de la difusión de la información en las redes sociales, y aumentar la visibilidad de estos problemas sociales y fomentar espacios de diálogo, prevención y de lucha (Muñoz, 2014).

Por otra parte, se propicia un involucramiento comunitario, ya que estas herramientas pueden ser distribuidas en la comunidad de San Pablo en eventos, escuelas o espacios públicos, lo que facilita la concientización y la movilización de la comunidad para abordar estos problemas de forma efectiva. Esto ayuda a generar un cambio de actitudes y normas sociales que respaldan la violencia de diversas maneras. De esta forma, fomenta la sensibilización a la sociedad y crea presión para el cambio; ya que “tiene la capacidad de aclarar y aumentar los conocimientos obtenidos a través de otras formas de presentación de la información” (Marín, 2009, p. 446).

Las infografías y los folletos son herramientas importantes para abordar temas importantes, como un periódico, ya que ayudan a crear conciencia, educar, prevenir, empoderar, a cambiar las actitudes y fomentar una cultura de respeto, igualdad y equidad de género; lo que contribuye a la lucha contra este problema, que involucra a toda la sociedad costarricense.

4.1.3.2. Acciones de asistencia

Adicionalmente, se realizaron tareas administrativas y de soporte técnico, en apoyo al área de Desarrollo Social Inclusivo, tales como: cuadros estadísticos (en Excel) para el informe de atenciones psicológicas brindadas durante el primer período del 2023. Se colaboró con la búsqueda de artistas con propuestas inclusivas para el Día Internacional del Orgullo y también

artistas cuya propuesta fuera feminista, para el Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer, como parte de la organización de actividades dirigidas a la comunidad de San Pablo, que impulsan y promueven la igualdad y equidad de género.

Se elaboró un informe de las actividades realizadas en el área de Desarrollo Social Inclusivo, para brindar retroalimentación de mejora continua a esta área, con base en la experiencia, observaciones y aprendizajes adquiridos durante el periodo establecido. El informe consiste en un documento que pretende comunicar a la encargada las fortalezas y debilidades de esta área, para así, motivar en la mejora continua del desempeño de las funciones de esta área.

4.1.3. Procedimientos éticos

Para llevar a cabo el resguardo ético de los talleres participativos, se aplicó el consentimiento informado elaborado por la estudiante, que se presenta en el Anexo 7, el cual fue entregado y firmado por las personas participantes antes de comenzar las actividades previamente programadas. El consentimiento informado, que según Meo (2010) consta de un proceso en el que las personas participantes:

Deben recibir información acerca de los objetivos de la investigación, el tipo de participación solicitada, el origen del financiamiento del proyecto y los posibles usos de los resultados del estudio. Asimismo, se les debe solicitar autorización para usar la información. Finalmente, se les debe garantizar el derecho a interrumpir su participación en cualquier momento (p. 7).

El objetivo fue detallar y aclarar a las personas participantes que se pretende conservar su integridad y su autonomía, el derecho de participar de forma voluntaria y a decidir hasta qué punto desea continuar, de lo contrario está en todo su derecho de retirarse en cualquier momento. Debido a que se trataron temas personales y delicados con las personas informantes, se

tomaron medidas preventivas para la adecuada moderación del proceso. Asimismo, se brindó apoyo psicológico en un caso particular, por parte de la asesora y encargada del área de Desarrollo Social Inclusivo, quién estuvo presente durante cada sesión.

Se procuró mantener un ambiente seguro y adecuado (privacidad, iluminación, etc.) en donde se realizaron los talleres. Durante estos talleres, se solicitó a las personas participantes confidencialidad de los temas emergentes discutidos (comentarios, anécdotas compartidas), lo cual se detalla en el consentimiento informado. Además, se explica que no hay intenciones que afecten o dañen a las personas de forma física o psicológica.

A las personas participantes se les solicitó la autorización de ser grabadas en audio y/o video, y a ser fotografiadas durante la sesión; aunque, se conservó el derecho de mantener el anonimato por medio de la censura de nombres y rostros para asegurar su protección y confidencialidad (especialmente en menores de edad). Finalmente, la información brindada por las personas participantes será utilizada con fines académicos solamente.

4.1.4. Alcances

Esta Práctica Dirigida contribuyó con la gestión del área de Desarrollo Social Inclusivo de la Municipalidad de San Pablo de Heredia, mediante la aplicación de procesos de capacitación a instancias municipales y a la comunidad de San Pablo, a partir de enfoques y metodologías aprendidas a lo largo de la formación profesional universitaria en la carrera de Bachillerato en Género y Desarrollo, así como el diseño de materiales informativos y apoyo en algunas actividades puntuales.

Se actualizaron y fortalecieron los conocimientos en temas de derechos humanos, género y/o prevención de la violencia de género de las personas integrantes de la Red de Violencia Intrafamiliar de San Pablo, el Comité de Apoyo de Bienestar Emocional y la Comisión de la Condición de la Mujer de la Municipalidad de San Pablo, un grupo de mujeres de la comunidad y personas adultas mayores del Centro Diurno Rincón de Ricardo, generando un

aprendizaje integral y recíproco con el área de Desarrollo Social Inclusivo y sus representantes.

Capítulo V

“Uno nunca llega a entender a otra persona hasta que considera las cosas desde su punto de vista... hasta que se mete en su piel y camina con ella.”

—Harper Lee¹⁴.

5.1. Bitácora de actividades realizadas

La práctica dirigida se efectuó entre los meses de marzo y noviembre de 2023, con una duración estimada de 400 horas, y abarcó diferentes actividades como el diseño y desarrollo de talleres participativos dirigidos a diversas poblaciones para la prevención de las violencias interseccionales desde el enfoque de género, la elaboración de infografías y *brochures* sobre los derechos LGBTIAQ+ y diversidades sexuales y otras actividades de apoyo al área de Desarrollo Social Inclusivo de la Municipalidad de San Pablo de Heredia. En la Tabla 3 se presenta la bitácora de las actividades realizadas según fecha.

Tabla 3.

Actividades realizadas durante la Práctica Dirigida. Marzo a noviembre 2023

Año 2023	Actividades efectuadas
Marzo-Abril	
Durante estos meses	<ul style="list-style-type: none">• Fortalecimiento del Marco Teórico y la Justificación, y ajustes a los objetivos.• Búsqueda y sistematización de referencias bibliográficas para el diseño de los talleres.
Mayo	
Durante el mes	<ul style="list-style-type: none">• Búsqueda y sistematización de referencias bibliográficas para el diseño de los talleres.• Búsqueda de artistas para el “Día Internacional del Orgullo” (cancelado por falta de anuencia).
17/05/2023	<ul style="list-style-type: none">• Asistencia al evento, conferencia sobre el Día Internacional contra la Lesbofobia, Homofobia, Bifobia y Transfobia, a solicitud de la Encargada del área de Desarrollo Social Inclusivo.
Junio	

¹⁴ Matar a un ruiseñor, por Harper Lee.

Año 2023	Actividades efectuadas
Marzo-Abril	
Durante el mes	<ul style="list-style-type: none"> • Diseño de talleres participativos: Derechos de la comunidad LGBTIAQ+, Violencia en las relaciones de pareja, Amor propio, Ciclo de la violencia y Derechos de la persona adulta mayor.
09/06/2023 hasta el 16/06/2023	<ul style="list-style-type: none"> • Búsqueda y sistematización de referencias bibliográficas para el diseño del taller sobre los derechos de la persona adulta mayor: "MAYOR Hoy". • Diseño del taller sobre los derechos de la persona adulta mayor: "MAYOR Hoy".
20/06/2023	<ul style="list-style-type: none"> • Ejecución del taller sobre los derechos de la persona adulta mayor: "MAYOR Hoy", en el Centro Diurno Rincón de Ricardo.
21/06/2023 hasta el 28/06/2023	<ul style="list-style-type: none"> • Sistematización de la información derivada del taller.
Julio	
13/07/2023	<ul style="list-style-type: none"> • Ejecución del Taller sobre el ciclo de la violencia: "Destruir para reconstruir", impartido a la Comisión de la Condición de la Mujer.
17/07/2023 hasta el 20/07/2023	<ul style="list-style-type: none"> • Sistematización de la información derivada del taller.
21/07/2023 hasta el 31/07/2023	<ul style="list-style-type: none"> • Elaboración de cuadros estadísticos para el informe de atenciones psicológicas brindadas durante el primer período del 2023.
Agosto	
16/08/2023 hasta el 21/08/2023	<ul style="list-style-type: none"> • Diseño del Taller sobre Derechos Humanos: "Tenemos el PODER, somos la VOZ", para la Red de Violencia Intrafamiliar.
23/08/2023	<ul style="list-style-type: none"> • Ejecución del Taller sobre Derechos Humanos: "Tenemos el PODER, somos la VOZ", a la Red de Violencia Intrafamiliar.
24/08/2023 hasta el 31/08/2023	<ul style="list-style-type: none"> • Sistematización de la información derivada del taller.
Septiembre	
Durante el mes	<ul style="list-style-type: none"> • Búsqueda de referencias bibliográficas sobre el tema de los derechos de la comunidad LGBTIAQ+ y el Día Internacional del Orgullo. • Elaboración de infografías sobre los derechos de la comunidad LGBTIAQ+ y el Día Internacional del Orgullo. • Revisión y ajustes de los materiales informativos.
28/09/2023	<ul style="list-style-type: none"> • Ejecución de taller sobre amor propio: "¡No soy <u>YO</u>; eres <u>TÚ!</u>", a la comunidad de San Pablo
29/09/2023 hasta el 06/09/2023	<ul style="list-style-type: none"> • Sistematización de la información derivada del taller.
Octubre	

Año 2023	Actividades efectuadas
Marzo-Abril	
Durante el mes	<ul style="list-style-type: none"> • Elaboración del primer avance del Informe final.
09/10/2023	<ul style="list-style-type: none"> • Entrega de las infografías sobre los derechos de la comunidad LGBTIAQ+ y el Día Internacional del Orgullo.
23 y 24/10/2023	<ul style="list-style-type: none"> • Búsqueda de artistas feministas para el “Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer”.
25/10/2023	<ul style="list-style-type: none"> • Búsqueda de referencias bibliográficas sobre el tema del acoso sexual callejero. • Elaboración de infografías sobre el acoso sexual callejero.
25/10/2023 hasta el 30/10/2023	<ul style="list-style-type: none"> • Revisión y ajustes de los materiales informativos. • Búsqueda de artistas para el Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer.
26/10/2023	<ul style="list-style-type: none"> • Asistencia al evento “Octubre Urbano”, para brindar apoyo a la Encargada del área de Desarrollo Social Inclusivo (cancelado por las lluvias).
Noviembre	
Durante el mes	<ul style="list-style-type: none"> • Elaboración del Informe final.
01/11/2023	<ul style="list-style-type: none"> • Ejecución de Taller sobre amor propio: “¡No soy <u>YO</u>; eres <u>TÚ!</u>”, al Comité de Apoyo de Bienestar Emocional.
03/11/2023 hasta el 10/11/2023	<ul style="list-style-type: none"> • Sistematización de la información derivada del taller.
07/11/2023	<ul style="list-style-type: none"> • Entrega de las infografías sobre el acoso sexual callejero.
22/11/2023	<ul style="list-style-type: none"> • Participación del Encuentro de Mujeres Líderesas representantes de los cantones de Heredia.
23/11/2023	<ul style="list-style-type: none"> • Asistencia a la encargada del área de Desarrollo Social Inclusivo en la convocatoria de la actividad del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer, cine foro “CATALINA” y rap feminista.
30/11/2023	<ul style="list-style-type: none"> • Actividad del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer: presentaciones artísticas y apoyo a pequeñas empresas de la comunidad (cancelado).
Total de horas:	400 horas

Fuente: Elaboración propia.

5.2. Productos elaborados y entregados

A continuación, se presentan los productos elaborados. En el caso de los talleres participativos, el diseño incluye los objetivos generales y específicos de cada uno, la duración, la población a la cual se dirigió, si fue necesario diseñar una o más sesiones y las actividades propuestas o realizadas. Además, se describen los materiales didácticos (infografías, *brochures*, etc.) diseñados para la comunidad, el personal municipal y las redes sociales de la Municipalidad de San Pablo de Heredia.

5.2.1. Talleres participativos

En total se diseñaron 6 talleres, de los cuales se impartieron 4 y no fue posible desarrollar 2 por motivos fuera del control de la estudiante. Los temas abordados en cada taller fueron sugeridos por la Encargada del área de Desarrollo Social Inclusivo de la Municipalidad de San Pablo de Heredia, respondiendo a las necesidades de cada grupo.

5.2.1.1. Taller No 1: Derechos Humanos

Grupo	Cantidad de participantes	Fecha	Hora	Lugar
Red de Violencia Intrafamiliar de San Pablo	8 participantes	Jueves 23 de agosto del 2023	2:00 p.m.	Casa Cultural de San Pablo de Heredia

Título del taller: “Tenemos el PODER, somos la VOZ”

Objetivo general del taller

- Fortalecer los conocimientos acerca de los derechos humanos y promover un comportamiento no discriminatorio, igualitario y equitativo, por medio de actividades lúdicas que generen discusión, concientización y cuestionamientos.

Objetivos específicos del taller

- Conocer la percepción de las personas participantes acerca de los derechos humanos.
- Definir conceptos básicos de derechos humanos, sus tipos y la importancia para la sociedad.
- Reflexionar acerca de los mitos y las realidades en la sociedad para la protección de los derechos humanos.
- Promover la protección de los derechos humanos fundamentales según la Corte Interamericana de los Derechos Humanos.

Duración del taller: Una hora y media (01: 30: 00)

Sesión única

Actividades

Actividad No 1: Teléfono chocho

Objetivo de la actividad: Conocer al grupo y promover confianza no solo con la facilitadora, sino también con las demás personas. Además, de esta manera, la facilitadora también tendrá la oportunidad de introducir el tema del taller.



20 minutos.

Materiales:

- Hoja de papel
- Lapiceros/ lápiz de colores o marcadores



- ❖ Descripción de la actividad: Se divide al grupo en dos, luego se le pide al grupo que se coloque en una fila viendo hacia el frente, una persona detrás de otra. Una vez alineada la fila se le dirá a la última persona que se presente diciendo su nombre y una cualidad, característica o dato curioso que quiera compartir de sí mismo(a) al oído de la persona que tenga enfrente; esta persona deberá pasar el mensaje hasta que llegue al primero. La persona a la cabeza de la fila deberá anotar rápidamente en un papel que le dará la facilitadora, y esta persona deberá colocarse al final de la fila y enviará otro mensaje que también será anotado en el papel; y así sucesivamente hasta que todas las personas hayan participado. Al final, la facilitadora compartirá las respuestas con el grupo y el subgrupo con mayores respuestas acertadas ganará.

Actividad No 2: Luvia de ideas

Objetivo de la actividad: Conocer la percepción de las personas participantes acerca de las principales características conceptuales de los derechos humanos según la Declaración Universal de Derechos Humanos.



30 minutos

Materiales:

- Papelógrafo
- Marcadores/lapiceros
- Guía de preguntas elaborada por la facilitadora.



- ❖ Descripción de la actividad: Partiendo de una pequeña guía de preguntas elaborada por la facilitadora, las personas participantes deberán escribir y/o dibujar en un papelógrafo sus respuestas; las cuáles serán compartidas con el resto del grupo al final de la actividad para explicar qué son los derechos humanos según la Declaración Universal de Derechos Humanos.

- ❖ Anexo n°. 1: Guía de preguntas

Guía de preguntas

- ¿Qué nos identifica como seres humanos?
- ¿Qué son los derechos humanos, cómo los definirían?
- ¿Cuáles son los derechos humanos?

Actividad No 3: Video “¿ Qué son los Derechos Humanos? Organización Unidos por los Derechos Humanos”

Objetivo de la actividad: Reflexionar acerca de los derechos humanos, su historia de origen y su importancia en la sociedad, pero sobre todo el papel que desempeñan en los valores y principios de la Red contra la Violencia Intrafamiliar.



09: 45 minutos.

Materiales:

- Computadora
- Proyector
- Parlantes



- ❖ Descripción de la actividad: Se le proyectará el video al grupo para reforzar la actividad anterior, con la intención de generar discusión y debate acerca de los derechos humanos, su historia y su importancia en la sociedad. Posteriormente, se abrirá una plenaria para comentar el vídeo, a partir de unas preguntas elaboradas por la facilitadora.

- ❖ Anexo n°. 2: Video:

<https://www.youtube.com/watch?v=PPeRECua5CQ>

Guía de preguntas

- ¿Son los derechos universales?
- ¿Qué papel juegan los DDHH en la Red contra la Violencia Intrafamiliar?

Actividad No 4: Río revuelto

Objetivo de la actividad: Reflexionar sobre los mitos y realidades de los derechos humanos, y promover un comportamiento equitativo e igualitario, por medio del trabajo en equipo.



30 minutos.

Materiales:

- Cañas de pescar creados por la facilitadora
- Cinta adhesiva
- Peces de papel
- Papeles con la información sobre el tema



- ❖ Descripción de la actividad: se hará un círculo con cinta adhesiva en el suelo y se colocarán unos peces de papel dentro del mismo, previamente planificado por la facilitadora. Se dividirá al grupo en dos, nuevamente, y, se le dará un cordel con un clip a cada subgrupo (que hará alusión a una caña de pescar). El subgrupo que haya pescado más peces gana. Los peces contienen información y frases sobre mitos y realidades y datos de derechos humanos e injusticia social. Las personas participantes en sus respectivos subgrupos deberán leer en voz alta cada frase y dar su opinión sobre si está de acuerdo o no con la frase; puede recibir ayuda del resto de participantes, de esta forma se fomentará el trabajo en equipo. La facilitadora brinda retroalimentación a las personas participantes acerca de los mitos y realidades de los derechos humanos.

Actividad No 5: Debate

Objetivo de la actividad: Promover el debate, la escucha y el respeto sobre la importancia y la protección de los derechos humanos para erradicar la injusticia social.



40 minutos.



Materiales:

- Temas propuestos por la facilitadora

- ❖ Descripción de la actividad: La facilitadora le mostrará al grupo, una bolsa con papeles pequeños doblados, los cuales contienen temáticas controversiales y polémicos de Derechos Humanos. El grupo deberá elegir una persona representante para tomar un papelito a ciegas. Una vez que la persona haya tomado el papel, el grupo será dividido en dos y deberá realizar un debate grupal sobre el tema (un subgrupo estará a favor y el otro en contra). La persona representante que tomó el papel al azar será el/la mediador(a). Posteriormente, se determinará una conclusión, y se les preguntará cómo se sintieron durante la actividad.
- ❖ La facilitadora agradeció la participación en el taller y compartió al grupo un instrumento de retroalimentación.

5.2.1.2. Taller No 2: Amor propio

Grupo	Cantidad de participantes	Fecha	Hora	Lugar
Grupo de mujeres de la comunidad de San Pablo	10 participantes	Jueves 28 de septiembre del 2023	6:00 p.m.	Casa Cultural de San Pablo de Heredia
Comité de Apoyo de Bienestar Emocional	5 participantes	Miércoles 25 de octubre del 2023	10:00 a.m.	Instalaciones del Concejo Municipal de San Pablo

Título del taller: “¡No soy YO; eres TÚ!”

Objetivo general del taller

- Generar conciencia sobre la violencia de género en torno a los estereotipos de belleza y el impacto en la vida de las mujeres.

Objetivos específicos del taller

- Conocer la percepción que tienen las mujeres participantes acerca de la identidad propia y la relación con su cuerpo.
- Informar sobre la problemática del *body shaming*, del *body positive*, y sus repercusiones en la sociedad.
- Establecer la importancia del reconocimiento de la autonomía corporal y la autoestima.

Duración del taller: Una hora y treinta y cinco minutos (01: 35: 00)

Sesión única

Actividades

Actividad No 1: “A de Afecto”

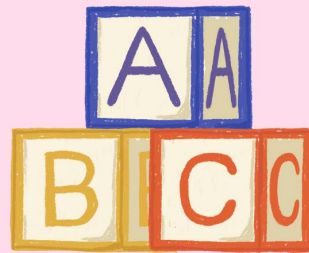
Objetivo de la actividad: Conocer al grupo y promover la confianza no solo con la facilitadora sino también con las demás personas. Además, de esta manera, la facilitadora también tendrá la oportunidad de evaluar la participación.



20 minutos.

Materiales:

- Ninguno.



- ❖ Descripción de la actividad: La dinámica consiste en pedirle al grupo que haga un círculo y se presente diciendo su nombre y, además, mencione una palabra que empiece con la primera letra de este. Esta debe ser una palabra con la que la persona se identifique o con que la defina (alguna cualidad); empezando por la facilitadora. Por ejemplo: “Yo me llamo Tracy, con T de temeraria.”

Actividad No 2: La cuerda floja

Objetivo de la actividad: Analizar cómo les ha afectado a las participantes en su autoestima, la violencia de género debido a los estereotipos sociales.



20 minutos.

Materiales:

- Cinta adhesiva
- Guía de frases elaborada por la facilitadora



- ❖ Descripción de la actividad: se colocará una línea con cinta adhesiva en el medio del salón. Las participantes se colocarán sobre la cinta formando una fila una detrás de la otra. Después la facilitadora dirá una serie de frases previamente escritas y las participantes deberán identificar si han escuchado algunas de las frases dando un paso a la derecha (ya sea que se las hayan dicho o las hayan utilizado alguna vez), y de lo contrario darán un paso a la izquierda. Al final las participantes deberán opinar respecto a cómo se sintieron con la actividad y la facilitadora hará una reflexión en torno sus opiniones y comentarios.

❖ Anexo n°. 1: Frases

¿Alguna vez ha escuchado o te han dicho alguna de estas frases?

- “¡Wow, amiga! Te ves mucho mejor delgada.”
- “El pelo largo te quedaba mejor.”
- “Un cuerpo sano no es gordo.”
- “Qué dichosa que come y no engorda.”
- “Igual y con una nariz más finita te verías mejor.”
- “Te ves muy pálida.”
- “¡Qué flaquita que está! ¿Su mamá la alimenta bien?”
- “Quisiera tener tu autoestima.”
- “Tienes una cara muy bonita, lástima que estás rellenita.”
- “¿Estás subiendo de peso? Deberías cuidarte más.”
- “¡Uy! Ella es muy fea para estar con un hombre tan guapo.”
- “Acomodate la blusa, se te ven los rollitos.”
- “Qué flaca que está, seguro está enferma.”

Actividad No 3: Luvia de ideas

Objetivo de la actividad: Aclarar conceptos básicos sobre la violencia de género hacia las mujeres en torno a los estereotipos sociales que afectan su autoestima, y sobre los diferentes tipos de amor, centrándose en el amor propio.



30 minutos

Materiales:

- Papelógrafo
- Marcadores/lapiceros
- Guía de preguntas elaborada por la facilitadora.



- ❖ Descripción de la actividad: se profundizará brevemente el tema de la violencia de género dirigida hacia las mujeres en torno a los estereotipos sociales que afectan su autoestima, a partir de una serie de preguntas, elaboradas por la facilitadora. De esta forma, explicarles muy brevemente, que hay diferentes tipos de amor: de pareja, de familia, amistad, etc.; centrándose en el amor propio. Posteriormente se abre plenaria para preguntas, comentarios, etc.

