CENTRO DE INVESTIGACIÓN Y PROMOCIÓN DE LOS DERECHOS HUMANOS CIPRODEH

Manual en derechos humanos, derechos sexuales, sexualidad, vih/sida, participación ciudadana e incidencia política

PROYECTO CONSTRUYENDO CIUDADANÍA

Tegucigalpa, M. D. C., Noviembre del 2006

Junta Directiva de CIPRODEH

Presidente:	Abencio Fernández
Vicepresidente:	Sandra Yadira Sauceda
Secretaria	Alex Matamoros
Tesorero:	Matías Sauceda
Fiscal:	Lolis María Salas
Vocal I:	Víctor Molinar
Vocal II:	Celso Alvarado
Directora Ejecutiva:	Reina Rivera Joya

Esta es una publicación que hace parte del proyecto CONSTRUYENDO CIUDADANÍA, cuyo objetivo es el fortalecimiento de las capacidades técnicas de las organizaciones gay lésbicas y de personas viviendo con el vih en Honduras, diseñado e implementado por el Centro de Investigación y Promoción de los Derechos Humanos (CIPRODEH) y financiado con recursos de la iniciativa BACKUP, administrados por la Agencia de Cooperación Técnica Alemana (GTZ)

Su contenido es responsabilidad de los autores y de CIPRODEH y no compromete a la Agencia de Cooperación Técnica Alemana (GTZ) ni al gobierno alemán.

Se permite su reproducción total o parcial sin fines de lucro, siempre y cuando sea citada la fuente.

CIPRODEH
Apartado Postal 3892
Tegucigalpa, Honduras
Tels: (504) 232-3572/232-0587
Fax: (504) 232-5818
Email: ciprodeh@cablecolor.hn
Página web: www.ciprodeh.org.hn

Primera edición: **Noviembre de 2006**

Autora de textos: **Mónika Galeano Velasco,** Cooperante de Progressio en derechos humanos, sexualidad y género.

Autor aspectos metodológicos: **Éver Aldenys Guillén Castro, Oficial de Proyecto**

Ilustraciones páginas interiores y carátula: **Arturo Banegas y Fernando Reyes**

Diseño e impresión: **Papelería e Imprenta Honduras**

Tiraje: 500 ejemplares

Todos los derechos reservados

LA HISTORIA DEL VUELO DE LOS GANSOS

Los gansos son hermosas aves migratorias que vuelan en bandada formando una V o un delta.
Mientras recorren largas distancias, cada uno de los gansos se turna para dirigir el vuelo, por lo que todos los gansos tienen la oportunidad de comandar la bandada. Cuando el ganso que va adelante se cansa, pasa atrás mientras que el ganso que le sigue asume el liderazgo.
El gansito líder siempre es animado por sus compañeros mediante sonoros graznidos.
Cuando un gansito se enferma o es herido por una escopeta, otros dos gansos se salen de la formación y lo acompañan mientras se recupera o hasta que muera.
Estas aves son un bello ejemplo de la solidaridad, el amor, la paz, la sintonía y el sentido de pertenencia que hallamos en la naturaleza y que deben inspirar diariamente nuestras relaciones afectivas, amorosas y laborales con las demás personas.

ÍNDICE

Presentación..... 7
Objetivo del Manual..... 11
INTRODUCCIÓN..... 15
MÓDULO I..... 19
Los Derechos Humanos..... 19
¿Qué son los derechos humanos?..... 21
¿Cómo surgen los derechos humanos?..... 22
Marco Internacional de los Derechos Humanos..... 24
Marco Nacional de los Derechos Humanos y su relación especial con el vih/Sida..... 26
La Ley Especial de vih/Sida..... 29
Estigma y discriminación..... 34
Garantía y protección de los derechos humanos en Honduras..... 37
Lecturas Complementarias..... 40
Lectura: El estigma y la discriminación hacia las personas que viven con el vih/Sida..... 40
Lectura: Contexto Social y Económico de la epidemia del vih en Honduras..... 43
Lectura: Directrices de Onusida..... 46
MÓDULO II..... 47
La participación ciudadana y la incidencia política..... 47
Participación Ciudadana..... 48
Orígenes históricos..... 48
Incidencia Política..... 52
Presupuestos para hacer Incidencia Política..... 54
El Cabildeo..... 57
Presupuestos para hacer Cabildeo..... 58
La Negociación..... 59
Principios de la Negociación..... 60
La Auditoría Social..... 64
Presupuestos básicos para hacer auditoría..... 65
MÓDULO III..... 67
La sexualidad, los derechos sexuales y el género..... 67
La sexualidad..... 71
Los derechos sexuales..... 72
El sexo..... 73
La Identidad de sexo..... 74
Cambios biológicos que tiene un HOMBRE durante la pubertad..... 75
Cambios biológicos que tiene una MUJER durante la pubertad..... 77
Identidad de Indumentaria..... 81
Identidad sexual..... 83
Prácticas sexuales..... 85
El Género..... 87
Igualdad de derechos entre hombres y mujeres..... 89
Igualdad de género..... 90

Lectura complementaria..... 92
La Bella durmiente y el llanero solitario..... 92
MÓDULO IV..... 99
Aspectos básicos del virus del vih y el Sida..... 99
Conceptos básicos sobre vih y Sida..... 101
Vías de Transmisión 103
Transmisión por vía sexual..... 103
Transmisión por vía sanguínea..... 104
Transmisión por vía perinatal (madre a hijo)..... 105
¿Cómo no se transmite el virus?..... 107
Infecciones de Transmisión Sexual..... 109
El condón masculino..... 111
El condón femenino..... 114
Lectura Complementaria..... 116
Lectura: Vulnerabilidad al Sida..... 116
MÓDULO V..... 123
Recomendaciones metodológicas y didácticas para el diseño y desarrollo de un taller de capacitación..... 123
Recomendaciones para el facilitador/a..... 126
Recomendaciones específicas para la preparación y realización de los talleres de capacitación..... 129
Antes de la capacitación..... 129
Durante la capacitación..... 129
Después de la capacitación..... 131
Metodología..... 132
Perfil del capacitador/a..... 133
Recursos didácticos..... 135
Evaluación..... 136
Evaluación del cumplimiento de los objetivos propuestos..... 136
Evaluación de conocimientos..... 136
Evaluación de la metodología empleada en cada actividad..... 137
Evaluación del desempeño del facilitador/a..... 137
Evaluación de la logística..... 137
Espacio curricular módulos de capacitación..... 139
Bibliografía..... 157

PRESENTACIÓN

El presente manual es un insumo para la promoción de los derechos humanos y sexuales y la participación ciudadana, en el que se proporciona información básica así como herramientas metodológicas para facilitar la realización de actividades educativas en la promoción de los derechos humanos y sexuales y la prevención del virus del vih así como elementos sobre participación e incidencia política.

Aunque este manual esté especialmente dirigido a líderes que trabajan en las organizaciones de personas homosexuales y personas viviendo con vih, no significa que otras personas no puedan leerlo. Al contrario, los contenidos de este manual pueden ser leídos por cualquier persona que lo tenga en sus manos, ya que esta escrito de manera clara, sencilla y fácilmente comprensible. La información es la fuente del conocimiento y es a través de ella como logramos abrir espacios de reflexión que conduzcan a la modificación de los comportamientos que nos hacen vulnerables frente al vih y a las otras Infecciones de Transmisión Sexual.

Este manual es una contribución más en la tarea de afrontar la situación del vih/Sida en nuestro país, cada vez más preocupante, de acuerdo con las estadísticas oficiales de incidencia y prevalencia de la infección por vih en Honduras. La transmisión de la infección por vih requiere de compromisos individuales y colectivos que prevalezcan en el tiempo. Sin duda es a través de la educación cómo podremos lograr cambios de comportamiento que incidan realmente en la protección y el autocuidado que todas las personas debemos tener en el ejercicio de nuestra sexualidad para vivirla de manera responsable, placentera y feliz.

El abordaje del vih, requiere de un enfoque de derechos humanos y de género mediante la sensibilización de los derechos y de su ejercicio, ya que es la única manera de concientizar a la población respecto a su propia vulnerabilidad ante el vih.

Esperamos sinceramente que esta publicación cumpla los objetivos propuestos y satisfaga las necesidades de información de la población a la cual va dirigida.

Agradecemos a todas las personas que contribuyeron en la elaboración, diseño e impresión de este texto y a la Agencia de Cooperación Técnica Alemana (GTZ) administradora de los recursos de la iniciativa BACKUP con los cuales se logró el sueño de producir este manual así como de realizar todas las actividades llevadas a cabo por el Proyecto "Construyendo Ciudadanía".

Reina Rivera Joya
Directora Ejecutiva del CIPRODEH

AGRADECIMIENTOS

Queremos agradecer especialmente, por su apoyo y colaboración en la construcción de este manual:

A Edgardo Cáceres, consultor del CIPRODEH quien trabajó en la fundamentación temática de este manual y en su diagnóstico previo;

A Arturo Banegas y Fernando Reyes, jóvenes y talentosos artistas, quienes realizaron todas las ilustraciones y la portada de este texto;

A Carlos Cuadra, Alex Ordóñez, Randy Palma, Luis Velásquez, Erick Martínez, Nelson Palencia y Dany Rodríguez de la Asociación Kukulcán;

A Xiomara Hernández, Yolany Montúfar y Denie Estuardo Lorenzana de la Asociación Nacional de Personas Viviendo con vih en Honduras ASONAPVSIDAH (San Pedro Sula);

A Karen Janeth Duarte de Project Concern Internacional (PCI); y Rosa González, Paola Acosta de la Fundación Llaves;

A Selvin Yanes, Javier Tejada, Wilmer García, Osmín Almendárez, Oscar Carrión, Rigoberto Zelaya, Héctor Castillo, Larizza Munguía y Ramón Valladares de la Comunidad Gay Sampedrana para la Salud Integral (CGSSI);

A Trudy Pérez, Sandra Midence y Erika Colindres de la Asociación Nacional de Personas Viviendo con VIH en Honduras ASONAPVSIDAH (Tegucigalpa);

A Juan Francisco Mencía, José Antonio Bonilla y Juan Enamorado de la Asociación Colectivo Violeta;

A Xiomara Bú del Foro Nacional de Sida;

A Josué Hernández de la Organización CEPRESS Centro de Prevención en Sida y Sexualidad de San Pedro Sula;

A Marco Tábora Panamerican Social Marketing Organization (PASMO) quienes aportaron sus conocimientos y experiencia para la realización del diagnóstico de necesidades de capacitación realizada previamente a la producción de este manual.

Centro de Investigación y Promoción de los Derechos Humanos
CIPRODEH

OBJETIVOS DEL MANUAL PARA CAPACITACIÓN

Objetivo general

Sensibilizar y brindar información básica en derechos humanos, derechos sexuales, vih/Sida participación ciudadana e incidencia política a las personas de la Comunidad Gay/Lésbica y a las personas viviendo con vih/Sida para el fortalecimiento político de sus organizaciones de base.

Objetivos específicos

Proporcionar elementos metodológicos y habilidades personales para el diseño y desarrollo de procesos de educación dirigidos a la capacitación de grupos de base así como líderes de las comunidades de GLBTT y personas viviendo con vih y Sida en derechos humanos, derechos sexuales, igualdad de género participación ciudadana e incidencia política.

Proporcionar herramientas metodológicas para el diseño y desarrollo de actividades educativas dirigidas a sensibilizar e informar en derechos humanos, derechos sexuales, igualdad de género y vih/Sida a tomadores de decisión y operadores de justicia.

ÍTACA

Cuando emprendas tu viaje a ÍTACA
pide que el camino sea largo
lleno de aventuras, lleno de experiencias
no temas a los lestrigones ni a los cíclopes,
ni al colérico Poseidón.
Seres tales jamás hallarás en tu camino,
si tu pensar es elevado,
si selecta es tu emoción que toca tu espíritu y tu cuerpo.
Ni a los lestrigones ni a los cíclopes,
ni al salvaje Poseidón encontrarás
si no los llevas dentro de tu alma
si no los yergue tu alma ante ti
pide que el camino sea largo.
Que sean muchas las mañanas de verano
en que llegues con que placer y alegría
a puertos nunca antes vistos.
Detente en los emporios de Fenicia
y hazte con hermosas mercancías,
nácar y coral, ébano
y toda suerte de perfumes voluptuosos puedas.
Ve a muchas ciudades egipcias
a aprender de sus sabios
ten siempre a ÍTACA en tu pensamiento
tu llegada allí es tu destino
más no apresures nunca el viaje,
y mejor que dure muchos años
y atracar, viejo ya en la isla
enriquecido de cuanto ganaste en el camino.
ÍTACA te brindó tan hermoso viaje
sin ella no habrías emprendido el camino
pero no tiene ya nada que darte
aunque la halles pobre, ÍTACA no te ha engañado.
Así sabio como te has vuelto, con tanta experiencia,
entenderás ya que significan las ÍTACAS.

C.P. Cavafis

INTRODUCCIÓN

La publicación de este manual tiene la intención de hacerte reflexionar, sentir y expresar tus pensamientos y tus emociones. La manera como reaccionés a lo que aquí está escrito dependerá de tí. La información que encontrarás, sin duda, te hará pensar en ti mismo/a, en quién eres y en para que estás aquí. También te permitirá pensar en la manera como te relacionas con las personas y con la vida misma.

Deseamos con el contenido de este manual, reforzar tus conocimientos básicos respecto al virus del vih y su relación con los derechos humanos, los derechos sexuales, el enfoque de género y la participación.

Los temas seleccionados y abordados en cinco módulos fueron considerados teniendo en cuenta el diagnóstico de necesidades que previamente se hiciera con los hombres y mujeres líderes de las organizaciones de personas viviendo con vih, gays y lesbianas, quienes determinaron cuáles eran las debilidades de información dentro de sus organizaciones y que precisamente constituyen los contenidos de este manual.

Cada uno de los módulos esta directamente relacionado con el anterior y buscan además de informar, despertar la capacidad analítica y reflexiva respecto al hecho mismo de ser humano, al propio ejercicio de los derechos humanos, al respeto por la dignidad humana y a la no discriminación por ningún motivo, condiciones esenciales para aspirar a la convivencia pacífica y a la generación de espacios que promuevan la participación y alimenten la democracia y la solidaridad.

Las temáticas propuestas dentro del manual se encuentran escritas en un lenguaje sencillo y de fácil comprensión. El manual consta de cinco módulos así:

Módulo I Derechos humanos, marco internacional y nacional de los derechos y la Ley Especial de vih/Sida.
Módulo II Participación ciudadana e incidencia política.
Módulo III Derechos sexuales, sexualidad y género.
Módulo IV Aspectos básicos del vih y el Sida.
Módulo V Recomendaciones metodológicas y didácticas para el diseño y desarrollo de talleres de capacitación.

En el Módulo I se hace un recuento histórico del surgimiento del concepto de **derechos humanos,** se explican las características generales de los derechos y se definen las categorizaciones de los derechos como de primera, segunda, tercera y cuarta generación. Se desarrolla el concepto de dignidad y se explica cada derecho fundamental. Los instrumentos internacionales que respaldan la protección y ejercicio de los derechos son también enunciados dentro de éste módulo. Se hace

un breve análisis de la ley especial de vih/Sida y de su reglamento desde la perspectiva de los derechos humanos, mencionando los aspectos más relevantes del texto normativo. Se define el término de estigma, discriminación y de la vulneración de este derecho en el contexto del vih/Sida, cuando las personas son excluidas por razón de su estado de salud, de su sexo y de su identidad sexual. Brevemente se explica el término sida social con el que se define a las manifestaciones de rechazo y discriminación de la que son víctimas las personas que viven con vih, con Sida o aquellas que por tener una identidad sexual diferente a la heterosexual son estigmatizadas como causantes de la transmisión del virus.

Dentro del módulo se presentan dos lecturas complementarias al tema trabajado en el módulo. Una lectura es sobre estigma y la discriminación producida por Pasca (Programa de Acción Sida de Centroamérica) y la otra sobre el contexto económico, social y político de la epidemia del vih en Honduras producido por el Foro Nacional de Sida de Honduras.

En el Módulo II se aborda el tema de la participación, comenzando con el origen histórico del término participar y continuando con la definición y con el objetivo que persigue. De manera sucinta se desarrolla el concepto de incidencia política como una de las formas más significativas de participar y se enuncian los presupuestos necesarios para hacerla. Se describen las dos etapas de la incidencia política: el cabildeo y la negociación. Se explican ambos conceptos y se definen los aspectos esenciales para su ejercicio. Se explican también los aspectos fundamentales de la auditoría social para supervisar el ejercicio y la gestión pública local. El objetivo de este módulo es proporcionar los conceptos más elementales que despierten el interés individual y colectivo para el ejercicio y la participación democrática.

En el Módulo III se desarrolla el tema de la **sexualidad, los derechos sexuales y el género**. Estos tres temas se encuentran directamente relacionados, ya que no se entendería hablar de derechos sexuales si primero no se aborda la sexualidad y su relación con el cuerpo, el erotismo y la salud sexual. En este módulo se definen conceptos básicos asociados a la sexualidad, al cuerpo humano y a las características físicas y fisiológicas que distinguen a un hombre de una mujer; de igual manera se describen y explican aquellas prácticas sexuales que son de riesgo para adquirir el virus del vih o cualquiera otra Infección de Transmisión Sexual.

El Módulo IV contiene **aspectos básicos acerca del virus del vih y del Sida** que todas las personas debemos conocer para protegernos y proteger a nuestra pareja. De igual forma la información proporcionada permitirá manejar un lenguaje claro, veraz y oportuno, indispensable cuando se trata de transmitir la información a otras personas mediante actividades de sensibilización y de capacitación. En el módulo se explica que es el vih, cuáles son los medios de transmisión, que son las pruebas diagnósticas, para que sirven, cuáles son sus resultados, cómo no se transmite, cuáles son las prácticas riesgo para adquirir el vih y cuáles no revisten ningún riesgo, qué diferencia existe entre el vih y Sida, qué son las enfermedades oportunistas, qué son medicamentos antirretrovirales. Adicionalmente se aborda el condón, como un elemento de protección frente a la infecciones de transmisión sexual incluido el vih, sus características y se mencionan las precauciones que se deben tener en cuenta para su uso y efectividad. En este aparte se alude también al condón femenino.

El último módulo, **Módulo V** está dedicado al diseño y utilización de **metodologías y recursos didácticos para el abordaje del vih, el Sida, los derechos humanos y la participación ciudadana**. La metodología que se propone es participativa y apunta a generar cuestionamiento y autorreflexión. Este módulo es una guía para el capacitador/a en el que encontrará las recomendaciones para diseñar, preparar y desarrollar un taller de capacitación. Así mismo, define cuales son las habilidades y cualidades deseables en la persona facilitadora quien tiene la enorme responsabilidad de transmitir a otros, conocimientos relacionados con el ser humano, sus derechos sus actitudes y comportamientos. En este texto solamente se describe y se sugiere un metodología que no constituye una camisa de fuerza para los capacitadores y capacitadoras ya que sabemos bien que el uso y desarrollo de una metodología depende de la dinámica del grupo con quien se implemente y de las calidades humanas y profesionales del facilitador/a, por lo que los alentamos a que, de acuerdo con tu experiencia, complementes la metodología que aquí te presentamos o imaginés y diseñés una diferente.

Esperamos que este texto sea de tu agrado e interés y te sirva para el viaje que has de continuar. Cuando llegues a la última página recuerda que, así como en este texto, lo más emocionante de la vida es disfrutar intensamente del recorrido, de sus aventuras y de todo lo que encontrarás en el camino, sin miedo de los lestrigones y cíclopes. Solo así comprenderás que significan las Ítacas.

Mónika Galeano Velasco
Cooperante en Derechos Humanos, Sexualidad y Género
Progressio Honduras

MÓDULO I

LOS DERECHOS HUMANOS

LOS DERECHOS HUMANOS

Los Derechos Humanos **son las aspiraciones individuales y las reivindicaciones sociales del ser humano**. Una aspiración es una pretensión. Todas las personas pretendemos ser tratadas con respeto, dignidad, amor y consideración; también los derechos humanos son reivindicaciones sociales porque los derechos que hoy tenemos han sido producto de las reclamaciones sociales conseguidas a lo largo de la historia de la humanidad; por ejemplo durante la revolución francesa (año 1789) fueron reivindicados varios derechos individuales como el derecho a la libertad de circulación, a la libertad de expresión y a la propiedad.

Tales aspiraciones sociales y reivindicaciones individuales están reflejadas en las libertades de que gozamos y en la dignidad y el respeto que nos merecemos como seres humanos.

El principio básico que sustenta los derechos humanos es el de **la dignidad humana**. La dignidad humana significa que las personas somos fines en si mismas/os y no instrumentos ni medios para la consecución de fines ajenos. También significa que las personas merecemos ser **reconocidas y respetadas** como seres humanos diverso/as, únicos/as e irrepetibles. Como la dignidad es parte esencial del ser humano, se constituye en un principio de convivencia recíproco, lo cual significa que así como yo aspiro a que mi dignidad sea reconocida y respetada así mismo he de reconocerla y respetarla de la misma forma en las demás personas.

Con relación a la dignidad, la Declaración Universal de los Derechos Humanos, proclamada en 1948, tres años después de finalizada la II guerra mundial, dice en el artículo primero que: "Todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos" y en el artículo 2 que: "Toda persona tiene todos los derechos y libertades proclamadas en esta declaración, sin distinción alguna de raza, color, sexo, idioma, religión, opinión política o de cualquier otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento o cualquier otra condición". De la lectura de estos artículos se infieren las características comunes a todos los derechos humanos.

Los derechos humanos son **universales** por que son para todas las personas sin importar su origen, opinión ideológica, religiosa, sexo, raza, identidad sexual, estado de salud, nivel socioeconómico o cualquiera otra distinción; los derechos humanos deben ser respetados por el Estado, por cualquier institución u organización, pública o privada y desde luego por cualquier persona.

Son **innatos o inherentes**, es decir que se tienen derechos por el hecho de ser, humanos con dignidad, por lo que hacen parte de su esencia.

Son **intransferibles o inalienables** porque los derechos de una persona no pueden ser transferidos a otra, ni nadie puede renunciar a su derecho o negociarlo a favor de otra persona.
Los derechos humanos no tienen limite de tiempo, es decir que nunca prescriben, por eso otra característica es la de ser **imprescriptibles**.

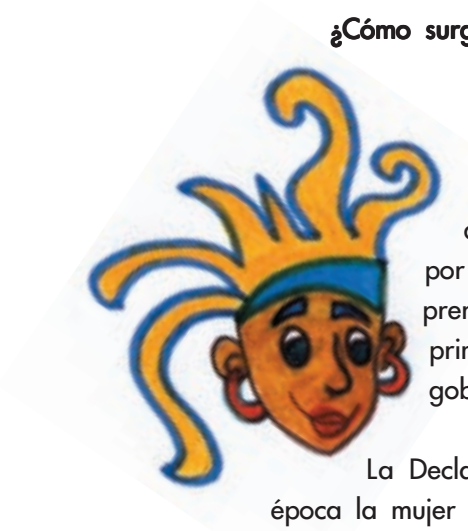
Son **inviolables** lo cual significa que ninguna persona o institución puede vulnerar los derechos de otra.

Los derechos humanos son **indivisibles o integrales**, es decir que los derechos no se pueden dividir. Los derechos son completos y enteros y un derecho se debe respetar en su totalidad.

Son **interdependientes,** con lo que se quiere significar que los derechos dependen unos de otros. Si se vulnera un derecho también se están vulnerando a su vez otros derechos.

El respeto de los derechos es recíproco, lo cual significa que si aspiramos a que nuestros derechos sean respetados debemos comenzar por respetar los derechos de los/las demás sin ninguna discriminación.

¿Cómo surgen los derechos humanos?



El reconocimiento de los derechos ha sido un proceso histórico de varios siglos producto de revueltas y revoluciones en las que se reivindicaron derechos de los que ahora gozamos; el Bill of Rigths de 1689 en Inglaterra es el primer documento que cuestiona al reino por el cobro de impuestos a los ciudadanos y por las exageradas prerrogativas de la aristocracia inglesa, en el que se proclaman las primeras reivindicaciones del pueblo inglés presentadas al entonces gobernante de origen holandés Guillermo de Orange.

La Declaración de los Derechos del Hombre y del Ciudadano (durante esta época la mujer no era considerada por lo que el documento es una declaración de derechos del hombre), promulgada en Francia en 1789, es el documento de mayor importancia y trascendencia que reconoció los primeros derechos individuales para los ciudadanos franceses, luego de concluida la Revolución Francesa. A estos derechos reconocidos en la declaración de los derechos de hombre y del ciudadano se les denomina **derechos de primera generación**, porque fueron los primeros derechos reconocidos históricamente a las personas y son de carácter individual, civil y político. Dentro de ellos se cuentan el derecho a la igualdad, a libertad de expresión, a libertad de circulación y a la propiedad.

