



Agència Catalana
de Cooperació
al Desenvolupament

InteRed 
por una educación transformadora


Centro de Multiservicios Educativos

Historias de la mujer que admiro...



**Esta publicación es propiedad del
Centro de Multiservicios Educativos CEMSE**

Coordinación General:

Federico Escobar Loza
Director Nacional
CEMSE

Supervisión y revisión:

Jimena Gutiérrez M.
Nelly Humerez
María Lucuy N.
Marleni Narváez J.

Adaptación, diseño e ilustración:

Narda Y. Rueda Z.

Texto elaborado mediante adaptación de historias ganadoras
del concurso “La mujer que más admiro”

El Alto - 2018



Agència Catalana
de Cooperació
al Desenvolupament

InteRed 
por una educación transformadora


Centro de Multiservicios Educativos

Historias de la mujer que admiro...





ndice

Presentación	3
Parte 1	5
Mi mejor amiga	7
La luchadora	9
Parte 2	11
La mujer maravilla	13
La mujer que jamás se rindió	15
Parte 3	17
Nieves	19
Mi mejor amiga	21
Parte 4	23
Evarista	25
Rogelia	27
Parte 5	29
La mujer que más admiro	31
Mi mamá	33
Parte 6	35
Mujer Guerrera	37
Martina	39
Parte 7	41
No te quedes callada	43
Senovia	45
Parte 8	47
Consuelo	49
Sonrisa de Cristal	51
Información de utilidad	53
Nómina de autoras y autores	55



Presentación

Las historias que te contamos en este texto se desarrollan en la ciudad de El Alto, es una de las ciudades más jóvenes de Bolivia, cada mañana apenas sale el sol se despierta bulliciosa y desordenada creando un mundo de calles inundadas de gente y trancaderas interminables en sus avenidas principales.

Esta ciudad que nació oficialmente, como capital de la Cuarta Sección de la Provincia Murillo, el 6 de marzo de 1985 tiene una historia de muchos años más atrás. No es necesario que te contemos toda su historia, pero es bueno recordar que El Alto es fruto de grandes migraciones como las que ocurrieron en la post Guerra del Chaco, la revolución de 1952 y la relocalización de los mineros de 1985; y también como resultado de la pobreza y la escasez de oportunidades sociales y económicas en otros departamentos y en el área rural del Departamento de La Paz.

La ciudad de El Alto se fue haciendo sola y fue creciendo cada vez más alimentada por la creación de fábricas, talleres y el gran movimiento comercial que se convirtieron en las principales fuentes de ingresos económicos para las personas que la estaban empezando a poblar.

En esta joven, pujante y ruidosa ciudad cada día miles de mujeres son protagonistas de diversas historias como las que te presentamos en este libro. Muchas de ellas, víctimas por la falta de oportunidades ocasionadas por la desvalorización y los diferentes tipos de violencia ejercidos sobre ellas, quienes se ven limitadas en sus aspiraciones por una sociedad machista que eterniza a las mujeres en roles reproductivos exclusivamente ligados al cuidado del hogar y la crianza de las hijas y los hijos.

La creencia heredada de que la mujer no necesita recibir mayor grado de instrucción que la educación primaria o de que su función no va más allá que la de servir al poderío masculino más cercano ya sea el padre, los hermanos o la pareja, la mantienen en un rol de víctima sumisa, silenciosa y vulnerable a la violencia.

Pese a los esfuerzos y voluntades políticas del Estado Boliviano y la constante promoción de los derechos de la mujer por parte de varias organizaciones civiles, la situación general de la mujer en Bolivia no ha cambiado sustancialmente en los últimos 10 años.

Todavía existen condiciones adversas que limitan su superación especialmente porque se sigue subordinando su rol al ámbito familiar. Es así que la mayoría de las mujeres, y no sólo las de escasos recursos, deben trabajar en actividades que sean compatibles con el cuidado de hijas e hijos como la venta de alimentos o productos, la atención de locales, la limpieza de casas, etc.; por otro lado las mujeres que se desarrollan plenamente en el ámbito profesional son constantemente criticadas por su ausencia en el ámbito familiar.

Es en este contexto que podemos comprender las historias que se nos presentan en este libro. Relatos que se basaron en historias reales de mujeres alteñas escritas y contadas por la nueva generación, en su mayoría hijas e hijos de migrantes que desean destacar la fortaleza y superación personal de madres, tías, hermanas o vecinas en su constante lucha por sobrevivir.

Es un homenaje y un reconocimiento, por parte de las y los estudiantes de Primaria y Secundaria, de Unidades Educativas fiscales y de convenio, que las escribieron y las relatan con respeto y admiración hacia aquellas mujeres cuyo grado de sacrificio es sólo comparable con su inmensa capacidad de resiliencia y su nunca renunciado deseo de emancipación.

Esta publicación es un esfuerzo por visibilizar a estas mujeres para que dejen de ser sólo números en las estadísticas y convertirlas en rostros concretos de la lucha femenina por una sociedad con equidad de género y libre de violencia.



*Historias de
la mujer que admiro*

*Mi mejor amiga
La luchadora*

Recuerda que en una sociedad donde existe **equidad de género**, los derechos, responsabilidades y oportunidades de las personas no se determinan por el hecho de haber nacido hombre o mujer.

Para la mujer que es madre, no es nada sencillo vivir dos dimensiones, las cuales tiene que equilibrar para no “quedar mal” en ninguna. Por una parte, están sus aspiraciones y logros personales y profesionales. Por otra, está su papel de madre y esposa ámbito al que siempre se la ha restringido culturalmente y del cuál no reniega, pero que, cuando lo combina con actividades fuera del hogar como los estudios, el trabajo o su recreación le ocasionan problemas, no sólo por el doble esfuerzo físico y mental que debe soportar, sino por los efectos negativos que tiene en su identidad cuando se la pone en una situación en la cual siente que debe elegir entre sus dos dimensiones para ser valorada por la sociedad.

Si hablamos del ámbito familiar debemos recordar que la equidad de género no es sólo que las mujeres tengan las mismas oportunidades sino que también los hombres tengan y cumplan las mismas responsabilidades por ejemplo en la atención del hogar y la crianza de los hijos e hijas.



Mi mejor amiga

por Eva

La mujer que yo admiro es mi mejor amiga, mi confidente y única compañera.

La mujer que más admiro es mi madre, pienso que tiene todas las características que una verdadera mujer pueda llegar a tener. Ella tiene errores, no siempre tiene la razón pero nadie le enseñó a ser mamá, asume las consecuencias de sus actos y peor aún las de mis actos.

Ella como cualquier otra mujer, cae, llora se siente impotente, se cansa pero lo que la hace más especial es sonreír en tiempos difíciles y en mis tiempos difíciles ella es mi mejor amiga.

Ella ríe más veces de las que llora, eso veo yo, aunque en realidad sé que muchas veces tiene más razones para llorar que para estar feliz. Adoro el modo en que me enseña que la vida no es un mar de llanto y que pese a tener desafíos, problemas, discusiones, etc. lo más importante es que siempre habrá un mañana y eso nadie lo puede evitar.

Me impresiona su transparencia, por lo que no puedo llegar a engañarla, su capacidad de disfrutar todos los momentos, me llena de alegría la vida, me impresiona su capacidad de improvisar algo en el almuerzo y adoro el modo en que se ríe de sí misma, lo que me enseña que la vida no es un mar de llanto, sino una vida de desafíos, problemas, discusiones, pero lo más importante es que siempre habrá un mañana con el sol radiante y eso nadie lo podrá evitar.

A ella no le incomoda empezar de nuevo, si tiene que repetir un acto mil veces, ella lo hace, ejemplo de ello estar un momento siempre en el colegio, lo necesite o no, ella está ahí.

Ella no es fanática de los números, pero siempre me incentiva con sus palabras para que yo aprenda lo que ella no pudo aprender. Para ella no tiene sentido encontrar el valor de "X", pero encuentra mucho sentido en que yo sí lo haga.

Mi mejor amiga cambia; cambia de gusto musical, cambia de pensamiento, ella nunca es la misma de ayer; pero aun así mantiene su esencia, esa esencia que la hace para mí ¡única!, eso es llevar el nombre de MAMITA. Para ella no existe el destino, sino, es ella quien decide qué rumbo tomar. Ese ejemplo me da miedo porque pienso que en algún momento tendré que tomar un rumbo diferente y lejos de ella, para poder formar una nueva familia. Me da miedo tener que en algún momento tomar ese rumbo, pero ella día a día me enseña cómo hacer cuando me encuentro sola.

Conocer a mi mejor amiga es lo mejor que pudo haberme pasado, no lo cambiaría jamás, hubo un tiempo en que no conocía todo de ella y no la valoraba, sin embargo, hoy se convierte en mi incondicional compañera, mi guardiana de secreto y mi mayor concejera. Nunca podría haber encontrado una mejor confidente para demostrar mis emociones sin sentirme ridícula. No sé cómo expresarlo pero ella es mi eterna canción, ese ritmo que me alegra el día, esa melodía que me inspira, ese no sé qué, que mejora mis días. Quiero expresar lo que siento pero parece que no puedo, lo único que puedo decirte es que eres la mujer que más admiro...