- ❖ Anexo n°. 2: Guía de preguntas

Guía de preguntas:

1. ¿Para ustedes qué es el amor, cómo lo definirían?
2. ¿Para ustedes que es el autoestima?
3. ¿Alguna vez han escuchado el término "body shaming" o "body positive" en las redes sociales o en alguna plática con alguna amiga o hija? Si la respuesta es "sí", ¿podría explicarlo con sus propias palabras?
4. ¿Para ustedes qué es la violencia de género?
5. ¿De qué forma cree usted que los medios de comunicación (anuncios en la tele, youtube, revistas, o en las redes sociales) violentan a las mujeres?

Actividad No 4: Cortometraje: "Obsesionada con la belleza (corto animado)"

Objetivo de la actividad: Mover sentimientos acerca de la violencia de género en los medios de comunicación sobre los estereotipos de belleza socialmente impuestos y las repercusiones en el autoestima de las mujeres.



02: 28 minutos.

Materiales:

- Computadora
- Proyector
- Parlantes



- ❖ Descripción de la actividad: Se le proyectará el video al grupo a modo de reflexión, ya que el video presenta situaciones que reflejan cómo la publicidad crea estereotipos de belleza que afectan la autoestima, principalmente en las mujeres, quienes enfrentan constantes críticas por no cumplir con los estereotipos sociales. Posteriormente, se abrirá una plenaria para comentar el vídeo y se les hará una serie de preguntas con relación al vídeo.

- ❖ Anexo n°. 3: Video

<https://www.youtube.com/watch?v=m7seld2KvGY>

Guía de preguntas

1. ¿Qué sensaciones le dejó el video?
2. ¿Qué entendió del video?
3. ¿Qué opina de la chica del vídeo?
4. ¿Por qué cree que la chica del vídeo se hacía tantos cambios en el cuerpo?
5. ¿Qué haría usted en el caso de la chica del video?
6. Si trabajara en el medio del espectáculo, ¿qué haría diferente para transmitir un mensaje más positivo en torno al físico de las mujeres?
7. ¿Qué le diría a sus hijas o sobrinas o a las niñas en general que están pasando por una etapa en que se están comparando con actrices, modelos, cantantes?
8. Si tuvieran un espejo enfrente, ¿qué se dirían a sí mismas?

Actividad No 5: Esta soy yo

Objetivo de la actividad: Promover la sororidad y el fortalecimiento de la relación de las participantes; asimismo, que se lleven un mensaje de motivación personal y amor propio.



30 minutos.

Materiales:

- Papel de colores
- Cinta adhesiva
- Pilots/marcadores



- ❖ Descripción de la actividad: Se les pide a las participantes que se pongan de pie, se estiren un poco, y luego la facilitadora les da unos papeles de colores, cinta adhesiva y marcadores. Las participantes deberán pegarse los papeles en la espalda con cinta adhesiva. A continuación, las participantes deberán caminar por el espacio escribiendo una cualidad o un mensaje en la espalda de sus compañeras con los marcadores, al ritmo de la música que la facilitadora reproducirá durante la actividad. Cuando la facilitadora detenga la música, las participantes se deben detener. Se les pide que se acerquen formando un círculo y una a una leerá lo que sus compañeras escribieron en sus espaldas. Finalmente, se les preguntará cómo se sintieron con la actividad, qué les dejó el taller, qué se llevan o si tienen algún mensaje para el grupo.

Actividad No 6: Me amo

Objetivo de la actividad: Reconocer su cuerpo y querer su cuerpo, y darse cuenta que su valor no está en las críticas de los demás.



5 minutos.



Materiales:

- Parlante
- Reproductor de música (computadora, celular, etc)

- ❖ Descripción de la actividad: Se les pide a las participantes que formen un círculo sentadas en el suelo. Luego la facilitadora les pide que cierren los ojos y se relajen con la música de fondo. Posteriormente, la facilitadora les pide que hagan una serie de movimientos: mover el cuello, los hombros; luego, que se pasen las manos por los brazos, las piernas, las orejas, el rostro, el pelo, etc. Mientras lo hacen, deben repetir unas frases elaboradas por la facilitadora. Por último, se le pide al grupo que lentamente abra los ojos y se ponga de pie.
- ❖ La facilitadora agradeció la participación en el taller y se le compartió al grupo un instrumento de retroalimentación.

❖ Anexo n°. 4: Guía de preguntas

- YO me QUIERO.
- SOY la energía que quiero atraer.
- Mientras tú sepas quien eres, no hay nada que demostrar.
- YO soy mi mejor compañía.
- NO necesito la validación de nadie para saber que mi cuerpo es HERMOSO.
- NO soy egoísta, ni orgullosa, ni narcisista al ponerme a mí en primer lugar.
- SOY inteligente, valiente, fuerte y bella, tanto por dentro como por fuera.
- YO me cuido.
- YO me respeto.
- YO me valoro.

5.2.1.3. Taller No 3: Violencia de género, ciclo de la violencia

Grupo	Cantidad de participantes	Fecha	Hora	Lugar
Comisión de la Condición de la Mujer de la Municipalidad de San Pablo	2 participantes*	Jueves 13 de julio del 2023	4:00 p.m.	Instalaciones del Concejo Municipal de San Pablo

- *Nota: A este taller fueron convocadas 8 personas que conforman la Comisión, sin embargo, sólo se presentaron 2.*

Título del taller: “Destruir para reconstruir”

Objetivo general del taller

- Construir propuestas para mejorar las acciones de la Comisión de la Condición de la Mujer para mitigar la violencia de género, a partir de los conocimientos adquiridos por medio de una serie de actividades que generen reflexión, discusión, concientización y cuestionamiento.

Objetivos específicos del taller

- Fortalecer el conocimiento que poseen las personas de la Comisión de la Condición de la Mujer de la Municipalidad de San Pablo, sobre el concepto y algunos tipos de violencia.
- Reconocer los diferentes tipos de violencia, sus manifestaciones y las etapas del ciclo de la violencia.
- Realizar, en conjunto con las integrantes de la comisión, propuestas de acción y mejora de los procesos de gestión para mitigar la violencia de género.

Duración del taller: Una hora y cuarenta minutos (01 : 40 : 00)

Sesión única

Actividades

Actividad No 1: Presentación

Objetivo de la actividad: Conocer al grupo y promover la confianza no solo con la facilitadora sino también con las demás personas; y se podrá fortalecer la relación del grupo.



15 minutos.

Materiales:

- Ninguno



- ❖ Descripción de la actividad: Se le pide al grupo que haga un círculo en el espacio. Luego, cada una de las participantes deberá presentar a la otra diciendo su nombre y una cualidad, sucesivamente hasta que todas las participantes hayan sido presentadas.

Actividad No 2: Repaso del concepto

Objetivo de la actividad: Repasar conceptos básicos de violencia de género y evaluar la percepción del grupo acerca del concepto de la violencia de género y su impacto y repercusiones en la sociedad.



15 minutos.

Materiales:

- Pizarra/papelógrafo
- Pilots/marcadores



- ❖ Descripción de la actividad: Repaso de conceptos partiendo de la pregunta: ¿para ustedes qué es la violencia? ¿Cómo definen el concepto de violencia de género en la comisión? Estas ideas y comentarios se escribirán en un papelógrafo para abrir el tema.

Actividad No 3: Exposición de conceptos

Objetivo de la actividad: Explicar conceptos básicos de la violencia de género, los tipos de violencia, sus manifestaciones y, sobre todo, el ciclo de la violencia: luna de miel, acumulación de la tensión, explosión, reconciliación. Por último, brindar información de denuncia.



20 minutos.

Materiales:

- Computadora
- Proyector



-
- ❖ Descripción de la actividad: se realiza una presentación por parte de la facilitadora acerca de qué es la violencia de género, sus manifestaciones y el ciclo de la violencia. Se aclaran dudas de las participantes.

Actividad No 4: Luvia de ideas

Objetivo de la actividad: Identificar problemas dentro de la Comisión de la Condición de la Mujer que puedan afectar las funciones y la toma de decisiones de la misma. De esta forma, desarrollar ideas y soluciones para mitigar la violencia de género y mejorar aquellas fluctuaciones que impiden la participación activa de esta comisión.



40 minutos.

Materiales:

- Pizarra/papelógrafo
- Pilots/marcadores
- Guía de preguntas elaboradas por la facilitadora



- ❖ Descripción de la actividad: por medio de una serie de preguntas elaboradas por la facilitadora, las personas participantes deberán responder a partir de su realidad, de su experiencia y/o conocimiento; después plantear acciones según las ideas anteriormente expuestas. El trabajo se comparte con el grupo y la facilitadora.
- ❖ Anexo n°. 1: Guía de preguntas

Guía de preguntas

1. ¿Para ustedes cómo sería un mundo libre de violencia contra las mujeres, tanto en la vida privada como en la pública?
2. ¿Qué acciones creen que hacen falta para mitigar la violencia de género?
3. ¿Qué se debe trabajar desde la comisión para mitigar la violencia de género?
4. ¿Cómo se puede lograr?

Actividad No 5: Línea de tiempo

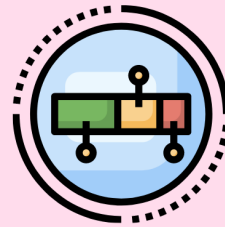
Objetivo de la actividad: Reflexionar sobre los momentos que le haya llamado más la atención al grupo, y generar un espacio donde puedan expresar sus opiniones libremente acerca de los temas abordados cronológicamente.



5 minutos.

Materiales:

- Ninguno



- ❖ Descripción de la actividad: Se trata de una especie de recuento en el que las personas participantes comentan, de forma verbal y cronológica al grupo los diferentes momentos del taller, qué les llamó la atención, contar una anécdota final de algunos de los temas abordados que les haya recordado algo o si tiene un mensaje o reflexión para el grupo.
- ❖ La facilitadora agradeció la participación en el taller y le compartió al grupo un instrumento de retroalimentación.

5.2.1.4. Taller No. 4: Derechos de la persona adulta mayor

Grupo	Cantidad de participantes	Fecha	Hora	Lugar
Personas adultas mayores del Centro Diurno Rincón de Ricardo	15 participantes	Martes 20 de junio del 2023	10:00 a.m.	Centro diurno Rincón de Ricardo

Título del taller: “MAYOR hoy”

Objetivo general del taller

- Promover en las personas adultas mayores el conocimiento de sus derechos y cómo disfrutar de una vejez saludable y activa, por medio de una serie de actividades lúdicas que generen discusión y concientización.

Objetivos específicos del taller

- Conocer la realidad social de las personas adultas mayores.
- Reflexionar acerca de los derechos de las personas adultas mayores.
- Explicar a las personas adultas mayores que la vejez no es impedimento para la realización de ciertas actividades y el aprendizaje de nuevas habilidades.

Duración del taller: Una hora y veinte minutos (01: 20: 00)

Sesión única

Actividades

Actividad No 1: Picnic

Objetivo de la actividad: Conocer al grupo y promover la confianza no solo con la facilitadora sino también con las demás personas. Además, de esta manera, la facilitadora también tendrá la oportunidad de evaluar al grupo y la participación.



20 minutos.

Materiales:

- Ninguno.



-
- ❖ Descripción de la actividad: La facilitadora empieza con la frase "mi nombre es... me voy de picnic y llevo un/a...", y debe decir un objeto o una comida. Luego, una de las personas participantes debe continuar con la misma frase, repetir el objeto dicho por la facilitadora y luego agregar un objeto o alimento nuevo; y así sucesivamente con los demás participantes hasta que todas las personas hayan participado.

Actividad No 2: La papa caliente

Objetivo de la actividad: Conocer la percepción de las personas participantes acerca de la vejez.



20 minutos.

Materiales:

- Pelota pequeña
- Parlantes



- ❖ Descripción de la actividad: a quién le toque la pelota debe responder una pregunta formulada por la facilitadora con respecto a sus opiniones acerca de la vejez y cómo pueden tener una vejez saludable y digna. La facilitadora hace una reflexión retomando todas las opiniones y comentarios.
- ❖ Anexo n°. 1: Guía de preguntas:

Guía de preguntas

- 1.¿Qué opina de esta nueva etapa de su vida?
- 2.¿Cuáles eran o son sus expectativas de esta nueva etapa de vida?
- 3.¿Cuáles son sus sueños en esta nueva etapa de vida?
- 4.¿Qué es lo que más le gusta de esta nueva etapa de vida?
- 5.¿Qué es lo que menos le gusta de esta nueva etapa de vida?
- 6.¿Qué es lo que más le molesta que las personas dicen de los adultos mayores?
- 7.¿Qué cree usted que las personas piensan de las personas adultas mayores?
- 8.¿Qué derechos cree que tiene usted por ser adulto(a) mayor?
- 9.Si pudiera volver en el tiempo, ¿cambiaría algo de su vida? ¿Qué cambiaría?
- 10.¿Se siente feliz en esta nueva etapa?
- 11.¿Qué haría diferente?

Actividad No 3: Profundización del tema

Objetivo de la actividad: Exponer al grupo acerca de los derechos que tienen como personas adultas mayores, y de cómo hacerlos valer para tener una vejez saludable y activa.



20 minutos.

Materiales:

- Ninguno



-
- ❖ Descripción de la actividad: La facilitadora realiza una charla acerca de los derechos de las personas adultas mayores y enfatiza en cómo disfrutar de una vejez saludable y activa.

Actividad No 4: La gran sopa

Objetivo de la actividad: Identificar los conocimientos adquiridos por el grupo durante el taller.



10 minutos.

Materiales:

- Ninguno



- ❖ Descripción de la actividad: como si estuviéramos preparando una sopa, nos unimos en un círculo representando una olla y en orden comenzando por las coordinadoras acercamos la mano a “la olla” de manera representativa, al “agregar ingredientes” indicamos “echamos dentro de la olla” una cosa que les dejó el taller o un sueño, como si fueran ingredientes de una sopa.
- ❖ La facilitadora agradeció la participación en el taller y compartió al grupo un instrumento de retroalimentación.

5.2.1.5. Taller No. 5: Derechos de la comunidad LGBTIAQ+

Grupo	Cantidad de participantes	Fecha	Hora	Lugar
Personal municipal / Comisión de la Condición de la Mujer	No se aplicó	No se aplicó	2:00 p.m.	Municipalidad de San Pablo

Título del taller: “¡No, no es una fase! Es mi derecho ser como soy”

Objetivo general del taller

- Reflexionar acerca de los derechos humanos de las poblaciones LGBTIAQ+, por medio de una serie de actividades que generen discusión, concientización y cuestionamientos en torno a las diversidades sexuales, con el fin de promover un trato respetuoso.

Objetivos específicos del taller

- Explicar los conceptos sexo y género, y cómo influyen en la sociedad.
- Definir las diversas identidades y orientaciones sexuales más allá del binarismo, explicando cómo se construyen.
- Promover el respeto de los derechos humanos hacia el colectivo LGBTIAQ+ en los ambientes laborales.

Duración del taller: Una hora y treinta y un minutos (01: 31: 00)

Sesión única

Actividades

Actividad No 1: La telaraña

Objetivo de la actividad: Conocer al grupo, que agarren confianza no solo con la facilitadora sino también con las demás personas. Además, de esta manera, la facilitadora también tendrá la oportunidad de evaluar la memorización y la participación.



20 minutos.

Materiales:

- Una bola de lana.



- ❖ Descripción de la actividad: las personas participantes se colocan de pie formando un círculo y se le entrega a una de ellas la bola de lana. Esta persona tiene que decir su nombre, edad, qué espera obtener del taller y su color favorito. Luego deberá lanzar la bola de lana al azar hacia cualquiera de las otras personas dentro del círculo, quien deberá seguir el mismo procedimiento anterior. Cuando todas las personas del grupo hayan participado, deberán regresar la bola de lana por el mismo camino que recorrió, repitiendo el color favorito de la persona que le lanzó la bola de lana anteriormente.

Actividad No 2: Exposición de conceptos

Objetivo de la actividad: Diferenciar entre sexo y género para comprender cómo se construyen las identidades de género y las orientaciones sexuales.



20 minutos.

Materiales:

- Computadora
- Proyector



- ❖ Descripción de la actividad: Se le hará al grupo la siguiente pregunta: ¿Para ustedes qué significa ser hombre y ser mujer? Luego, se expone por medio de una breve presentación, qué es la identidad de género y qué es la orientación sexual, se aclaran dudas sobre estos conceptos, mitos y realidades.

Actividad No 3: Cortometraje "Heterofobia en un mundo paralelo"

Objetivo de la actividad: Mover sentimientos acerca de la realidad que vive la comunidad LGBTIAQ+, por medio de la visualización de un mundo al revés.



19 : 12 minutos.

Materiales:

- Computadora
- Proyector
- Parlantes



- ❖ Descripción de la actividad: se le proyectará el video al grupo a modo de reflexión ya que el video presenta situaciones que pueden llegar a mover sentimientos en las personas participantes en torno al bullying escolar hacia el colectivo LGBTIAQ+.

- ❖ Anexo n° 1: Video

https://www.youtube.com/watch?v=Wsg6_02C5jE

Actividad No 4: Luvia de ideas

Objetivo de la actividad: Generar conciencia al personal de la municipalidad sobre las repercusiones de la discriminación dirigida a esta comunidad desde la infancia; a partir de la discusión y el debate.



20 minutos.

Materiales:

- Pizarra/papelógrafo
- Pilots/marcadores
- Guía de preguntas elaboradas por la facilitadora



- ❖ Descripción de la actividad: Posteriormente al video se abre plenaria y las personas participantes deberán responder a una serie de preguntas en relación con las sensaciones y pensamientos acerca del cortometraje “Heterofobia en un mundo paralelo” y anotarlas en una pizarra o papelógrafo para compartir las reacciones al video. Posteriormente, la facilitadora explica la importancia de la lucha de la comunidad LGBTIAQ+ por sus derechos, en una sociedad hegemónica.
- ❖ La facilitadora agradeció la participación en el taller y compartió al grupo un instrumento de retroalimentación.

❖ Anexo n°. 2: Guía de preguntas:

Guía de preguntas

- ¿Qué sensaciones le dejó el video?
- ¿Qué piensa sobre la actitud de los y las compañeras de Ashley en torno a su orientación sexual?
- ¿Qué piensa usted acerca de las acciones de las madres y las personas docentes de Ashley en el video?
- ¿Qué piensa de las decisiones que tomó Ashley en el video?
- ¿Qué hubiese hecho usted en esa situación como madre o padre de Ashley?
- ¿Cómo se sentiría usted si viviéramos en un mundo al revés como en el video?
- ¿Cómo se sentiría si, de pronto, empiezan a gritarle o a golpearle en la calle solo por tener preferencias sexo-afectivas distintas o actuar de una manera que no es acorde a su sexo asignado al nacer?
- ¿Cómo reaccionaría usted si le pasara lo mismo que a Ashley (la niña del video), a algún familiar o compañero de trabajo?
- ¿Qué acciones tomaría para evitar conductas discriminatorias hacia la población LGBTIAQ+ en su espacio de trabajo?
- ¿De qué manera fomentaría el respeto hacia el movimiento LGBTIAQ+ en su entorno familiar?

5.2.1.6. Taller No. 6: Violencia en las relaciones de pareja

Grupo	Cantidad de participantes	Fecha	Hora	Lugar
Estudiantes del Colegio Mario Vindas Salazar	Estudiantes de colegio	No se aplicó	No se aplicó	Colegio Mario Vindas Salazar

Título del taller: “Desromantizando el amor romántico”

Objetivo general del taller

- Reflexionar acerca de la violencia en las relaciones pareja, los mitos del amor romántico, la responsabilidad afectiva y sus repercusiones en las interacciones sexoafectivas, con el fin de promover vínculos interpersonales responsables e igualitarios.

Objetivos específicos del taller

- Definir qué es la violencia en las relaciones de pareja y sus consecuencias en la sociedad.
- Identificar los mitos del amor romántico y aquellas acciones normalizadas que son violentas (popularmente conocidas como “*red flags*”) y cómo estas impactan en las relaciones sexoafectivas.
- Explicar la importancia de la responsabilidad afectiva de las relaciones sexoafectivas y cómo promover una relación sana (popularmente conocidas como “*green flags*”).

Duración del taller: Una hora y treinta y seis minutos (01: 36: 00)

Sesión única

Actividades

Actividad No 1: La confitera

Objetivo de la actividad: Conocer al grupo, que agarren confianza no solo con la facilitadora sino también con las demás personas. Además, de esta manera, la facilitadora también tendrá la oportunidad de introducir el tema del taller y analizar la percepción que tienen las participantes de sí mismas.



20 minutos.

Materiales:

- Confites de coco, chocolate y gomitas



- ❖ Descripción de la actividad: se podrán en un recipiente varios tipos de confites (de coco, chocolates y gomitas) cada uno con el objetivo de representar lo siguiente:

Coco: miedos.

Chocolates: algo que te haga feliz.

Gomitas: un sueño que posea.

Cada participante toma un confite (ellas no saben el significado), posteriormente se le pedirá a cada participante que de acuerdo con el dulce que seleccionó, comparta con el grupo sus miedos, sueños o alegrías.

Actividad No 2: El Semáforo

Objetivo de la actividad: Identificar y promover el pensamiento críticos sobre aquellos comportamientos negativos ("Red flags") que han sido normalizados como actos de "amor" que en realidad son actos de violencia.



20 minutos.



Materiales:

- Paletas de madera de colores
- Frases preparadas por la facilitadora

- ❖ Descripción de la actividad: Se le dará al grupo unas paletas de colores (rojo, amarillo y verde), que van a representar los colores de un semáforo. La facilitadora les mencionará unas frases y las personas participantes deberán levantar las paletas en cada de una de ellas dependiendo si las ha escuchado, lo ha vivido o si está de acuerdo o no. Luego, por turnos, se les preguntará el por qué levantó dicha paleta. Posteriormente, se le preguntará al grupo cómo se sintió con la actividad.

Rojo: no estoy de acuerdo.

Amarillo: tal vez.

Verde: estoy de acuerdo.

❖ Anexo n°. 1: Frases

Frases:

1. La amistad entre el varón y la mujer no existe.
2. Todo por amor.
3. Si no me cela nunca, no me quiere tanto.
4. El sexo es igual al amor.
5. Mi novia es mía.
6. Estoy buscando a mi media naranja.
7. Cuando hay amor, es para siempre.
8. Si no cumple mis deseos sexuales, no me quiere tanto.
9. Si estás enamorado, no te atrae nadie más.
10. Si somos novios puedo opinar sobre su ropa.
11. Una mujer sin hijos es una mujer incompleta.
12. El amor todo lo puede.

Actividad No 3: Exposición de conceptos

Objetivo de la actividad: Explicar qué es la violencia en las relaciones de pareja, para así identificar aquellos comportamientos que reproducen mitos del “amor romántico” y sus consecuencias.



10 minutos.

Materiales:

- Computadora
- Proyector



- ❖ Descripción de la actividad: En relación con la actividad anterior, se le explicará al grupo qué significa la violencia en una relación de pareja, y por qué los comportamientos mencionados en la actividad anterior afectan en las relaciones de pareja.