Durante el siglo XIX, con la revolución industrial y la incorporación de las máquinas, los trabajadores/as comenzaron a ser explotados en las grandes fábricas, teniendo que cumplir largas jornadas de trabajo a cambio de un ínfimo salario. Fue en este momento cuando se formaron los movimientos obreros y sindicales que reclamaban garantías laborales y que fueron respaldadas por la teoría económica y política del alemán Karl Marx, plasmada en su libro de "El capital". Con estas reivindicaciones obreras se consiguió el reconocimiento de derechos sociales como el derecho a la asociación, la huelga, la seguridad social, el trabajo y la educación. A estos derechos se les denomina **derechos de segunda generación** porque constituyeron el segundo grupo de derechos reivindicados históricamente.

Luego de las guerras mundiales, y de firmados los acuerdos que daban fin a la guerra, los países acordaron abogar por el establecimiento de la paz, del orden y de la reconstrucción de los países devastados por la guerra. Fue así como nació la Organización de las Naciones Unidas quien promulgó una carta de derechos denominada "Declaración Universal de los Derechos Humanos" en el año 1948. En este documento, además del reconocimiento de los derechos de primera y segunda generación, también se incluyeron los denominados **derechos de tercera generación** que son los derechos que reivindican la protección de la humanidad, de los pueblos y de las naciones, del ambiente y de los recursos naturales. Estos grupo de derechos surge una vez se conoció la dimensión de la tragedia humana y ecológica causada por las dos guerras mundiales.

Existe un grupo de **derechos de cuarta generación** denominados así, porque son los derechos más recientemente reivindicados, durante la Conferencia de Población y Desarrollo del Cairo en 1994 y en la Conferencia de Beijing en 1995. Son los derechos sexuales y los derechos reproductivos que garantizan los derechos de las personas en el ámbito de su sexualidad. Estos derechos son los mismos derechos humanos que conocemos, sin embargo dada la violencia, la discriminación y el abuso por razones de sexo, identidad de sexo, identidad sexual y género se emitieron cartas para proteger especialmente los derechos que tenemos como seres sexuales.

MARCO INTERNACIONAL DE LOS DERECHOS HUMANOS

En la **Declaración Universal de Derechos Humanos**, promulgada el 10 de diciembre de 1948 se encuentran consagrados los derechos humanos sustentados en el principio de la dignidad y del respeto al ser humano. Este documento solamente declara los derechos, por lo que fue necesario proclamar instrumentos que tuvieran carácter vinculante a los Estados asociados a la Organización de Naciones Unidas. Es por ello que surgen instrumentos como el **Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos y el Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales**, este último del año 1966 que consagran todo el grupo de derechos de primera generación en el primer caso; y segunda generación en el segundo.

En 1969, se propone la **Convención Americana de Derechos Humanos**, más conocida como "Pacto de San José", por haber sido suscrita en la ciudad de San José, capital de Costa Rica, en la que se consagran además de los derechos, las instancias (Comisión Interamericana de Derechos Humanos y Corte Interamericana de Derechos Humanos) para conocer el cumplimiento de los compromisos adquiridos por cada Estado.

Existen documentos internacionales específicos para proteger los derechos humanos de las mujeres y de los niños/as y jóvenes como son **"La Convención para la eliminación de todas formas de discriminación contra las mujeres" promulgada en 1979; "La Convención Interamericana para prevenir, sancionar y eliminar la violencia contra la mujer"** más conocida como **"La Convención de Belem do Pará"** promulgada en 1994; **"La Convención de los Derechos del Niño";** La **Declaración del Cairo de 1994,** que se produjo en desarrollo de la Conferencia Internacional sobre Población y Desarrollo en la capital de Egipto, junto con la **Declaración de Beijing de 1995** menciona la protección de los derechos sexuales y de los derechos reproductivos de todas las personas así como los mecanismos para prevenir la violencia de género.

Mención especial merece la Convención para la eliminación de toda forma de discriminación contra la mujer, porque en este documento se establecen todos los compromisos que han de asumir los Estados para impedir, proteger y disminuir la violencia contra la mujer (física, emocional y sexual), por razón de su sexo y de su género. En esta Convención se crea un Comité de vigilancia denominado CEDAW, que tiene la función de supervisar que los Estados cumplan con las obligaciones asumidas en la Convención.

La discriminación por razón del estado de salud también ha originado la promulgación de documentos internacionales tendientes a prevenir la violencia hacia las personas que viven con el virus del vih, es por ello que a nivel internacional la oficina conjunta de la Organización de la Naciones Unidas, ONUSIDA, creada para prevenir y disminuir los efectos del virus del vih y su impacto en el mundo, promulgó en el año 1996 una serie de directrices internacionales a los Estados para que las políticas públicas de prevención del vih sean diseñadas sobre la base del respeto, la dignidad, la no discriminación y la protección de los derechos de las personas que viven con el vih, el sida y de la población en general. Fundamentalmente recomienda que los Estados promulguen legislaciones para afrontar la transmisión de la infección por vih así como para detener toda forma de discriminación por razones de salud.

La **Declaración de compromiso en la lucha contra el vih** más conocida como la **Declaración de UNGASS**, es un documento promulgado por la Organización de las Naciones Unidas en el año 2001 en la que convoca a los Estados parte a comprometerse con respuestas efectivas frente a la infección especialmente en relación con el acceso a tratamientos con medicamentos, la disminución de la transmisión del vih de madre a hijo, la prevención en la población para evitar la transmisión y la atención y protección a los niños y jóvenes huérfanos/as de padres y madres fallecidas.

EL MARCO NACIONAL DE LOS DERECHOS HUMANOS Y SU RELACIÓN CON LA LEY ESPECIAL DEL VIH/SIDA

La Constitución de la República, promulgada el 11 de enero de 1982, contiene los principios, y derechos que definen el sistema político y jurídico de Honduras. El Título III contempla las "declaraciones, derechos y garantías" de los hondureños/as.

En la Constitución los derechos humanos se sustentan en el principio de la dignidad humana y en el principio de la igualdad (artículo 59 y 60)

La Constitución hondureña garantiza y protege los derechos que poseen todas las personas que habitan este país y los clasifica en derechos individuales o fundamentales y en derechos sociales. Veamos cuales son:

Derechos Individuales o fundamentales

- Derecho a la vida
- Derecho a la Integridad Personal física, psíquica y moral
- Derecho a la igualdad
- Derecho a la no discriminación
- Derecho a la Libertad Personal
- Derecho a la Autonomía
- Derecho a la Libertad de pensamiento
- Derecho a la Intimidad
- Derecho a la Propia imagen
- Derecho al Honor
- Derecho a la Libertad de religiones y de cultos
- Derecho a la libertad de Asociación
- Derecho a la Libertad de Reunión
- Derecho de Petición
- Derecho a Circular libremente
- Derecho de Defensa

Derechos Sociales

- Derecho a tener una Familia
- Derecho al Trabajo
- Derecho a la Seguridad Social
- Derecho a la Salud
- Derecho a la Educación
- Derecho a la Cultura

⌘ Derecho a la Vivienda

Para efectos de los contenidos que se abordan en este manual, solamente se va a hacer referencia a aquellos derechos que se relacionan directamente con los temas desarrollados.

Derecho a la vida: Es el derecho que tienen todas las personas a existir físicamente, en condiciones dignas y a realizar su proyecto de vida. La Constitución establece que la vida es inviolable, lo cual significa que ninguna persona puede atentar ni física ni emocionalmente contra otra. La vida digna implica que las personas además de existir físicamente gocen de un nivel de felicidad y de condiciones que les permitan desarrollarse como seres humanos, es decir que posean autonomía para tomar sus propias decisiones, que tengan libertad de tener el estilo de vida que deseen, que tengan acceso a los servicios de salud, que puedan tener un trabajo digno, que disfruten del tiempo libre y de la recreación; que tengan acceso a una vivienda y a tener sus servicios públicos garantizados. Este derecho esta consagrado en el artículo 65 CR.

Derecho a la Integridad personal física, psíquica y moral: Es el derecho que tienen todas las personas a que se les respete físicamente (su cuerpo) y mentalmente (sus emociones) Este derecho protege a las personas de maltratos, del abuso sexual, de agresiones en su cuerpo y de la violencia emocional que se ejerce cuando se utilizan palabras descalificadoras, discriminatorias, insultantes e indignantes hacia una persona. Artículo 68 CR.

Derecho a la Igualdad: Este derecho significa que nadie es más ni menos que otra persona. Todas las personas tienen iguales derechos y a gozar de las mismas oportunidades. Artículo 60 CR.

Derecho a la No Discriminación: Artículo 60 CR. Es el derecho que protege a las personas como seres únicos/as, diversos/as e irrepetibles. Siendo seres humanos, las personas tenemos características físicas, cualidades, estilos de vida, gustos y opiniones que nos diferencian unas de otras. Cada persona tiene un proyecto de vida personal, por lo que nadie puede ser objeto de discriminación por ningún motivo.

Derecho a la Autonomía: Artículo 70 CR. Es la posibilidad de autodeterminarse, es decir de tomar decisiones libremente y sin ninguna coacción. La autonomía implica responsabilizarse de las decisiones que se tomen respecto a cualquier situación y de asumir sus consecuencias.

Derecho a la Libertad Personal: Artículo 69 CR. Es el derecho mediante el cual las personas tienen la posibilidad de hacer o no hacer alguna cosa y de movilizarse o circular libremente por el territorio nacional sin ninguna coacción.

Derecho a la libertad de pensamiento: Artículo 72 CR. Este derecho significa que las personas son libres de pensar y de expresar sus opiniones sin tener ninguna presión para decir o no decir alguna cosa.

Derecho a la Intimidad: Artículo 76 CR. La intimidad hace referencia a los aspectos de la vida privada de una persona que desea mantener en reserva. Nadie está en la obligación de divulgar aspectos que considere pertenecen a su vida intima como por ejemplo su vida sexual, sus relaciones afectivas, su estado de salud o el manejo de su dinero. Si una persona decide divulgar a otros aspectos de su vida íntima, los demás han de mantener la **confidencialidad**, es decir guardar para si la información que conocen respecto a la intimidad de una persona. Por ejemplo las personas integrantes del equipo de salud han de mantener la confidencialidad sobre el estado de salud de un paciente.

Derecho a la libertad de religiones y de cultos: Artículo 77 CR. Este derecho significa que en Honduras, las personas pueden creer libremente en lo que deseen y profesar la religión que elijan. De acuerdo con el artículo citado se *"garantiza el libre ejercicio de todas las religiones y cultos sin preeminencia de ninguna"*, lo cual significa que la iglesia y el Estado están separados y que el Estado no tiene ninguna religión oficial, por lo que ha de respetarse el credo y la religión que cada persona desee profesar y practicar en este país.

Derecho a la salud: Artículo 145 CR. Es un derecho de carácter social que esta reconocido por el Estado y significa que las personas tienen derecho a acceder a los servicios de atención en salud y a gozar de un ambiente sano.

Los derechos humanos consagrados en los documentos de carácter internacional ratificados – es decir adoptados mediante una ley del Congreso – por el Estado Hondureño hacen parte del derecho interno, siempre y cuando se haya surtido el proceso legislativo a través de una ley que adopte la convención, tratado o pacto.

Algunos de los documentos internacionales ratificados por Honduras que forman parte de la legislación y por lo tanto se encuentran vigentes son: el Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos, el Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales, la Convención Americana sobre Derechos Humanos, la Convención de los derechos del niño, la Convención Interamericana para prevenir, sancionar y eliminar la violencia contra la mujer (Convención de Belén do Pará), la Declaración de compromiso en la lucha contra el vih (Declaración de UNGASS), la Convención para la eliminación de todas formas de discriminación contra las mujeres, el Convenio 169/89 de la Organización Internacional del Trabajo que protege los derechos de los pueblos indígenas y tribales, entre otros.

LA LEY ESPECIAL DEL VIH/SIDA

En 1999 el Estado de Honduras promulgó la Ley Especial de vih/Sida mediante el Decreto 147, con el objetivo de tomar las medidas necesarias para promover la salud integral y hacer prevención mediante acciones de educación y de información para disminuir la infección del vih desde la perspectiva del respeto por los derechos humanos. Además, la Ley se dirige a hacer control e investigación de la infección por vih en el país. En el año 2003 fue promulgado el Acuerdo 0009 con el objetivo de reglamentar la Ley especial sobre vih.

La Ley Especial de vih/Sida y su Reglamento se sustentan en derechos tales como la igualdad, la no discriminación, la intimidad, la información, la educación, la salud y el trabajo. Aunque algunos artículos están redactados respetando y protegiendo los derechos anteriormente descritos hay otros que desconocen las recomendaciones emitidas por ONUSIDA especialmente aquella referida a la voluntariedad de la prueba de vih, que aluden a los derechos a la autonomía, la igualdad y la no discriminación.

La Ley de Especial del vih/Sida y su reglamento parten de la noción del autocuidado, es decir de la responsabilidad individual de protegerse frente al virus del vih; y de la realización de acciones de promoción así como de prevención para evitar la transmisión del virus del vih mediante procesos de información y de educación. En La Ley Especial de vih/Sida se dedican dos capítulos a los derechos y deberes de las personas que viven con el virus del vih.

Los puntos más importantes citados por la Ley y que están relacionados con el ejercicio de los derechos humanos, se mencionan a continuación:

Prevención: El artículo 24 del reglamento de la Ley Especial de vih/Sida define la prevención como un conjunto de acciones tendientes a reducir la incidencia y la vulnerabilidad de la población frente al vih. El artículo establece que la prevención implica la realización de procesos de educación, información, consejería, servicios sociales de salud en un ambiente de apoyo, tolerancia y respeto hacia los derechos humanos.

Lo anterior significa que las acciones dirigidas a modificar el comportamiento para disminuir la transmisión de la infección en la población, requieren de procesos continuos, sistemáticos y consistentes mediante el desarrollo de acciones de educación y de información clara, veraz y oportuna. Un proceso implica ejecución de estrategias que abarquen lapsos de tiempo considerables como para lograr la sensibilización respecto a la prevención, la comprensión de la información y la adopción de comportamientos saludables y protectores frente a las Infecciones de Transmisión Sexual y los embarazos no deseados.

Prueba diagnóstica del vih: Dice la Ley que la prueba de vih requiere el consentimiento de la persona y que esta prueba no podrá exigirse en los centros de educación, ni tampoco se podrá exigir para la tramitación u obtención de documentos de carácter público (artículos 67 y 72) El

artículo 63 establece que las personas privadas de la libertad no pueden ser sometidas a pruebas obligatorias excepto cuando el proceso judicial lo requiera. Sin embargo la misma Ley determina en el artículo 30 que las personas que se dediquen al comercio sexual deben ser registradas, examinadas así como realizarse el control sanitario; y el artículo 32 exige como requisito para contraer matrimonio la prueba para vih en las personas contrayentes. En el artículo 33 se indica que la Secretaría de Estado del Despacho de Salud podrá señalar los casos en los cuales se realice la prueba del vih sin el consentimiento de las personas y dice: "*Para tal efecto deberá poner especial atención en aquellas actividades y sectores de la población nacional que por su especial relación con los factores de riesgo y comportamiento de riesgo de transmisión de la infección, se puedan ver comprometidos en contraer el virus del vih".* Puede observarse que no existe un trato igual en relación con la prueba diagnóstica sino al contrario, hace distinciones que conllevan a la discriminación.

Consentimiento informado: El artículo 58 de la Ley menciona que la realización de la prueba de vih requiere el consentimiento informado de la persona, aunque la misma Ley determina que habrá casos en los cuales la prueba se podrá realizar sin el consentimiento de la persona especialmente en "*sectores de la población con factores y comportamientos de riesgo para adquirir el virus"* (artículo 33), desconociendo así el derecho a la autonomía para decidir voluntariamente realizarse o no la prueba diagnóstica y haciendo un trato discriminatorio entre la población.

El Consentimiento informado, como la palabra lo indica, es el consentimiento o la autorización por escrito que da una persona, luego de la consejería previa en la que ha sido informada suficientemente sobre los aspectos básicos del vih y sobre las pruebas para la detección del virus así como sus resultados, en la que acepta voluntariamente realizarse la prueba del vih. El Consentimiento debe ser libre y voluntario es decir sin ninguna presión o coacción por parte de otra persona.

Obligación de la atención médica a las personas viviendo con vih: La Ley menciona en el artículo 49 que ningún profesional de la salud se puede negar a prestar atención a una persona con vih y que la negación de la atención por parte de los profesionales de salud esta sujeta a las sanciones relacionadas con el ejercicio profesional (artículo 48)

Acceso a las personas viviendo con vih en los centros educativos: En el artículo 51 se garantiza el derecho a la educación de las personas con vih y con Sida al indicar que no se puede negar el acceso a su educación.

Obligación de informar la condición de persona viviendo con vih: Señala la Ley que las personas con vih deben informar de su condición a sus compañeros/as o parejas sexuales y al profesional de salud que lo atiende (artículos 74 y 76)

En la Ley se contempla una excepción al deber de informar y es en relación con el lugar de trabajo ya que se indica que las personas trabajadoras que vivan con el vih no están obligadas

a informar de su condición dentro de su lugar de trabajo (artículo 54)

Secreto profesional: El secreto profesional es la reserva que deben mantener los profesionales de salud respecto a datos contenidos en la historia clínica de una persona. Dice la Ley que se debe guardar el secreto profesional en relación a los casos de vih detectados y que en determinadas situaciones los profesionales de salud pueden romper el secreto profesional cuando deban informar a terceras personas respecto de la situación de vivir con el vih.

Consejería: La Ley establece en el artículo 56 que las personas tienen el derecho a recibir información sobre vih, antes de realizarse la prueba diagnóstica. Es importante mencionar que la consejería es el conjunto de actividades realizadas, por el consejero del equipo de salud, para preparar e informar suficientemente, en forma clara, veraz y oportuna, a una persona sobre aspectos esenciales del vih/Sida tales como qué es el vih, cómo se transmite, cómo no se transmite, para qué sirve la prueba, qué resultados arroja la prueba, qué es un resultado positivo, qué es un resultado negativo, cuáles son las prácticas sexuales seguras, qué prácticas sexuales son de riesgo para adquirir el vih u otras Infecciones de Transmisión Sexual, qué clase de tratamiento existe, qué es el condón, cómo se usa adecuadamente, entre otros aspectos. La Consejería es un paso esencial previo a la decisión libre y voluntaria de una persona para realizarse la prueba de vih. La Consejería es la expresión del derecho humano que tienen todas las personas a recibir información en forma clara, veraz y oportuna. La actividad de la Consejería debe realizarse antes de practicarse la prueba diagnóstica (Consejería Pre prueba) y previamente a la entrega del resultado de ese diagnóstico (Consejería Post prueba).

Deber de confidencialidad: La confidencialidad es la reserva que debe mantenerse respecto a la información que se conozca de una persona y esta amparada por el derecho a la intimidad. La ley de vih sanciona penalmente a las personas que conociendo el estado de salud de una persona viviendo con vih, lo divulguen rompiendo así con el deber de guardar la confidencialidad.

Adopción: La Ley de vih prohíbe a las parejas que viven con vih adoptar hijos/as. De acuerdo con el artículo 79, no es posible la adopción cuando ambas personas de la pareja tengan el virus del vih, ya que dice textualmente el artículo: *"... dado el período corto de vida que queda para ambos... la adopción no tiene sentido..."*

Este artículo es cuestionable respecto al ejercicio de los derechos humanos de las personas, especialmente frente al derecho a la igualdad y la no discriminación ya que de acuerdo con lo enunciado por la norma, se argumenta que las personas que viven con vih se van a morir más rápido mientras que las personas que no tienen el vih tendrían la garantía de vivir muchos años.

La determinación de vivir más o menos tiempo no es algo que dependa del poder del ser humano. Nadie puede garantizar que una persona va a vivir más que otra.

Bioseguridad: Se denomina bioseguridad al conjunto de actividades y procedimientos técnicos y sanitarios universales que deben tenerse en cuenta para la manipulación de material biológico, quirúrgico e instrumental en los establecimientos de salud, tales como hospitales, clínicas, bancos de sangre, consultorios odontológicos y demás entidades de salud públicas y privadas, para la protección de los pacientes y de todo el personal del equipo de salud. El artículo 28 del reglamento de la Ley Especial de vih indica que la Secretaría de Salud será la encargada de expedir las normas de bioseguridad de obligatorio cumplimiento para todas las instituciones de salud del país.

Transfusiones de sangre: La realización de la prueba para descartar la presencia del vih es obligatoria cuando se vayan a realizar transfusiones sanguíneas (artículo 15 reglamento de la Ley Especial de vih)

Dice el artículo 19 del reglamento de la Ley Especial que **la donación de sangre, semen, leche materna y demás órganos y tejidos en forma deliberada, cuando se conozca que se vive con el virus del vih,** será sancionada penalmente.

Expediente clínico: Se le denomina expediente clínico al documento en donde se consigna todo el historial relacionado con la salud de una persona. Este documento es privado y los funcionarios de salud que por razón de su desempeño profesional tengan acceso a él deberán guardar la debida confidencialidad respecto a lo que allí se consigne sobre la salud y la vida de una persona. El artículo 53 del reglamento de la ley especial de vih dice que los profesionales de salud de todos los niveles, están obligados a guardar la confidencialidad respecto al diagnóstico y la consulta de una persona con vih. Se señala que las jefaturas estarán encargadas de capacitar al personal del equipo de salud en relación al manejo y la confidencialidad de la información.

Propagación de la infección: El artículo 80 establece que la propagación del vih en forma dolosa o culposa será sancionada penalmente. Lo anterior quiere decir que si una persona a sabiendas de que tiene el virus del vih lo transmite a otra persona con la finalidad de hacerle daño podrá ser sancionada penalmente por el delito de propagación de la infección.

La aplicación de la Ley Especial de vih se complementa con algunos artículos del código de salud especialmente el que señala que las personas tienen derecho a la asistencia, la rehabilitación y las prestaciones para la promoción, conservación y recuperación de su salud personal y familiar; es decir para tener comportamientos de protección y autocuidado (artículo 8 Código de Salud). Así mismo el Código de Salud establece que las personas tienen derecho a recibir información (derecho a la información) sobre educación sexual y planificación familiar.

Derecho a la no discriminación: El Código del Trabajo señala que esta prohibida la discriminación originada por la raza, la religión, el credo, la opinión política y la situación económica para el ingreso a establecimientos educativos, asistenciales, culturales, de diversión, comerciales, estatales y privados (artículo 10 Código del Trabajo) Cualquier hecho discriminatorio que una persona realice

hacia otra con ocasión del sexo, raza, opinión y militancia política, clase social, limitación física o cualquiera otra será sancionada en el Código Penal (artículo 321).

Otros documentos nacionales en los que se fundamenta la prevención del virus del vih en el país, son el Plan Estratégico Nacional de Lucha contra el Sida PENSIDA, emitido por la Secretaria de Salud para cumplir en el período 2003 a 2007 y la Estrategia de Reducción de la Pobreza.

En el PENSIDA se condensan las estrategias para disminuir el impacto de la infección en Honduras y evitar la transmisión de nuevos casos. Este documento oficial menciona como estrategias la promoción de la salud sexual y reproductiva, la promoción y defensa de los derechos humanos, la atención integral, la gestión y coordinación de políticas sociales y la investigación científica. Dentro de las estrategias de salud sexual y reproductiva se resalta aquella dirigida a implementar las estrategias de información, educación y comunicación para hacer promoción de una sexualidad responsable y la estrategia de mercadeo para uso del condón en la población. Uno de los objetivos de la estrategia de derechos humanos apunta a tener mecanismos efectivos en relación a las denuncias de violación de derechos presentadas por las personas viviendo con vih.

La Estrategia de Reducción de la Pobreza, más conocida con la sigla ERP, es un documento internacional promulgado en el seno de la Organización de las Naciones Unidas, en el año 2000, con el objetivo de disminuir el nivel de pobreza de los países con menor nivel de desarrollo en el mundo. La ERP define once metas sobre las cuales deben trabajar los Estados. Una de ellas es la reducción de la transmisión del vih en Honduras para el 2015. Dentro de las estrategias que se contemplan para alcanzar este objetivo están el cumplimiento de las estrategias definidas en el PENSIDA, el mejoramiento para el acceso, la atención y el tratamiento de las personas que viven con el vih y el fortalecimiento de los procesos en promoción y prevención de la infección mediante la sensibilización y la capacitación a la población respecto al vih.

ESTIGMA Y DISCRIMINACIÓN

En sentido literal **estigma** significa tener una marca o señal en el cuerpo. Durante la época de la esclavitud en el siglo XVI los negros africanos padecieron la indignante situación de ser traficados y marcados en su piel por los españoles y portugueses. Durante la segunda guerra mundial, el nacional socialismo de Adolfo Hitler inicio una persecución xenófoba[1] y racial a los judíos, los negros, los homosexuales y lesbianas por considerarlos inferiores. El régimen nazi marcaba con una estrella negra la piel de las personas de origen judío; con un triángulo rosa a los homosexuales y con un triángulo negro a las lesbianas. Judíos, homosexuales y lesbianas eran llevados a los campos de concentración en donde fueron asesinados en cámaras de gas. El triángulo, que en aquella época significó la sentencia de muerte para los hombres y mujeres homosexuales, es hoy un símbolo de orgullo utilizado por la comunidad gay y lésbica en todo el mundo.