Espero llegar a ser como tú mamita, no quiero ser mejor sólo quiero ser como tú.

Para reflexionar...

En nuestro país se sigue considerando que el único rol de la mujer es el de ser madre. Se le atribuye la crianza y el cuidado de hijas e hijos exclusivamente a ella y muchas veces, por cumplir este papel, relega su propio bienestar en función del bienestar de su familia dejando de lado sus propios sentimientos. Es importante que recordemos que una mujer antes que madre es "persona" y por tanto tiene sus propios sueños, deseos y sus propias tristezas.

¿Crees tú que una mujer deba dejar de lado todo lo que siente sólo porque es madre?

¿Cómo crees que la mujer puede equilibrar su ser "persona" con su ser "madre"?





La luchadora

por Leydi

Muchas veces sentimos que ya no podemos más, que ya no hay fuerzas para continuar ni seguir luchando. Nos preguntamos ¿cuánto dolor hay que vivir para ser feliz?, pero en medio de todos los dolores ella estuvo ahí, los sintió conmigo, curó mis heridas y perdonó mis errores, ella me enseñó la verdadera felicidad, ella es mi mamá.

Esta vida a veces es tan dura que no nos deja ver nuestra verdadera felicidad aunque esté frente a nosotros. Pero ella no es así, no se deja vencer, ella simplemente me abraza y me consuela, me dice que me ama y que todo saldrá bien.

Mi mamá es una luchadora, se enfrenta cada día a esta sociedad machista que le mató sus sueños y que nos condena cuando no seguimos su juego.

Una noche me contó que siendo muy joven la destrozaron tanto, que le robaron la inocencia, que le quitaron su sonrisa, sólo la callaron y se fueron. Tuvo que desvelarse mucho tiempo trabajando sin que nadie le diga que todo mejoraría.

Fue golpeada por la vida tantas veces y aun así me amó cuando llegué al mundo. Yo también la herí ¡oh cómo la lastimé!

Un día el cáncer llegó, pero ella es valiente y lo enfrentó con amor, siempre me dice “yo debo vivir por ustedes, porque me necesitan, todavía debo enseñarles muchas cosas”.

Cuando cuento su historia las lágrimas se asoman y se me hace un nudo en la garganta, aunque la vida no es perfecta Dios nos pone personas que nos ayudan a sobrellevar los días difíciles, que nos enseñan a apreciar lo que tenemos y amar como ella, todo en la vida pasa pero su amor nunca cambia.

Ella es mi mamá, la mujer que más admiro. ¡Te amo mamá!

Para Reflexionar...

Como la mamá de esta historia miles de mujeres, en toda Bolivia, son capaces de luchar contra enfermedades terribles como el cáncer por su familia. Muchas de ellas sin poder gozar de los beneficios de un seguro de salud que les permita superar su enfermedad con las condiciones más adecuadas y sin poder guardar el debido reposo porque el cuidado de la familia depende de ellas.

¿Crees que es justo que las mujeres además de lidiar con su enfermedad deban llevar todo el peso de las tareas del hogar ellas solas?

¿Por qué crees que en muchas familias se sigue cargando a la mujer con toda la responsabilidad de la casa?





*Historias de
la mujer que admiro*

** La mujer maravilla*

** La mujer que jamás se rindió*

Debido a la discriminación que sufren las mujeres, éstas ocupan puestos de trabajo con salarios mucho menores a los de los hombres o se ven obligadas a trabajar el mercado laboral informal por lo que no cuentan con ingresos fijos, seguro de salud o renta de jubilación.

Esta situación injusta se ve agravada cuando la mujer asume sola la jefatura de su hogar ya sea por ser madre soltera, por ausencia de pareja o por abandono, pues tenemos mujeres solas con toda la responsabilidad del cuidado de hijas e hijos sobre sus hombros y que además tienen ingresos muy bajos.

Cuando ocurren estas situaciones las mujeres se ven obligadas a prolongar su jornada de trabajo o duplicarla y en algunos casos triplicarla, lo que no sólo repercute en su bienestar y el de su familia sino que incrementa la pobreza a nivel general en el país.





La mujer maravilla

por Vilma

La Mujer Maravilla no es aquella que aparece en televisión.

Para mí la Mujer Maravilla se llama Victoria, ella es amiga, hermana, suegra, cuñada y por sobre todo ella es madre.

Victoria es la mejor mujer que podría conocer, ella lo da todo por sus hijos desde que su esposo falleció, hace de todo para ser madre y padre a la vez, se sacrifica día y noche para poner pan en la mesa, para que no le falte nada a sus hijos.

Nunca se dejó vencer y sale adelante siempre aunque a veces le falten las fuerzas. Es una mujer muy trabajadora y muy humilde, con un corazón enorme que siempre ayuda a todos, aunque a veces no tenga lo suficiente para ella misma.

Ahora sus hijos mayores ya tienen su propia familia, pero ella no los abandona, sigue apoyándolos y velando por su bienestar. Siempre fue así, jamás te deja solo y se queda a tu lado aunque hayas cometido el peor error.

Nunca se rindió cuando tuvimos problemas, siempre luchó por nosotros y a pesar de todo siempre siguió adelante.

Ella es mucho más que la Mujer Maravilla, ella es como un ángel que nos cuida y nos protege y sé que lo seguirá haciendo aunque no esté aquí. Victoria es la Mujer Maravilla, Victoria es la mujer que admiro,

Victoria es mi mamá.

Para Reflexionar...

Como Victoria, en nuestro país, muchas mujeres se hacen responsables del cuidado y manutención de sus familias sin ayuda de nadie. Esta realidad las obliga a trabajar incluso más allá de la horas permitidas tanto fuera como dentro del hogar, por eso es que las vemos como heroínas.

¿Qué leyes o normas propondrías tú para ayudar a todas las Victorias de Bolivia?



La mujer que nunca se rindió

por Sonia

La mujer que admiro es aquella que me enseñó acerca de las dificultades que pueden presentarse en la vida y cómo superarlas.

Esta gran mujer que siempre será un gran ejemplo para mí, no tuvo tantas oportunidades como las que yo tengo, muchas veces pudo dar un paso al costado cuando el camino era interminable pero no lo hizo, en situaciones en las que yo me hubiera desmoronado ella tuvo la fuerza para recomponerse. Es la persona más fuerte que conozco y aunque yo me hubiera rendido ella no lo haría jamás.

Esta mujer, sin importar su sufrimiento o su dolor jamás mostró debilidad tal vez porque me tenía en frente y lo hacía todo por mí.

No tuvo una familia perfecta. Sus padres tenían una mentalidad machista, irónicamente empezando por su madre que la convenció de que sólo los hombres tenían derecho a estudiar y que el rol de la mujer era ser madre y atender el hogar. Así que nunca la dejaron estudiar a pesar de que ella soñaba con ser profesional como cualquier otro niño o niña sueña con hacerlo.

Ella sufría pero jamás demostró ningún odio o rencor hacia sus padres y hermanos varones, quienes evidentemente tuvieron mejores oportunidades, aunque a veces tenía celos y se preguntaba ¿Por qué mis hermanos pueden estudiar y yo no?

Aquella niña, que hoy es mi madre, estaba destrozada por las decisiones que sus padres tomaban acerca de su vida y en contra de su voluntad, pero aun así siempre demostró la nobleza de su corazón y los amó.

Abandonó su hogar a los 17 años, con mucha tristeza porque no quería alejarse de sus padres. Dejó su pueblo y se fue a la ciudad en busca de una mejor vida.

Trabajó día y noche para tratar de demostrarles que no solo un hombre puede superarse en esta vida. En tales circunstancias ella se enamoró del hombre amable, respetuoso y trabajador que tiempo después se convertiría en su esposo y padre de sus cuatro hijos. Juntos formaron una familia sin prejuicios porque ella no quería cometer los errores que sus padres habían cometido con ella.

Esta hermosa mujer siempre soñó una vida sin dolor para sus hijos y hasta hoy continúa luchando para darnos una buena vida y una buena educación. Pese a que muchas veces sufre discriminación por parte de sus compañeros de trabajo ella es capaz de dejar sus problemas a un lado y llegar a la casa con un sentimiento de felicidad.

Esta valerosa mujer es mi mamita, una verdadera heroína, la que siempre me dio el apoyo que ella nunca recibió, la que siempre estuvo firme, la que nunca se rindió.

Para Reflexionar...

La mujer de esta historia creció sintiendo que en su hogar había desigualdad entre hombres y mujeres, sin embargo ella luchó por demostrar que las mujeres pueden superarse y decidió criar a sus hijas e hijos en un ambiente de igualdad y sin prejuicios.

¿Crees tú que hoy en día sigue habiendo desigualdad entre mujeres y hombres en una familia?

¿Qué harías para cambiar eso?



A stylized illustration of a woman with long, dark red braided hair. She is wearing a brown hat with a wide brim and a patterned, reddish-brown garment with a white lace collar. The background is a vibrant, abstract mix of pink, yellow, and green. The text is written in a white, cursive font with a black outline.