Actividad No 4: Cortometraje "Date cuenta"

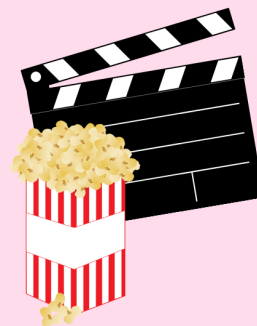
Objetivo de la actividad: Analizar sobre cómo la búsqueda de la validación de los demás afecta la autoestima y la salud mental de las mujeres, por medio de la visualización de un video.



4: 35 minutos.

Materiales:

- Computadora
- Proyector
- Parlantes



- ❖ Descripción de la actividad: Se le proyectará el video al grupo a modo de reflexión, ya que el video presenta situaciones que reflejan cómo por medio de la manipulación, ya sea de la pareja, la familia o la sociedad, nos perdemos a nosotras mismas, y nos olvidamos de nuestras necesidades y nuestra salud mental.

- ❖ Anexo n°. 2: Video

<https://www.youtube.com/watch?v=uOx7cLXq6lg&t=1s&pp=ygUYZGF0ZSBjdWVudGEgY29ydG9tZXRyYWpl>

Guía de preguntas

1. ¿Qué sensaciones le dejó el video?
2. ¿Qué piensa sobre la actitud del papá y la mamá del video?
3. ¿Qué piensa usted acerca de las acciones de los hijos en el video?
4. ¿Qué opina de la situación de la esposa en el video? ¿Cree justo que ella gane menos dinero que el esposo?
5. ¿Qué opina del esposo en el video? ¿Piensa que es violencia que él y sus compañeros le chiflen a las mujeres en la calle?
6. ¿Usted cree que el sueño de la esposa en el video, es un sueño realmente imposible?
7. ¿Qué harían ustedes para que fuera realidad?

Actividad No 5: Cuento corto “«Felices por siempre»”

Objetivo de la actividad: Reflexionar sobre los mitos y realidades del amor romántico, y promover una relación sana, responsable, equitativa e igualitaria por medio de la lectura de un cuento.



10 minutos



Materiales:

- Cuento corto elaborado por la facilitadora

- ❖ Descripción de la actividad: Se le dará al grupo un cuento corto que deberá leer en voz alta junto con la facilitadora, para posteriormente comentarlo. Luego se les preguntará qué harían o hubiesen hecho en la posición de Luisa; y qué consejo le darían a Luisa si fuera su amiga.

❖ Anexo n.º. 3: Cuento corto “Felices por siempre”

Cuento corto “«Felices por siempre»”

Autora: Elaboración propia.

«Había una vez una joven que vivía en lo alto de una torre encerrada por su malvada madrastra, quien había embrujado a su padre, y ahora tenía el control de todos sus bienes para beneficio propio y de sus tres hijas. Un día la joven empezó a cantar al cielo, y un joven que iba en su blanco corcel, la escuchó a lo lejos y decidió ir tras aquella voz angelical que lo guió a la torre donde estaba la joven. Y con tan sólo cruzar algunas palabras se enamoraron, pero ella no podía escapar; así que el joven se fue con la promesa de volver con una solución.

Al día siguiente, el joven regresó como prometió, pero cuando su madrastra los descubrió, la bruja era astuta y convirtió en ratón a su padre quién trató de defenderla. Luego, la bruja se transformó en un enorme dragón, tomó a su hijastra con sus enormes garras y justo cuando iba a dejar escapar su ardiente aliento, no se dio cuenta que el joven estaba cerca; así que el joven valientemente clavó su espada en su corazón y salvó a la joven de cabellos dorados.

La bruja murió y los hechizos que había conjurado desaparecieron. Las hermanastras huyeron al bosque atemorizadas y jamás las volvieron a ver. El joven reveló que era el príncipe de aquella aldea, el padre se sintió tan agradecido que les dio su bendición para contraer matrimonio, así lo hicieron, y vivieron felices por siempre.»

Esa es la historia que el padre de Luisa solía contarle cuando era una niña, y cada noche al dormirse soñaba que encontraba a su príncipe azul de brillante armadura, se enamorarían y vivirían felices por siempre. Un día, descubrió un libro que le cambió la vida, se llamaba «El amor es invencible»; trataba de una chica que conocía a un chico, se caían mal principio, pero con el tiempo se enamoraban; pero él rechazaba sus sentimientos hacia ella porque tenía un trauma que no lo dejaba ser feliz; sin embargo, ella pensaba que podía hacerle cambiar, y al final del libro lo logró y vivieron «felices por siempre». Y entonces, Luisa se dijo «¡qué lindo! Quisiera un personaje como él en mi vida.»

Conforme Luisa crecía y leía más y veía películas románticas, más se convencía de que en algún lugar estaba su «media naranja». Y pasaron los años de cita en cita y Luisa se sentía cada vez más vacía y solitaria; hasta que llegó su «príncipe azul» y como en las películas, la salvó de un auto que intentó tirarle agua de un charco mientras pasaba por la carretera. Cuando sus ojos se encontraron ella vio su futuro pasar frente a sus ojos. Su nombre era Alejandro.

Pasaron los días hasta que un día Luisa llegó con la noticia de que la nombraron encargada de un proyecto en su trabajo; Alejandro le dijo que había sido porque a su jefe gustaba de ella, lo que hizo que Luisa se cuestionara sus capacidades. Después de eso, Luisa empezó a trabajar arduamente en su proyecto, quería que Alejandro se sintiera orgulloso de ella. Entonces empezó a dedicar parte de sus noches en la oficina y llegaba tarde al departamento de Alejandro. Pasaron unas cuantas semanas hasta que Luisa presentó su proyecto a los clientes y le fue tan bien que su jefe le dio un asenso y con ello, un aumento de salario.

Alejandro, cuando llegó a casa cabizbajo porque su jefe no reconocía su trabajo y le gritaba todo el tiempo, vio a Luisa con su vestido más bonito, le dio un beso, le sirvió la cena y un poco de vino, y ella le soltó la noticia: «¡Me han ascendido!». Conforme Luisa seguía hablando de su éxito y lo feliz que estaba, Alejandro sentía rencor y celos. Entonces, cuando ella mencionó que empezaría a ganar más que él, ¡pum! Alejandro golpeó la mesa con el puño y la empezó a acusar de infiel.

Luisa no entendía lo que estaba ocurriendo, y Alejandro le gritó: «Ya no te importo, ya no haces los quehaceres del hogar con la excusa de que no tienes tiempo». Ella recordaba todos aquellos momentos en los que siempre le criticaba la comida u opinaba de su cuerpo, y entonces a Luisa se le rompió el corazón porque el «príncipe azul» de pronto se convirtió en la «madrastra malvada». Y como ella ya no tenía a un príncipe que la rescatara del dragón, decidió convertirse en su propio «príncipe azul». Se puso de pie y le dijo:

Alejandro la invitó a salir varias veces, ambos se divertían juntos, iban a bailar, al cine, a ferias de comida, se intercambiaban playlist de música e incluso se quedaban a las tres de mañana texteados, él era muy atento y caballeroso con ella. Se sentía «completa». Y cuando pensó que no podía ponerse mejor, Alejandro quiso hacer oficial su relación y decidió que era momento de vivir juntos. Luisa, que nunca había vivido con otra persona que no fuera su padre (quien falleció de un infarto) empacó sus cosas y se fue al departamento de Alejandro.

Conforme pasaba el tiempo, Luisa notó que Alejandro tenía algunos comportamientos que no había notado antes de vivir de juntos. Empezando cuando la convenció de deshacerse de muchas de sus pertenencias porque eran «muy femeninas», y porque había poco espacio, pero ella no refutó. Luego, empezó a criticar su forma de vestir «¿vas a ir así?» y ella le respondió «¿así cómo?», y él dijo casi alzando la voz «¡así de provocativa!». Alejandro furioso se fue y a las dos horas, regresó con un ramo de flores, se disculpó y ella lo perdonó.

Luisa le contó a sus amigas, y ellas le aconsejaron terminar con Alejandro, pero ella estaba muy enamorada de él. «Él va a cambiar por mí» les decía. Ese día cuando regresó a casa, Alejandro le reclamó por dejarlo solo todo el día, alegando que lo había abandonado y que ella no lo quería lo suficiente. Luisa le dijo que lo amaba mucho y le prometió que no le volvería a dejar solo.

«¡Ya basta! No soy tu madre, ni tu empleada, ni tu jefe, y a partir de ahora ya no seré tu novia; porque ya no tolero que no me dejes usar la ropa que quiera, que critiques mi cuerpo, ni que me manipules para hacer lo que tu quieras. Tampoco tolero tener que rogarte por un espacio en el closet o usar las sábanas y decoraciones que quiero, sólo porque no te gustan. No merezco tus gritos ni reclamos cuando todo lo que he hecho ha sido por ti. Tampoco toleraré que siempre me critiques y cuestiones mi trabajo. ¡Pero ya no más! Lo siguiente que haré, lo haré por mí».

Luisa se fue a la casa de una de sus amigas (a quienes no había visto en mucho tiempo por Alejandro). Ellas recogieron sus cosas del departamento de Alejandro, y Luisa buscó un nuevo lugar donde vivir. En su trabajo le iba muy bien, se le veía más motivada y más alegre. Comenzó a salir de nuevo, pero sin la intención de buscar una pareja, y se dio cuenta que ella se merecía a una persona que no solo la quiera, si no que la apoye, la escuche, celebre sus logros, no la critique y la valore. Y así Luisa creó su propio «felices por siempre».

Actividad No 6: Luvia de ideas

Objetivo de la actividad: Desmitificar los mitos del amor romántico que reproducen ideas y comportamientos manipuladoras en las relaciones de pareja.



30 minutos

Materiales:

- Pizarra
- Papeles de colores
- Marcadores/lapiceros
- Cinta adhesiva



- ❖ Descripción de la actividad: Después de la actividad anterior se le preguntará al grupo: “¿para ustedes qué es el amor?”; “¿cuál es la clave de una relación sana?”. Luego, se les dará una hoja de papel de colores a cada persona del grupo, y se les pedirá que escriban en la hoja una cosa que quieran o busquen de una pareja, según las preguntas anteriores. Posteriormente, los papeles se pegarán de manera anónima en una pizarra o pared para que el grupo los pueda leer. Luego, se les preguntará si están de acuerdo con los mensajes de los papeles, cuál agregarían o cuál quitarían y por qué. Después, se reflexionará con el grupo acerca de los diferentes tipos de amor: de pareja, de familia, amistad, etc. y mitos del amor romántico que se reproducen en películas, series, música, libros.
- ❖ La facilitadora agradeció la participación en el taller y compartió al grupo un instrumento de retroalimentación.
- ❖ Anexo n°. 5: Frases

Guía de profundización del tema

- Mito de la media naranja vs. Una persona está completa consigo misma
- Priorizar los deseos del otrx vs. Respetar los propios deseos y los ajenos
- Idealización vs. Ver al otrx como es
- Querer saber todo del otrx vs. Generar acuerdos y confianza
- Vivir solo para el otrx vs. Construir espacios propios y compartidos
- Amor monogámico y para toda la vida vs. Otras formas de vinculación posibles
- Dar todo sin esperar nada a cambio vs. Reciprocidad: dar y recibir en igualdad de condiciones
- Perdonar todo por amor vs. Cuidado mutuo: poner y respetar límites

5.2.2. Materiales informativos

A continuación, se detallan los materiales informativos elaborados y entregados al área de Desarrollo Social Inclusivo. En total se diseñaron 6 infografías y *brochures* acerca de los derechos de la comunidad LGBTIAQ+ y el Acoso sexual callejero. Estos temas materiales fueron propuestos por la estudiante y aprobados por la encargada del área de Desarrollo Social Inclusivo, respondiendo a las necesidades de la Municipalidad de San Pablo de Heredia.

5.2.2.1. Infografías y *brochures* sobre los derechos LGBTIAQ+ y diversidades sexuales

Los temas abordados en las infografías y *brochures* fueron sugeridos por la persona encargada del área de Desarrollo Social Inclusivo. El primer *brochure* refiere a los derechos de la población LGBTIAQ+ y se elaboró con el objetivo de informar y concientizar al personal de la Municipalidad de San Pablo de Heredia y a la comunidad, acerca de los derechos de la comunidad LGBTIAQ+. Se presentan algunos de los derechos fundamentales de esta comunidad, seleccionando los más relevantes, relacionados con su identidad de género, orientación sexual, derecho a formar una familia, libertad de expresión y una vida libre de violencia. Estos derechos fueron elegidos, en específico, debido a los prejuicios arraigados, especialmente en torno a estos temas, y así visibilizar los derechos de las personas del colectivo LGBTIAQ+.

En la segunda y tercera infografía se comparte un glosario básico con la definición de las siglas LGBTIAQ+ y la representación de los colores de las banderas del colectivo, respectivamente, con el fin de explicar su significado e informar al personal municipal y a la comunidad. La elección y combinación de colores en el resultado final, consideró la idea de llamar la atención del público, retener la información a partir de imágenes reforzadas con el texto, que brindan un mensaje de lucha, respeto y comprensión. El *brochure* se presenta en el Anexo 8.

Imagen 1. Infografía sobre derechos LGBTIAQ+

DERECHOS LGBTQIA+

CAMBIO DE IDENTIDAD

Las personas de la comunidad LGBTIAQ+ tienen derecho a que se les respete su identidad de género, sus procesos de transición hormonal y de sexo, tanto a nivel cultural como jurídico. Es una forma de erradicar la violencia dirigida a esta comunidad, ya que sus demandas van más allá de contar con políticas para la prevención y atención del VIH/SIDA.



MATRIMONIO Y FAMILIA

Actualmente hay 36 países en el mundo que legalizaron el "matrimonio igualitario", en cuya lista Costa Rica se encuentra incluido desde el 2020 (Mena, 27 de septiembre del 2022).

Asimismo, las personas de la comunidad LGBTIAQ+ también tienen derecho a tener una familia como cualquier otra familia tradicional, adoptar, criar y educar a sus hijos e hijas de forma legal.



LIBERTAD DE EXPRESIÓN E IDENTIDAD

El movimiento LGBTIAQ+ lucha por su derecho de expresión; éste se manifiesta de diversas formas: la vestimenta, el maquillaje, la manera de hablar, las muestras de afecto en público, etc. Erradicar estos prejuicios en torno a la comunidad es comprender que las personas se definen por sus acciones y no por su forma de vestir, de amar o de ser.



CALLES LIBRES DE VIOLENCIA

Las personas de la comunidad LGBTIAQ+ tienen derecho a vivir una vida libre de violencia homo-lesbo-bi-transfóbica en las calles. Erradicar la violencia hacia la comunidad LGBTIAQ+ no solo implica la lucha para mitigar los prejuicios en la sociedad, sino también las manifestaciones de odio, como las agresiones verbales y físicas (insultos, amenazas de muerte, ataques y asesinatos). Las personas de la comunidad tienen derecho a caminar por las calles sin temor a ser agredidas.

**NO ES UNA ENFERMEDAD.
NO ES UNA ETAPA.
NO ES CONFUSIÓN.
NO ES UN CRÍMEN.**

**¡LA LIBERTAD EMPIEZA CUANDO EL
ODIO TERMINA!**



MUNICIPALIDAD
DE SAN PABLO DE HEREDIA.

Desarrollo Social Inclusivo

Oficina de la Mujer

Correo electrónico: desarrollosocialinclusivo@sanpablo.go.cr

Fuentes:

- Merla, M. (27 de septiembre de 2022). Los países que le dejaron 'SI' al matrimonio igualitario. <https://es.statista.com/grafico/18091/paises-donde-es-legal-el-matrimonio-entre-personas-del-mismo-sexo/>
- teleSUR. (17 de mayo de 2021). LGBTI Avances y retrocesos ante la homofobia en el mundo. <https://www.telesur.com/nuevo/homofobia-lgbt-derechos-discriminacion-logros-retrosos-20180517-0018.html>
- López, E. (2019). Los derechos humanos para las personas LGBT y sus limitantes frente al modelo de la ciudadanía normativa. <https://www.scielo.sa.cr/pdf/rup/v9n2/2215-2989-rup-9-02-1.pdf>

Se diseñó un *brochure* informativo acompañado de una serie de imágenes para redes sociales¹⁵, sobre la importancia del Día Internacional del Orgullo, con una breve explicación histórica del por qué se celebra y se conmemora todo el mes de junio. De esta forma, se busca concientizar y llamar la atención del personal municipal y de la comunidad de San Pablo; para ello se optó por emplear colores llamativos, pero no agresivos, con poco texto y letra grande, para evitar la fatiga visual, como se muestra en la Imagen 2. *Infografía sobre el Día Internacional del Orgullo.*

Los productos diseñados constituyen herramientas versátiles que le serán de utilidad al área de Desarrollo Social Inclusivo para transmitir información acerca de los derechos del colectivo LGBTIAQ+ y promover un comportamiento respetuoso hacia esta población, de manera atractiva y accesible. Por ello, se destaca la importancia de la sensibilización y concientización acerca de los derechos de la comunidad LGBTIAQ+ en este material informativo.

¹⁵ Ver Imagen 9. Posts para redes sociales

Imagen 2. Infografía sobre el Día Internacional del Orgullo

¿SABÍAS QUÉ...?

Todo inició en 1969, en Stonewall Inn, un bar de la época, que estaba sujeto a redadas policiales regulares y discriminación. En la madrugada del 28 de junio de 1969, cuando la policía realizó una redada en el bar las personas que estaban dentro se resistieron. Lo que desencadenó una serie de manifestaciones espontáneas y violentas entre la comunidad LGBTIAQ+ y la policía. Estos disturbios son considerados un evento crucial en la historia del movimiento LGBTIAQ+ en Estados Unidos y en todo el mundo, marcando el inicio de la lucha moderna por los derechos de las personas de la comunidad LGBTIAQ+.

CELEBRA LA DIVERSIDAD

Después de Stonewall, se formaron organizaciones activistas LGBTIAQ+ y se organizaron marchas y manifestaciones, incluyendo la primera Marcha del Orgullo Gay que se llevó a cabo en junio de 1970 en conmemoración del primer aniversario de los disturbios. Estas marchas evolucionaron en lo que hoy conocemos como desfiles del Orgullo, que se celebran en todo el mundo durante el Mes del Orgullo (junio) para conmemorar y celebrar la comunidad LGBTIAQ+ y seguir luchando por la igualdad de derechos y la aceptación.

DERECHOS LGBTIAQ+

- Derecho a la igualdad y no discriminación
- Derecho a la libertad de identidad de género, de expresión y orientación sexual
- Derecho al matrimonio
- Derecho a la adopción y crianza
- Derecho a la atención médica
- Derecho a la seguridad personal

PRIDE!

¿CÓMO PUEDO APOYAR?

- 1- Escucha y aprende
- 2- Respeta y sé una persona empática
- 3- Acompaña a amigos, amigas y/o seres queridos
- 4- No asumas la orientación sexual o la identidad de género de nadie
- 5- Busca información
- 6- Continúa el apoyo después de la marcha

¡LA LIBERTAD EMPIEZA CUANDO EL ODIOS TERMINA!

MUNICIPALIDAD DE SAN PABLO DE HEREDIA

DESARROLLO SOCIAL INCLUSIVO

OFICINA DE LA MUJER

Correo electrónico: desarrollosocialinclusivo@sanpablo.go.cr

28 DE JUNIO DÍA INTERNACIONAL DEL ORGULLO

Es un evento para reconocer la importancia de la igualdad en el acceso a los derechos fundamentales. Es un día para visibilizar la inclusión; y conmemorar la historia y lucha por los derechos de la comunidad LGBTIAQ+.

FUENTE: BARRIO, M. (28 DE JUNIO DEL 2021). LA REVUELTA DE STONEWALL, EL RÍO BANO DE LA LUCHA POR LOS DERECHOS DE LA COMUNIDAD LGBTIQ+. <https://www.informas.com/historias/2021/08/28-la-ri-vuelta-de-stonewall-el-rio-bano-de-la-lucha-por-los-derechos-de-la-comunidad-lgbtiq/>

5.2.2.2. Infografías y brochures sobre el Acoso Sexual Callejero

Los materiales sobre el tema del acoso sexual callejero están dirigidos al personal municipal, a la comunidad de San Pablo y principalmente a la Brigada Águilas AASECA. En el abordaje de este tema se destaca que es una forma de violencia de género y un delito, según la Ley contra el acoso sexual callejero N° 9877; esto con el objetivo de difundir información acerca del concepto de acoso sexual callejero, sus manifestaciones y los procesos de denuncia, como se aprecia en la Imagen 3. *Infografía sobre Acoso Sexual Callejero*.

Además, se proporcionan consejos y estrategias de prevención: cómo actuar si eres testigo de acoso sexual o cómo apoyar a alguien que ha sido víctima, e incluso si es la misma víctima de acoso (ver Imagen 4). La prevención es fundamental para reducir la incidencia de la violencia de género; difundiendo la información en las redes sociales, sitios web y otros canales de comunicación, se puede aumentar la visibilidad del problema y fomentar una cultura de respeto¹⁶.

La idea principal de este material es que sea accesible para todas las personas, lo que es crucial para que llegue a un público amplio y diverso; y así, poder informar a las personas sobre lo que constituye el acoso sexual callejero, cómo reconocerlo y cómo pueden responder ante él.

En estos materiales se optó por colores apacibles en tonos pasteles y otros más brillantes para llamar la atención, pero que al mismo tiempo no le quiten protagonismo a la información principal. Se pretende concientizar a las personas sobre el acoso sexual callejero, de manera eficaz, presentando ejemplos de comportamientos inapropiados y consejos para prevenir y abordar el acoso, que contribuyan a sensibilizar a la sociedad sobre este problema.

¹⁶ Los demás productos diseñados sobre el tema se presentan en el Anexo 9.

Imagen 3. Infografía sobre Acoso Sexual Callejero

Desarrollo Social Inclusivo
Oficina de la Mujer
Correo electrónico:
desarrollosocialinclusivo@sanpablo.go.cr

Acoso Callejero

¿Qué es?

Por acoso sexual se entiende: toda conducta o conductas con connotación sexual y con carácter unidireccional, sin que medie el consentimiento ni la aceptación de la persona o las personas a la que está dirigida, con potencial de causar molestia, malestar, intimidación, humillación, inseguridad, miedo y ofensa, que proviene generalmente de una persona desconocida para quien la recibe y que tiene lugar en espacios públicos o de acceso público.

Ley contra el acoso sexual callejero
N° 9877
ARTÍCULO 1

Manifestaciones

Físico

Tocamientos, acercamientos, pellizcos, caricias, entre otras que pueden configurarse como delitos.

Persecuciones

Consiste en el seguimiento del acosador en contra de la víctima.

Verbal y no verbal

Silbidos, gestos de connotación sexual, miradas intimidantes, bocinazos, comentarios, bromas, invitaciones no deseadas, preguntas intrusivas, ruidos de beso.

Exhibicionismo

Exposición de genitales, masturbación y en algunos casos la eyaculación.

(Observatorio de Violencia de Género contra las Mujeres y Acceso a la Justicia, 2020)

¿Qué hacer en caso de ser víctima de acoso?

Denunciar

En las delegaciones del OIJ y Fiscalías de todo el país. Según la ley, los cuerpos policiales tienen el deber de intervenir, de oficio y sin dilación, en las situaciones de acoso sexual callejero, de conformidad con la Ley N° 9877 y los protocolos de actuación policial.