La discriminación

Es cualquier actitud de rechazo, ofensa, subestimación, desprecio, exclusión y segregación que algunas personas tienen hacia otras y que son generadas por prejuicios.

Los prejuicios son juicios previos que hacen las personas cuando carecen de información o cuando teniéndola es inexacta. Generalmente los prejuicios provienen de creencias arraigadas en una sociedad y que perduran de generación en generación. Hay creencias de todo tipo: religiosas, culturales y sociales. Ejemplo, se tiene la creencia de que los hombres no deben llorar. Esta es una creencia cultural impuesta, cuyo prejuicio es creer que si un hombre llora, entonces deja de ser hombre.

Las causas que explican las actitudes discriminatorias pueden encontrarse en el **miedo a aceptar las diferencias** físicas, de sexo, étnicas, religiosas, políticas, ideológicas y culturales entre las personas. Las personas que discriminan a otras sienten temor a lo que es distinto, pues lo consideran una amenaza.

El miedo a la aceptación de las diferencias se encuentra, casi siempre, respaldado en una creencia que puede estar fundamentada en un texto que se considere sagrado, por ejemplo, una norma legal, un texto religioso o un texto político. Las personas que justifican comportamientos discriminatorios basados en textos sagrados se llaman **fundamentalistas,** porque como su nombre lo indica fundamentan y explican su actitud discriminatoria e intolerante en un texto legal, político o religioso.

---

[1] La **xenobia** es una manifestación de intolerancia y discriminación contra las personas que habitan en un país que no es el de su lugar de origen. A las personas que salen de su país de origen y llegan para establecerse a otro país, que no es el suyo, en busca de mejores oportunidades se les denomina inmigrantes. Los inmigrantes, no siempre son aceptados en el país a donde llegan para establecerse. Son víctimas del rechazo, la segregación, la exclusión, la estigmatización y la violencia que ejercen grupos xenófobos, es decir grupos extremistas que no aceptan a los extranjeros en su país.

La carencia de información clara y veraz o que la información que se tenga sea errada, es otra causa que explica la discriminación. La ausencia de información hace que las personas aíslen y excluyan a otras por ejemplo, por razones de salud, relacionadas a ciertas infecciones como el virus del vih ya que equivocadamente se cree que se transmite por el contacto social cotidiano.

Las actitudes discriminatorias traen como consecuencia la intolerancia frente a las diferencias de sexo, étnicas, políticas, religiosas y culturales que derivan en maltrato y violencia física y emocional hacia los demás, que a su vez atenta contra su dignidad y sus derechos humanos fundamentalmente a la libertad, la autonomía y la igualdad.

El Sida Social

Se ha denominado **sida social** a todas las reacciones de discriminación, estigma, prejuicio e intolerancia hacia el sida, hacia las personas que viven con el vih o tienen el sida, hacia las organizaciones de la sociedad civil que trabajan para la prevención del virus y hacia las personas que tienen una identidad sexual diferente a la heterosexual. La intolerancia y el rechazo que padecen las personas que viven con vih y con el sida es tal, que en muchos lugares del mundo han sido víctimas de hechos de violencia física y emocional. Por ejemplo hace dos años, en la ciudad de La Ceiba, un grupo de personas viviendo con vih que participaba de un encuentro fue discriminada y rechazada por parte del personal del hotel en donde se estaba celebrando el encuentro. El gerente del hotel determinó cancelar el contrato, ordenando que salieran del hotel.

Al sida social se le ha venido en llamar como la segunda epidemia; sus manifestaciones son preocupantes por las consecuencias que generan al vulnerar los derechos humanos de las personas así como para el desarrollo de proyectos y actividades tendientes a detener su transmisión. Una manifestación del sida social es creer que el sida solo les da a los demás. Los hechos de agresión física y emocional y la condena moral que se hace de la infección expresan las reacciones de intolerancia ocasionadas por el sida social.

La organización de las Naciones Unidas, que trabaja para la prevención del virus del vih en el mundo, ONUSIDA celebró en el año 1996 su segunda consulta internacional sobre vih y derechos humanos. El resultado de esa reunión internacional fue un documento con directrices internacionales dirigidas a los Estados de la Organización de las Naciones Unidas para afrontar la discriminación y la intolerancia hacia las personas que viven con el vih y que tienen el Sida. En esas directrices se pide a los gobiernos, entre otras cosas, promover y proteger los derechos humanos, promulgar y fortalecer leyes protectoras de los derechos así como leyes que sancionen las prácticas y comportamientos discriminatorios. De igual manera se insta a los Estados a crear centros especializados para la atención y vigilancia de las personas víctimas de violación de los derechos humanos. Al final de este módulo y como lectura complementaria se citan las directrices internacionales emitidas por ONUSIDA.

Vulnerabilidad

Vulnerable significa estar indefenso/a frente a alguna cosa. Respecto al vih todas las personas sin excepción somos vulnerables a adquirir el virus del vih, es decir que nadie es inmune a la infección. Sin embargo se puede disminuir el riesgo de adquirir la infección cuando se tienen prácticas seguras utilizando el condón. Debido a determinados factores externos (sociales, económicos

y culturales) las personas son mucho más vulnerables razón por la cual las acciones nacionales, siguiendo las directrices y recomendaciones internacionales, se han concentrado especialmente en hacer promoción y prevención en mujeres, hombres homosexuales y jóvenes. Las mujeres son altamente vulnerables debido a la desigualdad de género de la que son víctimas, al machismo, el analfabetismo y la pobreza; la población homosexual también es altamente vulnerable debido al estigma y a la discriminación lo cual conlleva a que no acudan fácilmente a los centros de atención en salud por miedo a ser agredido/as y rechazados. Los jóvenes son también altamente vulnerables debido a que cada vez es más temprana la edad en la que los niños y las niñas inician su vida sexual, y no tienen acceso a información sobre sexualidad.

GARANTÍA Y PROTECCIÓN DE LOS DERECHOS HUMANOS

Para garantizar el ejercicio de los derechos humanos previstos en la Constitución de la República, en la Ley Especial del vih/Sida y en su reglamento, así como en las normas complementarias contenidas principalmente en el Código de Salud y en el Código de Trabajo, la misma Constitución ha previsto los mecanismos para su protección mediante la existencia de instituciones defensoras de los derechos así como mediante recursos que pueden interponer todas las personas. Estas instituciones y mecanismos están creadas en la Constitución de la República y se encuentran desarrolladas en decretos y leyes reglamentarias.

El Ministerio Público está representado por las **fiscalías** que tienen el objetivo de investigar cualquier hecho que sea denunciado para proceder a la acusación de una persona cuando existan serios indicios de su participación y responsabilidad en el hecho. En el país existe la fiscalía de delitos comunes, la fiscalía especial de derechos humanos, la fiscalía especial de la mujer, la fiscalía especial del medio ambiente, la fiscalía especial contra la corrupción y la fiscalía especial de etnias y patrimonio cultural.

Los jueces son los representantes del **Poder Judicial** y tienen la función de impartir justicia mediante la sentencia. Una vez la fiscalía emite un juicio de acusación, el juez asume el conocimiento del expediente para determinar si la persona que se está acusando es la responsable de haber cometido el hecho. Existen jueces penales, de familia, especializados de violencia doméstica, de niñez, laborales y civiles, que conocen de la investigación dependiendo de la materia de los hechos.

La **Policía Nacional**, es otra institución receptora de denuncias cuando una persona sea víctima de vulneración a sus derechos humanos; en este caso la persona puede dirigirse a cualquier estación o posta policial para interponer una denuncia que consiste en relatar los hechos, presentar las pruebas (si las tiene), dar la información sobre los testigos que presenciaron el hecho y suministrar la información personal y el domicilio del agresor (si lo conoce)

En Honduras existe una oficina denominada **Comisionado Nacional de Derechos Humanos**[2]**,** que cuenta con **oficinas delegadas** que funcionan en las capitales (cabeceras) de departamento. El objetivo de la oficina del Comisionado es vigilar que se garanticen los derechos y libertades reconocidas en la Constitución de la República y en los Tratados y Convenios Internacionales ratificados por el Estado hondureño. Dentro de sus funciones se encuentra la de conocer y hacer el seguimiento a las denuncias sobre violación de los derechos humanos así como diseñar programas de prevención en contra de la violencia.

---

[2] La Oficina del Comisionado Nacional de Derechos Humanos fue creada mediante el decreto 153 de 1995

A la oficina nacional o delegada del Comisionado se puede presentar una **queja** por escrito o en forma verbal cuando una persona sea víctima de un hecho que vulnere sus derechos humanos. La oficina del Comisionado tendrá diez días hábiles para requerir a la entidad denunciada sobre los hechos contenidos en la denuncia. La queja debe ser presentada antes de transcurrido un año del hecho que originó la violación de los derechos humanos.

Dentro de los recursos **para la protección de los derechos humanos**, la Constitución establece el recurso de amparo y el recurso de habeas corpus. **El recurso de amparo** es un mecanismo de protección de los derechos que puede ser interpuesto por cualquier persona cuando sus derechos sean vulnerados y cuando una resolución, ley o acto administrativo no pueda ser aplicable a una persona en un caso concreto porque vulnera sus derechos.

El **recurso de habeas corpus** también llamado de exhibición personal, es el recurso que tiene cualquier persona cuando es ilegalmente detenida y cuando sea víctima de torturas y tratos crueles que atenten contra su libertad de circulación y su derecho a la vida y a la integridad personal física y emocional. El recurso de habeas corpus se interpone de forma verbal o escrita ante cualquier juez quien tiene la obligación de recibirlo y de resolverlo inmediatamente.

El **derecho de petición** es un derecho y también un mecanismo de protección mediante el cual las personas pueden presentar peticiones respetuosas a las autoridades para obtener la información que requieran conocer. Las autoridades están en la obligación de recibir y tramitar prontamente las peticiones que presenten los/as ciudadanas.

Lecturas sugeridas

Para complementar la información de este módulo sugerimos leer los documentos así como las lecturas complementarias que aparecen seguidamente.

1. Declaración Universal de los Derechos Humanos, 1948.
2. Vih y Derechos Humanos, Directrices Internacionales, 1996, ONUSIDA.
3. Ley Especial del vih/Sida de Honduras, Decreto 147 de 1999 y Reglamento de la Ley Especial del vih/Sida.

Videos sugeridos

"Derechos Humanos, una promesa en construcción".
Duración 10 minutos, diseñado y producido por la Agencia de Cooperación Internacional Trocaire. En este video se cuenta el origen de los derechos humanos, sus características y la situación de vulneración de los derechos en Centroamérica.

"Soy gay y debo cuidarme".
Duración 23 minutos. Diseñado y producido por CIPRODEH y COGAYLESH, la Secretaría de Salud y el proyecto del Fondo Global Honduras.
Reseña: Este video presenta una mirada de la situación de discriminación, intolerancia e irrespeto a los derechos humanos y sexuales, mediante entrevistas y testimonios de vida a líderes homosexuales, travestis y transexuales de Tegucigalpa, San Pedro Sula y La Ceiba.

Nota: La presentación de este video, requiere de la utilización de la guía que viene junto con el video y que contiene las recomendaciones para presentarlo en cualquier actividad de sensibilización o de capacitación.

Película de cine sugerida:

"Missisippi en Llamas".
Está película aborda el tema de la discriminación racial en Estados Unidos durante los años cincuentas cuando los negros fueron perseguidos y asesinados por un grupo de extrema derecha denominado kukluxklan.

Páginas de Internet sugeridas:

www.un.org/spanish
Página oficial de la Organización de Naciones Unidas. En este sitio encontrarás información relacionada con la situación de derechos humanos en el mundo, los instrumentos internacionales de derechos humanos y enlaces con otras páginas de interés en el tema.

www.unpdup.hn
Página del Fondo de Población de las Naciones Unidas en Honduras.

Lectura complementaria

EL ESTIGMA Y DISCRIMINACIÓN HACIA LAS PERSONAS QUE VIVEN CON EL VIH Y EL SIDA.[1]

El estigma se ha descrito como una característica que desprestigia considerablemente a un individuo ante los ojos de los otros.

La estigmatización es un *proceso*. Las características a las que se fija el estigma (por ejemplo, el color de la piel, la forma de hablar, las conductas) pueden ser muy arbitrarias. Dentro de una cultura o un ambiente particular, ciertos atributos son tomados y definidos por otros como deshonrosos o indignos. Por lo tanto, la estigmatización describe un *proceso de subvaloración* más que un rasgo.

Gran parte del estigma relacionado con el vih/Sida se construye sobre concepciones negativas. A menudo se cree que las personas con el vih/Sida merecen su destino porque han hecho algo malo. Con frecuencia estas malas acciones se vinculan con relaciones sexuales o con actividades ilícitas o reprobadas por la sociedad, como el consumo de drogas intravenosas. Los hombres infectados pueden ser percibidos como homosexuales, bisexuales o clientes de prostitutas. Las mujeres con el vih/Sida son percibidas como promiscuas o profesionales del sexo. A menudo, la familia y la comunidad perpetúan el estigma y la discriminación, en parte por miedo, en parte por ignorancia y en parte porque resulta cómodo culpar a quienes se han visto afectados primero.

Según el Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española:

- **Estigma:** Causar descrédito en la honra o en la reputación, fama o prestigio, afrenta, mala fama.
- **Discriminación:** Acción y efecto de discriminar (Dar trato de inferioridad a una persona o colectividad por motivos raciales, religiosos, políticos)

Los Derechos Humanos y el vih/Sida tienen múltiples puntos de cruce, uno de ellos, el relacionado con el estigma y la discriminación que enfrentan las personas que viven con el vih. El estigma y la discriminación bloquean los esfuerzos para controlar la epidemia mundial y crean un clima ideal para su expansión, además constituyen uno de los mayores obstáculos para prevenir nuevas infecciones, prestar atención, apoyo y tratamiento a las personas portadoras del virus, así como para mitigar su impacto social.

---

[3] Adaptado de Programa Acción Sida de Centro América: http://www.pasca.org/discriminacion.htm y Campaña Mundial contra el SIDA 2002–2003. Marco conceptual y base para la acción: estigma y discriminación relacionados con el VIH/SIDA (UNAIDS; 2002).

Hasta hace tiempo la pandemia del sida era considerada exclusivamente un problema de salud pública; si bien sigue siendo así, ahora las discusiones en torno a la afectación en otros ámbitos se han centrado en su impacto en el desarrollo social. Estas reflexiones han permitido observar los efectos tan devastadores que el vih/Sida tiene en la educación, la seguridad alimentaria y el desarrollo económico y humano, así como en las capacidades públicas y productivas de los Estados. Son ya evidentes las enormes repercusiones del vih/Sida sobre la política, la economía y la sociedad.

El estigma y la discriminación son los mayores obstáculos para disminuir el impacto del vih/Sida, prevenir las nuevas infecciones y proveer de atención y apoyo a las personas ya afectadas. El estigma y la discriminación se basan en la falta de conocimiento de la enfermedad, los mitos sobre los modos de transmisión, los prejuicios, la falta de tratamiento, la desinformación de los medios, los miedos en torno al uso de drogas, a la homosexualidad, al comercio sexual y la muerte así como la tendencia social a asignar culpas y culpables ante lo poco conocido o aquello asociado con conductas reprobadas. También hay una escasa cultura de respeto a los derechos humanos y mucho prejuicio basado en algunas creencias religiosas.

El vínculo entre vih/Sida y derechos humanos puede explicarse básicamente en tres niveles:

En lo relativo a los derechos específicos de las personas que viven con vih/Sida, por la dimensión social de estos derechos y porque el Sida se ha asociado a sectores o poblaciones expuestas a vulnerabilidad social.

Las causas principales del estigma incluyen:

- Falta de información, creencias falsas y miedos sobre cómo se transmite el vih y la capacidad de sobrevivir de las personas viviendo con vih (no mueren inmediatamente)
- Juicios valorativos sobre las personas quienes asumimos han sido "promiscuas".
- Miedo hacia la muerte y la enfermedad.
- No darse cuenta que se está estigmatizando.

Las formas principales de estigmatizar incluyen:

- Quitar los derechos humanos y quitar el poder de tomar decisiones.
- Crítica a través del chisme, poner apodos, culpar a la persona.
- Uno/a misma se echa la culpa y se aísla (Autoestigma)
- Toda la familia se ve afectada por el estigma (Estigma por asociación)
- Rechazo de la persona por su apariencia o por su ocupación.

Entre los efectos del estigma están:

- Desalojo de la familia, casa, trabajo, organización.
- Retiro de la escuela.
- Depresión, suicidio, alcoholismo.

El estigma se da y toma muchas formas de rechazo, aislamiento o echar la culpa. Es dañino para nosotros/as, nuestras familias y nuestras comunidades. Estigmatizamos sin darnos cuenta. Podemos hacer la diferencia cambiando nuestra forma de pensar y nuestras acciones hacia las demás personas.

La discriminación se produce cuando se realiza contra una persona una distinción que da lugar a que sea tratada parcial e injustamente por pertenecer, o porque se perciba que pertenece, a un grupo particular.

El Programa Conjunto de Naciones Unidas para el Sida (ONUSIDA), propone el siguiente decálogo de estrategias para luchar contra la discriminación por vih/Sida:

1. Atacar directamente mitos y falsas percepciones acerca del vih/Sida y luchar contra la ignorancia.

2. Promover que personas que viven con vih/Sida cuenten su historia.

3. Los temas relacionados con el combate al estigma y la discriminación deben ser parte de los programas (nacionales y estatales) de prevención y cuidado.

4. Documentar eventos de estigma y discriminación.

5. Revisar y reformar leyes y regulaciones.

6. Promover leyes antidiscriminatorias.

7. Prácticas de cuidado de la salud.

8. Políticas laborales.

9. Códigos de conducta de cuerpos profesionales.

10. Mecanismos para enfrentar y reparar la discriminación relacionada con el vih/Sida.

Lectura Complementaria

CONTEXTO SOCIAL Y ECONOMICO DE LA EPIDEMIA DEL VIH/SIDA EN HONDURAS[1]

Con relación a **Honduras**, en el Índice de Pobreza Humana, el país se ubica en la posición 32 en el contexto de 95 países. Lo anterior significa que gran parte de la población vive con carencias extremas en dimensiones esenciales para el desarrollo de las capacidades humanas, lo que se supone capacidades reducidas de una vida larga, saludable y productiva. En el mismo orden de ideas, según el Informe de Desarrollo Humano de 2004, Honduras comparte junto con Nicaragua y El Salvador, los porcentajes más altos a escala centroamericana, de personas que sobreviven con menos de 1 US dólar diario (Honduras 23%; Nicaragua 45,1%; El Salvador 31,1%); a diferencia de Costa Rica y Panamá que presentan sólo un 2% y un 7,2 % respectivamente.

La dinámica de la epidemia del Sida en las distintas regiones del mundo ha estado influida por el contexto social y cultural, por el perfil epidemiológico y demográfico existente, por las características de los sistemas de salud y por muchas otras variables.

En América Central y México, el rasgo más distintivo de las condiciones sociales es la disparidad extrema entre grupos de población, tanto en situación de salud, como en el acceso a otros servicios sociales. La región también padece grandes diferencias entre países, en su capacidad de respuesta política y de servicios de las instituciones.

Del mismo modo, el desempleo, las condiciones de vivienda, la falta de acceso a servicios de salud y educación, la violencia y el éxodo rural, entre otros, son una constante en mayor o menor grado en México y Centroamérica. En los contextos estudiados predominan la baja escolaridad de la población local, escasos servicios públicos, situaciones de violación de los Derechos Humanos, violencia, pobreza y corrupción de las autoridades.

Con respecto a **Honduras**, es necesario aclarar que en 1998 el país se ubicaba en un mejor índice de desarrollo que en el año 2000 y que no se ha podido recuperar del impacto, entre otras cosas, de los efectos del huracán Mitch.

En Honduras se aprecia que la tasa de alfabetización de adultos de 15 años y mayores ha crecido ligeramente hasta situarse en el 80%, así como la esperanza de

---

[4] Adaptado del contenido del Módulo III "El contexto social, económico y político en torno a la epidemia del vih/Sida en Honduras" y del Ensayo de Gustavo Adolfo Aguilar "Pobreza, vih/Sida y Políticas Sociales en Honduras", ambos en la "Currícula en vih/Sida dirigida a los Comités e Vigilancia ciudadana en vih/Sida" del Foro Nacional del Sida, así como de Montijo, Jose Luis y Gottsbacher, Markus: "Un enfoque cultural de la prevención y la atención del vih/Sida en México y Centroamérica.

vida, la cual se mantiene en 68,8 años. Aún con lo anterior, el porcentaje de personas desnutridas alcanza el 20% con relación a la población total.

A principios de las década de los años noventa Honduras contaba con un 80.5 % de su población viviendo en la línea de la pobreza y en el año 2001 el valor registrado fue de 79.1%.

Aunque la pobreza es mayor en el área rural, también en el área urbana alcanza a más de la mitad de los hogares. La inflación ha sido un problema permanente y se manifiesta por la reducción drástica de los niveles de alimentación, pérdida de acceso a los centros educativos, a los centros de salud y de recreación, y en fin, una disminución de la calidad de vida de los sectores más vulnerables de la sociedad. ¿Qué se quiere decir con más vulnerables? Vulnerabilidad se entiende como la exposición al riesgo, concretamente al de infección con el vih, y vulnerabilidad social son las condiciones desfavorables a las que se ven expuestos algunos sectores sociales, en especial por la extrema pobreza.

Los niveles de sub-empleo y desempleo son elevados, hay una tendencia a bajar los salarios reales, por lo cual se contratan en condiciones precarias a mujeres y niños, razón por la cual muchos hombres y mujeres emigran al exterior.

El sistema de salud de Honduras es bastante inestable, pues el gasto que realiza el Estado en salud es mínimo. No hay recursos humanos suficientes, no hay medicinas, no funcionan los laboratorios.

El 33.6 % de la mortalidad es producida por la violencia y los accidentes, con lo cual se confirma el alto grado de inseguridad en la cual se vive.

Se estima en un número de 63,000 a 67,000 los hondureños infectados en este momento, según cifras de ONUSIDA, puesto que para la Secretaría de Salud, hasta octubre del 2005 sólo había 21,196 casos registrados (1). También hay un aproximado de 17,000 niños huérfanos.

En Honduras el 1.8 % de la población entre los 15 y los 49 años vive con vih/Sida, ocupando el segundo lugar en Centroamérica y el sexto en América Latina con las tasas más altas.

A esas cifras del vih/Sida en Honduras contribuye la deficiente educación del país, pues es la educación más atrasada de Centroamérica, de cada 100 alumnos solo 32 terminan la primaria sin tener que repetir grado, y el 51 % de los alumnos terminan

la primaria con un promedio de 9.4 años de estar en la escuela.

El nivel de escolaridad de los hondureños es sumamente bajo, los hombres promedian 4.1 grados y las mujeres 3.9 grados.

Otro problema que incide en el contexto de la epidemia del vih/Sida es la carencia de la vivienda, pues más de la mitad de la población hondureña vive en las áreas urbanas donde el acceso a la vivienda es mucho más difícil, por lo cual muchas familias viven en hacinamiento, situación que trae como consecuencia violencia física, emocional y sexual.

Aquí es donde el Estado falla, pues el problema de la pobreza no es enfrentado adecuadamente, y sus políticas sociales no resuelven las causas directas de la situación de pobreza del país.

Las personas pobres son las principales afectadas por el vih/Sida. Las personas que viven con vih/Sida son ampliamente marginadas y discriminadas por desconocimiento de la sociedad o por patrones culturales. La pobreza y la discriminación son factores determinantes para el crecimiento de la epidemia del vih/Sida.

De allí que sea necesario que se implementen políticas para la reducción de la pobreza por parte de los organismos financieros internacionales y de los gobiernos; también es importante que las personas que trabajan en proyectos de lucha contra el vih/Sida tengan acceso a los tomadores de decisiones para poner en práctica medidas que protejan y garanticen los derechos de las personas que viven con el vih e implementen una política de salud basada en estrategias de educación para la promoción de comportamientos saludables.