*Historias de
la mujer que admiro*

 *Nieves*
 *Mi mejor maestra*

Es en el hogar donde empiezan las diferencias y las expectativas respecto al rol que mujeres y hombres deben protagonizar en la sociedad y aunque es cierto que existen diferencias biológicas evidentes entre mujeres y hombres, también es evidente que muchas de las conductas y estereotipos femeninos o masculinos son en gran parte determinados por prejuicios sociales, culturales y religiosos que influyen negativamente en el ámbito familiar.

Una crianza sin equidad de género equivale a perpetuar condiciones sociales adversas no sólo para las niñas sino también para los niños, pues se los priva de aprender a compartir las labores del hogar y la "maternidad" como un valor, generando así hombres y mujeres machistas que perpetúan la desigualdad y la pobreza en el mundo.

Criar a hijas e hijos y educarlos con equidad de género es un aporte al desarrollo humano que trasciende desde la intimidad de la familia hacia la construcción de una sociedad con justicia y paz.



Esta es la historia de Nieves, mi mamá, la mujer que más admiro. Nació en la localidad de Achacachi en mayo de 1980. Entró a la escuela con siete años de edad, estudió la primaria y culminó sus estudios hasta el nivel superior. Su comida favorita es la sajta, le gusta bailar y ayudar a los demás.

Cuando ella era bebé su padre las abandonó y recién lo conoció cuando iba a cumplir sus siete años, siempre fue mi abuela la que se ocupó de darle alimentación, ropa y hacerla estudiar, a ella y a sus cuatro hermanas.

Mi abuelita vendía frutas pero eso no les alcanzaba para vivir, a veces sacaban papas o zanahorias de la comida que otros vendían para alimentar a los chanchos. Pasaron años muy tristes porque su padre nunca se acordaba de ellas, no tenían ropa ni juguetes y mi abuela viajaba a Los Yungas a vender chuño, mientras tanto las dejaba al cuidado de mi bisabuela que no podía cuidarlas bien, incluso en una oportunidad mi mamá estuvo a punto de morir por desnutrición.

Con el pasar del tiempo sus hermanas y ella crecieron y se dedicaron a vender frutas también y su vida mejoró un poco. Aunque en el colegio las molestaban por ser pobres y las ofendían ellas permanecieron firmes cuidándose entre ellas.

Mi mamá siguió adelante gracias a mi abuela que también fue madre y padre, con mucho esfuerzo cursó la secundaria teniendo una sola camisa. Vivió sola en su casa en compañía de una radio y una televisión pequeña que mi abuelita le había ayudado a comprar. Se daba valor recordando que su mamá no sabía leer ni escribir, que nunca había ido al colegio y que salió adelante gracias a su gran voluntad y su esfuerzo.

Una vez que salió bachiller ingresó a la Escuela Normal de Santiago de Huata, allí también tuvo que sacrificarse mucho y darse modos para sobrevivir con los escasos 30 Bs que mi abuela podía darle. Como era la hija más pequeña y la única que pudo llegar a estudiar estaba decidida a sacar la cara por su familia, así fue que defendió su monografía y se tituló de profesora el año 2003.

Ahora mi mamá ya tiene 38 años y con mucho orgullo puedo decir que es profesora y que es la mujer que más admiro. Que siempre está cuando la necesito, así como estuvo mi abuelita para ella.

Para reflexionar...

En esta historia como en la vida todas y todos aprendemos del ejemplo de otras personas al igual que hizo Nieves al aprender de su madre sobre lo importante que es nunca rendirse.

Recuerda que no sólo aprendemos de los ejemplos sino que también damos el ejemplo, entonces...

¿Qué tipo de ejemplo eres para las personas que te observan?



Mi mejor maestra

por Ever

La mujer que más admiro es mi madre, ya que desde muy pequeño fue mi mejor maestra.

Me enseñó el valor de la responsabilidad, me enseñó a ser honesto, solidario y amable, y creo que de todos los valores que me impartió el más importante es el respeto, me enseñó a saludar y a dar las gracias, a cuidar los lugares públicos y no ensuciarlos y también a respetar a las personas mayores.

Mi madre siempre estuvo conmigo en las buenas y las malas, en algunas ocasiones cuando la flojera me quería ganar ella me corregía, tal vez fue un poco estricta pero siempre actuaba con justicia.

Cada vez que estuve enfermo se quedó a mi lado para cuidarme, incluso faltó a su trabajo para acompañarme. Fue siempre un gran apoyo en el colegio, cuando no entendía algo trataba de ayudarme hasta que consiga entender.

Gracias a mi madre pude ver el mundo con otros ojos, me enseñó que todos somos iguales y que todas las personas sean pobres o ricas merecen el mismo respeto. Gracias a ella aprendí a ser amable y no juzgar.

Me educó para no ser una persona soberbia, floja o rebelde. Me enseñó a lavar la vajilla, barrer el piso, lavar mi ropa e incluso a cocinar que es una de las cosas que más me gusta hacer hoy en día. Ella y mi papá me enseñaron a no ser machista.

Yo admiro a mi mamá porque fue mi mejor maestra, me educó correctamente junto con mi papá y me hizo una persona de bien. Por eso con toda mi voz me animo a gritar que mi madre es la mujer que más admiro y que gracias a ella también admiro a mi familia.



Para reflexionar...

Esta historia no tiene como protagonista principal al machismo y nos muestra un ejemplo de familia en la cual la educación en valores les permite formar un ambiente armonioso, que contribuirá a la construcción de una sociedad con equidad, igualdad, respeto, tolerancia y sin ningún tipo de discriminación.

¿Qué opinas sobre esta mamá que enseña a sus hijas e hijos a hacer las tareas de la casa por igual?

¿Cómo es tu mamá contigo, qué cosas te enseña?

¿Crees que alguna vez tu mamá se porta más machista que tu papá?



A stylized illustration of a woman with long, flowing hair in shades of red, orange, and pink. She has large, expressive eyes and a gentle smile. She is wearing a necklace with red beads and a top with vertical stripes in red, yellow, and pink. The background is a vibrant, abstract wash of purple, pink, and green.

*Historias de
la mujer que admiro*

🌻 *Evarista*

🌻 *Rogelia*

Las mujeres no sólo sufren discriminación por su sexo, sino que además son discriminadas por su condición social, su situación económica, su origen étnico, etc. En nuestro país tenemos la Ley 045 “Ley Contra el Racismo y Toda Forma de Discriminación” que fue promulgada el 8 de octubre del año 2010 y que define la Discriminación como:

“...toda forma de distinción, exclusión, restricción o preferencia fundada en razón de sexo, color, edad, orientación sexual e identidad de géneros, origen, cultura, nacionalidad, ciudadanía, idioma, credo religioso, ideología, filiación política o filosófica, estado civil, condición económica, social o de salud, profesión, ocupación u oficio, grado de instrucción, capacidades diferentes y/o discapacidad física, intelectual o sensorial, estado de embarazo, procedencia, apariencia física, vestimenta, apellido u otras que tengan por objetivo o resultado anular o menoscabar el reconocimiento, goce o ejercicio, en condiciones de igualdad, de derechos humanos y libertades fundamentales reconocidos por la Constitución Política del Estado y el derecho internacional...”



La mujer que más admiro se llama Evarista. De joven vivía en un pueblo del Altiplano, a orillas del lago Titicaca, con su mamá, su papá y sus tres hermanos. Como toda familia del campo, todos se dedicaban a trabajar en la siembra y la cosecha de la papa y otros productos, de igual manera como toda familia del campo su única fuente de ingresos era la agricultura.

Evarista era una joven muy trabajadora. Como siempre sucede ya sea en el campo o en la ciudad, Evarista se enamoró. Al cumplir los 16 años conoció a Pedro y ambos decidieron casarse. Una vez que tuvieron todo listo y llegó el tan esperado día del matrimonio algo malo pasó, el joven Pedro cambió de opinión y decidió ya no casarse. El motivo de su desprecio era la pobreza de Evarista y su familia.

Evarista no pudo resistir el dolor de sentirse engañada y discriminada. Lloró y lloró mucho, lloró por ese desprecio pero también por el secreto que guardaba en su vientre, nunca dijo nada y ni siquiera les contó a sus padres que fruto del amor que sentía por Pedro un nuevo ser crecía dentro de ella desde hace tres meses. Viéndose sola y sintiéndose rechazada no sabía qué hacer con el bebé que esperaba, el joven Pedro no quería saber ni hablar de ella y la evitaba en todo momento. Un día Evarista logró hablar con él y le dio la noticia de que esperaba un hijo suyo y, como a veces pasa, el joven futuro padre no quiso hacerse responsable y negó totalmente su paternidad.

Evarista se sintió destrozada y sintió que el mundo se le cayó encima, sólo podía llorar y resignarse a vivir sola y criar sola a su bebé.