(Observatorio de Violencia de Género contra las Mujeres y Acceso a la Justicia, 2020)

* Si es una emergencia, llame inmediatamente al **9-1-1** o a la línea de información confidencial del OIJ **800-8000-645**

Imagen 4. Flyer sobre Acoso Sexual Callejero

ACOSO SEXUAL CALLEJERO

¿CÓMO PUEDO PONER UNA DENUNCIA?

Paso 1: Ir al **OIJ** si **NO** tienes los datos de la persona agresora; o en caso de tenerlos, ir directo a la **Fiscalía**.

Paso 2: Brindar datos como la hora, fecha, lugar, descripción detallada de los hechos, etc.

Recuerda que es importante brindar pruebas o pedir a la Fiscalía u OIJ recabar pruebas, revisando las cámaras de seguridad, por ejemplo.

¿QUÉ DEBO HACER SI NO ME QUIEREN RECIBIR LA DENUNCIA?

Puedes pedir hablar con la persona coordinadora de la oficina de Fiscalía o presentar una queja a la Contraloría de Servicios del Poder Judicial 2295-3000 (Central del Poder Judicial).


¿QUÉ DEBO HACER SI LA POLICÍA NO QUIERE ACTUAR?

Puedes comunicarte con Fuerza Pública al 2586-4399/2227-6824, escribir al correo electrónico: contralo@seguridadpublica.go.cr,

TAMBIÉN PUEDES LLAMAR AL 9-1-1 O A LA LÍNEA DE INFORMACIÓN CONFIDENCIAL DEL OIJ AL 800-8000-645.

Fuente: Poder Judicial, 2020

¡POR CALLES LIBRES DE VIOLENCIA!



Municipalidad de San Pablo de Heredia
Desarrollo Social Inclusivo
Oficina de la Mujer
Correo electrónico: desarrollosocialinclusivo@sanpablo.go.cr

Capítulo VI

“Si te pasas la vida en el “nunca”, al final jamás harás nada.”

—Alyson Derrick y Rachael Lippincott¹⁷.

6.1. Conclusiones

La experiencia de desarrollar la Práctica Dirigida en la Municipalidad de San Pablo de Heredia fue gratificante, tanto por haber puesto en práctica los conocimientos, habilidades y destrezas adquiridos durante la formación universitaria, como por el ambiente laboral, en las ocasiones en que se asistió presencialmente a las instalaciones del área de Desarrollo Social Inclusivo.

La mayor parte del trabajo se realizó de manera remota y el horario, cuando se efectuaron labores presencialmente, fue flexible; la comunicación con la persona encargada del área de Desarrollo Social Inclusivo para la asignación de las tareas realizadas fue fluida y se obtuvo retroalimentación constante de su parte conforme se entregaron los productos.

Una parte de las tareas asignadas consistió en brindar asistencia técnica en la elaboración del Informe del Primer Periodo 2023 del área de Desarrollo Social Inclusivo, formulando cuadros estadísticos y gráficas de las asistencias psicológicas de personas de la comunidad de San Pablo, referidas por diferentes instancias del cantón.

También se asistió a actividades organizadas tanto por el área de Desarrollo Social Inclusivo, como por otras OFIM de la provincia de Heredia, tales como la Conferencia sobre el Día Internacional contra la Lesbofobia, Homofobia, Bifobia y Transfobia; Octubre Urbano (el cual fue cancelado por las lluvias); Encuentro de Mujeres Lideresas de Heredia; y la celebración del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer, con el Cine foro “CATALINA” y un rap de lucha feminista.

¹⁷ Chica conoce chica, por Alyson Derrick y Rachael Lippincott.

En estos espacios se habló sobre temas de derechos de las personas de la comunidad LGBTIAQ+ (por el Día Internacional del Orgullo, cuyo anfitrión fue la OFIM de Belén), derechos sexuales de las mujeres, salud sexual femenina, autoestima, las luchas feministas contra las violencia patriarcales, violencia en las relaciones de pareja en adolescentes, violencia política contra las mujeres y violencia obstétrica¹⁸, como una forma de promover el empoderamiento de las mujeres en el marco del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer.

En esta última actividad se tuvo la participación de varias OFIM de la provincia de Heredia, cuyo anfitrión fue Santo Domingo, dirigido a mujeres representantes de los cantones de Heredia, San Pablo, Belén, Las Flores, San Isidro y Santo Domingo; y con la participación de la Dra. Margarita Murillo, quien brindó una charla tipo taller. Finalmente se cerró la actividad con una obra de teatro llamada “Tacones de Mujer”, por el Teatro Avellana; un monólogo de Carlos Paniagua sobre las mujeres trabajadoras sexuales.

Imagen 5. Encuentro de Mujeres Líderesas



Fuente: Elaboración propia.

Asimismo, se diseñaron 6 talleres participativos¹⁹, de los cuales se llevaron a cabo 4 de ellos, con la asistencia de 40 personas en total, y se

¹⁸ Ver Imagen 5.

¹⁹ Se pueden apreciar en las Imágenes 6, 7, 8 y 9.

diseñaron materiales informativos sobre el acoso sexual callejero y los derechos de las personas de la comunidad LGBTIAQ+.

6.1.1. Análisis de los talleres participativos

Durante la práctica dirigida se enfrentaron diversas limitaciones en lo que respecta al diseño y desarrollo de los talleres. Hubo algunos inconvenientes referidos a la elección de los temas, la logística (fecha, hora, lugar, convocatoria de los grupos), la baja participación de la población en un caso específico y la resistencia hacia un tema en particular; esto dificultó el alcance inicial de los objetivos. Por lo que fue necesario hacer algunos ajustes en los objetivos específicos y metodología propuesta inicialmente, para cubrir nuevas poblaciones, desarrollar otras temáticas afines y transmitir la información deseada con otras herramientas, respondiendo a las necesidades de la Municipalidad de San Pablo.

Se reprogramaron talleres por baja participación, por situaciones de salud (incapacidades), por el horario inadecuado, etc. Fue difícil el diseño y ejecución de un taller con población adulta mayor, ya que no se podían hacer algunas actividades con movimiento; aun así, fue posible hacer una charla dinámica y entretenida. Hubo dificultades en el manejo y guía de este grupo durante las actividades, ya que algunas personas hablaban al mismo tiempo o se dividían en pequeños subgrupos para entablar una conversación, fuera del tema principal; hubo interrupciones y pequeños debates, lo que tuvo repercusiones en el uso y administración del tiempo. Así como dificultades en cuanto al espacio (se requería que no fuera tan grande) y el equipo técnico (al ser tan amplio el salón se generaba acústica y eco).

Además, se contó con la presencia de una niña de cinco años que distraía de vez en cuando a su mamá o que correteaba por todo el lugar (aunque hubo cierto control e incluso se integró a las actividades).

Imagen 6. Taller de amor propio



Fuente: Elaboración propia.

También se enfrentaron situaciones que generaron incomodidad, por ejemplo, una actividad (denominada la cuerda floja), provocó disgusto a 2 participantes, al recordar momentos poco agradables; sin embargo, no pasó a mayores complicaciones; no fue necesario hacer pausas o de alguna atención especial. En otra sesión, con otro grupo, una de las personas participantes tuvo una crisis nerviosa que fue atendida inmediatamente por la encargada del área de Desarrollo Social Inclusivo; las razones no tenían relación con el taller, sino por una situación externa más personal.

Imagen 7. Taller de derechos humanos



Fuente: Elaboración propia.

A continuación, se detallan las dificultades y limitaciones enfrentadas en cada taller (ver Tabla 4).

Tabla 4.

Dificultades enfrentadas con los talleres participativos

Talleres participativos	Dificultades	Población a la que se dirigía	Población a la que se redirigió
Violencia en las relaciones de pareja	<ul style="list-style-type: none"> Se tuvo que redirigir a otra población por falta de interés por parte del personal municipal. Se programó impartirlo en un colegio, sin embargo, no se pudo realizar debido a dificultades de coordinación y falta de interés por abordar este tipo de temas. Se requerían los permisos de los padres y madres de las personas menores de edad y un comunicado por parte del colegio con varios días de antelación. 	Personal municipal	Estudiantes del Colegio Mario Vindas Salazar (No se aplicó)
Diversidades Sexuales	<ul style="list-style-type: none"> El taller no se pudo brindar por prejuicios, falta de interés y de tiempo por parte del personal municipal. Una segunda opción fue la Comisión de la Condición de la Mujer, pero no se pudo coordinar con las integrantes, por lo que se tuvo que descartar. En su lugar se realizaron <i>brochures</i>, infografías y materiales digitales de divulgación para redes sociales. 	Personal municipal	No se aplicó
Violencia de Género	<ul style="list-style-type: none"> Se convocó al grupo, confirmaron asistencia al inicio y luego no llegaron (algunas tenían otros compromisos, otras estaban de vacaciones, etc.). Se considera que la fecha no fue la indicada. No se aprovecharon tan bien las actividades programadas debido a la baja participación. 	Estudiantes Escuela José Ezequiel González Vindas	Comisión de la Condición de la Mujer
Amor propio grupo#1	<ul style="list-style-type: none"> El mayor desafío fue guiar al grupo con una niña de 5 años, ya que la madre se distraía un poco tratando de controlar a su hija. Sin embargo, su mamá le explicaba las dinámicas a la niña y ella terminó participando. Se tenía una dinámica con música y parte del equipo técnico no fue el adecuado, el espacio era muy grande y se creaba un eco. Sin embargo, se considera una dificultad menor, ya que era música de 	Grupo de Mujeres comunidad de San Pablo	Grupo de Mujeres comunidad de San Pablo

Talleres participativos	Dificultades	Población a la que se dirigía	Población a la que se redirigió
	<p>fondo mientras se realizaba una de las actividades.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● A 2 participantes no les gustó la primera actividad llamada “La cuerda floja”, ya que les generó incomodidad al recordar momentos poco agradables, sin embargo, no hubo mayores reacciones. ● Hubo una preocupación por la hora acordada y se pidió que una próxima sesión fuera más temprano, sin embargo, eso dependería de la disponibilidad del espacio. ● Por último, se trató de no sobre esforzar a las participantes para no perjudicar la salud de dos adultas mayores que llegaron con un bastón, pero al mismo tiempo que no se sintieran excluidas del grupo ni de las actividades planteadas. 		
Amor propio grupo#2	<ul style="list-style-type: none"> ● Se tenía una fecha inicial, pero por poco quórum se tuvo que reagendar. ● Se tuvo que hacer un pequeño ajuste con las actividades debido al corto tiempo. ● Otra dificultad fue cuando una de las personas integrantes tuvo un colapso emocional debido a una situación familiar que requirió de apoyo psicológico de parte de la encargada del área de Desarrollo Social Inclusivo; que se resolvió rápidamente y sin mayores complicaciones que le impidieran participar en el resto de la actividad. 	Integrantes del Comité de Bienestar de Apoyo Emocional	Integrantes del Comité de Bienestar de Apoyo Emocional
Derechos Humanos	<ul style="list-style-type: none"> ● Algunas personas no llegaron a tiempo por diversas razones, por lo que se empezó tarde el taller, lo que hizo que se extendiera la hora de finalización. ● Al ser un tema muy amplio, por falta de tiempo no se pudieron realizar las 5 actividades programadas, pero se realizaron 3 actividades dinámicas y lúdicas que permitieron la participación del grupo. ● Algunas de las personas debían retirarse temprano porque tenían otros compromisos. 	Integrantes del Red de Violencia Intrafamiliar	Integrantes del Red de Violencia Intrafamiliar
Derechos de la persona adulta mayor	<ul style="list-style-type: none"> ● La mayor dificultad fue alentar al grupo a participar en la charla. Siempre eran las mismas 5 personas las que mantenían la conversación. ● Un reto fue diseñar actividades que no requirieran mucha movilidad, debido a 	Grupo de personas adultas mayores del Centro diurno	Grupo de personas adultas mayores del Centro diurno

Talleres participativos	Dificultades	Población a la que se dirigía	Población a la que se redirigió
	ciertos padecimientos o condiciones de las personas participantes. <ul style="list-style-type: none"> • La comunicación fue difícil, ya que había que emplear un volumen de voz bastante alto, lo cual fue desgastante. Así mismo, algunas de las personas hablaban muy bajo, por lo que también se les tuvo que pedir que repitieran lo dicho, lo que fue agotador para estas personas. 	Rincón de Ricardo	Rincón de Ricardo

Fuente: Elaboración propia.

Imagen 8. Taller de violencia de género (ciclo de la violencia)



Fuente: Elaboración propia.

Por otra parte, dentro de las experiencias positivas, 4 de los 6 talleres propuestos lograron redirigirse y realizarse: amor propio, violencia de género (ciclo de la violencia), derechos humanos y violencia en las relaciones de pareja. En la Tabla 5 se comparte la sistematización de cada taller participativo²⁰.

²⁰ El resto de las imágenes de los talleres participativos se adjuntan en el Anexo 9.

Tabla 5.

Resumen de los resultados de los talleres participativos impartidos

Talleres participativos	Resumen de resultados	Población
Violencia de Género (ciclo de la violencia)	<ul style="list-style-type: none"> ● El taller fue solicitado por la Comisión. ● Se convocaron a las 12 integrantes de la Comisión, confirmaron solamente 3, pero al final solo llegó 1, además de la asesora Yamileth Monterrey, encargada del área de Desarrollo Social Inclusivo. ● Se firmó una lista de asistencia y el consentimiento informado. ● Se realizaron las actividades programadas, y a pesar de la poca participación, se generó una charla amena y extensa; se compartieron vivencias personales y hubo bastante participación. ● Durante el taller se mencionó que este era el primer taller que la comisión recibía en el año, que además ha estado con poca actividad y casi no se reunía. Algunas de las integrantes son regidoras, por lo tanto, no tienen mucho tiempo libre para asistir a las reuniones. Además, es un puesto ad honorem y eso ha sido un problema en ocasiones, porque produce baja participación. ● Si bien las actividades programadas pudieron aprovecharse mejor con más personas para generar discusión y compartir ideas, al final se lograron los objetivos del taller. ● Finalmente, se sumó una funcionaria del Concejo Municipal, quien también participó de la charla y de la actividad final, cuando terminó sus funciones laborales. Al finalizar el taller, se llenó un formulario corto de evaluación del taller y de la facilitadora para brindar retroalimentación. 	Comisión de la Condición de la Mujer
Amor propio grupo #1	<ul style="list-style-type: none"> ● Hubo quórum casi completo, se convocaron a 10 personas y hubo una asistencia de 9 integrantes; además las participantes llegaron a la hora indicada, por lo que el taller inició a tiempo. ● Se firmó una lista de asistencia y el consentimiento informado. ● Además, las participantes estuvieron muy activas y se presentaron con una actitud positiva; hicieron comentarios de las actividades y compartieron sus pensamientos y vivencias personales. ● Dos de las participantes llegaron con sus hijas, una de aproximadamente 5 años y las otras dos entre los 12 y 14 años. Las tres formaron parte del taller de forma activa con el permiso de sus madres. 	Grupo de Mujeres de la comunidad de San Pablo

Talleres participativos	Resumen de resultados	Población
	<ul style="list-style-type: none"> ● El grupo se mostró atento a las instrucciones y a la información brindada, se notó que era un tema de interés para ellas. ● Al finalizar el taller, se llenó un formulario corto de evaluación del taller y de la facilitadora para brindar retroalimentación. Se mostraron muy agradecidas, incluso preguntaron si la facilitadora les daría otro taller más adelante. 	
Amor propio grupo #2	<ul style="list-style-type: none"> ● Se convocaron a los 5 integrantes del comité de los cuales solo una persona (la encargada del mismo) no pudo asistir por una incapacidad. Además, se contó con la presencia de la asesora Yamileth Monterrey, encargada del área de Desarrollo Social Inclusivo, quien también forma parte del comité. ● Se firmó una lista de asistencia y el consentimiento informado. ● Se demostró lo mucho que las personas integrantes conocen del tema, pero que aun así reconocen lo importante que es hablarlo, e incluso se hicieron observaciones interesantes que les llamaron la atención en más de una ocasión. ● Además, la asesora incluyó a una participante más en el taller, a una paciente con la que estuvo trabajando recientemente y consideró que el taller le sería de utilidad para su tratamiento y proceso. Esta muchacha tuvo la confianza suficiente para expresar sus opiniones e incluso compartir parte de su historia de vida, sus problemas y las razones por las cuales estaba recibiendo terapia psicológica con la asesora. ● Hubo una participación activa y eficaz por parte de las personas integrantes. La conversación se extendió tanto que no se realizó una actividad programada (la proyección del video). Sin embargo, se consideró que no era necesario, debido a lo que ya se había abordado. ● Al final se hizo el cierre tal como estaba planeado, y se les dijo que la evaluación se les enviaría por correo electrónico dado que, mencionaron, se les hacía más fácil. 	Integrantes del Comité de Bienestar de Apoyo Emocional
Derechos Humanos	<ul style="list-style-type: none"> ● Se convocó a 8 integrantes de la red, y hubo una asistencia completa; además se contó con la presencia de la asesora Yamileth Monterrey, encargada del área de Desarrollo Social Inclusivo. ● Se firmó una lista de asistencia y el consentimiento informado. ● Se realizaron las actividades programadas. Se generó una charla amena y fluida en la que se compartieron vivencias personales de la gestión de las personas participantes en sus respectivos puestos 	Red de Violencia Intrafamiliar

Talleres participativos	Resumen de resultados	Población
	<p>gubernamentales, por lo que hubo bastante participación.</p> <ul style="list-style-type: none"> • El grupo se mostró activo, con una actitud positiva, anuente a las actividades propuestas, lo que facilitó la dinámica grupal. • Además, el grupo demostró un amplio conocimiento de los conceptos desarrollados. El abordaje del tema fue adecuado y acorde con su desempeño laboral dado que forman parte de una red en la que se requiere empatía, comprensión y un manejo adecuado de los derechos humanos. • Al finalizar el taller, se llenó un formulario corto de evaluación del taller y de la facilitadora para brindar retroalimentación. 	
Derechos de la persona adulta mayor	<ul style="list-style-type: none"> • Hubo un quórum total de 15 personas, de las cuales participaron activamente al menos cinco y ocasionalmente uno o dos más. Aun así, se generó una conversación bastante prolongada entre las personas participantes. • El grupo se mostró muy unido y demostró mucha confianza en los miembros municipales, quienes administran el centro y las personas cuidadoras. • Fueron bastante abiertos al comentar sus experiencias tanto positivas como negativas de ser una persona adulta mayor, y escuchaban atentamente con respeto. Hubo algunas interrupciones, debido a que algunas personas hablaban muy bajo y las otras no sabían que alguien estaba hablando, pero más allá de eso no hubo comentarios despectivos, ofensivos o irrespetuosos. • Cada persona compartió y dejó en claro que se siente a gusto con esta nueva etapa. • Cada persona mostró un amplio conocimiento de sus derechos y de la importancia de hacerlos valer, tanto en el ámbito familiar, como lo referido a la Ley Integral para la Persona Adulta Mayor N° 7935. 	Centro diurno Rincón de Ricardo

Fuente: Elaboración propia.

Para el análisis y evaluación de las dinámicas grupales de los talleres desarrollados, se empleó el método del Cono Invertido, descrito por Iñon (1997) y basado en el desarrollo pichoniano de Pichon-Rivière (1981) (De Felipe, García-Bardón, Vílchez y Larrosa, 2018); ya que éste “es de gran utilidad en los momentos de evaluación de personas, grupos, organizaciones y comunidades” (Iñon, 1997, p. 1).

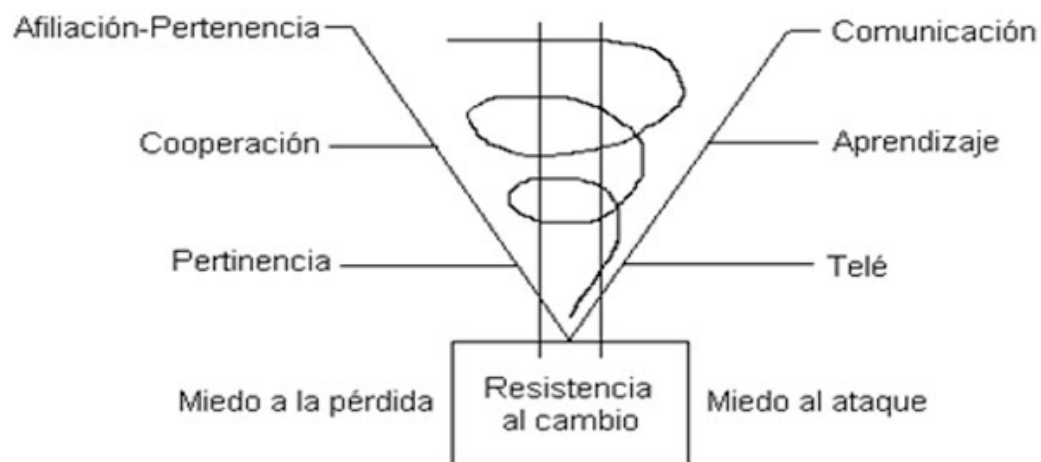
Iñón (1997) explica que el desarrollo pichoniano consiste en la existencia de seis fuerzas o fenómenos grupales que generalmente surgen al trabajar con grupos, los cuales son: Afiliación y Pertenencia; Cooperación; Pertinencia; Comunicación; Aprendizaje; y Tele-grupal. Estas fuerzas o vectores (como Iñón las llama), se deben de tomar en cuenta y fortalecer para impulsar al grupo a realizar las tareas propuestas para cumplir con los objetivos planteados. Ello se representa con un cono, dónde en la punta se encuentra lo implícito y en la base lo explícito.

Esto quiere decir que lo explícito son aquellas características más observables o las más fáciles de percibir, como la actitud de las personas participantes, su lenguaje corporal, etc. Y lo implícito viene a ser aquellas características menos perceptibles o escondidas (Iñón, 1997).

A continuación, se ilustra el esquema del cono invertido y cómo se acomodan los vectores en él (Figura 1).

Figura 1.

Esquema del Cono Invertido



Fuente: Iñón (1997).

Por lo tanto, el cono al tener una forma invertida, como en la figura anterior, da un efecto de iceberg realista donde es más fácil ver ciertas cosas (que son la mayoría), pero no toda la información que viene siendo la minoría.