Lectura Complementaria

DIRECTRICES DE ONUSIDA[1]

En Septiembre de 1996 la oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos y el Programa Conjunto de las Naciones Unidas sobre el vih y el Sida promulgó doce (12) directrices dirigidas a todos los Estados miembros, para la promoción, protección y respeto del los Derechos Humanos dentro del contexto del vih/Sida. Las directrices que se enuncian a continuación, indican las medidas que deben tomar los Estados para proteger los derechos humanos de las personas con vih en el ámbito político, jurídico, sanitario, educativo y administrativo, principalmente:

Primera Directriz: Los Estados deberían establecer un marco nacional para responder al vih/sida.
Segunda Directriz: Los Estados deberían consultar a la comunidad la formulación de políticas, ejecución y evaluación de los programas relativos al vih/sida.
Tercera Directriz: Los Estados deberían analizar y reformar la legislación relacionada con los problemas de salud pública que plantea el vih/sida.
Cuarta directriz: Los Estados deberían reexaminar y reformar las leyes penales y los sistemas penitenciarios para que no se apliquen indebidamente a los casos de vih/sida
Quinta Directriz: Los Estados deberían promulgar o robustecer las leyes que combaten la discriminación contra las personas con vih.
Sexta Directriz: Los Estados deberían adoptar medidas de políticas que regulen los bienes, servicios e información relacionados con vih/sida.
Séptima Directriz: Los Estados deberían apoyar y proporcionar los servicios de asistencia jurídica que enseñen los derechos a las personas con vih.
Octava Directriz: Los Estados deberían fomentar un entorno protector para las mujeres, los niños y otros grupos vulnerables combatiendo las desigualdades.
Novena Directriz: Los Estados deberían fomentar la difusión de programas de educación y comunicación tendientes a modificar las actitudes de discriminación contra las personas con vih.
Décima Directriz: Los Estados deberían velar por generar códigos de conducta que protejan los derechos humanos de las personas con vih.
Undécima Directriz: Los Estados deberían crear instituciones de vigilancia que garanticen la protección de los derechos humanos de las personas con vih.
Duodécima Directriz: Los Estados deberían cooperar con ONUSIDA para intercambiar conocimientos y experiencias relacionadas con el tema del vih/Sida.

---

[5] El VIH/SIDA y los derechos humanos, Directrices Internacionales, Naciones Unidas, Nueva York y Ginebra 1998.

MÓDULO II

Participación ciudadana e incidencia política

Cada vez que dentro de nuestras actividades cotidianas, una relación con otra persona nos invite a protagonizar un conflicto, podemos entender que estamos a punto de entrar en el espacio en donde la vida real ocurre. Ello nos marca el camino de crecimiento que necesitamos recorrer, para construir un mundo donde la diversidad ocurra y las relaciones amorosas y afectivas sean el resultado del encuentro y no del sometimiento.

María Antonieta Solórzano

PARTICIPACIÓN CIUDADANA

Orígenes históricos

La Participación ciudadana es un concepto propio de las democracias modernas que tiene sus orígenes remotos en el siglo XVIII cuando aparecieron los estados liberales luego de la Revolución Francesa. Antes de la Revolución de 1789 existían regímenes absolutistas y monárquicos, en los que los reyes se perpetuaban en el poder, que en ese entonces se consideraba provenía de dios (poder divino)

El Estado liberal, que surgió como consecuencia de la Revolución Francesa, reconoció no solamente los derechos humanos de carácter individual para los ciudadanos franceses sino también el origen del poder, ya no divino, sino del pueblo soberano.

Durante el siglo VXIII también surgió en Inglaterra el constitucionalismo, es decir la teoría política según la cual la configuración política de un Estado, la forma de gobierno, las limitaciones al poder y las garantías ciudadanas deben estar plasmadas en un documento, denominado Constitución, que sirviera para proteger los intereses ciudadanos frente a los abusos de poder y las arbitrariedades de sus gobernantes.

Los estados liberales se denominaron "Estado de Derecho", con lo cual se quiso significar que una democracia que se precie de ser liberal ha de estar sometida al derecho mediante la división del poder (poder ejecutivo, poder legislativo y poder judicial) evitando así la concentración del poder en una sola persona o institución. Así mismo cualquier Estado que se identifique como un Estado de derecho debe incluir la protección de los derechos humanos de todas las personas y reconocer que la soberanía reside en el pueblo.

Con la terminación de las dos guerras mundiales, la concepción política, económica y filosófica paso de "Estado de Derecho" a "Estado Social de Derecho"; es decir un Estado que propenda por la garantía y protección de los derechos económicos, sociales y culturales de todas las personas y propicie su incorporación política y social en la administración y en la política pública a través de la participación social y ciudadana.

La Constitución de la República define a Honduras como un Estado de Derecho (artículo 1) y como una democracia participativa (artículo 5) En estos dos artículos se encuentran los fundamentos constitucionales de la participación ciudadana.

La Participación

La participación es una actitud frente a la vida; que implica solidaridad, respeto hacia las demás personas, interés por las necesidades colectivas, intención de progresar, expresión del pensamiento y creatividad.

Hay diferentes formas de participar. La más conocida, pero no la única, es la **participación civil y política** mediante el ejercicio del derecho al voto, la aplicación a los cargos públicos y la participación en los referéndums y plebiscitos locales y nacionales.

Existe también otra clase de participación, es la **participación social** que se realiza mediante la pertenencia a una organización social local como por ejemplo una organización de base comunitaria, un patronato, una ong o un cabildo abierto, para citar algunos ejemplos.

Dentro de estas organizaciones la participación se fundamenta en el *derecho a la libertad de asociación*, entendido como el derecho que tienen todas las personas de agruparse cuando las une un interés u objetivo común. El derecho a la libertad de asociación se encuentra consagrado en el artículo 78 de la Constitución.

El Estado hondureño ha impulsado la participación social a nivel local mediante la creación de los **cabildos locales** que son espacios diseñados especialmente para que los ciudadanos y ciudadanas discutan junto con las autoridades de la administración local las decisiones que afecten su municipio y su espacio social y territorial. Los cabildos locales se encuentran contemplados en la Ley de Municipalidades expedida en el año 1991 cuyo objetivo es propender por el desarrollo municipal mediante la autonomía administrativa.

En el mes de enero del 2006 el Congreso Nacional promulgó el Decreto 3 -2006 sobre participación ciudadana definiendo los principales mecanismos de participación ciudadana como el plebiscito, el referendo, el cabildo abierto y la iniciativa ciudadana; el decreto también señala al foro nacional, los consejos de desarrollo municipal y departamental y a las mesas comunitarias de participación como las instancias de participación.

Cuando participamos estamos siendo artífices de los cambios políticos, sociales y culturales del espacio social en donde transcurren nuestras vidas, por eso mismo es que la participación es una actitud frente a la vida. La participación también construye la dinámica relacional entre los/las ciudadanas y el Estado para la construcción de la política pública, que es en términos generales, la manera como ideológicamente funciona el sistema político y jurídico de un país y que se compone de todo el contenido normativo, la institucionalidad, el sistema judicial y la participación social ciudadana a través de los movimientos sociales.

Los principios inspiradores de la participación social son la solidaridad y la igualdad. La

solidaridad es un principio de convivencia que significa tener interés y sensibilidad por lo que le ocurra a las demás personas; la igualdad que además de ser un principio de convivencia es un derecho fundamental, significa, ver en las demás personas a un ser humano con los mismos derechos y las mismas oportunidades (que yo), respetando la maravillosa diversidad humana que permite distinguir a una persona de otra.

Sin embargo, vivimos en sociedades poco solidarias que en lugar de respetar la diversidad y reivindicar las semejanzas que tenemos como seres humanos (ser respetados, tener felicidad, realizar el proyecto de vida, vivir con bienestar, ser amados) para conseguir vivir pacíficamente se empeña en marcar diferencias mediante el estigma, la discriminación, la violencia y la vulneración de los derechos.

Participar es un ejercicio diario y sencillo, más de lo que se pudiera creer. Diariamente ejercitamos la participación aunque no nos demos cuenta de ello. La manera más concreta de hacerlo es expresando nuestra opinión y permitiendo que los demás también lo hagan.

Otro nivel de participación es cuando se identifican las semejanzas y se descubren las mismas necesidades comunes con otras personas. Así surgen los grupos o las asociaciones de personas a quienes les asiste un objetivo común. Honduras es un país que se caracteriza por tener un importante movimiento social dado que es un país en donde existen tan variadas como numerosas organizaciones sociales (organizaciones de mujeres, organizaciones garífunas, organizaciones gay, organizaciones ambientalistas, organizaciones indígenas, entre otras)

Un nivel mucho más complejo de participar es cuando el movimiento social es capaz de incidir y producir cambios en la estructura política y jurídica de un país y en su política pública. En este caso la participación de un grupo social determinado se visibiliza frente al Estado y al colectivo social asumiendo una argumentativa y reflexiva posición política en relación a la reivindicación de sus derechos como grupo social; a lo anteriormente enunciado es lo que se ha dado en denominar **Incidencia política.**

INCIDENCIA POLÍTICA

Incidencia viene del vocablo incidir, que significa el acaecimiento de un suceso que causa un efecto determinado. Se denomina **incidencia política** al fenómeno social que se produce cuando un grupo social, con intereses comunes, reclama la garantía y protección de sus derechos, mediante procesos políticos y de movilización social para producir un impacto en el Estado, con el objetivo de que se produzcan cambios en sus políticas públicas. Es importante conocer el ¿para qué? de la incidencia política, es decir que se pretende (qué se quiere conseguir). El para qué de la incidencia política implica necesariamente que el grupo social de que se trate conozca muy bien las políticas públicas del Estado en cuestión, para así poder reclamar y reivindicar al Estado derechos que no estén contemplados dentro de la política pública o que estando, éstos no se encuentran garantizados ni protegidos en forma real.

En Latinoamérica las organizaciones gay/lésbicas comienzan a visibilizarse en los años ochentas cuando aparecen movimientos que abogan por el respeto a la diversidad sexual, la no discriminación y la protección de sus derechos. El momento histórico en el que surgen estos movimientos sociales coincide con la aparición del virus del vih y la discriminación social (sida social) que trajo consigo; particularmente con el estigma del que fueron y siguen siendo víctimas las personas homosexuales y las trabajadoras y trabajadores sexuales, a quienes se les sindica, por una creencia religiosa y cultural de ser los únicos/as entre quienes se transmitía el virus. La verdad es relativa, depende del contexto histórico de los hechos. Hoy sabemos que no existen grupos de riesgo y que cualquier persona independientemente de su identidad sexual u oficio es vulnerable para adquirir el vih.

En ese momento en los países de Latinoamericanos aparecen movimientos de personas homosexuales, lesbianas, bisexuales, transgénero, travestis, transexuales e incluso movimientos que también agrupan a personas que, sin identificarse con los grupos mencionados, reivindicaban los mismos derechos como por ejemplo las personas queer (palabra en inglés que significa raro) Estos grupos en algunos países han conformado importantes organizaciones sociales denominadas GBLTTQ (sigla que significa gay, bisexual, lesbiana, transgénero, travesti y queer)

Algunos ejemplos de cómo puede un proceso de incidencia política lograr cambiar la política pública pueden hallarse en países como Chile en donde, hace algunos años el movimiento social consiguió que el Estado despenalizara un artículo que contemplaba como delito las relaciones sexuales entre hombres; o el de Colombia, país en donde el movimiento civil, luego de un largo proceso, consiguió que el Consejo Nacional de Seguridad Social incluyera dentro del Sistema General de Seguridad Social, los medicamentos antirretrovirales para el tratamiento del la infección por vih.

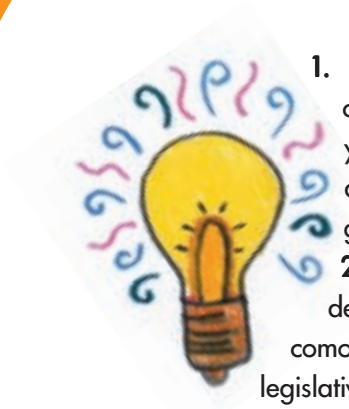
Para que un grupo social llegue a ser capaz de generar cambios estructurales dentro del sistema

político y social de un Estado y naturalmente de su política pública se requiere de un proceso que tiene varias etapas. La primera etapa, y la más esencial, es la de estar conformados como organización social. Los movimientos sociales que han logrado trascender políticamente se han caracterizado por ser organizaciones consistentes y coherentes en relación con sus reclamaciones políticas y sociales.

En Honduras existen variadas y numerosas organizaciones sociales que agrupan a diversos grupos de población (organizaciones de mujeres, de garífunas, de indígenas, de personas viviendo con vih, de personas homosexuales y lesbianas), sin embargo no todas ellas realizan incidencia política. De esa numerosa lista de organizaciones algunas de ellas hacen un trabajo sistemático de incidencia política como por ejemplo Visitación Padilla, que es una organización conformada por las madres de los desaparecidos durante la guerra fría y por mujeres feministas defensoras de los derechos de las mujeres; el Movimiento Ambientalista de Olancho MAO, organización de base, defensora de los recursos hídricos y forestales en Olancho, que ha tenido resonancia a nivel internacional y sus integrantes son convencidos activistas defensores de derechos; las organizaciones "Comunidad Gay Sampedrana para la Salud Integral" y "Kukulcán" realizaron durante casi dos años un arduo trabajo de incidencia para la obtención del reconocimiento jurídico como organizaciones civiles en el año 2004.

Además de tener una organización conformada y organizada, que agrupe personas solidarias y con compromiso social, es necesario que la incidencia se convierta en un objetivo común de la organización y de sus integrantes. Brevemente se mencionaran en este documento los presupuestos que se han de tener en cuenta.

PRESUPUESTOS PARA HACER INCIDENCIA POLÍTICA



1. **Identificar una necesidad sentida que afecte a su grupo social**. Significa conocer muy bien cuáles son las situaciones que afectan la calidad de vida y los derechos de una población en un territorio y en un momento determinado (por ejemplo necesidades específicas como grupo social indígena, garífuna, gay, de mujeres)
2. **Conocer suficientemente el sistema político, legislativo y judicial del país**. Es decir que la organización que quiera hacer incidencia política ha de saber como funciona institucionalmente el Estado, cómo funcionan los poderes ejecutivo, legislativo y judicial, cómo se desarrolla el tema de los derechos humanos en la Constitución de la República, qué políticas públicas (legislación, instituciones, otros movimientos sociales) existen en relación con el tema que se desea incorporar y los derechos que se pretenden garantizar, cómo se protegen y garantizan los derechos humanos, cómo opera el sistema judicial, cómo funciona el Congreso, qué convenios ha suscrito el país en materia de derechos humanos, cuáles son las entidades que protegen los derechos y cómo funcionan, cuáles son las personas del gobierno y del Congreso que pueden ser aliados del proceso de incidencia política que se este llevando a cabo y que otras organizaciones civiles han intentado, están haciendo o están pensando hacer un proceso de incidencia similar.
3. **Conocer a los funcionario/as públicos que tienen poder para tomar decisiones a nivel estatal**. Quiere decir conocer, además de lo esencial de sus nombres y cargos, también su trayectoria, ideología, antecedentes y relaciones políticas.
4. **Tener claridad respecto a lo que se desea obtener a través de la incidencia política**. Es muy importante el para qué se va a realizar la incidencia (saber qué reclamar y cómo hacerlo). Cuando no se tiene claro qué reivindicar, la percepción de la contraparte y de la población es de confusión, inseguridad, duda y de quererlo todo y no querer nada al mismo tiempo.
5. **Diseñar un plan de incidencia**. Como la incidencia es un proceso, implica que se ha de llevar a cabo con el tiempo. Ese tiempo no puede predecirse porque depende de varios factores como por ejemplo la situación política y social del país, la fuerza que vaya tomando el movimiento social, el consistente y constante trabajo de incidencia, los antecedentes del movimiento social y la posición ideológica del gobierno de turno. Por eso mismo es esencial tener un plan de acción que describa claramente qué se quiere, para qué se quiere y cómo se hará.
6. **Asumir una posición política**. Significa que la organización social ha de tener una posición ideológica clara, concreta, argumentativa y coherente. Asumir una posición política depende del grado de compromiso social y del convencimiento rotundo de las reivindicaciones que se desean obtener.
7. **Hacer pública la posición ideológica y el planteamiento político**. Es decir divulgar el planteamiento político o la posición ideológica a otras organizaciones sociales y a la

población en general. La divulgación del planteamiento político de la organización permite conocer la existencia de otras organizaciones similares que trabajen en la reivindicación de los derechos del grupo de población determinado y que puedan ser aliadas para la estrategia de incidencia política; así mismo también permite que otros grupos de población vulnerados y constituidos en organizaciones civiles apoyen decididamente a la organización.

8. **Tener habilidades sociales para saber comunicar lo que se quiere**. Las habilidades sociales son las destrezas que facilitan las relaciones interpersonales y la comunicación con las demás personas. Ninguna persona está exenta de tener ácidas discusiones y enfrentamientos verbales con otras/os que culminan en tensionantes conflictos. Es esencial manejar una situación de disputa y enfrentamiento, pues de lo contrario el conflicto tiende a dilatarse convirtiéndose en un detonante de la violencia física y emocional. Estas habilidades son saber escuchar, tener asertividad (expresar los puntos de vista de forma respetuosa) y tener empatía (autocontrol de las emociones para evitar dejarse provocar por los comentarios y reacciones del interlocutor/a) Los/as voceros/as de la organización han de ser personas que tengan facilidad de expresión, manejen un discurso coherente y articulado; y tengan serenidad.
9. **Tener un manejo claro, veraz y oportuno de la información**. Cualquier información verbal o escrita como documentos, comunicados de prensa, entrevistas en los medios de comunicación, intervenciones públicas en actividades, reuniones de carácter laboral o social, privadas o públicas en las que participe cualquier persona que represente a la organización debe ser cuidadosamente expresada y reflejar el planteamiento político e ideológico de la organización. La divulgación de la información ha de hacerse con claridad, es decir que sea de fácil comprensión y que no de lugar a confusiones; la información tiene que ser veraz, lo cual significa que la información debe ser la verdadera, la que es; de igual forma la información debe decirse con oportunidad es decir en el momento adecuado. Hay ocasiones en que no es conveniente, ni prudente expresar alguna información; y al contrario, hay momentos en que debe aprovecharse la oportunidad porque es estratégico hablar o hacer alguna cosa. Las personas tienen que desarrollar su nivel de percepción para estar atentas al momento oportuno ya que una parte importante del trabajo de incidencia está en el manejo de la información en los espacios públicos y privados.

   Cuando se tengan que manejar datos estadísticos es fundamental dar la información correcta y citar la fuente de donde fue obtenida dicha información (información oficial, información obtenida de un estudio o investigación de una organización internacional, por ejemplo)
10. **Diseñar una estrategia de comunicación en medios**. Las organizaciones dentro de su proceso de incidencia debe contar con un plan para relacionarse y divulgar la información que deseen en los medios de comunicación (prensa, radio, TV, página de internet) Este plan de comunicaciones ha de considerar lo siguiente: ¿A cuáles medios de comunicación llegar?, ¿Qué información divulgar?, ¿Cuándo divulgar la información?, ¿Qué personas dentro de la organización son las más indicadas para divulgar la información y en cuál medio de comunicación? ¿Cuáles materiales de comunicación se utilizarán (volantes, afiches, trifolios) para apoyar el proceso de incidencia?
11. **Estar al tanto de la realidad política nacional**. Las personas que pertenezcan a una organización social y se encuentren haciendo incidencia política deben estar diariamente enteradas de lo que sucede a nivel gubernamental, legislativo y judicial. Por ejemplo saber

quiénes y cómo se llaman los ministro/as, cuáles son los congresistas, a qué partido pertenecen, cuáles son las leyes relacionadas con el tema objeto de la incidencia y cuáles están en curso dentro del Congreso, cuáles de ellas se han aprobado, cuáles no fueron aprobadas; qué pronunciamientos oficiales ha tenido el Presidente en relación al tema objeto de la incidencia; qué demandas y que fallos judiciales relacionados con el tema de la incidencia se han producido. Este punto es de suma importancia porque del nivel de información dependerá la articulación del discurso político e ideológico que se tenga respecto a las reivindicaciones que se buscan con la incidencia política.

12. **Aprender a tener autocontrol de las emociones**. El trabajo de incidencia política para reivindicar derechos es un proceso que genera diversas emociones y reacciones así como disímiles puntos de vista entre la comunidad y en el Estado: En este último a través de las declaraciones públicas de los funcionarios públicos que lo representan en sus poderes ejecutivo, legislativo y judicial. Muchas veces estas reacciones verbales serán ofensivas, discriminatorias y violentas. Las personas que hacen incidencia deben SIEMPRE mantener la calma y la serenidad respecto a lo que escuchen y lean en relación con la reivindicación de sus derechos. Es importante no dejarse provocar por nada ni por nadie.
13. **Llevar un archivo periodístico del manejo de la información en los medios de comunicación escritos**. El trabajo de incidencia se alimenta de la información que se obtiene a través de los medios de comunicación, especialmente de cómo se maneja la noticia cuando la sociedad civil organizada se moviliza para la reivindicación de sus derechos. Por ello es vital llevar un archivo con toda la información de los medios de comunicación tales como reportes periodísticos, artículos de opinión, editoriales, entrevistas en radio, TV y prensa.
14. **Ser flexibles**. Hay un proverbio chino que dice "es mejor ser suave y flexible como un bambú, que ser duro y rígido como un roble". El bambú se dobla y resiste cualquier tormenta sin partirse mientras que el roble se va agrietando con la lluvia aunque su corteza parezca intacta. La flexibilidad permite adaptarse fácilmente a las circunstancias sin desesperarse. La inflexibilidad y la rigidez producen impaciencia, alteración, impulsividad y desgaste energético, además hace que las personas actúen sin medir las consecuencias de lo que están haciendo y diciendo. Los cambios sociales y políticos se suceden con el tiempo por lo que se requiere de paciencia, serenidad y aceptación del momento tal como se presente.

15. **Tener habilidad para resolver una situación conflictiva y tensionante**. Los conflictos hacen parte de la vida, no debemos tenerle miedo a que ocurran.
Lo importante es afrontarlos y resolverlos adecuadamente, es decir sin el uso de ninguna forma de violencia. Al resolver un conflicto debemos aceptar que también existen otros puntos de vista diferentes al propio así como estar preparados/as escuchar un No por respuesta. La creatividad es esencial cuando se trata de resolver un conflicto, buscando alternativas de solución y viendo al conflicto no como un problema sino como una oportunidad que nos da la vida para progresar y aprender. Lo anterior exige que debamos entrenarnos emocionalmente para que estas situaciones no afecten la autoestima, el optimismo ni la convicción frente a nuestras reivindicaciones.

EL CABILDEO

El proceso de incidencia política utiliza una estrategia denominada **Cabildeo**. Cabildeo viene de la palabra cabildo que era la sala o el espacio en donde se celebraban las reuniones entre los habitantes de las comunidades de nuestra América en el siglo XIX. A esas reuniones comunitarias también se le denominaba cabildo.

El cabildeo es la acción y el efecto de cabildear, es decir de hacer un cabildo o reunión. Dentro de la incidencia política, cabildeo se le denomina a la acción de una o varias personas para expresar, influir y convencer a otra u otras respecto de alguna cosa en la que tenga poder de decisión.

En los países europeos al cabildeo se le denomina lobby. El lobby, -que es una palabra en inglés que significa sala de espera-, cumple los mismos objetivos que el cabildeo, consistentes en persuadir y ejercer influencia en la dirigencia política para propiciar un cambio político, social y cultural. En España, por ejemplo la comunidad homosexual y los defensores de la ecología han tenido resonancia en su labor de lobby político para obtener la aprobación de las uniones entre personas del mismo sexo en el primer caso y para la protección de los recursos naturales en el segundo caso.

Para hacer el cabildeo se requiere tener en cuenta varias de las recomendaciones anteriormente mencionadas, fundamentalmente aquellas relacionadas con la capacidad de una persona para transmitir una idea de manera clara, concreta y compresible; las habilidades sociales; y el conocimiento, la comprensión del escenario político y de las personas, hombres y mujeres, que participan dentro de él.

El cabildeo sirve para dar a conocer una propuesta que contenga la reivindicación de los derechos de un grupo específico de la población o de toda la población. Fundamentalmente sirve para informar y divulgar algo que se espera conseguir, obtener o reivindicar.

Las acciones de cabildeo deben determinar el espacio y las personas a quienes se pretenda informar e influir, definiendo la institución y las personas claves tales como Congreso Nacional y Diputados; Secretaria de Salud y Secretario de Estado; Oficina delegada para los derechos humanos y Comisionado para los derechos humanos, entre otras. Por ejemplo, las organizaciones civiles, podrían hacer cabildeo dentro del Congreso Nacional y con determinados diputados para informarlos sobre la situación del vih en Honduras, los aspectos básicos del virus, la información en relación con la legislación nacional existente, las recomendaciones internacionales de ONUSIDA, la situación de discriminación por razón del sexo y del estado de salud para sensibilizarlos de la necesidad de revisar y modificar la Ley Especial de vih/Sida y su reglamento en algunos aspectos que alteran el derecho a la igualdad, a la no discriminación y a la autonomía de las personas, particularmente en relación con la prueba diagnóstica para vih.