Tiempo después el joven Pedro se casó con otra mujer, formando una familia, mientras que Evarista tuvo que seguir adelante luchando en soledad hasta que se acercó el momento del parto y no pudo esconder más su secreto. Con lágrimas en los ojos le contó la verdad a su madre quien a su vez comunicó la noticia a su padre, tomando las cosas de mala manera y sin saber las razones de Evarista la castigaron duramente. Asustada y muy triste tuvo que marcharse de su casa, pidiendo ayuda a los vecinos más cercanos para poder tener a su bebé ya que en su casa no podía seguir.

Así pasó el tiempo, poco después nació la hija de Evarista y decidió volver a casa de sus padres para explicarles la situación. Después de escucharla con atención la aceptaron y comprendieron con mucha tristeza que la pequeña bebé no tendría padre.

A sabiendas de que Pedro jamás se haría responsable por su hija, Evarista se dedicó a luchar sola por ella, trabajando día a día de sol a sombra en la agricultura, ganándose el sustento necesario para alimentarla, vestirla y cuidarla.

Tres años después Evarista migró a la ciudad de El Alto, ya que pese a sus esfuerzos por salir adelante en su pueblo era discriminada por ser madre soltera. Al principio acudió a uno de sus hermanos que vivía en El Alto, sin embargo él ya tenía su propia familia que mantener y no pudo ayudarla.

Evarista tuvo que buscar la forma de vivir en la ciudad y comprendió que no fue una buena decisión dejar el campo. Empezó a buscar trabajo pero con una hija en brazos nadie la podía ayudar, no tenía dinero, no tenía trabajo pero tenía que seguir a pesar de todo porque tenía a su hijita a quien cuidar.

Un día se le ocurrió preparar refresco de cebada y salir a la calle a venderlo. Con esta actividad ganó algo de dinero y decidió también vender sopa de fideo, este pequeño negocio le dio lo necesario para educar a su hija, porque como toda madre ella no quería que su hija viviera lo que ella vivió.

Así Evarista, lejos de casa, lejos del campo, se sacrificó y aprendió la forma de trabajar y mantener a su hija sin ayuda de nadie, la vio crecer, la vio salir bachiller y estudiar para llegar a ser profesora. Ahora Evarista vive feliz al lado de su hija, su única familia. Ella es Evarista, la mujer que más admiro.

Para reflexionar...

Evarista es sólo un ejemplo de las miles de mujeres que son discriminadas por los siguientes motivos:

- *Ser madres adolescentes*
- *Ser madres solteras*
- *Provenir de familias pobres*
- *Ser migrantes*

*¿Qué otros problemas de discriminación crees que enfrentan las mujeres?
¿Qué harías para evitar la discriminación por estos motivos?*



Rogelia nació el año 1986 y quedó huérfana de madre y padre cuando apenas tenía cinco años. La pérdida de sus papás fue un golpe tan duro para ella que sufrió una crisis, la mayor parte de las noches no podía dormir y despertaba gritando.

Creció sufriendo la soledad y la maldad de la gente que la humillaba por no tener papás, como sucede con muchas niñas huérfanas no tuvo quién se haga cargo de su educación y no pudo ir al colegio.

Cuando cumplió los 17 años un hombre la engañó, la embarazó y se fue. Rogelia estaba muy triste, sin apoyo de nadie tuvo a su hijo y lo llamó Jhonatan, hacía lo que podía para mantenerlo, aunque el dinero no le alcanzaba y ambos pasaban hambre.

Un vecino de buen corazón le ayudó a salir adelante, la animó a entrar a un CEMA a estudiar para poder trabajar, ya que había un puesto para limpieza en una universidad pero se requería que ella tenga título de bachiller. Así pasaron varios años y con mucho esfuerzo y dedicación Rogelia logró salir bachiller, fueron años felices pues ella podía estudiar y trabajar para mantener a su hijo. Rogelia era una mujer muy trabajadora.

Tiempo después, Rogelia conoció a un hombre llamado Alberto, se enamoraron y decidieron casarse. Tuvieron una hermosa boda y de su unión nació el segundo hijo de Rogelia que se llamó David y luego llegó el tercero que recibió el nombre de Alex.

Como Alberto era un hombre muy bueno decidió darle su apellido a Jhonatan y lo cuidó como a sus propios hijos. Rogelia se sentía afortunada, era feliz con Alberto y sus tres hijos, tenía una familia completa como siempre había deseado.



Sin embargo después de un tiempo el dolor volvió, Alberto se enfermó y murió después de un mes de haber caído en cama.

Al principio Rogelia pensó que no podría soportar la situación, ella y sus hijos lloraban mucho, la tristeza la dejó sin ganas de hacer nada, pero no se rindió, observó a sus hijos y decidió seguir adelante por ellos. Como cuando quedó huérfana, como cuando nació Jhonatan, como lo había hecho siempre ante la adversidad salió adelante.

La historia de Rogelia nos enseña a seguir adelante, si hay obstáculos en el camino debemos vencerlos por nuestros seres amados y agradecer a Dios por todo lo bueno que nos da.

Para reflexionar...

Rogelia como muchas mujeres tuvo que terminar de estudiar siendo madre, sufrió discriminaban por ser huérfana y luego por ser madre soltera, pero fue perseverante y no desaprovechó las oportunidades para perseguir sus sueños. Esta historia nos enseña que no hay una edad límite para superarnos y alcanzar lo que deseamos.

Así como hizo Rogelia ¿Tú, cómo aprovechas las oportunidades para vencer los obstáculos y alcanzar tus sueños?



A young girl with voluminous, curly teal hair and a teal hoodie with white drawstrings. She has a gentle smile and is looking slightly to the right. The background is a vibrant, textured purple and pink with sparkling star effects and faint white circular lines.

*Historias de
la mujer que admiro*

** La mujer que más admiro
no es una sola mujer*

** Mi mamá*

El derecho a la educación es un derecho humano fundamental de todas las personas y una obligación del Estado hacer que se ejerza con igualdad.

A pesar de que la Declaración Universal de Derechos Humanos señala que los derechos son iguales para mujeres y hombres, en la práctica los derechos de las mujeres son violados diariamente, en nuestro país y otros, con hechos de violencia de género como por ejemplo:

- *Violencia sexual, intrafamiliar, feminicidio*
- *Acoso y discriminación en el trabajo*
- *Inequidad en la toma de decisiones*
- *Desigualdad de oportunidades y discriminación en el acceso a la educación, la salud, etc.*

Esta violación de derechos no hace más que someter a la mujer y evitar que viva una vida plena y alcance sus objetivos de superación personal en igualdad de condiciones que los hombres.



La mujer que más admiro no es una sola mujer

por *Silvina*

Esta historia no trata sólo de una mujer sino de varias mujeres.

En la localidad de Huarina, vivía una familia humilde compuesta de siete hermanos, cinco mujeres y dos varones, en aquella época en la cual se decía que “la mujer solo tiene que servir al hombre”. Estas 5 hermanas, como muchas mujeres de esa época, no tuvieron la oportunidad de ir a una escuela.

Esta familia tenía como padre a Armando y como madre a Hortensia y se sustentaba con el sembradío de cebollas y la crianza de ovejas. Como otras familias del campo eran muy humildes y no tenían acceso a servicios de salud adecuados, por lo que Don Armando enfermó y falleció de causas desconocidas.

Mucho tiempo después, cada una de las cinco hermanas se casó y se fue por su propio camino. Los varones también hicieron lo propio, pero claro que ellos no tuvieron problemas pues pudieron obtener una profesión.

Olga, una de las hermanas mayores, se casó con Pablo quien era profesor y tuvieron tres hijos, el último de los hijos nació con problemas pero los médicos no dejaron que muriera; sin embargo cuando creció no oía y no podía hablar. Al pasar los años su comportamiento era muy diferente al de los niños de su edad y poco a poco fue necesitando mucha ayuda por parte de Olga, su madre.

Tiempo después el esposo de Olga también se enfermó y por supuesto ella tuvo que cuidarlo. Como ella nunca estudió la única actividad a la que pudo dedicarse era salir temprano por la mañana a vender verduras, este trabajo no era fácil porque tenía que transportar pesadas cargas y luego estar sentada en el suelo sin importar el frío o el sol inclementes. Esta actividad le estaba afectando su salud pero ¿qué otra alternativa tenía?, debía ayudar a su esposo con los gastos de la familia y no podía hacer otra cosa porque no tenía estudios.



Poco a poco su esposo Pablo enfermó más hasta que murió. La partida del padre fue devastadora y pese a que les había dejado algo de dinero no fue suficiente. Llegaron más bocas que alimentar a la casa, pues el hijo mayor llevó a su esposa que estaba embarazada a vivir con ellos.

Así que Olga sin importar la enferma que estaba, salía a vender sus verduras cada día para que en casa no falte nada. Lamentablemente la enfermedad la venció y falleció dejando a sus tres hijos. Después de su muerte su hija se casó y se fue dejando a sus hermanos en la casa.

El hijo mayor en un mal momento decidió hipotecar la casa para prestarse dinero del banco y al no poder pagar las cuotas huyó, dejando a sus hermanos con toda la deuda, al final perdieron la casa que sus padres, Olga y Pablo, habían comprado con tanto sacrificio y les habían heredado.