Por ejemplo, no se tiene conocimiento de la historia de cada persona, no hay detalles de su vida, por lo que no se sabe cómo ciertos temas le pueden afectar; pero conforme va pasando el tiempo, se forja la confianza y estas historias ocultas surgen y se integran con las demás y las tareas previstas. Iñón (1997) define a estos vectores de la siguiente forma:

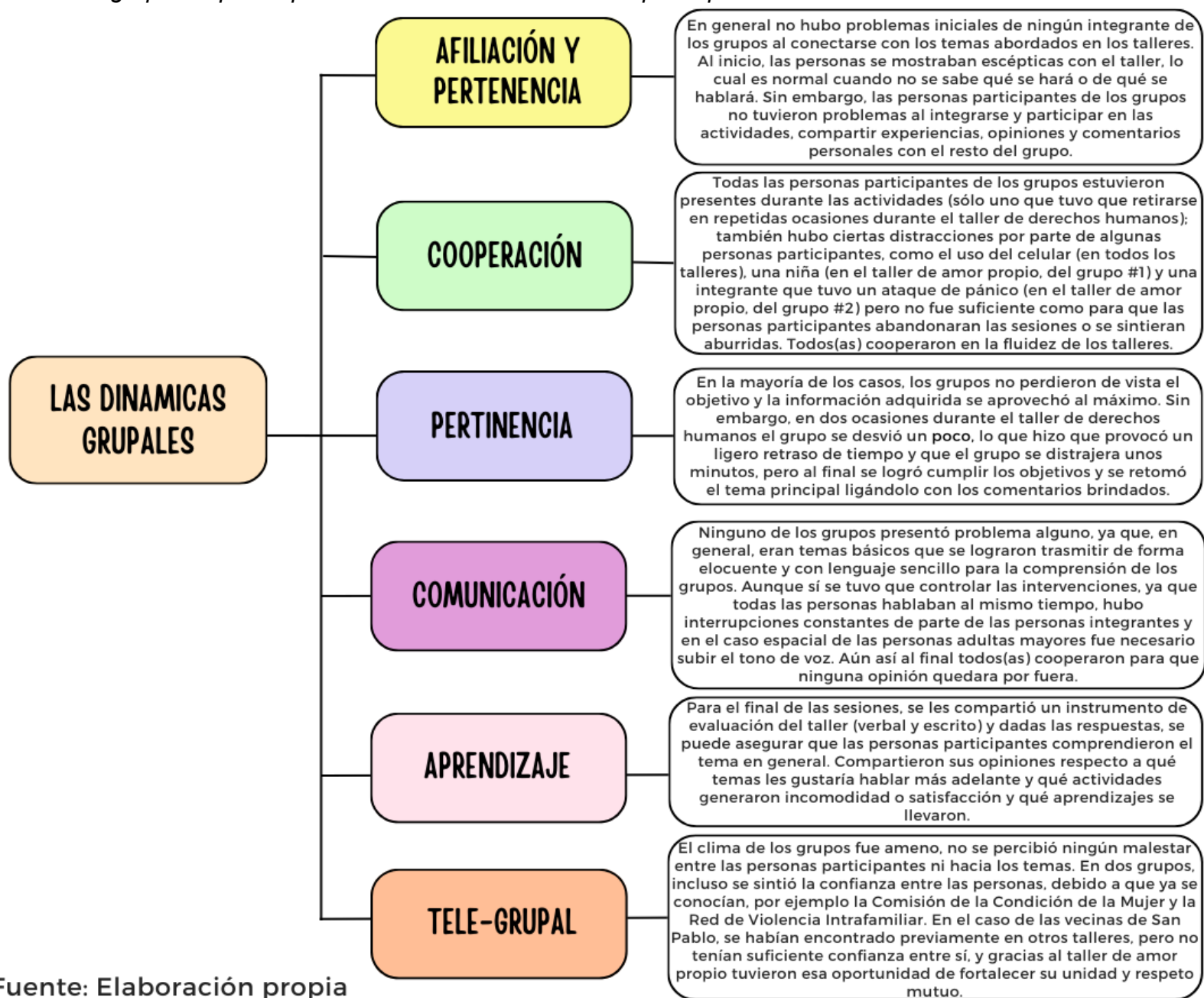
- Afiliación y pertenencia: menciona que es la capacidad de las personas participantes de congeniar o identificarse con el grupo y las tareas o actividades para cumplir con los objetivos propuestos. También indica que al inicio se puede percibir cierta resistencia o distancia, pero que con el tiempo y el interés, las personas se pueden ir integrando más y conectar.
- Cooperación: “Es la posibilidad que tienen los integrantes del grupo de desarrollar conductas cooperantes. [...]. Con el transcurso del tiempo pueden ayudarse los unos a los otros, desarrollando roles complementarios. Pueden complementarse unos a otros, agregando, sumando al aporte del otro.” (Iñón, 1997, p. 6); por lo que es la integración del grupo de forma positiva con el afán de aprender y de escuchar a las demás personas, aportar y compartir para el desarrollo grupal y personal.
- Pertinencia: el autor menciona que es la capacidad de no desviarse de la tarea, en este caso las actividades y el tema principal de los talleres participativos; y que, en caso de hacerlo, tener la capacidad de volver a centrarse en él (Iñón, 1997).
- Comunicación: El autor menciona que este vector analiza la forma en la que circulan los mensajes, cómo se transmite y de qué manera se interpreta; por ejemplo, el lenguaje utilizado para transmitir el mensaje que sea claro, conciso y sobre todo congruente. Es necesario estar atento a los malentendidos, si hay escucha activa, etc.

- Aprendizaje: es la capacidad de las personas integrantes de tomar lo aprendido del mundo interno y aplicarlo al mundo externo. “No es sólo la incorporación de un conocimiento como mera acumulación de datos, como simple memorización.” (Iñón, 1997, p. 8), sino que es ese impulso o acción de adaptarse al cambio gracias a la información recibida e incorporarlo en su día a día.
- Tele-grupal: “Es la disposición de cada uno de los integrantes del grupo para trabajar más con unos que con otros” (Iñón, 1997, p. 8).

A continuación, se presenta un diagrama de análisis general de las dinámicas grupales (Figura 2) que se generaron durante los talleres participativos, según los Vectores del Cono Invertido explicado por Iñón (1997); ya que fue el método más claro e idóneo para la interpretación y evaluación de los grupos.

Figura 2.

Dinámicas grupales que se presentaron durante los talleres participativos



Fuente: Elaboración propia

Tal y como se indica el diagrama anterior no hubo mayores problemas durante el desarrollo de los talleres, el ambiente en cada uno de ellos fue muy positivo, posiblemente reflejo del trabajo del área de Desarrollo Social Inclusivo de posicionar el enfoque de género y propiciar la sororidad en la comunidad de San Pablo, a pesar de las dificultades que se presenten.

La experiencia de trabajo de la facilitadora con estos grupos fue agradable, solo en un caso se pudo percibir falta de compromiso; sin embargo, el deseo de aprender, cooperar y fortalecer los conocimientos siempre estuvo presente. En algunos casos se fortaleció la amistad y confianza, dando a entender que su relación va más allá de la laboral, por lo que algunos temas o comentarios se pudieron hacer sin que se sintieran incómodos.

También se presentaron retos, como el de la integrante que tuvo un ataque pánico y una crisis nerviosa, durante la que se perdió un poco el control del grupo, sin embargo, gracias al apoyo de la encargada del área de Desarrollo Social Inclusivo se logró superar y continuar con las actividades restantes. Por último, la comunicación fue fluida; la información se transmitió de la mejor manera posible y se pudo observar que fue comprendida por los grupos tal y como se esperaba. También se percibió el interés por los temas y deseos de aprender, saber de más temas y participar en futuras actividades.

De las observaciones anteriores, se puede rescatar que quedaron dudas sin resolver, que tal vez por pena no surgieron durante la sesión; y en cuanto al tema de autoestima y amor propio, la facilitadora percibe que se requiere profundizar en aspectos como la autogestión emocional, aprender a poner límites, relaciones interpersonales y empoderamiento. Por otro lado, en cuanto al tema de violencia de género, se solicitó profundizar más y hablar sobre micromachismos y sobre género. Asimismo, las personas adultas mayores manifestaron que deseaban profundizar más en el tema de la violencia hacia su grupo etario.

En la Tabla 6 se presenta un resumen de los aprendizajes que las personas participantes se llevaron de cada taller, algunas sugerencias de

temas para abordar en el futuro e inquietudes que quedaron pendientes por resolver; recopilados de los instrumentos de evaluación de cada taller participativo.

Tabla 6.

Resumen de los aprendizajes, sugerencias y preguntas pendientes de cada taller participativo

Taller	Aprendizajes	Sugerencias	Preguntas pendientes
Derechos Humanos	<ul style="list-style-type: none"> ● El aprendizaje se construye ● Hablar de género es un tema complejo, pero sin duda se aprende bastante de estos temas. ● Empoderamiento sobre mi derecho y los que tiene cada persona. 	<ul style="list-style-type: none"> ● El poder de las palabras ● Derechos humanos que realmente se aplican en temas de género. ● Ampliar sobre los derechos de las personas adultas mayores. 	<ul style="list-style-type: none"> ● ¿Porque si los derechos humanos son universales no todos tienen acceso a ellos? ● ¿En la curricular educativa se aborda este tema?
Amor propio	<ul style="list-style-type: none"> ● Es importante identificar las cualidades y virtudes personales y no darles valor a los comentarios negativos. ● Valorarse más y cuidar la autoestima. ● Aceptación, compartir y aprender de los demás. ● La autoestima no es lineal. ● No compararse con las demás personas. ● Tratar bien a las demás personas. ● Está enfocado principalmente en las mujeres. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Herramientas positivas de empoderamiento. ● Técnicas de meditación. ● Micromachismos. ● Autoestima. ● Relaciones interpersonales familiares. ● Aprender a poner límites. ● Cómo dejar atrás el pasado. ● Autogestión emocional. ● El principal público deberían ser los niños y las niñas. 	<ul style="list-style-type: none"> ● ¿Cómo tener más seguridad en mis decisiones? ● ¿Cómo me afectan las frases que he escuchado? ● ¿Cómo reforzar las relaciones positivas? ● ¿Cómo trabajar en la perseverancia del amor propio? ● ¿Cómo se aumenta la autoestima? ● ¿Por qué me comparo con las demás personas si somos únicos?
Violencia de género (ciclo)	<ul style="list-style-type: none"> ● Cómo identificar los tipos de violencia. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Saber más sobre "género". 	No hubo preguntas

Taller	Aprendizajes	Sugerencias	Preguntas pendientes
de la violencia)	<ul style="list-style-type: none"> ● Nuevos conceptos e historias de vida que ejemplifican la violencia de género. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Micromachismos. ● Profundizar más del tema. 	
Derechos de la persona adulta mayor	<ul style="list-style-type: none"> ● Sobre derechos humanos. ● Violencia hacia la persona adulta mayor. ● Mitos y realidades sobre la vejez. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Cómo poner límites ● Saber más sobre violencia hacia las personas adultas mayores. ● Profundizar más del tema. 	No hubo preguntas

Fuente: Elaboración propia.

6.1.2. Observaciones finales

Se puede afirmar que la población de la comunidad de San Pablo, principalmente las mujeres, está anuente a recibir charlas, talleres y capacitaciones relacionadas con diversos temas vinculados con la prevención de la violencia de género, ya que se perciben importantes para su desarrollo integral y es una problemática presente en su cotidianidad; mientras que el personal municipal se mostró renuente. De acuerdo con la encargada del área de Desarrollo Social Inclusivo, este personal ha recibido charlas relacionadas con la violencia de género, especialmente sobre hostigamiento sexual; por lo que posiblemente considera que ya no requiere mayor capacitación.

El personal municipal mostró resistencia y falta de interés en el tema de diversidades sexuales, por lo que no se pudo desarrollar el taller programado. Por el contrario, las integrantes de la Comisión de la Condición de la Mujer se mostraron interesadas en saber más de este tema, pero por contratiempos y razones de otra índole, no fue posible ofrecerles este taller. No obstante, todavía existe una posibilidad de impartir este taller en el futuro.

Por otro lado, se considera importante indicar que el área de Desarrollo Social Inclusivo mostró interés en divulgar información por cualquier medio sobre los temas citados anteriormente, debido a la necesidad que hay en la

comunidad de erradicar la discriminación social y promover valores más tolerantes hacia la violencia de género. La perspectiva de género constituye un enfoque que sustenta el trabajo del área Desarrollo Social Inclusivo; sin embargo, hay mucha resistencia desde lo interno del personal municipal, que limita las actividades de esta área.

Como estudiante de la carrera de Género y Desarrollo, esto en cierta medida produce decepción, porque se tiene la expectativa de que las personas funcionarias de una municipalidad están sumamente involucradas en pro del bien social comunal; pero ante la negativa de participar en algunos talleres se evidencia el poco interés y/o compromiso de estas por mejorar la atención de las problemáticas trabajadas. Lo que muestra, también, que la formación y actualización es indispensable para replantear posturas obsoletas y fortalecer dichas bases, especialmente en las personas que forman parte de la toma de decisiones, de manera que contribuyan a erradicar las desigualdades e inequidades presentes en la comunidad de San Pablo de Heredia.

Lo anterior con el fin de dejar de situar al género únicamente como categoría de análisis vinculada con el “ser mujer”, ya que bajo este pensar se rechazan otras formas del ser, habitar y existir; incluso se invisibilizan a aquellas identidades que rompen con la lógica dicotómica sexo-género, por ejemplo, las identidades trans, no binarias y demás. De igual forma, se evidencia el reto y la labor que tienen las personas profesionales de la carrera de Género y Desarrollo para lograr una transformación político-social desde los gobiernos locales.

Finalmente, desde una opinión más personal, hubo un redescubrimiento con esta experiencia de enseñanza-aprendizaje como futura gestora en género, una vocación que no se tenía presente y/o arraigada. Impartir estos talleres, trabajar con grupos y brindar un servicio a la Municipalidad de San Pablo son cosas que se disfrutaron durante todo el proceso: el diseño, la coordinación, la elaboración de los talleres, y la

asistencia al área de Desarrollo Social Inclusivo tanto en actividades administrativas, como en las funciones vinculadas con la profesión.

En adición a lo anterior, asistir al área de Desarrollo Social Inclusivo fue una oportunidad para poner en práctica lo aprendido desde la carrera y ganar experiencia como profesional, especialmente en el manejo de grupos y metodologías participativas. Se puede decir que el hacer uso de esta técnica metodológica fue una oportunidad no invasiva para acercarse a la comunidad, empatizar con sus historias de vida, conocer sus puntos de vista y, sobre todo, que estas personas se sientan escuchadas. Esta tarea, que no fue nada fácil, también sirvió para reflexionar sobre las diferentes formas de violencia de género existentes y conocer las áreas de mejora a nivel profesional.

Debido a que el taller “proporciona un espacio de reflexión y acción a través del cual el docente internaliza los fundamentos teóricos y prácticos sobre las funciones del lenguaje y el desarrollo de la oralidad, aspectos centrales para la transformación de las prácticas pedagógicas.” (Rodríguez, 2015, p. 25), se dio esa apertura para intercambiar experiencias tanto personales (de parte de la comunidad de San Pablo), como desde la gestión profesional comunitaria y aportar puntos de mejora como entidades gubernamentales.

En conclusión, se considera que esta Práctica Dirigida fue una experiencia que nutrió tanto a quién impartió y/o comunicó la información, como quién la recibió. La técnica de enseñanza utilizada, dinámica y lúdica fue fundamental para acercarse a algunas vivencias y realidades de la comunidad de San Pablo, que es necesario continuar transformando. Quienes gestionan los gobiernos locales tienen sus prioridades seleccionadas y son un reflejo de lo que todavía falta por hacer para alcanzar la igualdad y la equidad para todas aquellas poblaciones vulnerabilizadas.

6.2. Recomendaciones

6.2.1. Recomendaciones personales

Como practicante, al principio existió cierta inseguridad al cuestionar si los productos que se estaban diseñando se ajustaban a las necesidades de cada una de las poblaciones, si se estaban abordando correctamente las temáticas propuestas, pero sobre todo en la ejecución de los talleres participativos. El reto de desarrollar cuatro talleres y diseñar los materiales infográficos con profundizaciones distintas, así como cubrir toda la información solicitada en una sola sesión, sin tener un diagnóstico que respaldara las acciones y el contexto de las diversas poblaciones, limitó hasta cierto punto las propuestas.

Se recomienda, en una próxima experiencia similar, realizar un diagnóstico previo tanto al personal municipal, a las entidades que trabajan con la municipalidad y a representantes de la comunidad para determinar y priorizar aquellos temas de mayor interés. De esta forma, identificar las necesidades específicas de cada población y diseñar un plan de trabajo adecuado a éstas. Además, es importante coordinar previamente con las poblaciones el tiempo estimado que disponen para participar en cada taller y los horarios más accesibles.

Por otro lado, el enfrentarse con las barreras citadas en apartados anteriores, también afectó la motivación; sin embargo, es necesario no tomarse los posibles rechazos a los productos como situaciones personales. Es importante recordar que se presentaron las propuestas de formación y en su mayoría hubo una respuesta positiva, por lo que se valoran muy bien los resultados obtenidos. Como profesional en Género y Desarrollo hay que tomar en cuenta que no siempre las iniciativas sobre ciertos temas serán validadas o bien percibidas por algunas personas, pero esto no limita el arduo trabajo y el reconocimiento de parte de los mismos grupos y del área de Desarrollo Social Inclusivo, con la que se trabajó.

En la Figura 3 se presenta un diagrama con especificaciones identificadas desde un autoanálisis/autocrítica constructivo, como puntos de mejora, para el futuro.

Figura 3.

Diagrama de los puntos de mejora



Fuente: Elaboración propia

Como lo muestra la figura anterior, a nivel personal se identificaron aspectos por fortalecer, uno de ellos es el uso del tiempo. Anteriormente, se mencionó que en algunas ocasiones no se logró realizar todas las actividades planeadas o incluso se alargó el tiempo establecido. Esto pasó porque no se tuvo un control total del grupo, lo que lleva al siguiente punto.

Se notó un interés por los temas y hubo una alta participación de parte de las personas de los diferentes grupos. Sin embargo, al querer todas las

personas participar y compartir opiniones y experiencias no se estableció un límite, por lo que las conversaciones se alargaron más de lo usual e incluso llegó un punto en que todas las personas querían hablar al mismo tiempo.

Por lo que, en esas ocasiones se perdió un poco el control y se desviaban las conversaciones del tema principal (especialmente en el taller sobre Derechos Humanos). Lo que provocó que dos de las actividades programadas no se logaran realizar; esto sumado a que algunas de las personas participantes se tuvieron que retirar en determinado momento.

Se recomienda que una próxima vez se estudie mejor a las poblaciones antes de diseñar las actividades para adecuarse mejor a sus tiempos y realidades y potenciar de una mejor manera su participación. Como se mencionó anteriormente, en una ocasión (en el taller de Derechos Humanos) se descartó en el momento una actividad (el video “¿Qué son los Derechos Humanos? Organización Unidos por los Derechos Humanos”), porque no se tenía disponibilidad de tiempo y se consideró que no era necesaria, dando prioridad a las otras actividades que iban a ser enriquecedoras.

En el taller de amor propio, según se expresó durante su desarrollo y en la evaluación de este, una de las actividades generó incomodidad a dos personas participantes; aunque esto no provocó problemas más adelante en la actividad, ni afectó gravemente su estabilidad emocional y no fue necesaria ninguna asistencia psicológica, se recomienda tener más cuidado con las actividades que se diseñen. Asimismo, es imprescindible contar con una persona especializada en el área de Psicología que pueda brindar contención, cuando se abordan temas sensibles.

Adicionalmente, se recomienda tener en cuenta el uso de un lenguaje sencillo y coloquial (adecuado a la población que se dirige el taller) dependiendo del tipo de población. Esto debido a que, durante el taller de amor propio hubo un momento en que se usaron palabras o términos populares como “*body shaming*” y “*body positive*”, en las que no se midió la posibilidad o dificultad de comprensión en el momento de dar la información. En este

sentido, ganaron los nervios de parte de la facilitadora, lo que dificultó el uso de herramientas de comunicación asertivas para expresar mejor la información.

Como experiencia personal, es importante comprender que no se puede cambiar el mundo con solo talleres, charlas y demás. Esto porque en un inicio al sentir que la participación y que las actividades fueron siempre positivas y los temas del agrado de los grupos y de la encargada del área de Desarrollo Social Inclusivo, se tuvo la breve idea de que se estaba creando un cambio social profundo.

Lo cual no está mal pensarlo, porque al inicio como estudiantes se pueden idealizar ciertas propuestas que son debatidas al enfrentarse con la realidad de las instituciones y comunidades, y más si tienen valores muy tradicionales, por lo que es importante tener los pies en la tierra y ver más allá. También es importante tener en cuenta que no siempre va a haber esa apertura hacia ciertos temas.

Por eso es fundamental comprender cómo se maneja el tema de género en ciertas instancias y adaptarse un poco a éstas; ya que a veces no todo lo que se propone, se puede cumplir debido a ciertos condicionamientos y/o limitaciones. Sin embargo, es necesario no permitir que estas circunstancias desanimen, sino todo lo contrario. Es el reflejo de que aún hay que seguir trabajando y luchando para mitigar y erradicar estos prejuicios y barreras que generan resistencia y discriminación social. Para ello, es fundamental tener presente que los saberes se enseñan, y no se imponen.

6.2.2. Recomendaciones para el área de Desarrollo Social Inclusivo

Se recomienda tomar en cuenta instancias como el área de Desarrollo Social Inclusivo para realizar futuras prácticas dirigidas en la carrera de Bachillerato y Licenciatura en Género y Desarrollo, ya que es un espacio en el cual se puede incidir a partir de la formación recibida, que se adecúa a los objetivos de esta área, aprovechando la apertura a recibir estudiantes

pasantes, en este caso en particular. Hay diversos aspectos en los que se puede colaborar en el quehacer de la unidad, por lo que es una experiencia enriquecedora y con mucho potencial para aprender a desenvolverse en el mundo laboral. Tal como es el trabajo de campo directo con las comunidades locales, y aprender el funcionamiento de los gobiernos locales.

Se considera recomendable para esta área fortalecer las bases teórico-prácticas para la gestión en género, porque si bien la perspectiva de género está muy arraigada en el quehacer cotidiano de la misma, es necesario tener más insumos para la transversalización de género en la Municipalidad. Por ejemplo, se detectó la importancia de desarrollar temas como las masculinidades positivas y los micromachismos, tanto para el personal municipal y las organizaciones que trabajan de la mano con la Municipalidad (como el Comité de Bienestar de Apoyo Emocional y la Red de Violencia Intrafamiliar), así como también con la comunidad de San Pablo.

Por otro lado, se considera fundamental agilizar el proceso de diseño y ejecución de un diagnóstico sobre brechas de género para la elaboración de la Política de Igualdad y Equidad de Género (PIEG), que permita identificar las principales necesidades para incorporar el enfoque de género en las gestiones municipales; y, de esta forma, diseñar un plan de acción para organizar mejor las actividades de transversalización de género.

Esto porque no es suficiente con organizar actividades para promover los derechos humanos y luchar contra las violencias y discriminaciones sociales, aunque son actividades muy importantes. Lo primordial es trabajar en un cambio estructural, desde lo interno de la municipalidad, para llevarlo a lo externo, a la comunidad san pableña. Los gobiernos locales son un reflejo de los valores de una comunidad, y la lucha en pro de la igualdad y equidad de género debe mostrarse y arraigarse primero desde ahí, empezando por el personal municipal.

Se reconoce que la falta de personal puede dificultar la ejecución de

actividades y genera sobrecarga laboral, especialmente para la encargada del área. Por lo que, es necesario destacar la importancia del apoyo administrativo y logístico en psicología para brindar asistencia en áreas como las atenciones psicológicas. Por ende, se sugiere una reestructuración organizativa para delegar responsabilidades y contratar profesionales en género y psicología. De esta manera, se administran mejor las cargas de trabajo y se propicia un ambiente laboral equilibrado para el área de Desarrollo Social Inclusivo.