PRESUPUESTOS PARA HACER CABILDEO

Además de las consideraciones previas ya enunciadas para cualquier estrategia de incidencia política, el cabildeo debe atender los siguientes presupuestos:

1. **Investigación y análisis del entorno y del escenario político**. El cabildeo es una acción que se debe prever y no hacerse improvisadamente. Implica una preparación intelectual y emocional. Al decir intelectual no significa necesariamente que las personas tengan que tener un nivel de formación académica más que otras. No. La preparación intelectual está referida a la investigación previa del ambiente político y social, es decir de conocer muy bien el terreno político, los partidos que interactúan en el Congreso, el partido del gobernante de turno, la posición de otros grupos influyentes dentro del gobierno, las políticas públicas, la existencia de grupos y movilizaciones sociales. Además debe procurarse hacer un análisis mínimo de la situación, de cómo están las cosas. No se necesita ser analista político para tener un panorama del escenario político, basta con ser un atento y perceptivo observador/a para lograrlo. Ver los noticieros de TV, leer la prensa escrita, acceder a Internet y escuchar la radio son actividades imprescindibles para conocer la realidad nacional.
2. **Trabajo en equipo**. El cabildeo requiere del trabajo de varias personas en equipo para el diseño, la planificación y la ejecución de la actividad de cabildeo. Cada integrante del equipo debe conocer perfectamente el trabajo que desarrollan los/as demás y trabajar solidariamente.
3. **Planificación de la estrategia**. Planificación significa pensar antes lo que se va a hacer después, para ello es necesario plantearse las siguientes preguntas cuando se va a planificar una estrategia de cabildeo: ¿Qué se quiere hacer? ¿Para qué se va a hacer? ¿Cuándo se va a hacer? y ¿Cómo se va a hacer?
4. **Definición del objetivo del cabildeo**. El objetivo del cabildeo alude a la pregunta ¿Qué se quiere hacer? El objetivo debe ser **concreto** (claro), **realista** (viable), **específico** (determinado) y **flexible** (adaptable a las circunstancias)
5. **Elaboración del plan de acción**. El plan de acción es definir concretamente las actividades que respondan al objetivo del cabildeo. Las actividades propuestas deben ser **apropiadas** (pertinentes al objetivo del cabildeo), **adecuadas** (convenientes), **eficientes** (que produzca efecto) y **efectivas** (de resultado)
6. **Selección de las personas que van a realizar el cabildeo**. El equipo de personas que realicen directamente el cabildeo deben manejar un discurso claro, sencillo, concreto y específico; ser prudentes, circunspectas, ecuánimes, serenas, calmadas, flexibles, cuidadosas, intuitivas, creativas y optimistas. Estas características hacen que la persona que cabildea tenga claro que esta actividad es un proceso del que se podrán ver resultados a largo y mediano plazo.

LA NEGOCIACIÓN

Puedo no estar de acuerdo en lo que pienses, pero daría mi vida por defender tu derecho a decirlo.

Voltaire

La negociación es la etapa que sigue al cabildeo y otra herramienta más para el trabajo de incidencia política. Negociar viene de la palabra negocio que es el acto mediante el cual dos o más personas exponen sus pretensiones (intenciones) para producir un efecto o resultado. Con el cabildeo, que puede durar un tiempo considerable, imposible de predecir, se consigue poner el tema objeto de reivindicación en el escenario político y en la agenda de los funcionarios públicos; mientras que con la negociación se pone en la mesa el tema para su debate.

Parece absurdo hablar de negociación cuando nos referimos a la reivindicación de derechos humanos. Sin embargo hemos de considerarlo así ya que aunque los derechos se encuentren enunciados en la Constitución de la República, el proceso para su garantía es lento, máxime si se trata de aquellos derechos relacionados con el ejercicio de la sexualidad y con la no discriminación por razones de sexo, salud, origen y posición ideológica; Además, teniendo en cuenta que las reivindicaciones sociales en nuestros países latinoamericanos se producen bastante más tarde con respecto a procesos similares acaecidos en otros continentes como Europa.

Han habido procesos exitosos (es decir con resultados y beneficios para las partes) de negociación en Centroamérica, particularmente aquellos relacionados con la situación política y de conflicto interno de países como El Salvador y Guatemala, en los que luego de cruentas guerras civiles que duraron varios años, fue posible sentar en la mesa de negociación a los grupos opositores y al Estado, para negociar el cese de las hostilidades y de la guerra interna y así construir un nuevo escenario político para el surgimiento de una democracia incluyente, participativa y pacífica.

Así como en el cabildeo, las personas en un proceso de negociación deben tener las mismas características actitudinales y comportamentales anteriormente mencionadas. Un proceso de negociación supone que la contraparte no acepta total o parcialmente las peticiones de una propuesta. Precisamente por eso se entra a negociar, ya que si las aceptara sin hacer objeción alguna, la negociación no existiría por sustracción de materia.

Cuando se negocia una propuesta se ha de tener claridad argumentativa respecto a lo que se esta pidiendo; además de tener flexibilidad durante el proceso de negociación porque no siempre se logrará obtener totalmente y en el mismo momento lo que se está pidiendo. Cuando las partes que negocian son inflexibles, los procesos de negociación se estancan y se convierten en escenarios hostiles en los que la violencia se apodera de las partes. Un ejemplo reciente en el país fue el proceso de negociación con los maestros (año 2006) Las partes negociadoras se resistieron y fueron inflexibles lo que fue generando un ambiente social tenso y violento con consecuencias económicas que afectaron a toda la población. El proceso concluyó al cabo de un largo tiempo con un acuerdo en el que los maestros lograron obtener del gobierno lo que estaban reclamando, a cambio de pagar sus beneficios laborales en un lapso de tres años y de ordenar una consultoría para revisar la calidad de la educación de los maestros en el país.

PRINCIPIOS DE LA NEGOCIACIÓN

Como negociar implica confrontar puntos de vista, posiciones ideológicas y valoraciones morales distintas, es esencial propiciar y mantener un ambiente en donde prevalezca siempre el respeto, la dignidad y la no discriminación por todas las personas que están en la mesa de negociación. Aunque tengamos diferencias ideológicas, políticas y culturales que consideremos irreconciliables porque hacen parte esencial de nuestras convicciones y de nuestra particular manera de ver la vida, es ésta la oportunidad para poner en práctica los principios, no solamente en la mesa de negociación, que siempre deben dirigir nuestras vidas.

El respeto implica ver al otro/a como un ser humano igual que yo, libre y autónomo/a, con sus propios intereses, puntos de vista y también con una manera particular de ver la vida.

Respetar **la dignidad** de las personas, es tener consciencia de que no hay nadie mejor ni peor que yo, aún cuando existan diferencias de sexo, raza, origen, etnia, religión e ideología, ya que en esencia somos iguales porque somos seres humanos hechos de la misma materia.

En la mesa de negociación respetar la dignidad es fundamental ya que allí se deben discutir las propuestas pero sin atacar a la personas y sin sentir odio ni rabia hacia ellas.

Para poder discutir las propuestas y comprender los puntos de vista que hay detrás, es necesario **ponerse en los zapatos del otro/a**. Esto no significa que yo tenga que estar de acuerdo y aceptar lo que la contraparte dice. Sin embargo, ponerse en el lugar del otro permite tener un entendimiento de su planteamiento, sin juzgarlo, aunque esa opinión difiera totalmente de la mía.

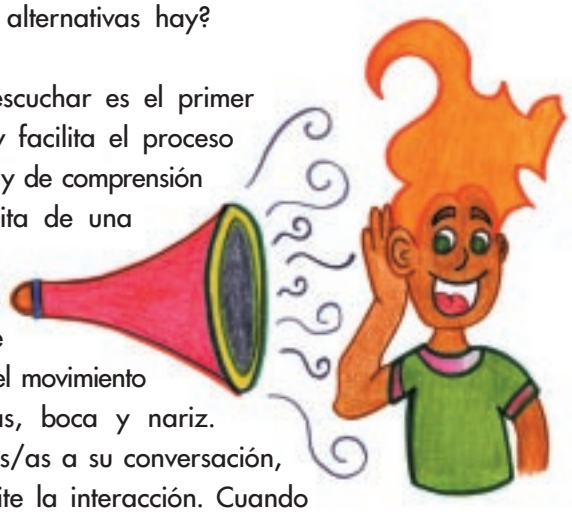
Liberar el odio, la rabia y la ansiedad. Generalmente cuando se tienen puntos de vista distintos con otras personas, se puede sentir rabia, odio y ansiedad. Cuando se está en la mesa de negociación, y en general en cualquier circunstancia de la vida, se deben superar los sentimientos de odio, rabia y ansiedad para poder sentarse a conversar y discutir una idea. Si se tienen esos sentimientos en la mesa el ambiente se tornará tenso y hostil, ya que se va a atacar a la persona en lugar de discutir la idea, probablemente permitiendo que la violencia se apodere de alguna de las partes, con la consecuencia de que desistan de proseguir con la negociación y se levanten de la mesa.

La ira está asociada a la perdida de poder y control frente a una determinada situación y constituye un bloqueo emocional y físico. Las personas que tienen estados emocionales iracundos responsabilizan a los demás de lo que les pasa. Piensan que siempre tienen la razón y no suelen escuchar ni comprender a su interlocutor/a. Poseen comportamientos agresivos y violentos contra las personas y contra las cosas.

El odio está asociado al resentimiento frente a sí mismo y frente al otro. Cuando una persona no se acepta a sí misma puede experimentar resentimiento que luego se convierte en odio. La no aceptación es causada por la falta de amor propio y también respecto a la manera de comportarse en su relación con los demás. El odio denota una gran dificultad para perdonarse a sí mismo y perdonar a los demás cuando siente que le han causado daño. Una persona que sienta resentimiento y odio es pesimista y rencorosa. El odio es una emoción dañina porque ocasiona sufrimiento.

La ansiedad está asociada a los pensamientos de preocupación de forma sistemática. Cuando se tiene un pensamiento de preocupación, éste se convierte en un espiral de sucesivas preocupaciones (a una preocupación, se le agrega otra y otra y otra), sintiendo que se es incapaz de darle solución; esto conlleva a magnificar excesivamente la preocupación (es decir exagerar una dificultad cuando probablemente no lo es) con lo cual se entra en un intenso estado de ansiedad. La ansiedad desequilibra nuestro ser (cuerpo, mente y espíritu), puede manifestarse con pensamientos negativos y de preocupación; cuando se siente amenaza por la pérdida de alguna cosa o por no saber como controlar una situación, vienen a la mente pensamientos de frustración. También la ansiedad se puede manifestar a través de reacciones físicas (disminución del apetito, voracidad excesiva, aceleración cardiaca, malhumor, sudoración, insomnio o sueño prolongado)

Cuando se sienta ansiedad es importante tomar conciencia de qué es lo que causa la ansiedad y preguntarse ¿es realmente necesario estar ansioso/a frente una situación cuando puede resolverse? ¿Cómo se puede resolver? ¿Qué alternativas hay?



Aprender a escuchar. Escuchar es un arte. Saber escuchar es el primer paso que prepara una comunicación interpersonal y facilita el proceso de negociación. El escuchar requiere de concentración y de comprensión sobre lo que otra persona esta diciendo. Se necesita de una especial predisposición para oír atentamente lo que otra persona nos comunica y para captar las expresiones no verbales que también hacen parte de la comunicación como su postura corporal, la mirada, el movimiento de sus manos y sus gestos faciales de ojos, cejas, boca y nariz. Nuestros interlocutores captan cuando estamos atentos/as a su conversación, pues se establece una conexión recíproca que permite la interacción. Cuando ello no ocurre la persona que nos habla puede interrumpir la conversación y levantarse de la mesa porque detecta que no está siendo escuchada al no sentir que existe interés de la contraparte por lo que comunica.

Cuando una persona se siente escuchada, también se siente respetada y valorada. Para desarrollar la habilidad de escuchar activamente, es necesario tener en cuenta las siguientes pautas:

Disposición psicológica: Nuestro ser debe disponerse para escuchar. Mientras el interlocutor/a está comunicando algo, se debe alejar cualquier otro pensamiento de la mente. En este momento el interlocutor y lo que nos está diciendo tiene que ser lo más importante.

Observar al interlocutor/a: Es necesario aprender a identificar el lenguaje no verbal a partir de la prudente observación de sus gestos, su mirada, su posición corporal y sus manos. La habilidad de quien escucha consiste en detectar, a partir del lenguaje no verbal del interlocutor, cuando es pertinente hablar o preguntar alguna cosa referida a lo que nos está contando.

Comunicar con el cuerpo y los gestos: Mientras escuchamos activamente, se debe estar atentos/as y transmitir el interés por lo que nos comunica una persona, mediante el contacto visual con el interlocutor/a (mirarlo a los ojos), utilizando expresiones faciales que denoten atención, expresando con gestos, interés (por ejemplo asentir con la cabeza)

Comunicar con el lenguaje verbal: Es importante expresar palabras dirigidas al interlocutor/a que denoten atención, por ejemplo utilizando expresiones como "ya veo", "ajá" así como hacerle saber que hemos entendido lo que nos ha comunicado, resumiendo lo que hemos entendido, utilizando expresiones como por ejemplo: "Sí he entendido, ud. me esta expresando que....." Es muy importante tener en cuenta este aspecto ya que en la mesa de negociación ha de tenerse claridad de las posiciones para poder discutirlas.

Lo que NO se debe hacer. Mientras se mantiene una comunicación se debe **EVITAR** hacer las siguientes cosas porque obstaculizan el desarrollo de una conversación dentro de un proceso de negociación:

- Interrumpir al interlocutor/a haciendo preguntas impertinentes o comentarios innecesarios, provocadores o violentos.
- Juzgar. Es decir condenar lo que la persona está diciendo, emitiendo juicios de valor reprobando su comportamiento. Cuando categorizamos entre lo bueno y malo, se está juzgando la actitud del interlocutor/a. Esos juicios de valor deben evitarse no sólo frente a las palabras que se digan sino también frente al lenguaje no verbal que se utilice (por ejemplo cuando lanzamos una mirada de censura y reproche; o cuando hacemos gestos con la boca de desagrado, burla, hostilidad frente a la persona y a lo que nos está comunicando)
- Creerse superior a la contraparte. No debe subestimarse a la contraparte ni apresurarse a dar respuestas o soluciones, antes de que el interlocutor termine de exponer su punto de vista. Sin embargo, es necesario detectar el momento en que el interlocutor vuelve repetidamente sobre el mismo hecho, para hacerle ver que ya le comprendimos totalmente. Respetuosa y sutilmente debemos guiar al interlocutor para que detenga la conversación, si ésta, es repetitiva de aspectos ya comunicados.

Superar los conflictos internos antes de llegar a la mesa de negociación. El equipo que represente a una de las partes en la mesa de negociación tiene que estar sólido, unido y de acuerdo con la propuesta. Si hay desacuerdo dentro del equipo este debe ser resuelto antes de sentarse a negociar con la contraparte. Lo importante durante el proceso de negociación es tener una posición clara y unánime como equipo. Es incoveniente que afloren desavenencias y conflictos al interior del grupo, ya que esta situación puede echar a perder un terreno ya ganado durante la negociación.

Ser honesto/a. La honestidad es una cualidad humana relacionada con la capacidad de ser fiel

a las propias convicciones. Ser honesto consigo mismo/a implica no hacer o decir alguna cosa que no se tenga la intención de cumplir. La honestidad también está relacionada con la coherencia entre lo que se dice y se hace y con la responsabilidad de asumir las consecuencias positivas y negativas de las decisiones que se tomen.

Construir las claves de convivencia para desarrollar el proceso de negociación. Las claves de convivencia son los acuerdos de respeto recíproco que deben existir siempre entre las partes durante todo el tiempo que dure el proceso de negociación y aluden al desarrollo técnico de las reuniones de negociación. Pueden resumirse en ser puntuales, respetar la palabra, saber escuchar, respetar el turno para hablar, respetar la dignidad de las personas, no discriminar por ningún motivo, respetar los acuerdos, respectar la agenda de trabajo definida, asumir compromisos adquiridos, comprometerse con lo que realmente se este dispuesto/a a cumplir y jamás utilizar la violencia en contra de las personas (física y emocional) ni contra las cosas.

Construir conjuntamente una agenda de trabajo. Las partes, además de hacer los acuerdos, tienen que acordar la agenda de trabajo, es decir los puntos sobre los cuales se van a debatir las propuestas. Estos puntos deben ser discutidos y acordados por las partes.

Respetar y cumplir compromisos. Cada compromiso que se asuma dentro del proceso tiene que ser cumplido por la partes. Si esto no ocurre, el proceso mismo y la contraparte que incumplió pierden credibilidad y el proceso puede interrumpirse o acabarse definitivamente.

Buscar ayuda. Cuando sea complicado y complejo llegar a algún acuerdo y cuando las contrapartes se encuentren asumiendo posiciones inflexibles y hostiles, lo mejor es acudir a un tercero (escogido de común acuerdo por las contrapartes) que oxigene la situación de tensión y contribuya a mediar entre las contrapartes y sus posiciones.

Tener representantes en la mesa con la capacidad para tomar decisiones. Las personas que integren el equipo para negociar deben ser aquellas con poder para tomar decisiones o autorizadas por su organización para hacerlo. El proceso de negociación es impredecible y en los momentos más inesperados es cuando se deciden aspectos cruciales que no dan espera para ser consultados con la organización.

AUDITORÍA SOCIAL

Se le denomina auditoría social al conjunto de actividades realizadas por un grupo de personas de la comunidad dirigidas a ejercer control social sobre el quehacer de los funcionarios públicos en el ejercicio de la gestión y del manejo de los recursos públicos. Comúnmente se le denomina rendición de cuentas.

La auditoría social es otra forma en que la comunidad participa democráticamente. Sus orígenes se encuentran en el concepto de democracia representativa que significa que los gobernantes electos representan a su comunidad y son fieles a los intereses y el sentir de la población de la cual deviene el poder. En el artículo 4 de la Constitución de la República se establece que la forma de gobierno en Honduras es republicana, democrática y representativa.

Al representar al pueblo, los gobernantes asumen la responsabilidad política de un cargo de elección popular así como de la función pública de los funcionarios públicos. Sin embargo, no siempre la gestión pública y el manejo de los recursos es asumida con responsabilidad, pues la desviación de los recursos, el nepotismo, la malversación y el enriquecimiento ilícito son frecuentes en los funcionarios públicos de todos los niveles del Estado. A todas estas actividades en las que se aprecia el abuso de poder y el enriquecimiento en beneficio personal de los funcionarios públicos en desmedro de la comunidad se le denomina corrupción.

Una forma para frenar la corrupción, que, dicho sea de paso, afecta no solamente a Honduras sino a todos los países en Latinoamérica, es mediante el impulso de la participación ciudadana dirigida a involucrar activamente a la población en la construcción de la democracia y en la vigilancia y el control de la gestión pública desde lo local.

La auditoría requiere de un mínimo de organización de una comunidad para que sus actividades de control social tengan impacto en el municipio.

Las personas que deseen organizarse con la finalidad de ejercer el control social mediante la auditoría social, deben asumir esta responsabilidad con compromiso, honestidad, transparencia, dedicación y solidaridad.

Así como en el cabildeo y la negociación, que también constituyen formas de participación, la auditoría social requiere de una **planificación** para comprender cual es la importancia y los objetivos que persigue así como conocer sobre qué auditar y cómo hacerlo. Es algo pretensioso querer auditar toda la gestión pública en un municipio, por lo que la organización civil debe concentrarse en un tema o área determinada que particularmente le interese auditar.

PRESUPUESTOS BÁSICOS PARA HACER AUDITORÍA

La planificación de un proceso de auditoría social tiene que tener en cuenta lo siguientes:

Definir el área o tema objeto de auditoría. Dependiendo de las necesidades y del interés de una comunidad, la organización social prestará más importancia a determinado aspecto de la gestión pública. Por ejemplo en el tema del vih y la salud sexual y reproductiva, sería interesante conocer a nivel local si el municipio cuenta con recursos para realizar actividades de promoción y prevención y cómo los invierte; o por ejemplo conocer las actividades y la ejecución de los recursos en la meta relacionada a la disminución de la transmisión del vih de la Estrategia de Reducción de la Pobreza (ERP)

Solicitar con respeto la información a la entidad pública. Para conocer una situación es necesario contar con la información. La ejecución del presupuesto municipal y de la contratación pública es información pública, es decir que cualquier persona puede tener acceso a ella. Las solicitudes que se realicen a la administración local para pedir información sobre proyectos, planes o contratos deben ser claras, concretas y respetuosas. El derecho de las personas para solicitar información a la administración pública mediante peticiones, se encuentra previsto en el artículo 80 de la Constitución de la República.

Antes de hacer alguna acusación, tener pruebas que la respalden. Si la auditoría social detecta irregularidades consistentes, por ejemplo, en desviación de recursos, corrupción administrativa, soborno, prevaricato o destinación diferente de los recursos, deben existir y tener pruebas veraces (pruebas escritas, testimoniales, grabaciones en audio o video por ejemplo) que fundamenten la acusación que se esté haciendo. Si se tiene la certeza de que hubo irregularidades en la ejecución de los recursos, pero no se tienen pruebas, será difícil lograr que la administración de justicia inicie una investigación formal contra el o los funcionarios públicos involucrados, además que si la organización procede de esta manera (acusando sin tener las pruebas) perdería credibilidad ante la comunidad y las instancias del municipio.

Redactar un documento que describa los hallazgos descubiertos con la auditoría. La auditoría social es un proceso delicado que requiere de mucha responsabilidad por eso mismo la auditoría debe constar por escrito. Debe contener aspectos tales como el objetivo de la auditoría, las actividades realizadas, los hechos constatados, las pruebas recaudadas, los nombres de las personas responsables y las conclusiones a las que se llegaron con la auditoría.

Difundir el documento entre la población y la administración pública. El objetivo de la auditoría, como ya se vio, es supervisar la manera como se ejecuta el presupuesto público, por lo que la auditoría debe ser divulgada entre la población y los funcionarios locales del municipio. De esta forma se hace visible la participación social y de acuerdo a lo que se concluya en el documento de auditoría, la administración local tendrá un importante respaldo para iniciar las respectivas acciones judiciales e investigar los hechos y la responsabilidad de los funcionarios públicos implicados.

Páginas de Internet sugeridas:

www.ciprodeh.org.hn
En esta página encontrarás la biblioteca con las publicaciones de CIPRODEH así como la legislación sobre participación ciudadana.

www.asical.org
Esta página pertenece a la Asociación para la Salud Integral y Ciudadana en América Latina y el Caribe, ASICAL. Encontrarás documentación sobre la incidencia política en el tema de vih/Sida y sobre proyectos en educación dirigidos a la comunidad homosexual.

Nota: También puedes encontrar información sobre participación e incidencia en el **Instituto de Incidencia Política de Honduras** con sede en Tegucigalpa y en Santa Rosa de Copán. En este momento el Instituto aún no cuenta con página de Internet, sin embargo puedes hacer cualquier consulta a través del email: iisi@cablecolor.hn o llamar al teléfono 2366910 en Tegucigalpa; y al teléfono 2514432 en Santa Rosa de Copán.

Película de cine sugerida:

"Erin Brocovich"
Esta película relata la historia de una mujer de la comunidad que decididamente se propone investigar a una compañía de productos químicos que contamina con sus desechos el agua potable de su pueblo. Película sugerida para trabajar el tema de la participación y el control social.

MÓDULO III

SEXUALIDAD, DERECHOS SEXUALES Y GÉNERO

JUAN SALVADOR GAVIOTA

Juan Salvador Gaviota nos habla de una gaviota que se atrevió a soñar. Le interesaba ser ella misma, vivir intensamente, potenciar todos sus talentos y posibilidades.

Ella sentía en su alma el llamado de las alturas, la vocación de libertad. Por atreverse a proponer una vida distinta, la aislaron, la dejaron sola, la tacharon de loca, la desterraron.

Juan Salvador, la pequeña gaviota, aceptó la soledad del aprender de nuevo, la soledad de la búsqueda atrevida de mares nuevos, nuevos cielos, nuevos horizontes.

En lo profundo de su corazón adolorido, sentía que sus alas habían nacido para abrirse a la inmensidad de lo desconocido. Y se arriesgó. Tras muchos ensayos fallidos, un día se encontró surcando los altos cielos, azules, maravillosos, inmensos, con un halo de eternidad. Y ese día entendió por qué y para qué había nacido gaviota. Palpó el vértigo de lo profundo, vivió la originalidad, la iniciativa, la creatividad. Experimentó las honduras de la perfección: llegar hasta el final de lo emprendido, llegar hasta la raíz, el manantial de su propio ser.

Ya no se trataba tanto de buscar la libertad, como de ser libre. Y se entregó apasionadamente a ser ella misma, sin ataduras ni temores.

LA SEXUALIDAD

La sexualidad está relacionada con la capacidad de sentir, compartir, recibir y dar amor, afecto y placer. Somos seres sexuales desde que nacemos. La sexualidad se expresa a través de la manera como las personas se relacionan consigo mismos/as, con las otras personas de su mismo sexo y con las personas del otro sexo.

La sexualidad comprende la dimensión biológica, la dimensión psicológica y la dimensión social. La dimensión biológica esta relacionada a los aspectos anatómicos, biológicos y fisiológicos de nuestro cuerpo.