Actualmente la hija de Olga, junto con su esposo, cuida a su hermano menor honrando la memoria de su madre que se esforzó por ellos hasta su muerte.

Esta historia es real porque Olga fue la hermana de mi madre y también vi como ella se esforzaba por su familia y no sólo ella, vi a varias mujeres que salen a vender sin importar el clima.

Y agradezco que ahora el pensamiento de que las mujeres somos menos que los hombres esté cambiando y tengamos las mismas oportunidades. Por eso la mujer que admiro no es una sola mujer.

Para reflexionar...

Como las mujeres de esta historia, antiguamente muchas mujeres no tenían derecho a recibir educación.

*¿Qué significa para ti el que la mujer no pueda estudiar?
y ¿Qué consecuencias tendría en tu vida?*



La mujer que más admiro es mi mamá, que lucha por todo lo que quiere en esta vida. De pequeña a la edad de 7 años mi mamá vivía en provincia con sus padres y hermanos, como los hermanos mayores ya tenían edad para irse a trabajar ella tenía que quedarse con los dos menores. Su vida era complicada en ese entonces, siempre tenía el deseo de estudiar pero debía cuidar a sus hermanos.

Su gran sueño era convertirse en profesora pero sus padres no estaban de acuerdo en que estudie para ellos era una pérdida de tiempo; sin embargo le permitieron ir al colegio unos años, esta época ella fue muy feliz.

Un día llegó la hermana mayor y al enterarse que mi mamá iba al colegio se molestó mucho, le dijo a mi abuela que ya tenía edad suficiente para ir a trabajar a la ciudad y que dejara de gastar en útiles escolares. Desde ese momento mi abuela decidió que mi mami ya no fuera al colegio nunca más. Sin embargo mi mamá se ideó la forma de seguir yendo al colegio, muy temprano se llevaba a las ovejas con ella para que sus padres pensarán que estaba haciéndoles pastear y se iba a pasar clases, así continuo estudiando a escondidas.

Era una buena estudiante y le gustaban mucho las matemáticas, por eso empezó a destacar y era feliz estudiando. Un día cuando volvió a su casa descubrió a sus padres furiosos porque se habían dado cuenta del artificio del cual se había valido para ir a la escuela, la regañaron mucho e incluso la golpearon.

Mi mamá asustada y adolorida salió corriendo hacia las montañas sin rumbo y sin saber qué hacer. Después de una hora se cansó y se sentó a descansar en una piedra, meditó sobre las cosas de la vida y como tenía miedo de volver a su casa decidió buscar refugio en la casa de una de sus compañeras. La mamá de su amiga al verla asustada y lastimada le dio hospedaje y le permitió quedarse con ellas el tiempo que quisiera.



La señora era tan buena que incluso le compró una hermosa pollera roja para que fuera a la escuela, le dio un lápiz y un cuaderno y se ocupó de ella. Ya habían pasado tres semanas y sus padres no se preocupaban de ella ni siquiera sabían dónde estaba y cómo estaba.

Un día la segunda hermana de mi mamá llegó a la provincia, se enteró de todo lo ocurrido e hizo reflexionar a mis abuelos para que fueran a buscarla. Al principio no quiso volver con ellos pues les tenía mucho miedo pero luego pensó que al estar su hermana allí estaría protegida. Entonces agarró las pocas cosas que la señora le había obsequiado y se fue con su familia.

Su hermana decidió que debía irse y se la llevó a la ciudad de La Paz, donde pudo nuevamente ir al colegio, consiguió un trabajo y tiempo después consiguió adaptarse a la ciudad aunque la vida era muy dura, a veces no le alcanzaba el dinero para sus materiales y tenía que dedicarse más a trabajar, así que al final tuvo que dejar de estudiar.

A pesar de haber sufrido tanto, mi mamá sigue siendo esa mujer que lucha por lo que quiere. Siempre nos saca adelante y nos impulsa a pelear por nuestros sueños. Nos da consejos únicos y valiosos y por eso la admiro tanto. Siempre está ahí para mí y mis hermanos en las buenas y en las malas y a pesar de que ella no pudo terminar de estudiar se esfuerza mucho para que nosotros sí lo hagamos. Esa mujer valiente es mi mamá, la mujer que más admiro.

Para reflexionar...

Sabías que en Bolivia hay más mujeres que hombres que abandonan sus estudios y que en el área rural todavía se considera que la mujer no necesita concluir el bachillerato, por eso el nivel de deserción escolar sigue siendo más alto en las áreas rurales que en las ciudades.

¿Qué opinas sobre el hecho de que no todas las niñas en el campo van a la escuela?

¿Qué harías tú para cambiar eso?





*Historias de
la mujer que admiro*

Mujer guerrera
Martina

La Ley N° 348, Ley Integral para Garantizar a las Mujeres una Vida Libre de Violencia, es una de las normas de protección a las mujeres más importantes de nuestro país, tiene como fin garantizar a las mujeres una vida digna y el ejercicio pleno de sus derechos para Vivir bien. Esta Ley, entre otros tipos de violencia, considera:

Violencia Física. Es toda acción que ocasiona lesiones y/o daño corporal, interno, externo o ambos, temporal o permanente, que se manifiesta de forma inmediata o en el largo plazo, empleando o no fuerza física, armas o cualquier otro medio.

Violencia Psicológica. Es el conjunto de acciones sistemáticas de desvalorización, intimidación y control del comportamiento, y decisiones de las mujeres, que tienen como consecuencia la disminución de su autoestima, depresión, inestabilidad psicológica, desorientación e incluso el suicidio.

Violencia Sexual. Es toda conducta que ponga en riesgo la autodeterminación sexual, tanto en el acto sexual como en toda forma de contacto o acceso carnal, genital o no genital, que amenace, vulnere o restrinja el derecho al ejercicio a una vida sexual libre segura, efectiva y plena, con autonomía y libertad sexual de la mujer.



Esperanza es una mujer de escasos recursos, ella tuvo que trabajar y estudiar al mismo tiempo, sus padres murieron en un accidente cuando era muy joven y ella tuvo que cuidar a su hermanito Israel.

Esperanza cumplió 18 años y su hermano Israel tenía 16, era un chico problemático que andaba por mal camino, un día sus amigos lo convencieron de ir a robar y cuando estaban cometiendo el robo fueron descubiertos por los dueños del lugar, todos sus amigos se escaparon y lo dejaron solo para que la policía lo atrape.

El timbre de la casa sonó, Esperanza fue y abrió la puerta, era la policía. Cuando le dieron la noticia de que su hermano estaba preso quedó destrozada, fue a la cárcel a ver a su hermano y allí conoció a un hombre que le ofreció ayudarla con el caso de su hermano, pero no pudo hacerlo pues había muchos testigos y no pudieron hacer nada para liberarlo.

Con el pasar del tiempo aquel hombre llamado Aníbal y Esperanza se fueron conociendo más, un día le propuso matrimonio y ella aceptó con la ilusión de que estando a su lado no sufriría más.

Una vez casados, Aníbal cambió totalmente su comportamiento, dejó de ser amable y atento y se volvió violento. Constantemente golpeaba e insultaba a Esperanza, le prohibía salir y la tenía encerrada en su casa.

Al poco tiempo Esperanza se dio cuenta de que estaba embarazada, ella pensó que con la llegada de ese bebé las cosas cambiarían, pero cuando se lo dijo fue peor, Aníbal le increpó, acusándola de que ese hijo era de otro hombre y la golpeó en el vientre ocasionando que ella perdiera el bebé.



Aunque Esperanza estaba cansada del abuso que recibía pasaron 15 años y siguió casada con Aníbal. Durante ese tiempo tuvo una hermosa hijita a la que debía proteger, así siguió soportando los malos tratos convencida de que valía la pena hacerlo por su hija y en parte también porque durante todos esos años Aníbal le había hecho creer que siendo mujer nunca podría valerse por sí misma.

Un día de esos, Aníbal llegó muy borracho y como era costumbre quiso pegar a Esperanza, al ver la agresión su hija se interpuso y terminó recibiendo un feo golpe. Al oír los gritos y los llantos los vecinos llamaron a la policía, cuando los oficiales llegaron arrestaron a Aníbal, él lloraba y le suplicaba a Esperanza que lo perdonara; sin embargo el golpe que recibió la niña hizo que Esperanza reaccionara de una vez, se dio cuenta que debía salvar a su hija y pidió a los policías que se lo llevaran y lo encerraran.

Aníbal fue llevado a la cárcel y en pocos meses Esperanza salió adelante, se dio cuenta de que ella podía valerse por sí misma y que no necesitaba ningún hombre a su lado para ser feliz.

Nunca más volvió con él, nunca más miró hacia atrás, ahora era libre y no tenía límites. Con su esfuerzo y su valentía pudo darle una mejor vida a su hija y tener una mejor vida ella también.

Esperanza es una guerrera. Esperanza es la mujer que admiro.

Para reflexionar...

Sabías que según la Ley 348 “Ley para garantizar a las mujeres una vida libre de violencia”, la denuncia en caso de violencia no sólo la puede hacer la víctima sino otras personas que presencian o tienen conocimiento del hecho.