En conclusión, como última reflexión, solo se puede decir que, como aprendizaje, queda el posicionarse más en respeto y criticidad, ya que como profesional en Género y Desarrollo, que es una carrera que ha sido subestimada en muchos aspectos, es imprescindible desenvolverse en este tipo de espacios que impulsen el contacto directo con las personas y el crecimiento profesional necesario para el desarrollo de funciones específicas. Si bien la investigación es importante, no es un requisito primordial para el ámbito laboral.

Por ende, es necesario legitimar las capacidades que se tiene para desempeñar estas y otras funciones, a pesar de lo mucho que falta por aprender y conocer. Así como también, visibilizar la importancia de incluir a profesionales en Género y Desarrollo dentro del organigrama de las organizaciones e instituciones públicas y privadas. Por lo tanto, esta experiencia fue gratificante y fructífera para el crecimiento personal y para el desempeño profesional en el desarrollo y el aprendizaje de habilidades.

Bibliografía

- Abarca, F. (2016). La metodología participativa para la intervención social: Reflexiones desde la práctica. *Revista Ensayos Pedagógicos*. Volumen XI, N. 1, Enero-Junio 2016. Universidad Nacional. <https://www.revistas.una.ac.cr/index.php/ensayospedagogicos/article/view/8470/9650>
- Agudelo-Cifuentes, M.; Cardona-Arango, D.; Segura-Cardona, A.; y Restrepo-Ochoa, D. (2019). Maltrato al adulto mayor, un problema silencioso. *Rev. Fac. Nal. Salud Pública*. <http://www.scielo.org.co/pdf/rfnsp/v38n2/2256-3334-rfnsp-38-02-e331289.pdf>
- Aponte, R. (2015). El taller como estrategia metodológica para estimular la investigación en el proceso de enseñanza-aprendizaje en la educación superior. *Boletín Redipe*, Vol. 4, N°. 10, págs. 49-55. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6232367>
- Bajo, I. (2020). La normalización de la Violencia de Género en la adultez emergente a través del mito del amor romántico. Universidad de Salamanca - España. *Cuestiones de género: de la igualdad y la diferencia*. N°. 15 2020 – e - pp. 253 - 268. <https://revpubli.unileon.es/ojs/index.php/cuestionesdegenero/article/view/6045/4823>
- Bartra, E. (2010). Acerca de la Investigación y la metodología feminista. En Blazquez, N.; Flores, F.; Ríos, M.; Blazquez, N.; Harding, S.; Bartra, E.; Fernández, L.; Corres, P.; Maffía, D.; Gargallo, F.; Delgado, G.; Castañeda, M.; Pedrero, M.; Tena, O.; Restrepo, A.; Arruda, Á.; Mora-Ríos, J.; Ursini, S.; (2010). *Investigación Feminista: Epistemología, Metodología y Representaciones sociales*. (pp. 67-77). Centro de Investigaciones Interdisciplinarias en Ciencias y Humanidades Universidad Nacional Autónoma de México.

https://biblioteca.clacso.edu.ar/Mexico/ceiich-unam/20170428032751/pdf_1307.pdf

Bianciotti, M. (2011). Cuerpo y género: apuntes para pensar prácticas eróticas de mujeres jóvenes. Aportes de Judith Butler y Pierre Bourdieu. *Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad*. N° 6. Año 3. Agosto-noviembre de 2011. pp. 70-82. https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwiM7Lb51uyCAxWyVTABHfAvBmYQFnoECCEQAQ&url=https%3A%2F%2Fdialnet.unirioja.es%2Fdescarga%2Farticulo%2F3716646.pdf&usg=AOvVaw3Ph1wwqEio6geo_r05-uNK&opi=89978449

Botello-Peñaloza, H.; y Guerrero-Rincón, I. (2018). Incidencia de la violencia física en la población LGBT en Ecuador. *Civilizar Ciencias Sociales y Humanas*, 18 (35): 129-138, julio-diciembre de 2018. <http://www.scielo.org.co/pdf/ccso/v18n35/1657-8953-ccso-18-35-00129.pdf>

Burgos, O. (2012). La violencia de género en los medios de comunicación. Análisis de cómo se transmiten las noticias sobre la violencia de género en los medios de comunicación. I Congreso Internacional de Comunicación y Género. Sevilla 5, 6 y 7 de Marzo de 2012. <https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/33348/Pages%20from%20LIBRO%20ACTAS%20I%20CONGRESO%20COMUNICACIÓN%20Y%20GÉNERO-3.pdf?sequence=1>

Blazquez, N. (2012). Epistemología Feminista: Temas Centrales. En *Investigación feminista: epistemología, metodología y representaciones sociales* / Norma Blazquez Graf, Fátima Flores Palacios, Maribel Ríos Everardo, coordinadoras. – México: UNAM, Centro de Investigaciones Interdisciplinarias en Ciencias y Humanidades: Centro Regional de Investigaciones Multidisciplinarias: Facultad de Psicología.

http://biblioteca.clacso.edu.ar/Mexico/ceiich-unam/20170428032751/pdf_1307.pdf

Brito, A. (2019). *Body Shaming. La crítica a la belleza*. <https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/90898/memoria%20reportaje.pdf?sequence=1&isallowed=y>

Cáceres, J. (2011). Abuso y violencia en las relaciones de pareja. *Behavioral Psychology / Psicología Conductual*, Vol. 19, Nº 1, 2011, pp. 91-116. <https://paginaspersonales.deusto.es/jcaceres/articulos/05%20C%E1ceres.pdf>

Calvo, G; y Vargas, J. (2017). *Oficinas de la Mujer en municipios costarricenses: ¿garantía formal o real?* <https://perio.unlp.edu.ar/ojs/index.php/conequis/article/view/4473/3729>

Carmona, K. (2021). La violencia contra las mujeres trans en los espacios públicos: Entre el acoso sexual y la transfobia. Universidad de Costa Rica. *Revista Latinoamericana de Derechos Humanos*. Volumen 32 (1), I Semestre 2021. <https://www.revistas.una.ac.cr/index.php/derechoshumanos/article/view/15192/21248>

Corte Interamericana de Derechos Humanos. (CIDH, 2019). Seminario-Taller sobre Trabajo Social y Derechos Humanos en México, Centroamérica y el Caribe. <https://www.ts.ucr.ac.cr/binarios/pela/pl-000136.pdf>

Cuervo, M. y Martínez, J. (2013). Descripción y caracterización del Ciclo de Violencia que surge en la relación de pareja. *Tesis Psicológica*, vol. 8, núm. 1, enero-junio, 2013, pp. 80-88. Fundación Universitaria Los Libertadores Bogotá. <https://www.redalyc.org/pdf/1390/139029198007.pdf>

Chirino, O. (2020). La violencia de género y los medios de comunicación social. *Revista de Ciencias Humanas, Teoría Social y Pensamiento Crítico*. Nº.

11 (Enero-Junio), págs. 69-92.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7361794>

Da Costa, N., Poggi, M. y Molina, P. (2015). *Los talleres de participación y la observación participante. El muestreo por campus y habitus para la justipreciación de valores ambientales*. XI Jornadas de Sociología. Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Buenos Aires.
<https://cdsa.aacademica.org/000-061/229.pdf>

Da Silva e Silva, A, García, A. y da Silva Barbosa, G. (2019). Una revisión histórica de las violencias contra mujeres. *Revista Direito e Práxis*. 10 (1).
<https://www.scielo.br/j/rdp/a/W5tYmvnkcKwLvPT6vjKqxr/?lang=es&fo>

De Felipe, V., Vílchez, F. y Larrosa, A. (2018). Análisis Cualitativo sobre los Vectores del Cono Invertido en Psicoterapia Grupal. *ÁREA 3. Cuadernos de temas grupales e institucionales*. Materiales presentados en la II Asamblea Internacional sobre Investigación en torno a la Concepción Operativa de Grupo, Madrid 26-28 de abril de 2018. EXTRA N° 3 – verano 2018. <http://www.area3.org.es/uploads/a3-E3-analisiscualitativovectorespsicoterapia-vvaa.pdf>

Delgado, M., Sánchez, M. y Fernández-Dávila, P. (2012). Atributos y estereotipos de género asociados al ciclo de la violencia contra la mujer. *Universitas Psychologica*, vol. 11, núm. 3, julio-septiembre, 2012, pp. 769-777. Pontificia Universidad Javeriana Bogotá.
<https://www.redalyc.org/pdf/647/64724634007.pdf>

Deza, S. (2012). *¿Por qué las mujeres permanecen en relaciones de violencia?*
<https://revistas.unife.edu.pe/index.php/avancesenpsicologia/article/view/1942/1976>

Desarrollo Social Inclusivo. (2022). *Atenciones psicológicas 2022*. Municipalidad de San Pablo.

- Desarrollo Social Inclusivo. (2023a). *Atenciones psicológicas 2023*. Municipalidad de San Pablo.
- Desarrollo Social Inclusivo. (2023b). *Informe de Labores Primer Semestre 2023*. Municipalidad de San Pablo.
- Galán, J. y Figueroa, M. (2017). *Gaslighting. La invisible violencia psicológica*. *Gaslighting. The invisible psychological violence*. https://www.researchgate.net/publication/316927851_Gaslighting_La_invisible_violencia_psicologica_Gaslighting_The_invisible_psychological_violence
- Gómez, Y. y Mantilla, N. (2018). *Autoestima de mujeres víctimas de violencia de pareja registradas en CAVIF en la ciudad de Villavicencio*. Seminario de profundización. Universidad Cooperativa de Colombia, sede Villavicencio Facultad de ciencias sociales y humanas, Programa de psicología. https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/4073/1/2018_autoestima_mujeres_victimas.pdf
- García, A. (2016). *Mandatos de género del Código Municipal de Costa Rica Ley No. 7794 comentada y concordada*. Publicación de INAMU en coordinación con: Unión Nacional de Gobiernos Locales (UNGL) y el Consejo Nacional de Capacitación Municipal (CONACAM). <http://www.generoy sociedad.com/geso/wp-content/uploads/2016/12/Mandatos-de-género-del-Código-Municipal-de-Costa-Rica-y-legislación-conexa.pdf>
- Hernández, R. y Winton, A. (2018). *Diversidad sexual, discriminación y violencia. Desafíos para los derechos humanos en México*. Comisión Nacional de los Derechos Humanos (CNDH). Primera Edición, julio. https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/documentos/2019-05/Libro_diversidad.pdf

- Herrera, R. (2022). *Body positive y la visibilización de los cuerpos no normativos en Instagram*.
https://www.google.com/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=0CAIQw7AJahcKEwjQxr-y-KX_AhUAAAAAHQAAAAAQAw&url=https%3A%2F%2Ffidus.us.es%2Fbitstream%2Fhandle%2F11441%2F138452%2FCAV_HERRERAGARCIA_TFG.pdf%3Fsequence%3D1%26isAllowed%3Dy&psig=AOvVaw03cMWxOydOytlK4Kew2F1x&ust=1685843859512902
- Instituto Nacional de Estadísticas y Censos, INEC. (2022). *Heredia. Estimación de Población y Vivienda, 2022*.
https://admin.inec.cr/sites/default/files/2023-07/INFOGRAFIA_ESTIM_POB_VIV_2022_HEREDIA_0.pdf
- Instituto Nacional de las Mujeres, INAMU. (2021). *Afectaciones del COVID-19 en la vida de las mujeres en Costa Rica*. Instituto Nacional de las Mujeres. – 1 ed. – San José: Instituto Nacional de las Mujeres. (Colección Producción de conocimiento; n. 52; Aportes teóricos; n. 20) 1 recurso en línea (216 p.); PDF: 10 Gb.
https://observatoriodegenero.poder-judicial.go.cr/images/Biblioteca/Informes/Afectaciones_del_COVID-19_en_la_vida_de_las_mujeres_en_Costa_Rica_1.pdf
- Iñón, C. (1997). *Vectores del Cono Invertido*.
<http://www.elcentroargentino.com.ar/centroar/Vectores-Del-Cono-Invertido.pdf>
- Iriarte, C. (2018). La discriminación estructural de género y su recepción sistémica en el sistema de derechos humanos. *Anuario de Derechos Humanos*. Núm. 14 (2018); págs. [55-76].
<https://adnz.uchile.cl/index.php/ADH/article/view/49168/54185>
- Jiménez, J., Cardona, M. y Sánchez, M. (2017). Discriminación y exclusión laboral en la comunidad LGBT: un estudio de caso en la localidad de

chapinero, Bogotá Colombia. Universidad Autónoma del Estado de México. *Papeles de Población*, vol. 23, núm. 93, pp. 231-265.
<https://www.redalyc.org/jatsRepo/112/11252977009/html/index.html>

Lampert, M. (2017). Evolución del concepto de género: Identidad de género y la orientación sexual. Departamento de Estudios, Extensión y Publicaciones. Biblioteca del Congreso Nacional de Chile. *Comisión de Derechos Humanos y Pueblos Originarios de la Cámara de Diputados*, en el marco de la discusión del Proyecto de Ley que reconoce y da protección a la identidad de género (Boletín N°8924-07).
<https://www.camara.cl/verDoc.aspx?prmTIPO=DOCUMENTOCOMUNICACIONCUENTA&prmID=56104>

Lara, E., Aranda, C., Zapata, R., Bretones, C. y Alarcón, R. (2019). Depresión y ansiedad en mujeres víctimas de violencia en la relación de pareja. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*. Abril 2019, Vol. 11, N°1, 1-8. <http://www.scielo.org.ar/pdf/radcc/v11n1/1852-4206-radcc-11-01-00008.pdf>

La Gaceta N° 163 (2015, 21 de agosto). *CAPÍTULO VIII. De las comisiones*.
https://www.imprentanacional.go.cr/pub/2015/08/21/COMP_21_08_2015.html

Ley 9877 Ley contra el Acoso Sexual Callejero. (2020, 06 de diciembre). Sistema Costarricense de Información Jurídica.
http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_texto_completo.aspx?param1=NRTC&nValor1=1&nValor2=92281&nValor3=122103&strTipM=TC

Ley 7801 Ley del Instituto Nacional de Las Mujeres. (1998, 30 de abril). Sistema Costarricense de Información Jurídica.
http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_texto_completo.aspx?param1=NRTC&nValor1=1&nValor2=28787&nValor3=0

Ley 7794 Código Municipal. (1998, 30 de abril). Sistema Costarricense de Información Jurídica.

http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_texto_completo.aspx?nValor1=1&nValor2=40197

Marcano, A.; y Palacios, Y. (2017). Violencia de Género en Venezuela. Categorización, Causas y Consecuencias. Comunidad y Salud. pp200202AR1401. Departamento de Ciencias Sociales. Escuela de Salud Pública y Desarrollo Social. Facultad de Ciencias de la Salud-sede Carabobo. Universidad de Carabobo.

<http://ve.scielo.org/pdf/cs/v15n1/art09.pdf>

Marín, B. (2009). *La infografía Digital, una nueva forma de comunicación*. Tesis Doctoral. Facultad de Ciencias de la Comunicación. Universidad Autónoma de Barcelona.

<https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/48653/bemo1de1.pdf>

Martínez, I., Vallín, A. y Suárez, L. (2017). *Las infografías contribuyen a que la información compleja se transforme en atractiva y sea fácil de compartir y digerir*. Universidad de Guadalajara, Sistema de Universidad Virtual.

<http://biblioteca.udgvirtual.udg.mx/jspui/bitstream/123456789/3914/1/Cómo-elaborar-una-infografía.pdf>

Martínez, A. (2016). La violencia. Conceptualización y elementos para su estudio *Política y Cultura*. núm. 46, 2016, pp. 7-31. Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Xochimilco Distrito Federal.

<https://www.redalyc.org/pdf/267/26748302002.pdf>

Mena, L. y Munévar, D. (2009). Violencia estructural de género. *Revista de la Facultad de Medicina*, vol. 57, núm. 4, 2009, pp. 356-366 Universidad Nacional de Colombia Bogotá.

<https://www.redalyc.org/pdf/5763/576363912008.pdf>

Meo, M. (2010). Consentimiento informado, anonimato y confidencialidad en investigación social. *Aposta, Revista de Ciencias*

Sociales. <http://www.apostadigital.com/revistav3/hemeroteca/aines.pdf>

Ministerio de Planificación Nacional y Política Económica, MIDEPLAN. (s.f.). *Promover y coordinar la creación y/o fortalecimiento de Oficinas Municipales de la Mujer*. 3.2 Participación y Capacitación. Participación Social.

https://www.mideplan.go.cr/odt/Plan%20Nacional/Capital%20Humano/Mujeres/participacion_capacitacion.htm

Ministerio de Planificación Nacional y Política Económica, MIDEPLAN. (2017). *Índice de desarrollo social 2017*.

<https://accionsocial.ucr.ac.cr/sites/default/files/general/archivos/2019-10/Resumen%20IDS%202017.pdf>

Ministerio de Seguridad Pública, MIDEPLAN. (2023). *Índice de Desarrollo Social 2023*. Área de Análisis del Desarrollo. Unidad de Análisis del Desarrollo.

<https://documentos.mideplan.go.cr/share/s/Ye4P-LqDQqqjSD5jn6T4rQ>

Miranda, M. (2012). Diferencia entre la perspectiva de género y la ideología de género. *Universidad La Sabana*. Vol.21 Núm. 2 – Chía – Diciembre.

<http://www.scielo.org.co/pdf/dika/v21n2/v21n2a02.pdf>

Municipalidad de San Pablo de Heredia. (2014). *Caracterización general del cantón de San Pablo de Heredia*. Alcaldía Municipal.

<https://www.sanpablo.go.cr/wp-content/uploads/2019/10/Caracterizacion-del-Canton.pdf>

Municipalidad de San Pablo. (2016). *Manual de Organización y Funciones de la Municipalidad de San Pablo*.

<https://www.sanpablo.go.cr/wp-content/uploads/2019/10/Manual-de-organizacion-2016.-v3..pdf>

Muñoz, E. (2014). Uso Didáctico de las Infografías. *Revista Digital del Centro del Profesorado Cuevas-Olula* (Almería). Vol. 7, N° 4.

<https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=>

https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1133074015000355?ref=pdf_download&fr=RR-2&rr=83d47e791f910a3e

Muñoz, J. y Echeburúa, E. (2016). Diferentes modalidades de violencia en la relación de pareja: implicaciones para la evaluación psicológica forense en el contexto legal español. *Anuario de Psicología Jurídica* 2016. [pp. 2-12].

https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1133074015000355?ref=pdf_download&fr=RR-2&rr=83d47e791f910a3e

Muñoz, P. (2011). *Violencias Interseccionales. Debates Feministas y Marcos Teóricos en el tema de Pobreza y Violencia contra las Mujeres en Latinoamérica*. Producida por Central America Women's Network (CAWN) Versión en español impresa en Tegucigalpa, Honduras, Enero 2011.

https://gabrielamoriana.es/wp-content/uploads/2017/05/Patricia_Munoz-2011-Violencias-Interseccionales.pdf

Organización Panamericana de la Salud, PAHO. (2013). *Comprender y abordar la violencia contra las mujeres*. Violencia infligida por la pareja. Organización Mundial de la Salud.

https://oig.cepal.org/sites/default/files/20184_violenciapareja.pdf

Observatorio de Violencia de género contra las mujeres y acceso a la Justicia. (2020). *Averiguar sobre acoso sexual callejero*.

<https://observatoriodegenero.poder-judicial.go.cr/index.php/soy-mujer-y-busco/averiguar-sobre-acoso-callejero>

Observatorio de la violencia de género contra las mujeres y acceso a la justicia (2022). *Femicidio*.

<https://observatoriodegenero.poder-judicial.go.cr/index.php/soy-especialista-y-busco/estadisticas/femicidio>

- Organización Mundial de la Salud, OMS. (8 de marzo de 2021). Violencia contra la mujer. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women>
- Richers, B.B.T., Harvey, C.A., Casanoves F., DeClerck, F. y Benjamin, T. (2011). ¿Cómo hacer talleres participativos con respuestas individuales? *Agroforestería en las Américas* N° 48. https://repositorio.catie.ac.cr/bitstream/handle/11554/7742/Como_hacer_talleres.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Ríos, M. (2018). Los estereotipos de género como una vulneración de los derechos humanos. Análisis comparado de la jurisprudencia del Tribunal Europeo de Derechos Humanos y la Corte Interamericana de Derechos Humanos. Tesis para optar al grado de Magister en Derecho, mención Derecho Público. *Facultad de Derecho. Universidad de Chile*. Santiago. <https://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/173045/Los-estereotipos-degenero-como-una-vulneracion-a-los-derechosfundamentales.pdf?sequence=1>
- Rodríguez, M. (2015). El taller: una estrategia para aprender, enseñar e investigar. https://die.udistrital.edu.co/sites/default/files/doctorado_ud/publicacion_es/taller_una_estrategia_para_aprender_ensenar_e_investigar_0.pdf
- Romero, A., Rivera, S., Higareda, J., Solano, G. y Reyes, K. (2019). Manifestaciones de violencia en el mantenimiento de relaciones de pareja. *Educación y Salud Boletín Científico*, Instituto de Ciencias de la Salud, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. Publicación semestral. Vol. 8, No. 15 (2019) 64-67. <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/ICSA/article/view/4910/6875>

- Ruiz, C. (s.f.). Los mitos del amor romántico: S.O.S. CELOS!!!.
<https://core.ac.uk/download/pdf/132457223.pdf>
- Sánchez, H. y Gil, I. (2015). Análisis interseccional y enfoque intercultural en el estudio de la ciudadanía y la participación. Consideraciones epistemológicas. *Diálogo Andino* no.47 Arica jun. N° 47, 2015. [Páginas 143-149]. <https://www.scielo.cl/pdf/rda/n47/art15.pdf>
- Soto, M. (2021). Acoso sexual callejero y vulneración de derechos humanos de las mujeres: procurando una tutela judicial efectiva. *Revista Judicial, Poder Judicial de Costa Rica*, N° 131, págs 141 - 164 ISSN 2215-2377 / Diciembre 2021.
https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwj5vqGyp52DAXjmlQIHd4BCPqQFn_oECBMQAQ&url=https%3A%2F%2Fpjenlinea3.poderjudicial.go.cr%2Frepositoriocorte%2Fdownloader.ashx%3Fr%3DwcayHob6HopD1P3Yk6QueXjTi1288&usg=AOvVaw0Vqsu-Zsc03OaOaOIC4cSx&opi=89978449
- Tayub, J., Valle, V. y Alpuche, S. (2021). *Repercusiones psicológicas del acoso sexual callejero en mujeres meridanas*. Universidad Autónoma de Yucatán.
<https://www.alternativas.me/attachments/article/242/Repercusiones%20psicológicas%20del%20acoso%20sexual%20callejero.pdf>
- Urrutia Santillán, V. P., Jaramillo León, A. A. y Acurio Mora, J. D. (2023). El reconocimiento de los derechos de las personas transgénero frente al bienestar biopsicosocial. *Revista Universidad y Sociedad*, 15(2), 400-407. <http://scielo.sld.cu/pdf/rus/v15n2/2218-3620-rus-15-02-400.pdf>
- Villarruel, A. (2017). Violencia estructural: una reflexión conceptual. *Vínculos. Sociología, análisis y opinión*, núm.11, Julio-Diciembre 2017, pp. 11 – 36.
http://www.publicaciones.cucsh.udg.mx/ppperiod/vinculos/pdfs/vinculos_11/V11_2.pdf