La dimensión psicológica se relaciona con las emociones y los comportamientos frente a la sexualidad; mientras que la dimensión social esta relacionada a los patrones culturales que nos determinan en como debemos ejercer nuestra sexualidad.

Funciones de la sexualidad
La sexualidad posee dos funciones. La función erótica y la función reproductiva.

Función Erótica: La sexualidad es un cúmulo de sensaciones físicas y emociones que experimentamos todos los seres humanos y que nos produce placer.

Función Reproductiva: Tiene por objetivo la procreación de seres humanos.

El ejercicio de nuestra sexualidad en muchas situaciones es condicionada e impuesta y violentada por otras personas, perdiendo así nuestra posibilidad de tener felicidad y de tomar decisiones libres y autónomas respecto a nuestro cuerpo. Por tal razón, a nivel mundial se han iniciado desde hace dos décadas la reivindicación de los derechos que tenemos como seres sexuales.

LOS DERECHOS SEXUALES

¿Qué son los Derechos sexuales?

Son los derechos humanos que tenemos todas las personas para que el ejercicio de nuestra sexualidad sea plena, respetuosa, digna, placentera y feliz. Los derechos sexuales han sido reconocidos recientemente en la Conferencia Mundial de Población y Desarrollo que tuvo lugar en EL Cairo (Egipto) en 1994. Son llamados también derechos de cuarta generación, dado que son los últimos derechos reivindicados. Los derechos sexuales sugieren tener autonomía para decidir sobre el cuerpo; intimidad para tener vida privada sin injerencia de los demás; no discriminación por razones de sexo, identidad de sexo, identidad sexual y por tener prácticas sexuales; vida digna para realizarse como ser sexual, disfrutando del placer y del erotismo; acceso a la información sobre la salud sexual, autocuidado y medidas de prevención de embarazos y de Infecciones de Transmisión Sexual (ITS); respeto por la integridad personal conformada por el cuerpo físico, los pensamientos y las emociones.

¿Cuáles son mis derechos sexuales?

1. Tengo derecho al ejercicio autónomo de mi sexualidad.
2. Tengo derecho a ser respetado/a en mi identidad sexual.
3. Tengo derecho a decidir cuándo, cómo, con quien y con que frecuencia tener prácticas sexuales.
4. Tengo derecho a conocer, respetar y amar mi cuerpo.
5. Tengo derecho a decir no, cuando no deseo que nadie toque mi cuerpo.
6. Tengo derecho a que respeten mi intimidad.
7. Tengo derecho a no ser discriminado/a por mi identidad sexual.
8. Tengo derecho a la maternidad libre.
9. Tengo derecho a que se me brinde la suficiente información en forma clara veraz y oportuna respecto de la sexualidad.
10. Tengo derecho a recibir información clara, veraz y oportuna sobre el uso del condón y a la utilización de métodos anticonceptivos.
11. Tengo derecho a la salud y a gozar de un ambiente sano.
12. Tengo derecho a recibir atención en salud sexual y salud reproductiva.

Mi cuerpo es lo más perfecto y maravilloso que existe y tengo derecho a conocerlo, sin miedo ni prejuicios.

EL SEXO

Son todas las características físicas y fisiológicas que definen a un hombre y a una mujer.
Los sexos son hombre y mujer; y también hermafrodita.

Hombre: Es el ser humano que desde su nacimiento se distingue por las siguientes características físicas (externas): pene, prepucio y escroto; y fisiológicas (órganos internas) ya que posee testículos, epidídimo, conductos deferentes, vesícula seminal, próstata y uretra. Estas particularidades lo diferencian en el nacimiento del otro sexo. En la etapa de desarrollo, conocida como pubertad, se determinarán otras características físicas secundarias y aquellas psicoemocionales del ser humano.

Mujer: Es el ser humano que desde su nacimiento se distingue porque en sus características físicas (externas) se observa la vulva, los labios mayores, los labios menores y el clítoris; fisiológicamente (órganos internos) una mujer posee ovarios, trompas de falopio, útero y vagina.

Hermafrodita. Es el ser humano que cuando nace tiene características físicas y fisiológicas de ambos sexos (hombre y mujer) En algunas ocasiones pueden tener un sexo más desarrollado que otro; por ejemplo puede tener a nivel externo una vagina e internamente tener escroto; aunque comúnmente se conoce como hermafroditismo, en la literatura médica se utiliza el término de "estados intersexuales" Las personas hermafroditas son seres humanos como cualquiera otra y no pueden ser discriminadas por esta causa. Algunas veces las personas hermafroditas no desean ser hombre o ser mujer, sino seguir siendo hermafroditas. A nivel mundial existe una asociación de personas hermafroditas, quienes reivindican sus derechos como hermafroditas ya que se identifican como tal y no desean ser hombre ni tampoco mujer.

LA IDENTIDAD DE SEXO

Es el proceso físico y emocional a través del cual el ser humano va reconociendo sus características externas para autoidentificarse con el sexo con el que nació reafirmándose así como hombre o como mujer. Este proceso comienza en la infancia y tiene su momento álgido durante la pubertad.

Algunas personas durante el proceso de autoexploración y reconocimiento no se identifican con el sexo con el que nacieron sino con el otro sexo. El que una persona no se identifique con el sexo con el que nació no significa que sea anormal o que es una persona rara como se suele decir. No. Este es un proceso natural en el desarrollo de los seres humanos y así como hay personas que se identifican plenamente con su sexo y con su cuerpo, hay otras que no.

Las personas que no se identifican con su sexo de nacimiento se sienten infelices porque están atrapados/as en un cuerpo que no les corresponde, razón por la cual comienzan a transformar su cuerpo para identificarse con las características físicas y fisiológicas del otro sexo. Comúnmente a este proceso de identificación con el otro sexo diferente al sexo de nacimiento se le conoce como **transexualidad,** porque se hace un transito de un sexo a otro.

La pubertad. Los hombres y las mujeres, pasamos por una etapa denominada la pubertad. En los hombres esta etapa se inicia aproximadamente hacia los 11 años y medio, mientras que en las mujeres se inicia a los diez años y medio. En la pubertad, etapa que puede durar entre cuatro y tres años, ocurren los cambios físicos, fisiológicos y psicoemocionales más importantes del ser humano ya que nuestro cuerpo se transforma anatómicamente; también es la etapa en que a nivel emocional y psicológico se asumen frente a la sexualidad comportamientos y actitudes diferentes a los de la infancia.

Fundamentalmente se alcanza la función erótica de la sexualidad así como el deseo sexual, es por eso que los/las jóvenes durante esta etapa pueden sentir ansiedad ya que están en el momento de transición entre la niñez y la adultez.

CAMBIOS BIOLÓGICOS QUE TIENE UN HOMBRE DURANTE LA PUBERTAD

En la pubertad un hombre inicia su desarrollo físico. Los chicos aumentan su estatura al igual que su masa corporal. Su espalda se ensancha y aparece el vello abundante en la región púbica, las axilas, el pecho, las piernas, los brazos y empieza a salir el bigote y la barba en la cara.

Los músculos se desarrollan y los brazos y piernas se alargan. El escroto (que es la bolsa en donde se encuentran los testículos) aumenta de tamaño así como el pene.

En esta etapa, los testículos inician la producción de **espermatozoides**. Además, se presenta la primera eyaculación que generalmente ocurre durante el sueño. Los espermatozoides son las células sexuales del hombre (que se producen por millones) a partir de la pubertad, gracias a la hormona llamada **testosterona.** Los espermatozoides se unen con los líquidos que produce la vesícula seminal y la próstata para formar el **semen** que es arrojado cuando hay una eyaculación.

Si se tiene una cópula, es decir una práctica sexual penetrativa vaginal (introducción del pene dentro de la vagina con eyaculación), los espermatozoides allí depositados son los que logran fertilizar el óvulo de una mujer.

¿Qué es la eyaculación? Es la expulsión del semen a través de la uretra, requiere que el pene este en erección. La eyaculación produce sensaciones muy placenteras y excitantes (orgasmo) para un hombre.

¿Qué es una erección? Es cuando el pene se pone duro y se levanta. El pene se endurece y se eleva debido a que en su interior hay un tejido esponjoso al que llega un torrente de sangre que produce un levantamiento del pene. La erección ocurre cuando el pene es tocado o cuando se tienen pensamientos placenteros que producen excitación.

Los hombres también poseen órganos sexuales internos y externos.

Organos sexuales internos:

1. **Testículos:** Los testículos son dos pequeñas masas que se encuentran dentro del escroto. Son los encargados de producir los espermatozoides, desde el inicio de la pubertad y durante toda la vida de un hombre.
2. **Epidídimo:** Son dos órganos que tienen la forma de un tubo y que se conectan cada uno a los testículos con los conductos deferentes. Sirven para albergar a los espermatozoides durante su recorrido hacia la uretra.

3. **Conductos Deferentes:** Son dos órganos similares también a un tubo pero de menor longitud que el epidídimo. Los conductos deferentes como su nombre lo indica son los encargados de conducir los espermatozoides hacia la uretra.
4. **Vesícula Seminal:** Las vesículas seminales son dos y su función es producir un fluido que al mezclarse con los espermatozoides forma el semen.
5. **La próstata:** Es una glándula que produce una sustancia transparente que hace parte del semen. Esta sustancia facilita la movilidad de los espermatozoides durante la eyaculación.
6. **Uretra:** Es un órgano en forma de tubo que sirve para llevar la orina, que se almacena en la vejiga, hacia el orificio urinario por donde es expulsada. Por la uretra también es expulsado el semen durante la eyaculación.

Organos sexuales externos:

1. **Pene:** Es un órgano que cuando esta en estado de flacidez es blando y cuelga de la región púbica. Al ser tocado produce gran sensibilidad generando sensaciones muy placenteras. Cuando hay estímulos ya sea físicos o sensoriales, que producen excitación, el pene se pone duro y aumenta considerablemente su tamaño, sobresaliendo en el cuerpo. A ello se le denomina erección. El extremo del pene se llama **glande**. El glande posee una abertura llamada orificio o **meato urinario**, por donde se expulsa la orina, así como también el semen cuando se tiene una eyaculación. El pene tiene además del glande, una hendidura llamada **surco balano prepucial**, ubicada inmediatamente después del glande. Esta zona es muy erógena y sensible a la estimulación.
2. **Prepucio:** Es la piel que recubre el glande (hay hombres que no poseen ese recubrimiento de piel porque les ha sido retirado de su cuerpo a través de una pequeña cirugía realizada por un médico especializado, a este procedimiento se le denomina **circuncisión)**. Hay, en cambio, otros hombres que conservan el recubrimiento de piel en el pene (prepucio), es decir no están circuncidados. Los hombres con prepucio deben mantener una adecuada higiene limpiando muy bien los pliegues que forman su prepucio ya que es una zona susceptible de albergar bacterias que dan lugar a infecciones, si no es aseada diariamente. El que un hombre tenga o no tenga el prepucio no afecta en nada su vida sexual, ni sus erecciones.
3. **Escroto:** Es una bolsa de piel arrugada que recubre los testículos y los sostiene. Su color es oscuro y tiene un poco de vello.

CAMBIOS BIOLÓGICOS DE UNA MUJER EN LA PUBERTAD

Durante la pubertad, una mujer experimenta algunos cambios biológicos que inciden en su desarrollo físico y psicoemocional.

El ciclo menstrual comienza en la pubertad cuando el ovario inicia su funcionamiento y termina con la menopausia, es decir cuando una mujer ya no puede quedar embarazada porque sus ovarios dejan de producir óvulos. Desde la primera menstruación, una mujer tendrá cada mes el período del ciclo menstrual. En el ciclo menstrual el óvulo sale del ovario y hace un viaje pasando por las trompas de Falopio hasta llegar al útero. Si en ese viaje el óvulo no es fecundado por un espermatozoide, entonces se producirá la menstruación, que es el sangrado ocasionado por el desprendimiento de las paredes del endometrio. Cuando en el viaje, el óvulo es fecundado por un espermatozoide entonces, el endometrio protege al óvulo fecundado, anidándolo en el útero. En este momento el ciclo menstrual se detiene para darle paso al embarazo.

La menstruación, que es la expulsión de sangre a través del orificio vaginal, es un proceso normal y natural que ocurre todos los meses durante la vida de una mujer hasta la etapa denominada menopausia, en donde se deja de menstruar. El momento en que una mujer deja de menstruar varía, dependiendo del organismo de cada una, sin embargo la edad oscila entre los 45 y 50 años.

La menstruación se inicia con poca sangre y a medida de los días en que se menstrua la expulsión de sangre aumenta. Durante los días en que se menstrua (que va de tres a cinco días normalmente, dependiendo de cada mujer), la expulsión de sangre es intermitente, es decir, que no todo el tiempo esta expulsando sangre.

Para saber de cuanto tiempo es el ciclo menstrual de una mujer, es necesario contar el tiempo que va desde el primer día de la menstruación hasta el primer día de la siguiente menstruación. En algunas mujeres el ciclo menstrual es de 28 días, en otras de 29, 30, 31 o 32 días. Sin embargo, en algunas mujeres el ciclo menstrual puede ser de más de 35 días. La duración del ciclo menstrual depende del organismo de cada mujer. Las primeras menstruaciones en la adolescencia suelen ser bastante irregulares, es decir que en un mes el ciclo menstrual puede ser de 28 días y al siguiente de 30 y el próximo de 27 días. Esto se considera normal mientras se estabiliza el ciclo menstrual.

La menstruación indica salud. Por eso cuando una mujer tiene la menstruación no debe decir que esta enferma. Al contrario, una mujer es tan sana que puede hacer ejercicio, bailar, caminar y realizar cualquier otra actividad. Durante el ciclo menstrual las mujeres deben ser mucho más cuidadosas con su higiene personal. Bañarse todos los días y cambiar de toalla higiénica o tampón varias veces al día, pues los residuos de sangre que quedan en los vellos del pubis pueden producir mal olor e infecciones.

Durante el ciclo menstrual no existe ningún impedimento para tener prácticas sexuales. Sin embargo, esta es una situación que debe ser conversada con la pareja, pues autónomamente y de común acuerdo ambas personas deben decidir si desean o no tener prácticas sexuales durante este período.

Cambios externos

El crecimiento de las mamas o senos: Cuando una mujer inicia la etapa de la pubertad sus pezones se desarrollan aumentando de tamaño para dar paso a los senos, la areola se agranda y adquiere un color rosado o marrón. Los senos, el pezón y la areola son zonas muy sensibles que al ser estimuladas producen gran placer.

Ensanchamiento de las caderas: En el momento del desarrollo, la pelvis de la mujer se ensancha dando paso a las caderas. Las caderas son acumulaciones de grasa que se sitúan a cada lado del cuerpo (a la altura de la pelvis) de la mujer.

Crecimiento del vello: Con la pubertad también aparece vellosidad en el monte de venus (vulva) y las axilas. En algunas mujeres también suele aparecer vello en la parte superior de la boca, alrededor de los pezones y en las piernas y brazos.

Organos sexuales internos de la mujer:

1. Los ovarios
2. Las Trompas de Falopio
3. El útero (también llamado matriz)
4. La vagina

Los Ovarios: Son dos órganos pequeños situados en la cavidad pélvica a cada lado del útero. Son los que producen las hormonas (progesterona y estrógenos), éstas últimas son las que en la pubertad desarrollan el cuerpo, los rasgos físicos e intervienen en el deseo sexual.
Los ovarios son también los que producen los óvulos. **Los óvulos** son las células reproductoras de la mujer.

¿Que es la ovulación? Es la maduración del óvulo. Este proceso ocurre cada mes, desde la pubertad. El óvulo ésta dentro de una cápsula llamada folículo, en el momento de la ovulación, el folículo revienta y el óvulo inicia su camino por las Trompas de Falopio, esperando ser fecundado por un espermatozoide. El período de la ovulación puede durar un día o dos, es la época de mayor fertilidad de una mujer, es decir que puede quedar embarazada si no utiliza métodos de protección para evitarlo.

Durante la ovulación hay un aumento del flujo vaginal más espeso y se siente mayor humedad, además la temperatura del cuerpo aumenta. En una mujer cuyo ciclo menstrual sea de 26 a 28 días, la ovulación se produce regularmente el día 14 antes de la siguiente menstruación. Sin

embargo no es igual para todas las mujeres pues depende de su organismo y del tiempo de su ciclo menstrual.

La Trompas de Falopio: Son dos conductos que van desde los ovarios hasta el útero o matriz. Por esos conductos se desplaza el óvulo en su travesía para ser fecundado por un espermatozoide, cuando ambos (óvulo y espermatozoide) se encuentran.

Útero o matriz: Es un órgano que tiene forma de pera invertida. Su tejido es muscular; Tiene dos funciones: 1) Anidar el óvulo fecundado por el espermatozoide. El útero es el lugar en donde el óvulo fecundado permanece durante nueve meses hasta el momento del nacimiento de un bebé; 2) Cuando no se produce la fecundación la pared interna del útero que se llama endometrio se desprende, produciendo el sangrado que conocemos como menstruación.

La vagina: Es un músculo que tiene forma de tubo. Se caracteriza por su elasticidad. El interior de la vagina esta formada por una mucosa que permite la lubricación. Tiene un orificio externo que está protegido por una membrana llamada **himen.** Por una creencia religiosa el himen se ha convertido equívocamente en una prueba de pureza y virginidad de la mujer que representa castidad. Sin embargo, el himen es simplemente un órgano que cumple una función de protección del orificio vaginal al que se le debe quitar cualquier tipo de asociación al modelo de "mujer virtuosa" que pretende imponer una sociedad que maneja, frente a la sexualidad de las mujeres, una doble moral.

Por el orificio vaginal es por donde ingresa el pene hacia la vagina cuando se tiene la práctica sexual penetrativa denominada coito; y cópula cuando hay eyaculación adentro de la vagina.

Los órganos sexuales externos:

1. La vulva
2. Los labios mayores
3. Los labios menores
4. El clítoris

La Vulva: También llamada el monte de Venus, esta ubicada al frente, entre las piernas. Esta zona produce sensaciones muy placenteras al ser estimulada. Cuando las chicas inician la pubertad, alrededor de la vulva comienza a crecer vello grueso y abundante.

Los labios mayores: Son dos pliegues de color rosado oscuro que se observan cuando se separan las piernas. Están cubiertos de vello en su parte externa. Producen una sustancia que lubrica la vagina cuando hay excitación. Al ser estimulados producen sensaciones placenteras.

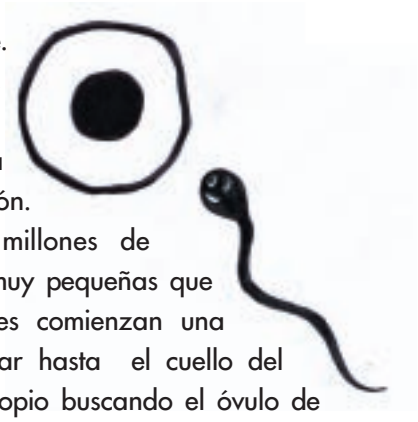
Los labios menores: Son dos pliegues más pequeños que los labios mayores, son de color rosado. Se pueden observar y tocar al abrir los labios mayores. Al ser estimulados producen sensaciones placenteras. En los labios menores están situadas las glándulas de Bartolino, que son las encargadas de producir la lubricación de la vagina.

El clítoris: Es el órgano de placer por excelencia de la mujer. Es una pequeña protuberancia

hundida en el tejido. Está localizado en el punto superior donde se unen los labios menores. Cuando se estimula con el tacto se endurece provocando gran placer en la mujer.

Aunque el **meato urinario** no hace parte de los órganos sexuales, es necesario mencionarlo ya que se encuentra localizado entre el ano y el orificio de la vagina. Es un orificio que permite la salida de la orina a través de la vejiga.

Es importante saber que en la mujer, la orina se expulsa por el orificio urinario; la menstruación, en cambio, es expulsada por el orificio vaginal. Mientras que en el hombre la orina como el semen son expulsados por el mismo orificio urinario.



La fecundación: Es la unión de un óvulo con un espermatozoide. Comúnmente se requiere de la práctica sexual denominada cópula, es decir de la introducción del pene en la vagina de la mujer, con eyaculación (expulsión del semen adentro de la vagina) sin la utilización del condón o de cualquier método de anticoncepción. Cuando un hombre eyacula, expulsa a través del semen millones de espermatozoides que no son visibles a los ojos, pues son células muy pequeñas que sólo se pueden apreciar en el microscopio. Los espermatozoides comienzan una carrera avanzando por la vagina de la mujer para lograr llegar hasta el cuello del útero, luego seguir por el útero y llegar hacia las trompas de Falopio buscando el óvulo de la mujer (que previamente ha salido de uno de sus ovarios) Si los espermatozoides encuentran el óvulo entonces varios de ellos intentarán ingresar al óvulo, pero sólo uno lo conseguirá. El espermatozoide que se une al óvulo, formará una célula llamada **cigoto** que se irá desplazando hasta llegar al útero para implantarse allí. Una vez en el útero, el óvulo fecundado se denomina **embrión** hasta los dos meses siguientes, mientras se desarrolla. Luego permanecerá allí dentro del útero por otros siete meses más, llamándose **feto** hasta el momento del nacimiento.

Cuando un hombre y/o una mujer que desean ser papá y mamá no lo consiguen a través de la cópula, entonces es posible que se empleen métodos de fecundación llamados "in vitro" en donde en un tubo de ensayo se logra unir un espermatozoide con un óvulo, para luego implantar esa célula en el útero de la mujer.

IDENTIDAD DE INDUMENTARIA

Se define **indumentaria** a las prendas de vestir y a los accesorios que utiliza una persona. Los estereotipos de belleza y de moda determinan la manera como ha de vestirse una persona dependiendo de si se es hombre o de si se es mujer así como del contexto cultural, social y económico, limitando de esta forma su identidad personal y su derecho a la libertad de expresión mediante la utilización de la ropa y los accesorios.

Salirse del estereotipo cultural que impone la sociedad a través del vestuario es un acto de irreverencia y rebeldía, que es censurado duramente. Las mujeres a lo largo de la historia de la humanidad han conseguido transgredir la imposición cultural mediante hechos que simbolizan su derecho a la libertad de expresión y a la autonomía; por ejemplo quitándose el maquillaje, usando pantalón, vistiendo prendas masculinas, dejando de usar zapatos altos. Los hombres, en cambio, han recibido una mayor censura cuando han intentado rebelarse respecto al estereotipo cultural impuesto siendo objeto de humillación y burla. Asociado a la identidad de indumentaria se encuentran variadas manifestaciones que las personas poseen para expresarse a través de su vestuario. Veamos:

Travesti: Es un término que proviene de la identidad de indumentaria, para referirse a los hombres que utilizan las prendas asociadas a la indumentaria femenina. Muchos hombres travestis utilizan vestuario femenino ocasionalmente mientras que otros pueden usarlas permanentemente.

Transformista: Esté término se utiliza para referirse a las personas que en determinadas ocasiones utilizan el vestuario femenino o masculino transformando así su identidad de género. Por ejemplo en las obras de teatro, comedias, shows y espectáculos y para efectos de representar a un personaje los hombres pueden asumir la identidad de una mujer transformando su apariencia física y utilizando prendas de vestir asociadas a lo femenino; así mismo las mujeres para efectos de representar un personaje masculino se transforman para asumir una identidad masculina.

Drag Queen: Este término del idioma inglés cuya traducción es "la reina de lo estrambótico", apareció en la década de los años setentas siendo un movimiento social en protesta contra los estereotipos sociales impuestos para determinar el comportamiento humano, el estilo de vida y el rol social. Las drag queen ridiculizan esas reglas de conducta social utilizando la exageración para expresar su rechazo. Es por eso que una drag se maquilla y se viste llamativamente para llamar la atención y mostrar como las mujeres son educadas siguiendo un modelo de conducta de mujer virtuosa y femenina y una apariencia determinada (maquillaje, joyas, tacones, falda) para ser socialmente reconocidas y aceptadas como mujeres.

Andrógino: Es un término que proviene de la palabra andrógeno. Los andrógenos son las hormonas producidas por el testículo, responsables de la aparición de los caracteres masculinos. Se denomina andrógino a las personas cuya apariencia es indefinible es decir que en sus rasgos físicos y en su vestuario no es posible determinar si su identidad es masculina o femenina. En el mundo del modelaje es común ver a modelos hombres y mujeres cuya apariencia es andrógina.

IDENTIDAD SEXUAL

También conocida como orientación o preferencia sexual. La Identidad sexual es el autorreconocimiento que hacen todas las personas desde el amor, el afecto, el erotismo y el placer para relacionarse consigo mismas/os, y con las otras personas, sentir amor y placer, tener prácticas sexuales (relaciones sexuales) y definir, autónomamente, su estilo de vida. Las personas se pueden identificar como heterosexuales, homosexuales y bisexuales.