¿Qué crees que hubiera pasado con Esperanza y su hija sin la intervención de los vecinos que llamaron a la policía?

¿Crees que Esperanza hizo lo correcto al pedir que la policía encarcele a Aníbal?



La mujer que más admiro se llama Martina. Ella es mi mamá y la admiro porque desde que estuve en su vientre su vida fue un verdadero reto.

Mi mamá sufrió lo que ninguna mujer debería sufrir, fue tomada a la fuerza y aunque sé quién es mi padre biológico no me interesa nada de él.

Mis abuelitos fueron un gran apoyo para mi mamá, al principio no sabían de su embarazo porque ella no sabía cómo explicarles lo que le había pasado. Sin embargo cuando la verdad se supo ellos la apoyaron más.

Nací en el campo, en la casa de mis abuelitos pero cuando cumplí tres años mi mamá, mi abuelita y yo tuvimos que irnos a la ciudad. Mientras mi mamá trabajaba mi abuela me cuidaba, mi mamá debía trabajar muchas horas para poder ganar lo suficiente para alimentarnos.

A medida que los años pasaron mi mamá progresó cada día más, empezó como ayudante de costura y trabajó mucho hasta llegar a tener su propio taller.

Mi mamá nunca se rindió, me sacó adelante junto a mi abuelita, se ocupó de nosotras en todo momento hasta que mi abuelita falleció.

Ahora tengo una hermanita y mi mamá sigue esforzándose por nosotras, por eso la admiro tanto, porque comenzó desde abajo y siempre logró salir adelante.



Para reflexionar...

Muchas de las mujeres que sufren violencia sexual y quedan embarazadas no denuncian el hecho por miedo a ser juzgadas, discriminadas, rechazadas y expulsadas de sus hogares.

¿Qué opinas sobre Martina y su madre?

¿Qué es lo que más te impresionó de esta historia?

¿Qué harías para apoyar a las jóvenes que son víctimas de violación?





*Historias de
la mujer que admiro*

No te quedes callada
Senovia

La violencia hacia la mujer no sólo se da por parte de su pareja, muchas veces es la familia la que encubre, fomenta o ejecuta los actos de violencia contra la mujer basados en sus costumbres, su cultura o sus creencias religiosas. Por esta razón es que la **Ley Integral para Garantizar a las Mujeres una Vida Libre de Violencia (Ley N° 348)** contempla, entre otros, estos dos tipos de violencia:

Violencia Simbólica y/o Encubierta. Son los mensajes, valores, símbolos, iconos, signos e imposiciones sociales, económicas, políticas, culturales y de creencias religiosas que transmiten, reproducen y consolidan relaciones de dominación, exclusión, desigualdad y discriminación, naturalizando la subordinación de las mujeres.

Violencia en la Familia. Es toda agresión física, psicológica o sexual cometida hacia la mujer por el cónyuge o ex-cónyuge, conviviente o ex-conviviente, o su familia, ascendientes, descendientes, hermanas, hermanos, parientes civiles o afines en línea directa y colateral, tutores o encargados de la custodia o cuidado.



No te quedes callada

por Mishel

Era el inicio de una nueva gestión escolar, Diana era una joven de 16 años que vivía en la ciudad de El Alto. A su corta edad empezó a trabajar en una pensión para ayudar a su mamá con los gastos de la familia ya que tenía cuatro hermanos y no tenían papá.

Se inscribió en el colegio en el turno de la noche y allí conoció a Ramiro, fue amor a primera vista. Una noche, después de una semana de clases él junto a un amigo decidieron acercarse a conversar, fue entonces que comenzó una bonita historia de amor, él siempre atento y caballeroso con ella.

Ya llevaban dos años de relación y estaban a punto de terminar el colegio, habían decidido casarse apenas pasara la graduación. Pero la mamá de Diana no estaba de acuerdo con esa decisión porque Diana era muy joven, ante esta situación la pareja decidió escaparse, Diana tomó los ahorros de su mamá y se fue a vivir a la casa de Ramiro.

La mamá de Ramiro los apoyó, mientras que la madre de Diana los buscaba desesperada sin saber qué había sido de su hija. Después de siete meses Diana decidió buscar a su mamá y enfrentarla diciéndole que nunca se alejaría de Ramiro. La madre sin otra opción aceptó que su hija tome ese rumbo.

Después de un año de haber vivido juntos Diana y Ramiro se casaron, pronto se enteraron que serían padres y decidieron vivir solos. Ramiro ya trabajaba y tenía un buen sueldo, era repartidor de una empresa de golosinas, Diana también trabajaba ahí, pero por su embarazo decidió dejar el trabajo y estar en casa hasta que el bebé naciera.

Nació su primara hija, sana y fuerte, era la alegría de la casa, hacían todos los esfuerzos para que no le falte nada. Pasaron cuatro años sin ningún tipo de conflictos, ambos trabajaban y dejaban a su hija en una guardería. Los hermanos de Diana la ayudaban a recoger a la niña y trataban de apoyarla en todo lo necesario.

Un día la pesadilla empezó, Diana había preparado algo sencillo para el almuerzo, cuando llegó Ramiro se molestó por la comida y sin más aviso golpeó a Diana, ella asustada sin saber qué hacer llamó a su mamá y sus hermanos la fueron a recoger para llevarla junto con la niña a la casa de su mamá.

Diana lloraba mucho porque su esposo no era así habitualmente, se sentía decepcionada pero lo amaba. Ramiro quería enmendar lo sucedido, fue a conversar con su madre y juntos fueron a convencer a Diana para que volviera con él pero ella no aceptó inmediatamente.



Pasaron dos meses separados y un día la madre de Ramiro fue a conversar con Diana y le dijo: “eres una mujer casada ante Dios y no puedes separarte de tu esposo porque estarías pecando, no sigas los mismos pasos de tu mamá”. Con este argumento logró convencer a Diana y regresó a vivir con Ramiro.

Apenas pasó un mes desde que se reconciliaron y las cosas nuevamente se pusieron mal. Ramiro se había quedado sin trabajo y era difícil conseguir empleo debido a que no tenía título profesional, a Diana también se le dificultaba trabajar por su hija así que tomaron la decisión de irse a vivir a Oruro con los ahorros que tenían y abrir un negocio propio.

Les estaba yendo bien pero de repente Ramiro cambió de actitud, era agresivo y aunque no la maltrataba físicamente el abuso era psicológico. Los golpes no se hicieron esperar mucho, pasó una semana desde la última pelea y se quemó un equipo de su negocio, Ramiro golpeó a Diana haciéndola sentir muy culpable de lo sucedido.

Ante esta situación Diana decidió regresar a El Alto. Como siempre acudió a casa de su mamá para contarle todo lo que había pasado. Esta vez Diana estaba dispuesta a realizar la denuncia sin marcha atrás, pero Ramiro no quería asumir lo sucedido y trató de convencerla para que regrese. Acudió a su madre para que hablara con Diana, esta vez la suegra se valió de los padrinos de matrimonio para que la hicieran entrar en razón y tras largas horas de conversación nuevamente pusieron a Dios como testigo de su amor y que no sea una pecadora más y la convencieron de volver.

Diana regresó con su esposo y hasta hoy sigue aguantando peleas y malos tratos. Diana tiene su propio negocio y trabaja muy duro para mantener a sus cuatro hijos, Ramiro no trabaja.

El peor error que una mujer puede cometer es el silencio y dejarse influenciar con otras personas como lo hace Diana. Por eso la mujer que más admiro es aquella mujer que no se calla. No te calles. No estás sola.

Para reflexionar...

Como Diana, muchas mujeres se ven forzadas a mantenerse en relaciones o uniones violentas por presiones sociales, culturales, económicas, religiosas y otras. Ella es sólo un ejemplo de miles de casos en los que las mujeres son víctimas de violencia y no tienen conocimiento de dónde acudir a buscar ayuda, una ayuda legal, psicológica, moral o económica que les permita romper ese círculo de violencia en el que se encuentran.

*¿Qué harías tú en el caso de Diana?
¿Qué sabes sobre la Ley 348 y los tipos de violencia?*



Senovia es una heroína. Cuando era chiquilla y estaba en colegio era la mejor estudiante de su curso, tenía las mejores calificaciones y era muy buena, pero un día cuando el piso estaba mojado se resbaló y cayó sobre una piedra, con tan mala suerte que se rompió la cabeza. Su mamá la curó como pudo, pero lastimosamente quedó muy afectada.

Al hacerse más joven se enamoró de Marcos y se hicieron novios, poco tiempo después decidieron vivir juntos y se fueron a casa de Marcos a vivir con sus padres. La madre de Marcos no estaba contenta con la unión y odiaba a Senovia, para separar a la pareja ella y su esposo convencieron a Marcos de que se vaya a trabajar lejos, pues según ellos en el Beni había mucho trabajo y con muy buen sueldo, así él podría ahorrar y volver pronto por Senovia, le prometieron que mientras estuviera ausente ellos la cuidarían. Y así fue que Marcos partió dejando a Senovia en la casa de sus padres.