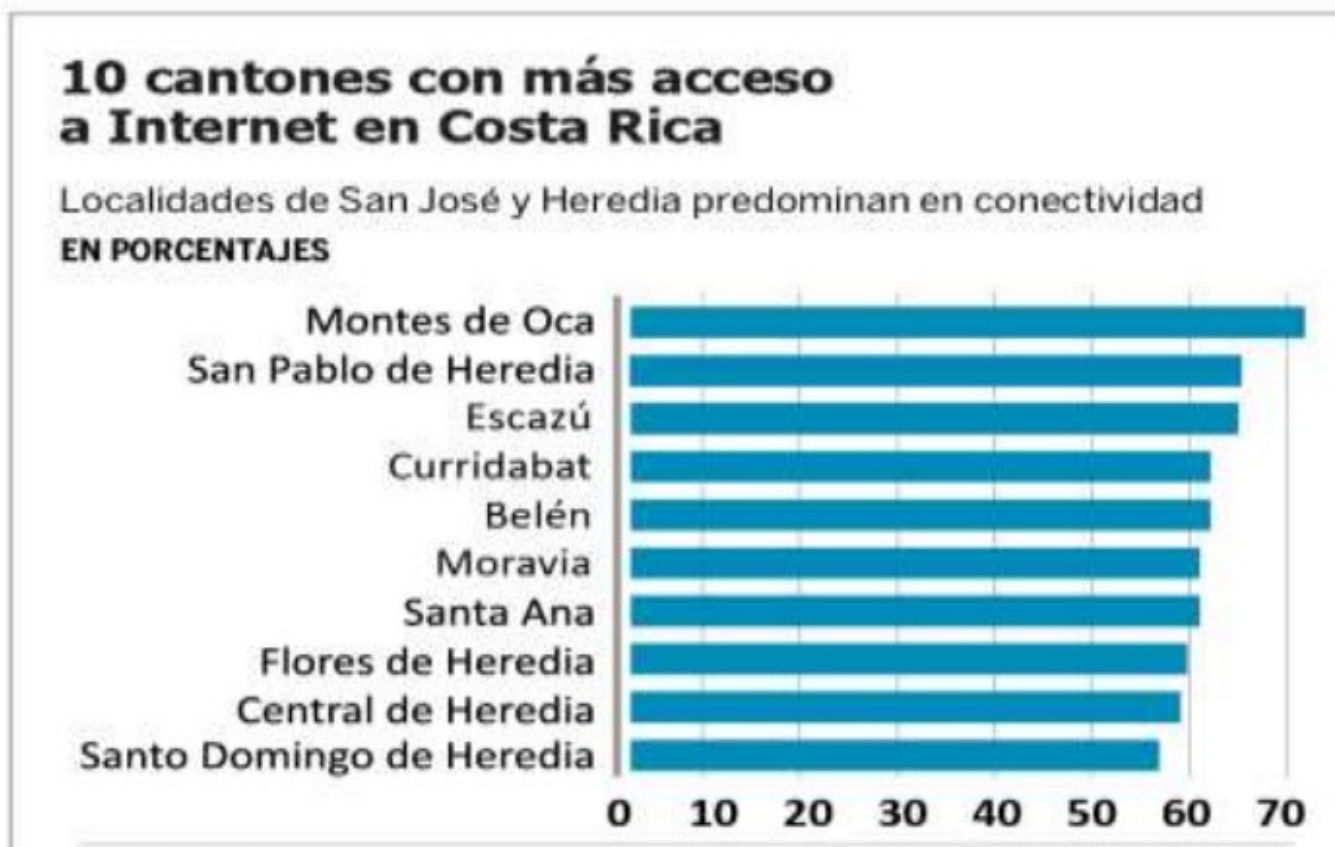
Anexos.

Anexo 1. Índice de Desarrollo Social Cantonal 2023 según División Territorial Administrativa. Año 2023.

Código	Cantón	IDS 2023	Código	Cantón	IDS 2023
102	Escazú	100,00	306	Alvarado	74,54
407	Belén	99,75	612	Monteverde	72,82
408	Flores	97,86	206	Naranjo	72,28
109	Santa Ana	94,58	104	Puriscal	71,59
403	Santo Domingo	93,13	113	Tibás	70,55
405	San Rafael	90,15	101	San José	70,25
409	San Pablo	89,56	212	Sarchí	69,46
402	Barva	89,16	106	Aserri	69,04
114	Moravia	88,72	201	Alajuela	68,86
205	Atenas	88,71	110	Alajuelita	68,71
115	Montes de Oca	88,60	602	Esparza	67,36
406	San Isidro	87,78	505	Carrillo	67,09
207	Palmares	87,17	501	Liberia	66,68
118	Curridabat	85,64	202	San Ramón	64,78
301	Cartago	84,99	511	Hojancha	63,86
401	Heredia	84,60	503	Santa Cruz	63,86
307	Oreamuno	84,55	604	Montes de Oro	63,85
111	Vázquez Coronado	83,79	112	Acosta	63,41
303	La Unión	83,39	204	San Mateo	63,25
107	Mora	80,19	304	Jiménez	58,39
208	Poás	80,15	209	Orotina	58,15
404	Santa Bárbara	79,02	508	Tilarán	56,97
211	Zarceiro	78,29	119	Pérez Zeledón	56,24
203	Grecia	78,11	611	Garabito	54,50
108	Goicoechea	77,48	117	Dota	54,45
302	Paraiso	77,36	502	Nicoya	53,71
308	El Guarco	75,77	210	San Carlos	50,90
103	Desamparados	75,22	105	Tarrazú	50,72
509	Nandayure	49,49	702	Pococí	49,75
504	Bagaces	48,75	608	Coto Brus	33,08
606	Quepos	48,29	605	Osa	32,31
506	Cañas	47,95	701	Limón	31,93
116	Turrubares	45,42	705	Matina	25,23
601	Puntarenas	45,37	510	La Cruz	25,02
120	León Cortés Castro	45,13	607	Golfito	24,36
703	Siquirres	41,24	215	Guatuso	24,23
216	Río Cuarto	39,48	410	Sarapiquí	22,65
609	Parrita	39,09	213	Upala	22,52
706	Guácimo	38,18	603	Buenos Aires	15,33
507	Abangares	37,61	613	Puerto Jiménez	13,02
305	Turrialba	36,01	214	Los Chiles	9,25
610	Corredores	34,79	704	Talamanca	0,00

Fuente: MIDEPLAN, 2023.

Anexo 2. Porcentaje de cantones con más acceso a internet en Costa Rica. Año 2011.



Fuente: INEC, 2011, citado por Municipalidad de San Pablo de Heredia, 2014.

Anexo 3. Estadísticas de alfabetización del cantón de San Pablo, superior a los 10 años. Año 2011.

Cantón	Total				Hombres			Mujeres		
	Total	Alfabeta	Analfabeta	% Alfabetismo	Total	Alfabeta	Analfabeta	Total	Alfabeta	Analfabeta
San Pablo	23 978	23 759	219	99,09	11 503	11 396	107	12 475	12 363	112

Fuente: INEC, 2011, citado por Municipalidad de San Pablo de Heredia, 2014.

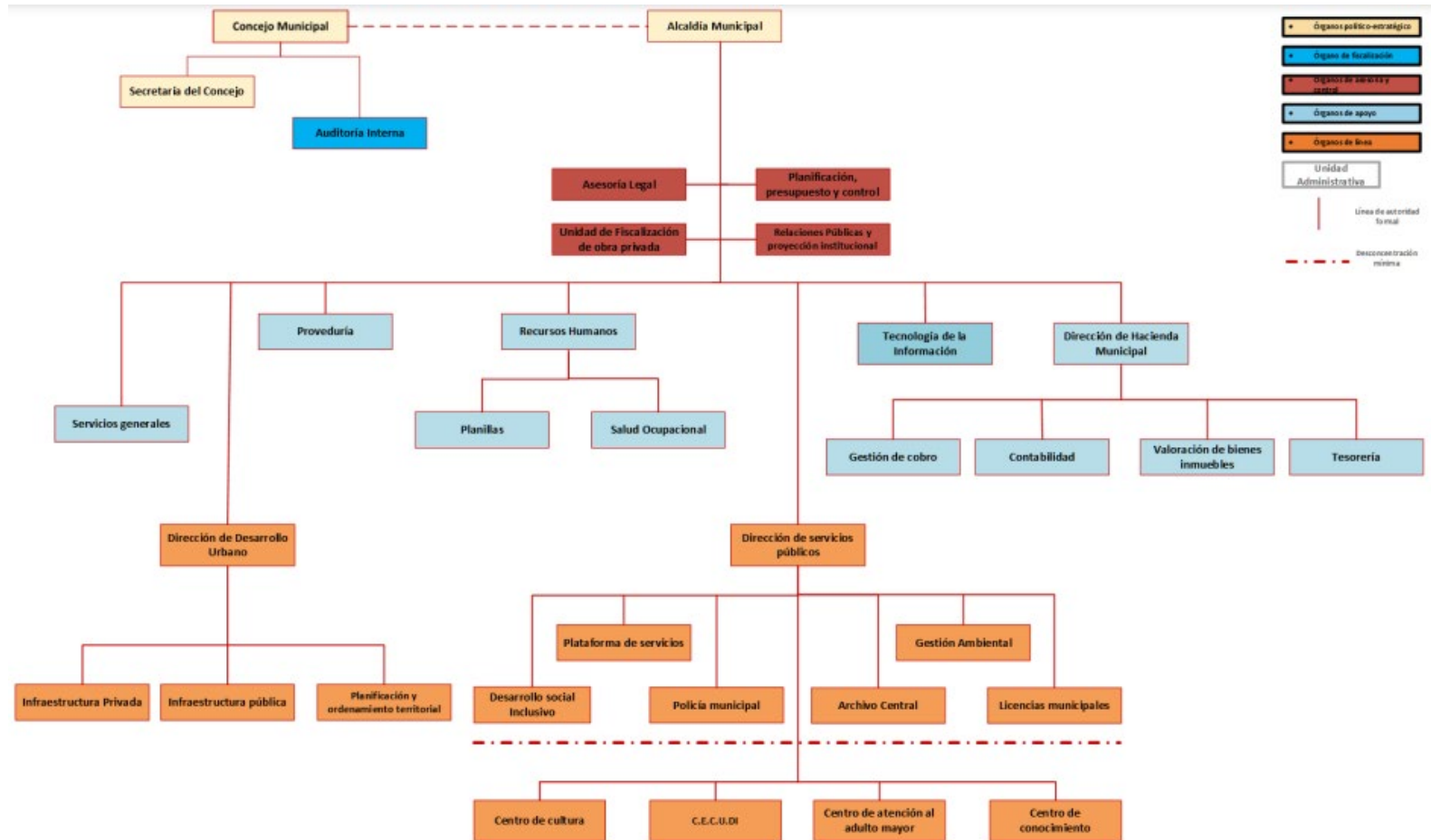
Anexo 4. Nivel educativo del cantón de San Pablo, superior a los 5 años. Año 2011.

Nivel de instrucción									
San Pablo	Ningún grado	Enseñanza especial	Kinder o preparatoria	Primaria	Secundaria académica	Secundaria técnica	Para universitaria	Universitaria	
San Pablo	25 897	578	64	580	7 318	7 861	521	590	8 385
Hombres	12 428	249	34	299	3 532	3 843	249	263	3 959
Mujeres	13 469	329	30	281	3 786	4 018	272	327	4 426

Fuente: INEC, 2011, citado por Municipalidad de San Pablo de Heredia, 2014.

Anexo 5. Organigrama de la Municipalidad de San Pablo

Figura 4. Organigrama de la Municipalidad de San Pablo, año 2016



Fuente: El Manual de organización y funciones de la Municipalidad de San Pablo presentado al Concejo Municipal en 2016.

Anexo 6. Mitos del amor romántico

1. Mito de la media naranja: se basa en la creencia de la predestinación de la pareja como única elección posible, la unión de dos almas gemelas, como si cupido supiera de antemano a quién debe tirar las fechas. Esta falsa creencia está basada en el ideal de complemento por el que pensamos que nuestras vidas no están completas hasta que encontramos la otra mitad. Hunde sus raíces en la Grecia Clásica con el amor cortés y el romanticismo. Su aceptación puede llevar al riesgo de decepcionarse de la “pareja elegida” o, por el contrario, pensar que, al ser la que está predestinada, debemos “aceptar” lo que no nos agrada.

2. Mito del emparejamiento: idea que sostiene que la pareja, al igual que la monogamia, son algo universal y natural en todas las culturas. Esta creencia deja fuera de lo “normativo” a aquellas personas que no cumplen con el “esperado fin” de tener pareja.

3. Mito de la fidelidad y la exclusividad: basado en la imposibilidad de enamorarse de dos personas al mismo tiempo. Sin embargo, este mito tiene lecturas diferentes según el género, la infidelidad aún no está igualmente valorada en chicas y en chicos.

4. Mito de los celos: una creencia que relaciona los celos con el verdadero amor e incluso como ingrediente imprescindible, puesto que la falta de los mismos se relacionaría con el no amor. Este mito puede conducir a comportamientos egoístas, represivos e incluso violentos y constituye un verdadero problema en relación con la violencia de género, pues remite al terreno amoroso algo que no es más que una forma de dominio y poder. Se trata de un mito introducido por el cristianismo para garantizar la exclusividad y la fidelidad.

5. Mito de la equivalencia: un ideal que equipara el enamoramiento y el amor como aspectos únicos. Así, en el momento en que el enamoramiento se diluye

se piensa que la relación ya está rota. Es el mito de la perdurabilidad pasional como muestra de amor, de esta manera entendería una disminución de la pasión como un final del amor.

6. Mito de la omnipotencia: entiende que el amor es suficiente para hacer frente a los distintos obstáculos de la relación, “el amor todo lo puede”. Suele ser usado como excusa para evitar modificar comportamientos o actitudes, negando los conflictos y dificultando su afrontamiento.

7. Mito del libre albedrío: una creencia que sitúa a los sentimientos en el campo de lo íntimo negando cualquier influencia biológica, psicológica o social. Cualquier cosa que ocurra dentro de la pareja es un problema de la pareja.

8. Mito del matrimonio: idea que relaciona el amor con una unión estable cuya base es la convivencia. Este mito aparece a finales del siglo XIX y se consolida en el XX con la unión, por primera vez en la historia, de amor-matrimonio-sexualidad.

9. Mito de la pasión eterna o de la perdurabilidad: una creencia que sostiene que la pasión amorosa del principio debe durar para siempre en la relación. Las investigaciones sobre este tema, como la de Fisher (2005), ya advierten de la “fecha de caducidad” de la pasión vivida en un principio. El enamoramiento dentro de la relación se va ajustando con el tiempo, dando lugar a otras formas pasionales, otras formas de pasión que se van gestando en la relación conforme se va desarrollando.

10. Falacia del cambio por amor: una idea que justificada en el amor hace creer en un posible cambio de la persona. Este mito generalmente va dirigido hacia las chicas: el amor se considera como una lucha para salvar a los hombres y convierte a las chicas en salvadoras de sus novios. A través de este mito las mujeres se sitúan en un continuo sentimiento de esperanza (Lagarde, 2005).

11. Normalización del conflicto: se basa en el hecho de creer que los conflictos iniciales no tienen importancia, son producto de la “adaptación” a la pareja, y, una vez conseguida esta adaptación, desaparecerán. Sin embargo, aunque pueda haber cierto tipo de conflictos en los inicios de una relación, hay determinadas conductas que son inaceptables.

12. Los polos opuestos se atraen: muy relacionado con el mito anterior, entiende que las diferencias unen. También está influenciado por el mito de la media naranja, con la falta de la mitad, él tiene lo que yo no, ella me complementa en lo que me falta.

13. Mito de la compatibilidad del amor y el maltrato: es la consideración de que en el amor es compatible dañar a la otra persona, siguiendo las frases “los que se pelean se desean” o “quien bien te quiere te hará sufrir”. Este mito legitima cualquier comportamiento dañino o violento en nombre del amor romántico.

14. El amor verdadero lo perdona/aguanta todo: unido al mito anterior, encontramos esta idea de que en el amor todo es perdonable, un argumento basado en el chantaje que pretende manipular la voluntad de la persona imponiéndole los criterios propios. Se refleja mucho en frases como “si me amaras de verdad lo harías”, “si no me perdonas es porque no me quieres de verdad”.

15. Razonamiento emocional: esta creencia está relacionada con el mito de la media naranja y de la complementariedad, así como con la idea de que al enamorarnos se activa una “química especial” que es la que produce tal enamoramiento, como una especie de “destino amoroso”.

16. Solo hay un amor verdadero en la vida: se basa en la consideración de que solo se ama de verdad una vez en la vida y, por tanto, si dentro de esa relación hay aspectos que me hacen daño, tengo que hacer todo lo posible para saltarlos, ya que “como la primera vez, ninguna”.

17. Creer que cuando se ama de verdad el otro debe ser lo fundamental: esta idea sitúa en un lugar secundario y, por tanto, prescindible a todo aquello que no sea la pareja, como las amistades, los hobbies, la familia...

18. Atribución de la capacidad de dar la felicidad al otro/a: si, como hemos visto en el mito anterior, la pareja se considera como lo fundamental de nuestra vida, nuestra felicidad o no felicidad dependerá únicamente de esa persona, lo cual constituye, como mínimo, un pensamiento ingenuo.

19. Falacia de la entrega total: tiene mucho que ver con la idea de amor-fusión, con el olvido de la propia vida y la dependencia hacia la otra persona. El amor se entiende como un sacrificio y por tanto, hay que renunciar a cosas por la relación.

20. El amor como un proceso de despersonalización: la creencia anterior conduce a un olvido del yo para identificarse con la otra persona. La no renuncia al yo personal se viviría como una muestra de egoísmo.

21. Si me ama debe renunciarse a la intimidad: si somos uno para otra y otra para uno (en relaciones heterosexuales), no debe haber secretos, cada persona debe saber todo de la otra.” (Ruiz, s.f., p.627-628)

Fuente:

Ruiz, C. (s.f.). Los mitos del amor romántico: S.O.S. CELOS!!!.
<https://core.ac.uk/download/pdf/132457223.pdf>

Anexo 7. Fórmula de consentimiento informado

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE COSTA RICA
FACULTAD DE FILOSOFÍA Y LETRAS
INSTITUTO DE ESTUDIOS DE LA MUJER
TELÉFONO: (506) 25-624-085**

FÓRMULA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PERSONAS PARTICIPANTES

Licenciatura en Género y Desarrollo

Práctica Dirigida en el área de Desarrollo Inclusivo de la Municipalidad de San Pablo de Heredia”

Nombre de la facilitadora: Brielle Tracy Caldwell Salazar

Nombre de la persona participante: _____

A. PROPÓSITO DEL TALLER

- El taller que se realizará hoy tiene como propósito brindar información por medio de una serie de actividades que generen reflexión, discusión, concientización y cuestionamientos acerca de diversos temas de violencia de género. Este taller forma parte de la Práctica Dirigida de la carrera de Licenciatura en Género y Desarrollo que imparte el Instituto de Estudios de la Mujer la Universidad Nacional.

¿QUÉ SE HARÁ?

Si acepto participar de este taller, ¿qué es lo que voy a hacer?

- Voy a participar en una serie de actividades elaboradas por la facilitadora a cargo, en la que hablaremos sobre la violencia de género y discriminación, sus manifestaciones, sus tipos y demás temas relacionados con la violencia en las relaciones de pareja, temas de diversidad sexual y el amor propio.

¿A qué me comprometo cuando acepte participar en este taller?

- Me comprometo a tener una conversación con la facilitadora y con las personas participantes en las actividades que se realicen; aunque tengo el derecho de retirarme del taller en caso de sentir incomodidad.
- Me comprometo a dar mi autorización para que mi participación sea grabada en audio, video y se tomen fotografías las cuales serán utilizadas únicamente para uso de la Municipalidad de San Pablo de Heredia y el informe final de la Práctica Dirigida para ser presentado ante el Comité de Evaluación el día de la defensa de dicho trabajo. Aunque tengo el derecho de negarme a ser grabada(o) o fotografiada(o) en caso de sentir incomodidad y/o solicitar que mi rostro sea borrado.

¿Por cuánto tiempo?

- Voy a participar de las actividades programadas dependiendo de mi disponibilidad y de lo que tenga que compartir en el taller, el cual tendrá un tiempo aproximado de dos horas durante las sesiones programadas.

¿Dónde?

- En el espacio asignado y solicitado con la ayuda de la encargada del área de Desarrollo Social Inclusivo de la Municipalidad de San Pablo de Heredia.

C. RIESGOS:

La participación en este taller no va a generar ningún riesgo o peligro que me afecte físicamente; sin embargo, puede generar alguna molestia para mí porque se abordarán temas sensibles que me podrían afectar psicológica o emocionalmente. Aunque, en caso de sentir incomodidad o malestar tengo el derecho de no continuar con el taller.

D. BENEFICIOS:

Como resultado de mi participación en este taller, los beneficios que obtendré es la posibilidad de reflexionar sobre la violencia de género, y reconocer sus manifestaciones, sus tipos y demás. También comprender cómo se ejerce el poder sobre las personas de manera sutil en las relaciones de pareja. Finalmente, reconocer otras orientaciones sexuales.

CONSENTIMIENTO

- He leído y/o me han leído la información, antes de firmar.
- He hablado con la facilitadora y me han contestado todas mis preguntas en un lenguaje entendible para mí.
- Participo en este taller de forma voluntaria y puedo retirarme en el momento en que sienta incomodidad o malestar; y tengo el derecho a negarme a participar, sin que esto me perjudique de manera alguna.
- Mi participación en este taller es confidencial.
- No perderé ningún derecho legal al firmar este documento.
- Para cualquier pregunta puedo llamar a Tracy Caldwell Salazar al número 87828229 o enviarle un correo a brielle.caldwell96@gmail.com También puedo comunicarme con Yamileth Monterrey López al correo electrónico desarrollosocialinclusivo@sanpablo.go.cr de la Oficina de Desarrollo Social Inclusivo de la Municipalidad de San Pablo de Heredia.
- He recibido una copia de este consentimiento para mi uso personal.

Nombre, cédula y firma de quien participa

Fecha

Nombre, cédula y firma de la facilitadora que solicita el consentimiento

Fecha

Anexo 8. Infografías sobre derechos LGBTIAQ+ y diversidades sexuales.

Imagen 7. Infografía sobre el significado algunas de las siglas de colectivo

L LESBIANA
"Mujer que se siente atraída erótica y afectivamente por mujeres" (CONAPRED, 2016, p. 25). Suele ser una expresión identitaria y política, en especial para diferenciarse de la categoría de "homosexualidad" y referirse a la vinculación erótico-afectiva entre mujeres.

G GAY
"Hombre que se siente atraído erótica-afectivamente hacia otros hombres. Es una expresión alternativa a 'homosexual' ". (ENDOSIG, 2018, p. 6).

B BISEXUAL
Persona que se reconoce "atraída erótico-afectivamente hacia personas de un género diferente al suyo y de su mismo género" (CONAPRED, 2018, p. 7), pero recientes posiciones muestran la apertura también a la vinculación con personas trans, nobinaries, etc.