Heterosexual: Es la persona que se identifica a partir de su sexo (hombre o mujer) y desde el amor, el afecto, el placer y erotismo se relaciona **con personas del otro sexo diferente al suyo;** además de tener prácticas sexuales y definir que ese es su estilo de vida. De acuerdo con lo anterior un hombre es heterosexual cuando afectiva, amorosa y eróticamente se relaciona con una persona del otro sexo, es decir con una mujer; y una mujer es heterosexual cuando afectiva, amorosa y eróticamente se relaciona con una persona del otro sexo, es decir con un hombre.

Homosexual: Es la persona que se identifica a partir de su sexo (hombre o mujer) y desde el amor, el afecto, el placer y erotismo se relaciona **con personas de su mismo sexo**; además de tener relaciones sexuales y definir que ese es su estilo de vida. De acuerdo con lo anterior un hombre es homosexual cuando afectiva, amorosa y eróticamente se relaciona con otro hombre; y una mujer es homosexual cuando afectiva, amorosa y eróticamente se relaciona con otra mujer.

Bisexual: Es la persona que se identifica a partir de su sexo (hombre o mujer) y desde el amor, el afecto, el placer y erotismo se relaciona **con personas de su mismo sexo y también con personas del otro sexo**; además de tener relaciones sexuales y definir que ese es su estilo de vida. De acuerdo con lo anterior un hombre es bisexual cuando afectiva, amorosa y eróticamente se

relaciona con otro hombre y también con una mujer; y una mujer es bisexual cuando afectiva, amorosa y eróticamente se relaciona con otra mujer y también con un hombre.

Las personas con identidad sexual homosexual se definen como gay y como lesbiana.

Gay: Es una palabra de orgullo, satisfacción de ser una persona homosexual. Comúnmente se denomina gay para referirse a los hombres como a las mujeres homosexuales.

Lesbiana: También es una palabra de orgullo y satisfacción que las mujeres utilizan para definir su identidad sexual homosexual.

La discriminación y la censura social de la que son víctimas muchas personas que se identifican como personas homosexuales, las ha obligado a esconder su homosexualidad asumiendo en apariencia una identidad heterosexual ya que son personas con un vínculo marital y familiar definido que esconde una profunda frustración porque realmente se identifican como homosexuales.

PRÁCTICAS SEXUALES

Las prácticas sexuales son las expresiones de amor, afecto, deseo y placer que las personas tienen consigo mismas y con las demás personas, mediante el contacto físico.

Existen múltiples y variadas prácticas sexuales que se pueden realizar utilizando todos los sentidos. Existen prácticas sexuales que son penetrativas y otras que no lo son. Es decir que hay prácticas sexuales en las que un órgano del cuerpo de una persona o un objeto es introducido en el cuerpo de otra persona y por eso se les denomina prácticas sexuales penetrativas; hay otras prácticas que no implican la introducción de ningún órgano u objeto utilizando los sentidos.

En las prácticas sexuales penetrativas una parte del cuerpo de una persona (pene, lengua, dedos) es introducido en la cavidad de otra persona (boca, ano, vagina) Durante estás prácticas puede haber intercambio de secreciones corporales como semen, secreciones vaginales y sangre. Si no se tienen los medios de protección adecuados, **estas prácticas pueden ser de riesgo para adquirir una infección de transmisión sexual, incluido el vih** ya que si una persona tienen una infección sexual como vih, sífilis, clamidia, gonorrea, papiloma y otras, puede transmitirlo a otra porque el virus o la bacteria (que es el agente transmisor) se transporta precisamente a través de esos fluidos corporales.
Las prácticas sexuales penetrativas pueden ser anales, orales y vaginales.

Prácticas sexuales orales: En esta práctica sexual la boca es la cavidad receptora de un órgano del ser humano.

- **Introducción del pene en la boca:** Científicamente a esta práctica se le conoce como fellatio, y popularmente como "mamar".
- **Besar la vulva e introducir la lengua en la vagina:** conocida científicamente como cunnilingus.
- **Besar el ano e introducir la lengua** a través de él hacia el recto, conocida científicamente como anilingus y popularmente como "beso negro".

Prácticas sexuales anales: En estas prácticas el ano es la cavidad receptora de un órgano de otra persona.

- **Introducir el pene a través del ano hacia el recto.**
- **Introducir los dedos a través del ano hacia el recto.**
- **Introducir el puño a través del ano hacia el recto.** Esta práctica es conocida por su término en inglés "fisting"
- **Introducir juguetes eróticos** como consoladores o vibradores a través del ano hacia el recto.

Prácticas Sexuales Vaginales: en estas prácticas, la vagina es la receptora de un órgano de otra persona.

- **Introducción del pene a la vagina:** también denominada como coito. El coito se diferencia de la "cópula", porque en la cópula además de la introducción del pene también hay eyaculación dentro de la vagina, mientras que en el coito no hay eyaculación.
- **Introducción de los dedos en la vagina**.
- **Introducción de juguetes eróticos como consoladores o vibradores.**

Las prácticas sexuales no penetrativas no revisten riesgo para adquirir el virus del vih porque al no haber penetración de un órgano en la cavidad de una persona no hay intercambio de líquidos corporales. Dentro de estas prácticas podemos encontrar:

La masturbación es la práctica sexual en la que las personas se dan a si mismas placer tocándose sus órganos genitales. Esta práctica ha sido por mucho tiempo censurada. No hay nada de malo en ella y no existe razón alguna para sentirse culpables por practicarla. La masturbación es expresión de libertad y autonomía en la que las personas experimentan gratificantes sensaciones de placer.

Los besos en cualquier parte del cuerpo, los abrazos, las caricias, frotar los cuerpos desnudos o con ropa, los masajes, arañar a la piel de la pareja, las cosquillas, los mordiscos y la masturbación en pareja son ejemplo de prácticas sexuales no penetrativas.

Esparcir alimentos y bebidas sobre la piel, quitarse la ropa seductoramente (Strip-tease), las llamadas telefónicas eróticas, líneas calientes, el sexo virtual a través del internet, son también prácticas sexuales no penetrativas.

Cualquier práctica sexual implica respeto recíproco, libertad y autonomía para decidir hacerla o no, lo cual indica que ambas personas han de estar de acuerdo para hacerla. Nadie puede ser obligado/a a realizar una práctica sexual que no desee.

EL GÉNERO

La palabra género posee varios significados dependiendo del contexto en donde se utilice. Se le denomina género al conjunto de cosas o de seres vivos que tienen características comunes. También puede significar el grupo de animales o plantas que pertenecen a una misma especie. Otro significado de la palabra género es el de ser una categoría literaria por ejemplo, cuando se habla de la novela como un género literario. En gramática los sustantivos pueden pertenecer a diferentes géneros y dependiendo de ello se utilizará el artículo que acompaña al sustantivo.

El otro significado del género es el que se relaciona con el comportamiento asignado social y culturalmente dependiendo de si se es hombre o se es mujer. Las personas no nacen con género; nacen con un sexo, que de acuerdo a sus características físicas y fisiológicas, será sexo hombre o sexo mujer. El género, en cambio, está definido por la forma en que la sociedad indica como deben comportarse y educarse los hombres y las mujeres y así asumir un rol determinado a partir de su comportamiento y de su apariencia.

De acuerdo con lo anterior, lo géneros son masculino y femenino. Por **género masculino** se entiende el comportamiento que un hombre debe tener para ser considerado hombre en un contexto socio cultural determinado. Por ejemplo un hombre para ser considerado hombre en Honduras es aquel al que educan para ser un macho, dominante, independiente, fuerte, poco expresivo, trabajador, bebedor de alcohol. Generalmente lo masculino está asociado al placer y al espacio público es decir a la vida social.

El **género femenino** corresponde a la mujer educada para ser sumisa, dependiente, débil, tierna, sentimental, delicada, virtuosa, hogareña. Lo femenino se asocia al amor y al espacio de lo privado, es decir a la vida de hogar, de la casa, de la familia y de los hijos.

Las personas crecen y se les educa bajo un riguroso esquema de estereotipos y de roles sociales que les impiden ser como quieren ser anulando así su derecho a la autonomía, a la libertad de expresión y su vida digna. Aquel que se salga del estereotipo del género es censurado, señalado y discriminado. Por ejemplo un hombre que transgreda su rol de hombre masculino y asuma un rol femenino, comportándose tierna y delicadamente será estigmatizado como homosexual, discriminado e incluso víctima de violencia física y emocional.

Así mismo una mujer que se comporte masculinamente, es decir que exprese su erotismo, que sea independiente y fuerte y que no utilice maquillaje será señalada como poco femenina y calificada de lesbiana.

Las personas son libres y autónomas para decidir como vivir su vida. El proyecto de vida de cada persona es una elección personal que deber ser respetado. Ninguna persona es igual a otra, vivimos en un mundo multidiverso, multiétnico y multicultural que reclama la aceptación y el respeto

por la dignidad de las personas.

La bipolaridad entre lo masculino y lo femenino ha ocasionado que las mujeres sean sometidas por el dominio masculino trayendo consigo discriminación por razón de su sexo y grandes desigualdades respecto al hombre. No existe un sexo débil ni un sexo fuerte y tampoco existe ninguna razón que justifique tal diferencia. Las mujeres y los hombres somos iguales en derechos aún cuando distintos desde el punto anatómico ya que tenemos características que aluden a lo físico y a lo fisiológico que nos distinguen, por eso a partir de tales diferencias es que una persona al momento de su nacimiento se le determina el sexo de hombre o de mujer, según el caso.

Estos comportamientos impuestos a través del tiempo, se hacen visibles en los patrones de crianza de los niños y las niñas, desde cuando nacen, durante la infancia, en la adolescencia y también en la edad adulta. Los niños crecen pensando que por ser hombres no deben llorar y más bien deben ser agresivos y a las niñas las educan para ser sumisas frente al hombre. Estas diferencias de género han traído como consecuencia que se piense que hay preferencias frente al acceso a las oportunidades en diversos campos como el laboral, académico y profesional así como también frente al manejo de las relaciones afectivas y sexuales entre hombres y mujeres.

Por su parte, la publicidad, la televisión y los otros medios de opinión refuerzan el estigma de la diferencia de los sexos al presentar a la mujer como un ser frágil y débil que exhibe sus atributos como una mercancía, que contrasta con la figura del hombre, que enaltece sus cualidades de sexo fuerte, rudo e inexpresivo.

Los chistes sobre hombres y mujeres que nos parecen divertidos, en realidad tienen un fuerte contenido discriminatorio, indignante e irrespetuoso. Detrás de un chiste hay un prejuicio frente a los sexos. Por eso antes de contar un chiste vale la pena reflexionar en el trasfondo que este posee.

Las consecuencias de relacionarnos entre hombres y mujeres a partir de la confrontación son preocupantes, pues ello ha generado que se configuren relaciones de poder/dominación, en el que un sexo ejerce dominación sobre el otro, ocasionando relaciones disparejas y en donde la violencia física y sexual es un elemento recurrente que casi siempre se presenta hacia las mujeres.

IGUALDAD DE DERECHOS ENTRE HOMBRES Y MUJERES

En los años sesentas, surgieron en Europa los movimientos feministas, liderados por mujeres que propugnaron por el reconocimiento y la igualdad de derechos de las mujeres. Las organizaciones feministas se convirtieron en un importante punto de referencia para visibilizar a las mujeres y también para que los Estados europeos, comenzaran la revisión de sus legislaciones en aras de garantizar iguales derechos a las mujeres.

Los derechos de las mujeres y en particular el derecho a la no discriminación por razones de sexo fueron reconocidos en 1994 durante la **Conferencia de Población y Desarrollo** en la ciudad egipcia de El Cairo. En esta Conferencia se concluyeron dos cosas muy importantes: 1) El reconocimiento de los llamados derechos sexuales y reproductivos para las mujeres y los hombres y 2) La no discriminación por razones de sexo. **La Conferencia de Beijing** celebrada un año después, en 1995, fue el escenario internacional en el que se acordó la denominada plataforma de acción con el objetivo de asumir un compromiso multinacional en la protección de los derechos de las mujeres tendiente a afrontar la discriminación, la desigualdad de género y la violencia hacia las mujeres.

De cada persona depende que la convivencia entre los hombres y las mujeres no se convierta en una competencia ni en una confrontación. Mujeres y hombres somos seres humanos, con emociones, sentimientos y con la enorme capacidad de desarrollar la creatividad en todos los campos. Tenemos que ser capaces de relacionarnos con respeto y amor, estableciendo relaciones equilibradas en donde prevalezca siempre el más alto sentimiento de consideración por la dignidad del ser humano.

IGUALDAD DE GÉNERO

La expresión igualdad de género significa que las mujeres deben tener acceso a las mismas oportunidades como los hombres y al goce pleno y efectivo de sus derechos humanos y sexuales. La estigmatización de roles masculino y femenino ha traído como consecuencia que a las mujeres se les considere como débiles y sumisas y que los hombres utilicen el poder para dominar a las mujeres en todos los espacios (sexual, afectivo, laboral y político). Los prejuicios culturales y sociales que se presentan en las sociedades machistas han impuesto un esquema desigual en la relación hombre-mujer, al punto de anular la dignidad, el respeto y los derechos humanos de las mujeres y de ponerlas en desventaja frente a los hombres. Precisamente la discriminación de la que son víctimas las mujeres ha originado la incorporación del tema de igualdad de géneros, que desde los organismos internacionales y las conferencias mundiales se han propuesto salvaguardar y proteger los derechos de las mujeres. Son varias los documentos internacionales que obligan a los Estados a asumir la responsabilidad de combatir la discriminación por razones de sexo y de género (Convención de Belém do Pará, Convención contra toda forma de discriminación contra la mujer, Conferencia de Población y Desarrollo del Cairo, Conferencia de Beijing) Pese a los esfuerzos internacionales al respecto, la violencia contra las mujeres es sistemática y se refleja en estadísticas alarmantes que dan cuenta de la violencia física, sexual y emocional que sufren las mujeres de cualquier edad, origen, etnia en cualquier parte el mundo. Los reportes en nuestros países latinoamericanos indican que las mujeres son cada vez más víctimas de la violencia y que la pobreza es más palpable en las mujeres (feminización de la violencia y feminización de la pobreza).

En el año 2000, el Congreso Nacional promulgó **la Ley de Igualdad de Oportunidades Para la Mujer,** con la finalidad de responder a los requerimientos contenidos en la Convención sobre eliminación de todas formas de discriminación contra la mujer, instrumento internacional ratificado por el Estado de Honduras. La Ley de igualdad de oportunidades afirma la igualdad de derechos que poseen las mujeres respecto a los hombres; las ampara de hechos discriminatorios en el acceso a la educación y de la salud. Por ejemplo establece (articulo 35) que a las jóvenes embarazadas se les concederá licencia de maternidad, sin poner en peligro la continuidad de su educación, sin embargo son varias las denuncias recibidas por la Fiscalía, que dan cuenta de la discriminación que sufren las jóvenes embarazadas al ser expulsadas de los centros educativos.

Con respecto a la participación en el poder, la ley estima que la participación de las mujeres en cargos de dirección y de elección popular, será progresiva, al decir que se comenzará con una participación femenina del 30% hasta lograr la equidad con los hombres, dice la misma ley en el artículo 81. A este respecto cabe preguntarse si el que la ley predetermine un 30% de participación femenina, es realmente una oportunidad para que las mujeres hondureñas participen y accedan al poder en condiciones de igualdad respecto a los hombres o por el contrario es una sutil forma de discriminación.

Aún cuando es loable que exista una ley que reivindique la igualdad de las mujeres, ésta presenta debilidades especialmente en relación a la ausencia de asignación de responsabilidades institucionales para su cumplimiento y en la falta de reglamentación que se refleja en el poco conocimiento que los funcionarios públicos y la población tienen de ella y en su escasa aplicación.

En el año 1997 mediante el decreto 132/97 se expidió la **Ley Contra la Violencia Doméstica** para proteger a las mujeres víctimas de la violencia sexual, física y emocional ocasionada por sus parejas sexuales actuales y anteriores. En la Ley se contemplan las medidas de seguridad para salvaguardar la vida y la salud de las mujeres frente a los agresores; así mismo establece las sanciones a los agresores; sin embargo, la Ley solamente impone leves sanciones que no van mas allá de prestar servicios a la comunidad (artículo 7) Inexplicablemente la conducta violenta solamente es penalizada después de que produzca un segundo hecho de violencia.

Páginas de Internet sugeridas:

www.cemh.org.hn
La página del Centro de Estudios de la Mujer de Honduras contiene información sobre género y legislación relacionada con los derechos de la mujer.

Películas de cine sugeridas:

"Mi vida en rosa".
En esta película se aborda el tema del género y la identidad de sexo desde la perspectiva de Ludovic, un infante que se siente identificado como niña y no como niño.

"Los muchachos no lloran".
Esta película relata la historia de Brandon, un joven adolescente que es brutalmente maltratado y asesinado por ser transexual.

"Monster".
En esta película se aborda la violencia de géneros y la discriminación por razón del sexo, la identidad sexual y el trabajo sexual a través de su protagonista, una mujer trabajadora sexual de un pequeño pueblo de Estados Unidos.

"Brokeback mountain" .
El tema de esta película es acerca de la relación afectiva y amorosa entre dos hombres del oeste norteamericano.

"Somos guerreros".
Esta película aborda la violencia física, emocional y sexual dentro de la familia.

"North Country".
Esta película cuenta la historia de una mujer, trabajadora de una mina de hierro en Estados Unidos, víctima de la discriminación y la violencia física, emocional y sexual dentro del ambiente de trabajo.

Lectura complementaria

La Bella Durmiente y el Llanero Solitario[6]

La sexualidad es un fenómeno social que trasciende las relaciones sexuales y la reproducción. Las decisiones y experiencias que se tienen con respecto a la salud sexual y reproductiva están influenciadas por aspectos sociales y culturales básicos, que tienen que ver directamente con la construcción de la identidad masculina y femenina.

La experiencia de vivir, amar, gozar, conocer como hombre o como mujer resulta de la relación que se tenga con el contexto en el que se vive, dentro de determinadas condiciones económicas, sociales, generacionales, culturales y étnicas. Por lo tanto, las diferencias entre los géneros atraviesan el espacio privado y público.

Es fundamental saber cuáles son las imágenes que nos proporcionan la sociedad y la cultura desde el orden individual y colectivo y que tienen resonancia en las relaciones entre los géneros. Donde la educación ha hecho que la mujer y sobre todo el hombre estén fijados obsesivamente en referencias rígidas, abstractas y excluyentes de su identidad sexual.

La bella durmiente y la palabra con X

A las adolescentes les hablan de sexualidad, pero les niegan sus derechos sexuales por medio de un discurso normativo que las ubica no como sujetos sexuales sino como objetos y víctimas de la sexualidad.

Cuando desde la familia y la escuela se habla acerca de la sexualidad a los adolescentes y a las adolescentes, el contenido de lo que se habla, como la intención de los que se busca despertar en ellos, cambia significativamente según el género.

---

[6] Autora Carmen Vélez, Tomado del libro "Sexo con seso", el encuentro de la mejor decisión, Programa Educación en Población salud Sexual y reproductiva, Gobernación de Cundinamarca, Bogotá, Colombia. Diciembre de 2000.

La atención del discurso que se dirige a las adolescentes es desanimarlas, mostrándoles la sexualidad como algo poco divertida y poco placentera. Su educación verbal está desprovista de palabras como deseo, goce, placer, gusto, y en cambio si está lleno de adjetivos negativos, que hacen ver el placer como algo corto, superfluo, limitado, falso, momentáneo y sobretodo peligroso.

Desde la familia y la escuela la bella durmiente aprenderá a ponerse en guardia porque el placer se le enseña como algo ilícito. Desde los medios la visión del placer es otra cosa; ya no es víctima pues el mandato del consumismo desenfrenado está lleno de mujeres lindas y dispuestas para la seducción y las relaciones sexuales; si el sexo va todo va, parece ser el lema de este modelo genitalista que las confunde y las lanza al agua sin saber nadar.

Los medios, con múltiples mensajes que generalmente no se relacionan con la realidad de las adolescentes, generan en ella una conciencia fracturada y dividida entre la percepción real de sus problemas y necesidades, y las mezclas excitantes de la sociedad de consumo que a su vez les producen una creciente sensación de desorientación y afectan el sentido de su yo "ser o no ser el modelito".

Esta bella durmiente tendrá entonces la difícil tarea de explotar sus deseos sexuales y al mismo tiempo ponerse a salvo de éstos no sólo física sino psicológicamente.

Entre la mujer virtuosa o víctima, entre la mujer objeto o modelito copiado, entre la mujer asexuada o falsamente sexuada va a tener que jugársela toda.

Para sobrevivir en este mundo, la educación le ofrece algunas armas como son: el recato, la falsa virtud, la dependencia, la pasividad y sobre todo la sexualidad impersonal. Ella dice: "él me hizo el amor", "él me dijo que no me iba a embarazar", "no sé qué me pasó, pero terminé en la cama con él", "a él no le gusta usar condón", "pasó lo que me tenía que pasar".

El deseo sexual como el deseo de actuar en la vida con compromiso, responsabilidad y voluntad propios van de la mano. Así, cuando el deseo sexual en la adolescente se construye con culpa y negación también va a debilitar en ella su capacidad para expresar los deseos, necesidades y sentimientos en otras esferas de su vida. Así también, cuando la educación le resta capacidad para la exploración de sus deseos, necesidades y sentimientos en todas las esferas de su desarrollo, su actitud frente a la sexualidad se verá afectada.

El no vivir para sí sino para los demás es lo que ilustra lo anterior. La educación que adormece a la Bella Durmiente frente a sus deseos, es la que que le dicta desde que nace que debe vivir en función del deseo de los demás y que debe carecer de independencia íntima.

En otras palabras, una educación que la sitúa no como sujeto sino como objeto complaciente frente al hombre, pues rara vez será protagonista de su experiencia sexual.

En un proceso sin anestesia su madre le enseña cuál es el lugar. Acá hablaremos de las madres sumergidas en relaciones que privilegian el mandato masculino, las mismas que nunca escogen la presa de pollo que quieren comerse, porque primero está el gusto y el deseo de los demás. Madres que por convicción y vocación hipotecan sus necesidades y apuntalan allí el sentido de su vida. Madres que marcan el camino para que sus hijas sitúen las exigencias de los hombres en el centro de sus vidas. Madres que privilegian el afecto hacia sus esposos e hijos y sobrevaloran así la condición masculina.

A medida que las adolescentes despiertan a las sensaciones sexuales, los mensajes culturales afianzan en ellas, de un lado, la sobrevaloración del cuerpo y la apariencia, del otro lado, la idea de que toda experiencia sexual debe estar comprometida con una historia de amor.

La Bella Durmiente 90-60-90

Usualmente la familia y las escuelas les transmiten la obligación de ser buenas, amables, lindas pulidas, obedientes, cariñosas, dóciles, dependientes y limpias.

Por una educación que las obliga a sobrevalorar la apariencia, su cuerpo va a ser cuerpo vestido más no-cuerpo sexuado. Esta falsa valoración del cuerpo le va a crear a la bella durmiente un sentimiento de conciencia negativa de sí misma. Lo que vale es lo exterior que acapara lo que de su interior no sale porque está callado. Gusto, Lugo existo, parece ser el lema.

Un manual infinito de normas rodea el cuerpo de las adolescentes, con mensajes permanentes que las llevan a no estar nunca contentas con sí mismas. Las lecciones corporales dictadas por esta pedagogía corporal en boca de madres, padres, maestros y maestras, son interminables: "Siéntate bien, cierra las piernas", Cógete el pelo", Échate un poco de colorete", "¿Vas a salir en esa facha?", "¿Vas a comer más?", "Mira que te estás engordando", "Lávate la cara, sonríe".

La adolescente va a estar presionada por estos mensajes y los de la sociedad de consumo que le ofrecen los modelos ahora de la "lánguida", ahora de la "voluptuosa", ahora de la "alternativa", ahora "con tatuaje". Modelos poco durables, difíciles de alcanzar y que niegan la diversidad, porque todas las "mamacitas" se parecen.

Por lo anterior, todas las capacidades de la bella durmiente van a estar limitadas por este mandato de la apariencia, que va a frustrar en ella el poder, entendido éste no como dominación sino como capacidad para la autoestima, la libertad, el amor propio, el placer y la participación.

El cuerpo será sentido y vivido como una prisión que le arrebata y consume su capacidad de elección, donde el "debe ser" y el "debe tener" va a estar marcado por la ideología valorativa de "estar buena", de ser una "mamita".

Una extraña en su propio cuerpo. No podrá habitarlo porque todo su tiempo y energía se va a consumir en aras del propósito de agradar, lo que será logrado solamente si iguala el modelo de la "mamita divina". Acá no vale la frase de la reina que dice: "Lo importante es la personalidad".

Misión imposible en una cultura que le muestra a las adolescentes desde pequeñas que el mundo se divide en dos: el de las lindas y el de las feas; y que por eso mismo las desconecta de la relación consigo mismas, con su cuerpo, con el conocimiento y con los deseos y necesidades que de él derivan. Para sumergirlas en una ciencia y en un consumismo desenfrenado que busca alimentar la poca afirmación que tienen de sí mismas para que puedan entrar como modelitos a competir en el mercado del amor.