Durante su ausencia la vida de Senovia era muy triste, sus suegros la hacían trabajar sin descanso y la trataban mal, pese a que ella estaba embarazada no eran capaces ni de darle comida, todo el dinero que mandaba Marcos se lo gastaban y no compartían nada con ella.

Tan mala era la situación en la que Senovia vivía que incluso dormía con las vacas y fue allí donde nació su hija Nelly. Al pasar el tiempo Nelly creció y sus abuelos quisieron quedarse con ella, le propusieron a Senovia que se vaya y no vuelva nunca más, asustada ante la proposición Senovia aprovechó un descuido de los suegros y escapó con Nelly para ir en busca de su papá al Beni.

Nelly estaba muy feliz pues conocería a su papá. Cuando llegaron al Beni no tenían dinero para sobrevivir así que Senovia consiguió trabajo en una heladería. Con su primer pago compró una rica comida para Nelly y ella no comió nada, lo importante era que su hija estuviera bien.

Al poco tiempo encontraron a Marcos, muy bien arreglado y acompañado de una mujer muy coqueta. Las hermanas de Marcos al reconocer a Senovia se acercaron y le pidieron que no diga quién era, que fingiera ser una prima para no perjudicarlo pues estaba postulando para ser policía y esa mujer lo ayudaría.

Senovia se acercó a la pareja y se presentó como la prima de Marcos pero de repente una señora las delató, fue así que la mujer coqueta descubrió que su galán tenía esposa y una hija y luego de un buen griterío se fue. Senovia desilusionada decidió irse con su hija a trabajar en La Paz y por su parte Marcos se fue a Oruro.

Madre e hija habían decidido olvidarse de Marcos, al fin y al cabo no lo necesitaban y nada les daba, pero en cambio Marcos decidió arreglar las cosas y las buscó para vivir con ellas.

Marcos ya no viajaba a trabajar a otros lugares y por un tiempo fueron una familia feliz, en esa época nació Judith la hermanita de Nelly. Lo malo era que cuando Marcos y Senovia se iban a fiestas llegaban borrachos y empezaban a discutir, las peleas empeoraban y Marcos golpeaba duramente a Senovia, le ponía el ojo morado o le lastimaba los brazos, un día llegó al extremo y amenazó de matarla con un cuchillo. Nelly fue muy valiente y salvó a su mamá recordando que a ella también la había salvado una vez cuando su padre fuera de control quiso matarla por perder el celular.

Después de un tiempo de tormentas y peleas las cosas comenzaron a cambiar, Marcos y Senovia decidieron casarse y nació su tercera hija Darleth. Fue como si la llegada de la bebé cambiara el rumbo de sus vidas, las peleas terminaron y los golpes se acabaron. Poco a poco Senovia con su fuerza y su amor inmenso por sus hijas logró que su hogar fuera feliz y su familia permaneciera unida.

Por eso Senovia es una heroína, es una mujer valiente y luchadora. Siempre que rezo le doy gracias a Dios por ella, por ser una madre muy fuerte y porque nunca se rindió. Es una verdadera heroína, es la mejor mamá, es mi mamá. ¡Te amo mamá y te admiro mucho!

Para reflexionar...

Al igual que Senovia muchas mujeres son maltratadas por sus parejas y/o sus familias, negándoles sus derechos (libertad, alimentación, educación, salud, etc).

¿Qué otros derechos ves que son vulnerados en la historia de Senovia y de su hija Nelly?

¿Qué hubieras hecho tú si hubieras sido vecina o vecino en la comunidad de Senovia al enterarte de los malos tratos que recibía?





*Historias de
la mujer que admiro*

✿ Consuelo

✿ Sonrisa de cristal

De acuerdo a datos vigentes de la Defensoría del Pueblo, de cada 10 mujeres, siete declararon haber sido agredidas por un varón y casi todas viven con el agresor en la misma casa. Del total de casos denunciados, un 93% de los agresores son hombres y el 78% de estos agresores son esposos o concubinos de las denunciadas.

La violencia hacia la mujer es una triste realidad en nuestro país, muchas veces los actos de violencia contra la mujer son agravados por el excesivo consumo de alcohol, la influencia nociva de mensajes, películas, series o programas de televisión, la falta de control sobre la publicidad sexista, la falta de educación, el machismo impuesto culturalmente, creencias religiosas tergiversadas, la falta de conocimiento sobre los derechos y las leyes, la retardación de justicia, etc.

Es importante que como sociedad nos preocupemos de que cada niña, adolescente, joven y adulta sea protegida contra toda forma de violencia y de discriminación, para ello debemos informarnos e informar sobre las leyes y las instituciones que protegen a las mujeres.



Escribo acerca de esta mujer que llamaré Consuelo porque la admiro muchísimo. Es una madre trabajadora y honesta que en su vida tuvo que luchar mucho.

Cuando era niña su padre era un alcohólico que le pegaba a su mamá y a ella, pese a todo lo que él les hacía siempre fueron buenas y cuidaban de él. En una oportunidad su padre enfermó mucho y ella con tan sólo 7 años se daba modo para llevarlo al centro de salud en un burrito, lastimosamente las medicinas no pudieron aliviarlo y murió.

Al cumplir 13 años tuvo que empezar a trabajar ya que su madre no podía pagar sus estudios. Se fue con su hermana mayor a la ciudad y allí empezó a trabajar de empleada doméstica en una casa donde su hermana la dejó indicándole que iría a verla cada mes. Pero no fue así.

Sólo cuando había pasado un año su hermana volvió, entre llantos y abrazos Consuelo le contó a su hermana todo lo que le había sucedido trabajando en aquella casa, que le reñían y la trataban mal, que la insultaban y hasta le pegaban por usar pollera y trenzas. Pero ahora estaba feliz, su hermana había vuelto y las cosas mejorarían.

Cuando iba a cumplir 16 años, Consuelo y su hermana menor consiguieron trabajo en un quiosco donde vendían comida. Acostumbradas a trabajar desde niñas las dos hermanas eran felices, ganaban lo suficiente para mantenerse e incluso iban a visitar a su madre los fines de semana aprovechando de llevarle alimentos y otras cosas.

Al cabo de un año su madre se enfermó gravemente, Consuelo tuvo que vender parte de su ropa para poder pagar las medicinas y ayudar a sus hermanos más pequeños. Incluso tuvo que dejar de trabajar un tiempo para poder cuidar a su mamá, pero cuando su madre mejoró recuperó su trabajo y otra vez las cosas fueron bien.

Y entonces conoció a Carlos, al principio su relación fue muy linda porque él era muy bueno con ella, pero después de que empezaron a vivir juntos las cosas cambiaron. Consuelo volvió a vivir lo que había vivido con su padre, Carlos llegaba borracho y la pegaba, no tenía pena de ella ni cuando estaba embarazada.

Ya tenían tres hijas y un día Carlos llegó muy ebrio, empezaron a discutir y se salió furioso en su auto, como estaba borracho atropelló a un hombre y tuvo que ir a la cárcel por 2 años. Las consecuencias de estas acciones las tuvo que sufrir Consuelo, pues todo el tiempo que Carlos estuvo en la cárcel ella tuvo que trabajar el doble para mantener a sus hijos.

Hubo un tiempo que Consuelo se vio obligada a vender sus polleras, sus mantas y sus sombreros pues el dinero no le alcanzaba para pagar los estudios de sus hijos, pero siempre se mantuvo firme para poder darles techo, comida y educación.

Después de que Carlos salió de la cárcel volvieron a estar juntos pero él seguía emborrachándose y pegándole. Un día Carlos reflexionó profundamente sobre el daño que le hacía a su familia y decidió no volver a golpear a Consuelo nunca más, porque se dio cuenta que de verdad ella era el pilar de su familia. Desde entonces viven felices, Consuelo ya no tiene que preocuparse cuando él llega con copas y cuando tienen algún problema consiguen solucionarlo sin recurrir a la violencia.

Ella es la mujer que admiro, siempre apoyó a su familia, a sus padres y a sus hijos y supo sobrellevar todo con mucho amor.

Para reflexionar...

Sabías qué en nuestro país, el consumo naturalizado y culturalmente aceptado de bebidas alcohólicas en cualquier circunstancia, es uno de los detonantes más frecuentes de los episodios de violencia en las familias.

¿Qué final crees que hubiera tenido esta historia si Carlos no hubiera reflexionado y cambiado su comportamiento violento?

¿Qué opinas sobre la costumbre de beber en exceso y las consecuencias que esto trae a las familias?



¿Alguna vez han escuchado de esa frase que dice todo final feliz empieza con una tragedia? Pues así inicia nuestra historia en un pequeño pueblecito llamado Wallata Chico en el año 1960. Un día de esos en los que la familia estaba reunida en un cuarto, tíos, tías, abuelos, padres, todos esperando el nacimiento de una persona.

De pronto la habitación se llenó de silencio, todos con las caras largas y los murmullos comenzaron, uno decía “es mujer”, otro respondía “qué mala suerte”, una voz le comentaba a la madre “te va a hacer llorar”. ¿Se imaginan? Como si nacer mujer fuera algo malo, algo extraño o una maldición, pero que más se podía esperar era 1960, la mujer casi no tenía valor y todo era para el varón.