T TRANS
Término paraguas utilizado para describir diferentes variantes de transgresión/transición/reafirmación de la identidad y/o expresiones de género (incluyendo personas transexuales, transgénero, travestis, drags, entre otras) (ENDOSIG, 2018, p. 7), cuyo denominador común es que la identidad y/o expresiones de género elegidas y vividas no se corresponden con la expectativa cultural impuesta al sexo asignado al nacer.


N NO BINARIE
"Describe a una persona cuya identidad de género no [corresponde] con la estructura tradicional de género binario" (National LGBT Health Education Center, 2018, p. 4). Por lo general, refiere al reconocimiento de la persona de no autoperibirse o definirse desde las categorías culturales hombre/mujer de manera amplia o total.

P PANSEXUAL
También conocida como "omnisexual", es una categoría que refiere a las personas que sienten atracción afectiva, emocional y/o sexual por las personas sin que prive una exclusividad hacia ninguna forma sexogenérica cis, trans, nobinarie, etc. (Definición construida a partir de: Observatori Contra l'Homofobia, 2021).

I INTERSEX / INTERSEXUAL
"Variedad de situaciones del cuerpo, en las cuales, una persona nace con características sexuales (genitales, gónadas, niveles hormonales, patrones cromosómicos) que no parece encajar en las definiciones típicas de masculino o femenino" (Brújula Intersexual, 2015).

Q QUEER
Proviene del vocablo inglés queer (rara, desviada) y constituye una reivindicación política frente al "orden de género" y las identidades binarias. Las personas que se identifican con esta categoría rechazan el género impuesto al nacer y disienten también de los géneros convencionales (Definición construida a partir de: CONAPRED, 2016, p. 29).

A ASEXUAL
"Orientación sexual que define a las personas que sienten [un interés bajo o nulo] por la actividad sexual con otras personas". Esto, sin embargo, no significa que no ejerzan su sexualidad o que "no tengan intereses afectivos, románticos, sensoriales, entre otros" (Observatori Contra l'Homofobia, 2021).

**MUNICIPALIDAD DE SAN PABLO DE HEREDIA.**

Desarrollo Social Inclusivo
Oficina de la Mujer
Correo electrónico:
desarrollosocialinclusivo@sanpablo.go.cr
Fuente:
Glosario: Primera consulta universitaria sobre condiciones de igualdad de género de la comunidad LGBTTTIQ+ en la UNAM (2022).

Imagen 8. Infografía sobre el significado de las banderas

¿Conoces el significado de las banderas?

La infografía presenta siete tipos de banderas con sus respectivos significados:

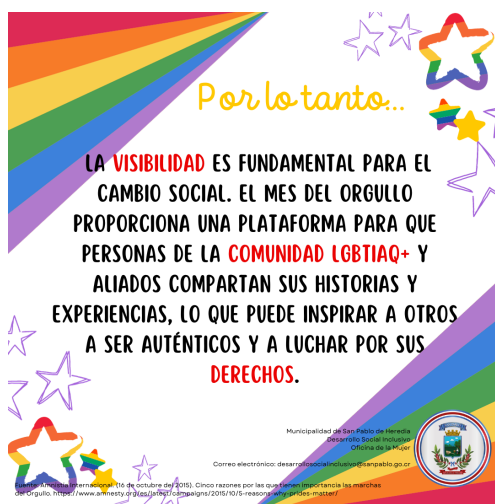
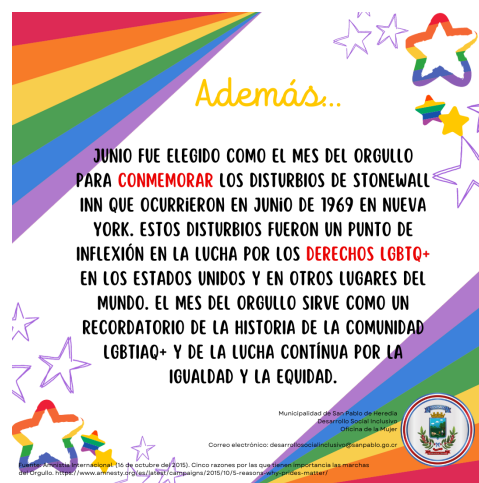
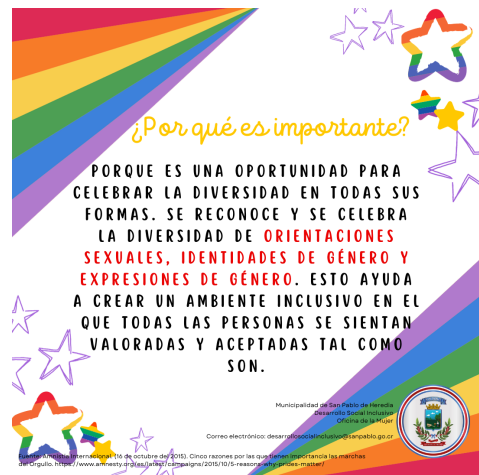
- BANDERA DEL ORGULLO LGBTIAQ+**
 - La sexualidad
 - La naturaleza
 - La vida
 - La magia y el arte
 - La salud
 - La armonía y la serenidad
 - El sol
 - El espíritu
- BANDERA BISEXUAL**
 - Homosexualidad
 - Bisexualidad
 - Heterosexualidad
- BANDERA GAY**
 - Comunidad
 - Curación, Diversión
 - Expresión de género no normativa y hombres trans
 - Amor puro
 - Fortaleza y diversidad
- BANDERA LÉSBICA**
 - Feminidad
 - Comunidad
 - Amor y Sexo
 - Independencia
 - Serenidad y Paz
 - No conformidad de género
 - Relaciones únicas con la comunidad
- BANDERA ASEXUAL**
 - Asexualidad
 - Comunidad
 - El ser sexual o asexual
 - Sexualidad
- BANDERA TRANS**
 - Masculino
 - Femenino
 - Transición o neutral
- BANDERA INTERSEX**

Los colores y el círculo no simbolizan nada que tenga que ver con el género. En su lugar, el círculo está completo y sin ningún ornamento o decoración, simbolizando la integridad y totalidad, así como nuestras potencialidades.
- BANDERA NO BINARIE**
 - Género fuera y sin referencia al binario
 - Ausencia de género
 - Todos los géneros
 - Mezcla entre femenino y masculino

Municipalidad de San Pablo de Heredia
 Desarrollo Social Inclusivo
 Oficina de la Mujer
 Correo electrónico:
 desarrollosocialinclusivo@sanpablo.go.cr

Fuente:
<https://www.cosmopolitan.com/es/consejos-planes/familia-amigos/a27050954/banderas-lgbt-significado/>

Imagen 9. Posts para redes sociales



Anexo 9. Brochure sobre el Acoso Sexual Callejero

Imagen 10. Brochure informativo sobre qué hacer en caso de Acoso Sexual Callejero

¿QUÉ ES EL ACOSO SEXUAL CALLEJERO?

Por acoso sexual se entiende: toda conducta o conductas con connotación sexual y con carácter unidireccional, sin que medie el consentimiento ni la aceptación de la persona o las personas a la que está dirigida, con potencial de causar molestia, malestar, intimidación, humillación, inseguridad, miedo y ofensa, que proviene generalmente de una persona desconocida para quien la recibe y que tiene lugar en espacios públicos o de acceso público.



Físico
Tocamientos, acercamientos, pellizcos, caricias, entre otras que pueden configurarse como delitos.

Persecuciones
Consiste en el seguimiento del acosador en contra de la víctima.

MANIFESTACIONES DEL ACOSO SEXUAL CALLEJERO

Verbal y no verbal
Silbidos, gestos de connotación sexual, miradas intimidantes, bocinazos, comentarios, bromas, invitaciones no deseadas, preguntas intrusivas, ruidos de beso.

Exhibicionismo
Exposición de genitales, masturbación y en algunos casos la eyaculación.

Fuente: Observatorio de Violencia de Género contra las Mujeres y Acceso a la Justicia, 2020



Paso 1: Ir al OIJ si NO tienes los datos de la persona agresora; o en caso de tenerlos, ir directo a la Fiscalía.

Paso 2: Brindar datos como la hora, fecha, lugar, descripción detallada de los hechos. Recuerda que es importante brindar pruebas o pedir a la Fiscalía u OIJ recabar pruebas, revisando las cámaras de seguridad, por ejemplo.

¿CÓMO PONER UNA DENUNCIA?

Fuente: Poder Judicial, 2020

RECOMENDACIONES

LLEVA SUFICIENTE BATERÍA EN TU TELÉFONO EN CASO DE EMERGENCIA

COMPARTE TU UBICACIÓN A UNA PERSONA DE CONFIANZA, INCLUSO SI VAS EN UBER/TAXI/BUS

¡DENUNCIA!
NO TE QUEDES CALLADA
NO ESTAS SOLA

¡POR CALLES LIBRES DE VIOLENCIA!



CONTÁCTANOS SI TIENES DUDAS O QUIERES SABER MÁS

MUNICIPALIDAD DE SAN PABLO DE HEREDIA
DESARROLLO SOCIAL INCLUSIVO
OFICINA DE LA MUJER

Correo electrónico:
desarrollosocialinclusivo@sanpablo.go.cr

Llame al 9-1-1
o
a la línea de información confidencial del OIJ
800-8000-645





ACOSO SEXUAL CALLEJERO

LEY CONTRA EL ACOSO SEXUAL CALLEJERO N° 9877

EN COSTA RICA EL ACOSO SEXUAL CALLEJERO ES UN DELITO, SEGÚN LA LEY N° 9877 DE LA ASAMBLEA LEGISLATIVA Y VIGENTE DESDE EL 27 DE AGOSTO DE 2020

Imagen 11. Infografía sobre Acoso Sexual Callejero

Yo solo quiero...

#NIUNAMENOS



Que no me falten el respeto



Sentirme segura en la calle



Caminar sola tranquilamente



No ser acosada en el transporte público



Llegar a casa sana y salva

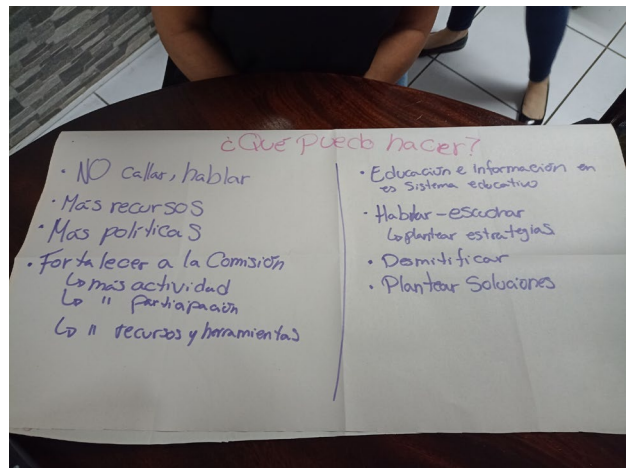
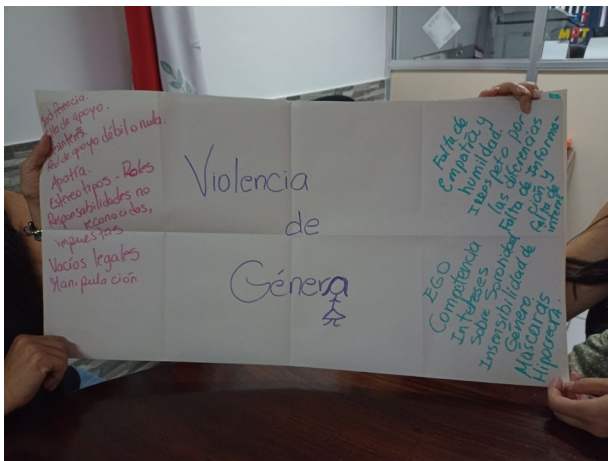
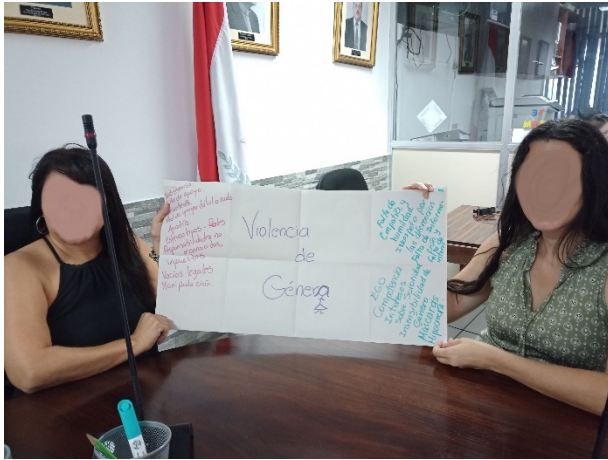
* Si es una emergencia, llame inmediatamente al 9-1-1 o a la línea de información confidencial del OIJ 800-8000-645



Desarrollo Social Inclusivo
Oficina de la Mujer
Correo electrónico:
desarrollosocialinclusivo@sanpablo.go.cr

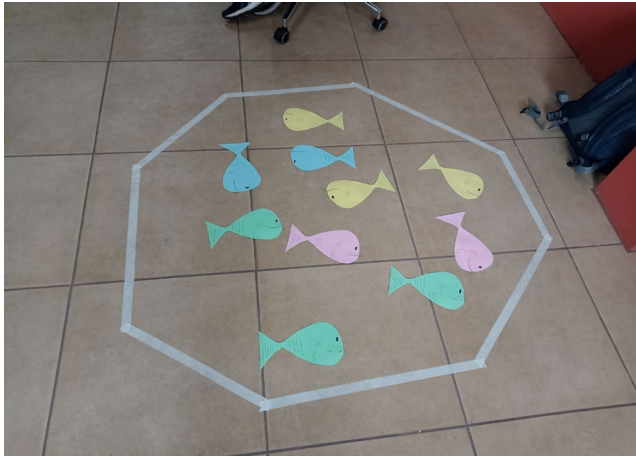
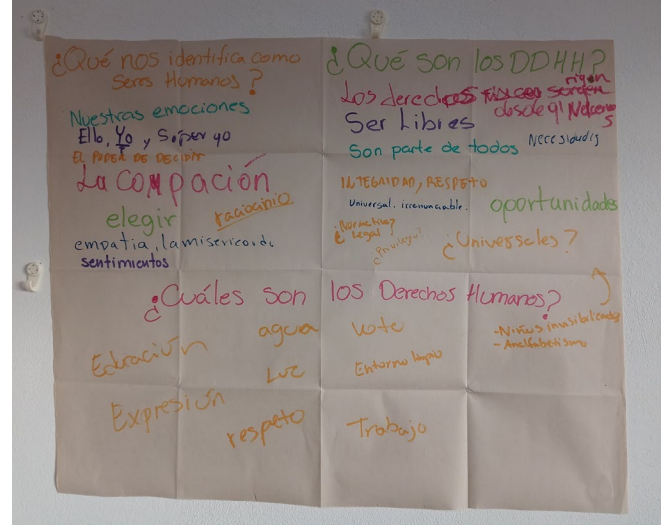
Anexo 10. Imágenes de los talleres participativos

Imagen 12. Taller de violencia de género (ciclo de la violencia)



Lista de Asistencia		
Nombre Completo	Correo electrónico	Firma
Silvia Paes Cortáez	silvia.paes.gonzalez@empresarydesarrollosocialinclusivo.org	<i>Silvia Paes Cortáez</i>
Yomleth Hontaray	yomleth.hontaray@empresarydesarrollosocialinclusivo.org	<i>Yomleth Hontaray</i>
Mónica Jissé Elqueval	monica.elqueval@empresarydesarrollosocialinclusivo.org	<i>Mónica Jissé Elqueval</i>

Imagen 13. Taller de derechos humanos



Municipalidad de San Pablo
 Desarrollo Social Inclusivo
 Facilitadora: Brielle Tracy Caldwell Salazar

UNA
 UNIVERSIDAD
 NACIONAL
 AUTÓNOMA

MUNICIPALIDAD DE SAN PABLO DE HEREDIA

Taller "Tenemos el PODER, somos la VOZ"
 Fecha: miércoles 23 de agosto del 2023

Nombre Completo	Correo electrónico	Número de teléfono	Lugar de trabajo	Firma
Héctor Vega Espinoza	vega@unahcr.ac.cr	2202-4208	IMAS - Heredia	[Firma]
Bárbara Alvarado Arce	alvarado@unahcr.ac.cr	6671-7041	Fuerza Política SP	[Firma]
Adriana Pacheco H.	apacheco@unahcr.ac.cr	2502-3022	ASSEH	[Firma]
Adriana Barrantes	abarrantes@unahcr.ac.cr	89720773	Secretaría de Planeación y Desarrollo Municipal	[Firma]
Memorito Muñoz	munoz@unahcr.ac.cr	85338888	MSP Transparencia	[Firma]
Maribel H. Montoya	montoya@unahcr.ac.cr	88120418	M.S.P.H	[Firma]
Marvin Rodríguez	marvin.rodriguez@unahcr.ac.cr	8441-3926	Min. Salud	[Firma]
Diego Fernández	fernandez@unahcr.ac.cr	71776747	M.S.P.L	[Firma]
Shirley Paola Sepúlveda	sepulveda@unahcr.ac.cr	24180038	MEP	[Firma]

Imagen 14. Taller de amor propio (grupo #1)

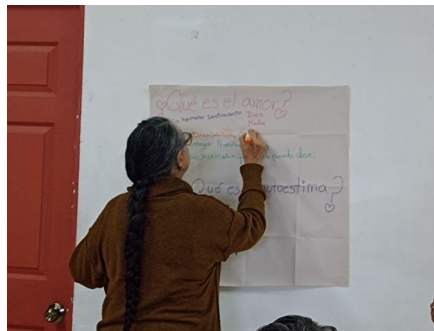


¿Qué es el amor?
 Un hermoso sentimiento Dios Madre - AGRADECER no me mite, No es
 a la sazón estar presente, servicio
 Dedicación - Entrega - Prioridad - Voluntad
 En lo que hacemos que uno puede dar.

¿Qué es el autoestima?
 Amar me - aceptarme, darme tiempo - Valor
 Aceptarse uno mismo Hablarse bonito aceptación total
 Valorarme - amarme, demostrarme afecto en todo

Valorarme como soy.
 Como me veo a mi misma
 Apreciarme tal y como soy

LISA



Municipalidad de San Pablo
 Desarrollo Social Inclusivo
 Facilitadora: Brielle Tracy Caldwell Salazar

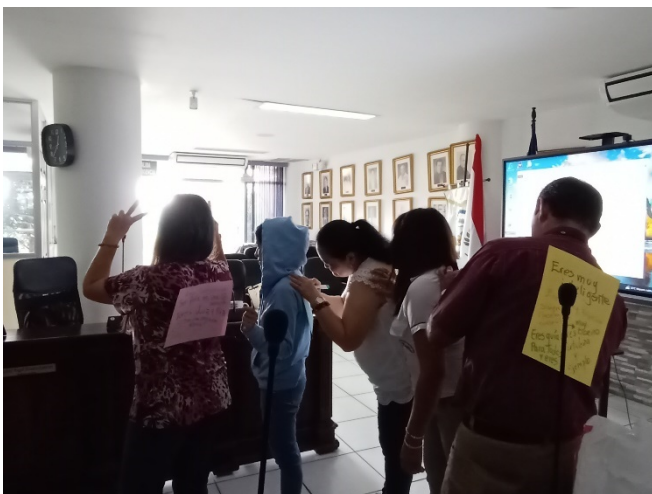
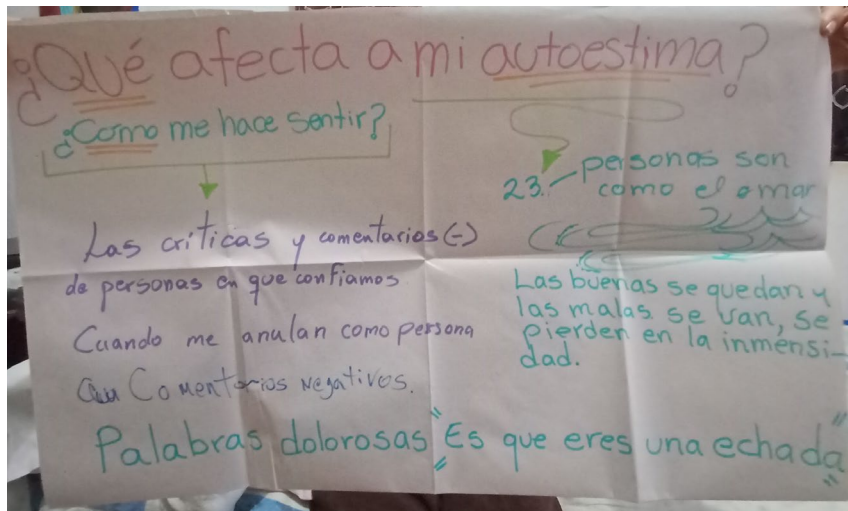
UNA
 UNIVERSIDAD NACIONAL
 COSTA RICA

MUNICIPALIDAD DE SAN PABLO DE HEREDIA

Nombre Completo	Correo electrónico	Número de teléfono	Lugar de trabajo	Firma
Nancy Alvarado	nancyalvarado@comcast.net	83703408	vecina	Nancy Alvarado
Amy Iglesias Borge	alesias.amy@gmail.com	8871-8101	vecina	Amy Iglesias Borge
Am. Ellen Cordero	ecordero@unipr.com	84022392	vecina	Ellen Cordero
Carolina Rodríguez	carolinarodriguez@unipr.com	84022301	vecina	Carolina Rodríguez
Yon Arce Acuña	yonarce@unipr.com	8891-9342	vecina	Yon Arce Acuña
Valentina Barrantes	valentinabarrantes@gmail.com	86804493	vecina	Valentina Barrantes
Armanda González Ace	amandagonzalez@unipr.com	8839-4826	vecina	Armanda González Ace
Pamela Cisneros	pamela@unipr.com	63113377	vecina	Pamela Cisneros
Isabela Chacón Vega	isabelachaconvega@gmail.com	60808233	vecina	Isabela Chacón Vega

Taller "¿No soy YO, eres TU!"
 Fecha: 28 de septiembre del 2023

Imagen 15. Taller de amor propio (grupo #2)



Municipalidad de San Pablo
 Desarrollo Social Inclusivo
 Facilitadora: Brielle Tracy Calkwell Salazar

UNA
 UNIVERSIDAD NACIONAL
 CEST-4-10

MUNICIPALIDAD DE SAN PABLO DE HEREDIA

Taller "¡No soy YO; eres TÚ!"

Fecha: jueves 28 de septiembre del 2023

Nombre Completo	Correo electrónico	Número de teléfono	Lugar de trabajo	Firma
Yamileth Montero	jenaradosocialneto2022@gmail.com	88120218	Mun. San Pablo de Her.	[Firma]
Evelyn López Heredia	el21237@gmail.com	80140527	Anna de Casa	[Firma]
Esvelle Rodríguez	gisrodriguez@unaheredia.ac.cr	84022301	Sector Dinámica	[Firma]
Maurin Rodríguez	maurin.rodriguez@unaheredia.ac.cr	4003-6650	Mínist. de Salud	[Firma]
Katherya Jiménez	Katyjimenezbarros@gmail.com	8352-7965	Anna de Casa	[Firma]

Imagen 16. Taller de derechos del adulto mayor