En fin, nació Elena ese fue el nombre que le eligieron. Creció en una familia violenta y de escasos recursos, pero en medio de todo lo malo habían dos personas a las que amaba y la amaban, su padre y su abuela, las únicas personas que se alegraron porque fue niña, ellos creían que la pequeña Elena sería una gran persona.

Cuando Elena tenía siete años tuvo que afrontar algo muy triste, su abuela falleció y siendo tan pequeña lloró y lloró sin consuelo, pero su padre estuvo ahí para reconfortarla y decirle que todo estaría bien.

Elena ya tenía 13 años y tres hermanitos que cuidaba en casa cuando de repente algo pasó, se enteró que su padre había fallecido. Elena lloró tanto y tanto que sus lágrimas se le acabaron.

Pasó un tiempo y para olvidar ese dolor su familia se mudó a la Ciudad de El Alto. Allí Elena creció trabajando para criar a sus hermanos, pues su madre se dedicó a vivir la vida de fiesta en fiesta y no se ocupaba de ellos. Mientras esto pasaba, a Elena le pasó algo horrible, un hombre intentó abusar de ella y no tuvo a quién acudir así que se quedó callada, al fin y al cabo siempre le habían dicho “eres mujer y las mujeres lo tienen que aguantar todo”.

Cuando Elena cumplió 20 años su madre la obligó a casarse con un hombre al que ella apenas conocía con el argumento de que ya era una mujer y debía casarse y ser feliz. Pero nada de esto la hacía feliz, el hombre con el que se casó era un hombre malo, la vida que le daba era mala, tuvo que sufrir mucha violencia por parte de él y como le habían enseñado tuvo que aguantarse todo.



Con sus 23 años Elena tuvo a su primer hijo y a su esposo no le importaba nada, sólo se dedicaba a ir de cantina en cantina gastando el poco dinero que Elena traía a la casa para mantener a su familia. Así pasaron 9 años y llegaron tres hijos más, Elena hacía de todo para que a sus hijos no les falte nada y mientras tanto a su marido no le importaba nada.

La violencia continuaba y cada vez con más intensidad, un día su esposo llegó borracho y la golpeó tanto que casi la mata, al ver a Elena medio muerta se asustó y huyó, allí tendida entre la vida y la muerte su único pensamiento era sobrevivir “tengo que ponerme bien, que va ser de mis hijos si yo me muero”.

Fuerte como sólo ella lo podía ser, poco a poco mejoró y tomó la decisión de comenzar de cero. Tenía muchos sueños por cumplir y decidió alejarse de las personas que le habían hecho tanto daño jurando que nunca más nadie la lastimaría. Elena sabía que sería difícil pero aun así lo hizo.

Elena tenía 40 años cuando su esposo volvió a pedirle perdón. Al principio ella no sabía qué hacer, pero criar a sus hijos sola era muy difícil y en ese momento estaban en una situación económica muy mala, así que Elena se arriesgó y lo perdonó haciéndole prometer que nunca más les fallaría y así fue.

Hoy en día Elena tiene 50 años y a pesar de todo siempre está llena de vida, demostrando a todas las personas que las mujeres son valiosas y que pueden lograr todo lo que quieren, olvidando sus lágrimas y regalando su sonrisa de cristal.

Señoras y señores esta es la mujer que yo admiro, mi Madre Elena, la mujer más valiosa del mundo como todas las mujeres.

Para reflexionar...

Hoy en día la violencia hacia la mujer sigue siendo uno de los grandes problemas de nuestra sociedad y se da a todo nivel económico.

¿Por qué crees que muchas mujeres siguen aguantando la violencia física o psicológica en sus hogares?

¿Qué crees que se debería hacer para apoyar a las mujeres que son víctimas de la violencia?



Información de utilidad

Leyes, reglamentos y normas de protección a la mujer

A nivel internacional:

Está la CEDAW (Convención sobre la Eliminación de toda forma de Discriminación contra la Mujer) que fue aprobada por las Naciones Unidas el 18 de diciembre de 1979 y entró en vigor el 3 de septiembre de 1981.

Hasta octubre de 2013, 189 países habían suscrito esta Convención que fue ratificada por Bolivia el 27 de septiembre del año 2000. La CEDAW, provee el marco obligatorio de cumplimiento para los países que la han ratificado con el objetivo de lograr la igualdad de género y el empoderamiento de las mujeres y las niñas y estipula que los Estados Parte deben incorporar la perspectiva de género en todas sus instituciones, políticas y acciones con el fin de garantizar la igualdad de trato, es decir que no exista discriminación directa ni indirecta de la mujer, también obliga a generar políticas que mejoren la situación de la mujer, promoviendo la igualdad en todos los ámbitos.

A nivel nacional tenemos:

- * La Ley 045 ó Ley de Lucha Contra el Racismo y Toda Forma de Discriminación del 8 de octubre del 2010, es una ley que busca prevenir y al mismo tiempo sancionar todas las formas de manifestación de racismo cualquiera sea su origen o causa, al ser la discriminación por género una de las causantes de las grandes desigualdades en el ejercicio del derecho por parte de la mujeres esta ley brinda una protección a las mujeres.
- * La Ley 243 Contra el Acoso y Violencia Política Hacia las Mujeres del 28 de mayo del 2012, que que intenta establecer mecanismos de prevención, atención y sanción contra actos de acoso y/o violencia política hacia las mujeres para que podamos hacer un ejercicio pleno de nuestros derechos políticos.

- * La Ley 348 o Ley Integral para Garantizar a las Mujeres una Vida Libre de Violencia del 9 de marzo de 2013, intenta establecer mecanismos, medidas y políticas integrales de prevención, atención, protección y reparación a las mujeres en situación de violencia al mismo tiempo que se realiza una persecución y sanción a los agresores a través de diferentes mecanismos-
- * La Ley 548 ó Código de la Niña, Niño y Adolescente del 17 de julio de 2014 cuya finalidad es la de reconocer, desarrollar y regular el ejercicio de los derechos de las niñas, niños y adolescentes, permitiendo de esta manera un ejercicio pleno de los derechos y la igualdad de oportunidades.
- * La Ley 603 o Código de las Familias y del Proceso Familiar del 19 de noviembre del 2014, regula los derechos de las familias, sus relaciones y los derechos, deberes y obligaciones de sus integrantes, sin discriminación, ni distinción alguna.

Instituciones u organizaciones a las que se puede acudir en caso de vulneración de derechos y violencia hacia las mujeres.

En el Municipio de El Alto se puede recurrir a:

- * Los Servicios Legales Integrales Municipales (SLIMs) que existe uno en cada distrito.
- * Los centros de Atención Integral y Diferenciada de Adolescentes y Jóvenes (AIDAJs) que también son distritales.
- * Las Defensorías de la Niña, Niño y Adolescente (DNAs) que existen en cada distrito.
- * La Fuerza Especial de Lucha Contra la Violencia (FELCV) que se encuentra en la Ceja de El Alto.

Nómina de adolescentes autoras y autores de las historias de este texto

N°	NOMBRE Y APELLIDO	CENTRO DE ESTUDIOS
1	Eva Priscila Quispe Caviña	U.E. Noruega
2	Leydi Mendoza Mamani	Estudiante Universitaria
3	Vilma Ramos Choque	U.E. Litoral
4	Sonia Flores Colque	U.E. Noruega
5	Cristian Quispe	U.E. República de Cuba
6	Ever Bautista	Líder Distrito 5
7	Luz Maribel Pacosillo Hilari	U.E. Huayna Potosí Primaria
8	Cinthia Maritza Quito Yujra	U.E. República De Cuba
9	Silvina Luz Corrales Quispe	U.E. Antonio José de Sucre
10	Jhovana Mamani	U.E. República de Cuba
11	Nayelli Linnet Siñani Flores	U.E. Mariscal Antonio José de Sucre
12	Daniela Mamani Churqui	U.E. República de Cuba
13	Dina Mishel Mamani Figueredo	U.E. San José Fé y Alegría
14	Nelly Chuquimia Chipana	U.E. Elizardo Pérez
15	Marianela Condori Laura	U.E. República de Cuba
16	Juan Carlos Mamani Loza	Estudiante Universitario

“Llamar a las mujeres el sexo débil es una calumnia; es la injusticia del hombre hacia lamujer”.

(Mahatma Gandhi)

“Una mujer con imaginación es una mujer que no solo sabe proyectar la vida de una familia y la de una sociedad, sino también el futuro de un milenio”.

(Rigoberta Menchú)

“Cuando una puerta de felicidad se cierra, se abre otra: pero a menudo vemos tanto la puerta cerrada, que no nos percatamos de aquélla que se ha abierto para nosotros”.

(Helen Keller)



**Respetar los derechos de las mujeres es respetar
los derechos humanos con plenitud**



Historias de la mujer que admiro...



Agència Catalana
de Cooperació
al Desenvolupament

InteRed 
por una educación transformadora


Centro de Multiservicios Educativos