El Llanero Solitario

Se nace niño pero no viril; la virilidad es algo que se conquista en una lucha que no da tregua. La virilidad es un valor que no llega a tener del todo este llanero solitario, duro o dragón y que va a representar su gran debilidad, puesto que su ser y qué hacer van a estar condicionados por la prueba y constatación permanentes.

Es duro ser hombre y más duro todavía ser un duro entre los duros, como lo expresa E. Bandinter "(Elizabeth, xy, la identidad masculina)" Tiene que valorar lo que tiene a costa de su propia integridad y siempre motivado por el uso de representación del poder. De un poder cuyo sentido no está en la fortaleza sino en su utilización, para poder engañarse y engañar a los demás respecto a su debilidad y vulnerabilidad.

Ser un duro es el mandato que marcará la educación de este vaquero. Lo masculino niega lo femenino y por una ideología marcada por la exclusión, debe desde niño aprender a construir su identidad por oposición y negación: No ser mujer, no valorar lo femenino, no ser niño y no ser homosexual. En una palabra hacerse a su imagen y semejanza.

Al joven adolescente le espera un proceso largo y difícil que va a incluir muchos ritos de pasaje para obtener la credencial como varón, y que va a estar señalado por la hipervirilización y el aislamiento emocional.

El Llanero Solitario y la Cultura de Hipervirilización

En el sexo hay que ganar, es el primer mandato del que debe apropiarse el adolescente. Ser un vaquero que va con toda la carga para vencer y no ser vencido.

Si hay algo que caracteriza el comportamiento sexual de este vaquero, es la idea de que toda experiencia sexual es una experiencia de guerra. Un lenguaje bélico resume su relación sexual con la mujer: "Me la comí", "Me la pasé rico", "Me la clavé", "La partí", "Me la chingué".

Si un vaquero que protagoniza los sueños de otros muchos vaqueros, como lograr el prestigio social por hazañas sexuales que deben ser contadas para dar prueba ante los demás de su potencia sexual. Si hay una regla de oro, es la de no tener pudor ni recato porque toda experiencia vale la pena, no por lo vivido en ella, sino por lo que de esta se saque en honor a su capacidad como buen amante frente a su grupo.

No desfallecer, no rendirse, buscar siempre ser activo y dominante: "El hombre propone y la mujer dispone". Rodearse de estrategias para vencer el miedo a perder su eficacia sexual, que es medida culturalmente por la satisfacción inmediata y la erección inmediata. La misma cultura que tramposamente le hace creer que el pene es lo único y lo mejor que posee.

Hostil por lo demás a la ternura, al abrazo, a la entrega amorosa, al acercamiento no mediatizado por la penetración como signo de posesión, al reconocimiento del cuerpo como espacio integrado e integrador y no fragmentado y socavado por la sobrevaloración del pene. El joven vaquero busca acallar con la rudeza y la avaricia afectiva los signos que le puedan delatar como poco viril o femenino.

A lo anterior, se suma la creencia social y cultural de una cierta hostilidad, de un instinto animal con relación a la sexualidad masculina y que legitima muchas formas de violencia y abuso sexual contra la mujer. Cuando la sexualidad es vivida y buscada como hazaña, el espacio íntimo se convierte en un lugar de batalla y la mujer se configura como el enemigo: guerra es guerra, por lo tanto a la mujer no hay que pedirle permiso para invadir su cuerpo. (Además el no de la mujer es un Sí), hay que tomarlo y si es el caso por la fuerza.

Nuestro vaquero duro o dragón debe, por encima de todo y como máximo mandamiento estar dispuesto a correr todos los riesgos. La prudencia es cosa de mujeres y la audacia no tiene que ver con responsabilidad y protección. No usar condón porque no se siente igual, no asociar relación sexual con fertilidad; no medir consecuencias (porque éstas, las asumen las mujeres en caso de un embarazo)

Las ganas no dan tregua y si es del caso hay que mentir para que la mujer acceda, decirle que la ama, que es la única, y ya sabemos cuan permeable es la bella durmiente a estas palabras.

"Miente y se equivoca.
Cada vez que abre la boca
Y hace todo por mostrar que es fiel
Para colocarla en la cárcel de su ser".
(Lo dice Charly García al hablar de este vaquero en su canción "Salir de la melancolía".

Lastimosamente la identidad sexual masculina ha sido inscrita en el dominio sobre la mujer, es poseer, tomar, penetrar, afirmar. Y esto sólo lo logra el adolescente con un entrenamiento social y cultural para que reprima sus necesidades relacionales.

Necesidades tales como la expresión de la ternura, del amor, la comunicación y la vulnerabilidad emocional. El adolescente queda aprisionado entre la exhortación al riesgo para la confrontación de su virilidad y la necesidad permanente pero acallada del vínculo amoroso.

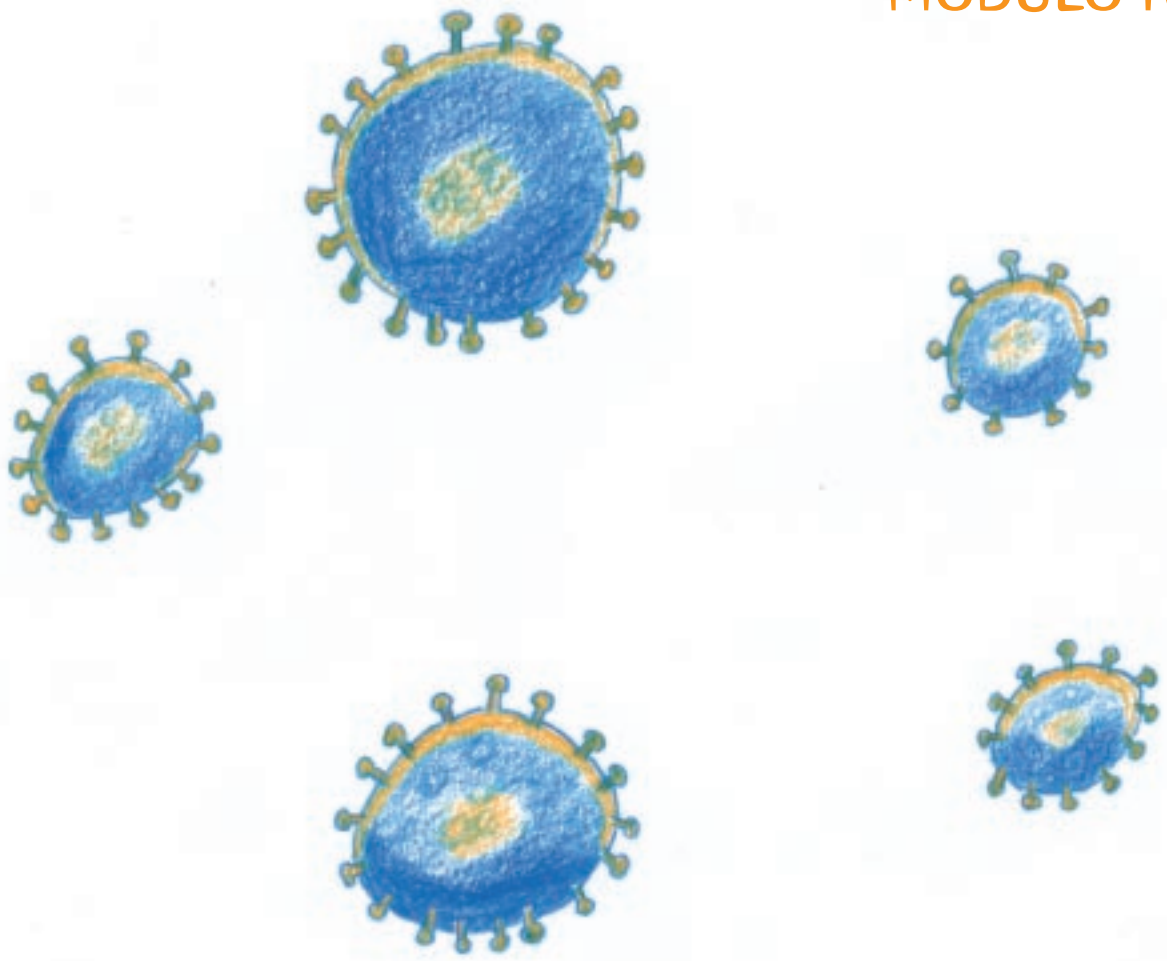
No se le ha dicho que el placer es dulce, socializador, que lo afianza en el gusto por la vida y no en el gusto por el riesgo, y sobre todo no se le ha permitido pensar que el placer poco tiene que ver con pérdida o descarga y si mucho con el diálogo entre su cuerpo y el cuerpo de la mujer.

Aceptar el reto de este modelo de hipervirilización de la sexualidad, implica también aceptar que emoción y función van por caminos diferentes cuando de sexo se trata. Por eso el llanero solitario debe tomar distancia afectiva para lograr más placer y mejor "desempeño".

Contrario a la bella durmiente que necesita amar para aceptar el placer, este vaquero divide a las mujeres en dos: la que no se ama para gozársela y la que se ama y respeta pero no se la goza. En últimas también se le ha enseñado que no hay placer bueno, que todo placer es dañino y perturbador.

Ahora, si el placer no es bueno ¿Cómo se puede ser responsable con aquello que no ha sido valorado positivamente por la educación y la cultura? y acá se incluye el placer como valor que nos permite el disfrute de muchas cosas que nos ofrece la vida y que no está ligado directamente al sexo.

MÓDULO IV



ASPECTOS, BÁSICOS DEL VIH Y EL SIDA

CONCEPTOS BÁSICOS SOBRE VIH Y SIDA

EL VIH

¿Qué es el VIH? El vih es la sigla de **Virus de Inmunodeficiencia Humana**. Para aproximarse a una definición es importante desglosarla:

¿Qué son los virus? Los virus son microorganismos capaces de reproducirse solamente en el interior de células vivas, únicamente visibles a través de un microscopio y en general son de forma esférica. Su característica principal está dada por su composición genética que es un ácido nucleico, ya sea RNA (Ribonucleico) o DNA (Desoxiribonucleico)

En el caso del vih su componente esencial es el RNA por lo cual además se le conoce como retrovirus. Hay dos tipos de virus vih-1 y vih-2, ambos son transmisibles y pueden producir Sida, se diferencian básicamente por su conformación proteínica.

¿Qué es inmuno? Se refiere al sistema inmunológico encargado de defender al cuerpo de cualquier agresión externa como: bacterias, parásitos, hongos o agentes patógenos que ingresen en él. Actúa como respuesta de defensa con los glóbulos blancos que detectan y destruyen éstos agentes para que el ser humano no desarrolle enfermedades. Una clase de ellos son los linfocitos T4, o células CD4 que actúan como la memoria informadora del sistema.

¿Por qué deficiencia? Al ingresar el vih al organismo se introduce en los CD4 y se reproduce dentro de esas células destruyéndolas para producir nuevos virus que infectarán a otras células y las destruirán sucesivamente. Es por esto que la persona infectada con el vih, con el paso del tiempo, desarrolla cualquier tipo de enfermedades que pueden ocasionarle la muerte debido a que su sistema inmunológico se hace deficiente al no poder controlar los demás agentes causantes de enfermedades; desencadenando como consecuencia el cuadro clínico conocido como Sida.

¿Por qué humana? El vih es un microorganismo que únicamente ataca el sistema inmunológico del ser humano, es decir sólo puede existir en la medida que se reproduce dentro de las células CD4 del cuerpo humano; por lo cual no afecta a los animales.

¿Entonces, por qué se cree que este virus proviene de los simios? Existen algunas teorías acerca de la posible transmisión de los monos africanos al ser humano, las cuales se sustentan en la similitud genética de un virus que se llama Virus de Inmunodeficiencia Simiana (VIS), parecido en esas características al vih, más no es lo mismo. Además, los primates o monos infectados con el VIS no padecen Sida, ni depresión inmunitaria; por lo cual ni el vih no afecta a los monos, ni el VIS a los humanos.

¿De dónde viene el vih? Recientes teorías tienden a explicar que el vih es un virus antiguo en la

humanidad que se había adaptado a las condiciones de pequeños grupos poblacionales sin ser agresivo, ni virulento; y que tan sólo hace unas décadas debido al los movimientos migratorios y a las facilidades para transportarse entre los diferentes países y continentes (aviones), fue que el vih al interactuar con otras culturas y poblaciones mutó y se transformó en lo que hoy conocemos. Por otro lado, existe otra teoría que sustenta que el virus es tan antiguo como el ser humano y que no ha cambiado, sino que más bien ha sido el ser humano el que se ha hecho más sensible a éste.

Lo realmente importante, más allá de determinar la procedencia del virus, es que el vih es real, existe y cada uno/a de nosostros/as debe asumir comportamientos responsables para evitar adquirirlo.

¿Qué es el Sida? Es la sigla de **Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida,** que no es otra cosa que la consecuencia de la infección con el vih.

¿Qué es Síndrome? Es todo el conjunto de signos y síntomas que permiten diagnosticar con claridad una enfermedad. Con relación a la infección con el vih, pueden ser múltiples signos y síntomas por lo cual pueden presentarse varias enfermedades.

¿Por qué Inmunodeficiencia? Hace referencia al estado del organismo frente a los efectos de agentes patógenos; en otras palabras es la destrucción y no función del sistema inmune por la acción del vih, razón por la cual el cuerpo no tiene con qué combatir a los microorganismos que lo atacan.

¿Por qué Adquirida? El vih es un virus que se adquiere por un canal de transmisión directo, pues requiere de un medio o vehículo (líquidos o secreciones corporales) que lo lleven de un ser humano a otro (esos vehículos son semen, sangre, secreciones vaginales y leche materna) Es precisamente esa característica la que define al virus como una infección. El vih no puede transportarse por el aire, ni por el agua pues no está en contacto con secreciones humanas que le permitan estar vivo; por ello no se habla de contaminación, ni de contagio, sino de infección.

Adquirida significa que el virus no es hereditario, ni que se toma del aire; sino que es un virus que se consigue, se adquiere de otro ser humano.

¿Qué es asintomático? La persona asintomática es aquella que está infectada con el vih pero que no presenta ningún tipo de enfermedad o sintomatología relacionada al Sida. Es una persona que tiene un buen estado de salud y que puede transmitir el virus a otras personas. Se dice "personas que viven con vih".

¿Qué es sintomático? La persona sintomática es aquella que tiene el vih y que como consecuencia de la infección ya presenta síntomas asociados al Sida. Se dice "personas que viven con Sida".

¿El Sida es una enfermedad mortal? El Sida como tal no es una enfermedad, es un conjunto de enfermedades oportunistas que de no ser tratadas a tiempo pueden causar la muerte de la

persona. Hace unos años se le consideraba como enfermedad mortal porque no había ninguna clase de tratamiento para combatirla, y las personas que adquirían el vih y que desarrollaban la sintomatología asociada al Sida morían. Hoy, a pesar de no tener todavía una vacuna disponible (están en fase de investigación), sí hay tratamientos, con medicamentos antirretrovirales, que inhiben la acción del virus en el organismo y que dan la oportunidad a las personas con vih de tener calidad y años de vida. Por la razón anterior es que se clasifica al vih/Sida como una enfermedad crónica.

¿Qué es una enfermedad oportunista? Es la enfermedad en la cual su agente causal (bacteria, hongo, parásito), que se encuentra dentro de nuestro cuerpo o en el ambiente, aprovecha la oportunidad cuando el sistema inmunológico no funciona adecuadamente para atacar cualquier órgano o sistema del cuerpo humano, generando enfermedades agudas o crónicas que en algunos casos podrían causar la muerte. Este tipo de enfermedades no sólo se dan en personas que hayan adquirido el vih, pues también puede darse en personas con enfermedades que producen inmunodeficiencia como cáncer, diabetes, insuficiencia renal (diálisis), enfermedades del colágeno (lupus, esclerodermia) y personas que deben recibir tratamiento con corticoides.

VÍAS DE TRANSMISIÓN

¿Quiénes tienen la posibilidad de adquirir el virus que causa el Sida? Todos los seres humanos independientemente de si es hombre o mujer, niño o anciano, está en riesgo de adquirir el virus de inmunodeficiencia humana, sin que importen su edad, identidad sexual, prácticas sexuales, religión, cultura, nivel socioeconómico o educativo.

¿Cómo se transmite el vih? El vih por ser un virus débil al ambiente necesita de un vehículo directo para transmitirse de un ser humano a otro, además debe encontrarse en una alta concentración dentro del líquido o fluido corporal que vaya a servir de medio de transmisión; por esta razón la infección se puede presentar cuando entran en contacto el semen, la sangre, las secreciones vaginales y/o la leche materna. Por ello las únicas formas de transmisión del vih son: *Transmisión Sexual, Transmisión Sanguínea o Parenteral y Transmisión de Madre a Hijo o Perinatal.*

TRANSMISIÓN POR VÍA SEXUAL

Actualmente el mayor número de casos de vih en el mundo, de acuerdo con la información de ONUSIDA, es por vía sexual a través de prácticas sexuales penetrativas en las cuales se intercambian el semen y las secreciones vaginales con sangre.

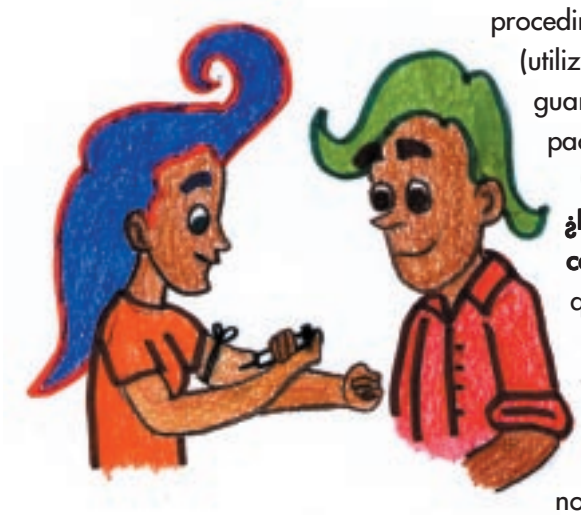
¿Por qué estas prácticas sexuales son de riesgo? Porque al permitir el intercambio de secreciones corporales entre dos o más personas, si alguna de ellas, está infectada con el vih o con cualquier agente causal de una ITS, se facilitará la transmisión. Es necesario tener una puerta de salida (una persona infectada con el virus), un medio de transporte (semen, secreciones vaginales y sangre), y una puerta de entrada (otra persona que a través de sus mucosas y/o pequeñas heridas permita el ingreso)

TRANSMISIÓN POR VÍA SANGUÍNEA

¿Cómo se transmite el vih por esta vía? La transmisión sanguínea o parenteral del vih, se realiza cuando la sangre infectada con el virus de alguna persona, entra en contacto con el torrente sanguíneo y/o algún tejido o parte del cuerpo de otra persona siempre y cuando ésta tenga una herida que permita la entrada del vih. Esta transmisión puede darse por medio de un objeto cortopunzante que esté contaminado con sangre infectada. (Agujas, cuchillas, jeringas, instrumental quirúrgico)

¿Qué precauciones se deben tener para evitar la transmisión del vih por esta vía? Se debe evitar entrar en contacto con cualquier tipo de elemento que tenga vestigios de sangre o secreciones de otra persona; por eso en primera instancia se recomienda no compartir implementos de aseo personal con otras personas como cortauñas, cuchillas de afeitar, cepillos de dientes, elementos de manicure y pedicure.

De igual manera, en caso de una cirugía, consulta médica (citología) u odontológica, exámenes de laboratorio, si los instrumentos no han sido esterilizados adecuadamente puede haber riesgo de transmisión del virus; se debe exigir siempre a todos los profesionales de salud antes de cualquier procedimiento que cumplan con las medidas de bioseguridad (utilización de agujas y jeringas desechables, tapabocas, guantes) para la tranquilidad de ellos como para sus pacientes



¿El virus se transmite por agujas con sangre infectada con el vih? SÍ. Las agujas son elementos cortopunzantes que entran en contacto directo con la sangre de una persona; si estas ingresan por accidente (pinchazo) o por una práctica de consumo intravenoso de sustancias psicoactivas (heroína o alcohol inyectado) a otra persona es probable que se transmita el vih. Se recomienda no compartir jeringuillas y pedir que las jeringas con las que va a extraer sangre o aplicar una inyección sean desechables y se abran en presencia del paciente.

Las agujas utilizadas para tatuajes en la piel, piercings y tratamientos de acupuntura deben estar esterilizadas antes de ser usadas.

¿Una persona adicta a las drogas puede adquirir el virus por esta vía? SÍ, siempre y cuando la sustancia sea inyectada pues, como se mencionó antes, el compartir jeringuillas es una práctica de riesgo para adquirir el vih. Sin embargo, el consumir sustancias psicoactivas como el alcohol, la marihuana, la cocaína o las drogas sintéticas (éxtasis y

similares), que si bien se aspiran o se tragan, provocan la pérdida de autocontrol lo que puede propiciar tener, por ejemplo, una relación sexual sin protección y exponiéndose a la probabilidad de adquirir el vih o cualquier otra ITS, si la persona con quien se tuvo la práctica sexual tuviere el virus del vih o cualquier otro agente causante de alguna otra ITS.

¿El vih se transmite al donar sangre? No hay posibilidad de que el vih se transmita al donar sangre porque los equipos que se utilizan son desechables y/o esterilizados, cumpliendo así con las medidas de bioseguridad para el manejo de sangre. Las entidades autorizadas para la captación de sangre en el país son la Cruz Roja y los hospitales públicos quienes realizan todas las pruebas indicadas, dentro de las cuales está la de vih, para descartar la presencia del virus en la sangre donada. Es de aclarar que una persona que acuda a donar su sangre puede encontrarse en el período de ventana inmunológica, es decir en el lapso de tiempo en el cual aún el organismo no ha producido anticuerpos contra el virus, por lo cual la prueba de vih que le hagan a su sangre no detectara la presencia del vih.

¿Se transmite por una transfusión de sangre? SÍ. Existe la posibilidad de adquirir el vih a través de una transfusión sanguínea, pues la transfusión consiste en poner a una persona sangre de otra persona. Si la sangre transfundida no ha sido examinada con anterioridad y estuviere contaminada dicha sangre con el vih, la persona a quien se le trasfunde la sangre puede adquirir el virus. Es recomendable exigir el control de calidad en las bolsas de sangre y, si es posible, realizar una autotransfusión cuando se trate de una cirugía programada, pues la sangre transfundida será la misma de la persona que se ha recolectado previamente.

TRANSMISIÓN PERINATAL (MADRE A HIJO)

¿Cómo se transmite el vih de la madre al hijo? La transmisión del vih de una madre que vive con el virus a su hijo, puede darse por el contacto de su sangre con la del bebé en tres momentos:

- Durante el embarazo por intermedio de la placenta, ya que puede producirse una infección que ocasione una lesión en los vasos sanguíneos de la madre o del bebé y permita el contacto con la sangre del bebé.
- En el momento del parto, ya sea por parto natural o por cesárea, pues la sangre de la madre puede entrar en contacto con la sangre del niño a través de heridas en su piel o de fisuras en sus mucosas.
- A través de la lactancia: en un primer momento podrían producirse heridas en el pezón de la madre mientras amamanta a su hijo y a través de éstas habría contacto de sangre de la madre con la del bebé si éste presenta fisuras en su mucosa oral. Asimismo, habría riesgo de transmisión por contacto de la leche materna con fisuras en la mucosa oral, pues la leche materna también contiene el vih en alta concentración y hace posible la transmisión al contacto con este líquido corporal.

¿Toda madre que vive con vih o presenta Sida transmite el virus a su hijo? No. Los estudios

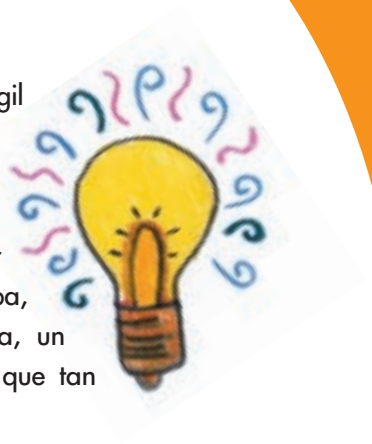
científicos indican que no todos los bebés de madres infectadas adquieren el virus. Ello se debe a que los factores de transmisión antes mencionados no ocurren en todos los casos de embarazo. Además, el tratamiento con medicamentos antirretrovirales (especialmente con el suministro del medicamento AZT) durante el embarazo contribuye a disminuir el riesgo de transmisión.

¿Cómo se previene la infección de una madre infectada a su hijo? Es conveniente que toda mujer que se encuentre en edad reproductiva (13 - 45 años) mantenga relaciones sexuales protegidas, es decir que use el condón para evitar cualquier ITS incluido el vih o embarazo no deseado.

- Si una mujer desea tener un bebé debe tener conciencia de la importancia de hacerse la prueba diagnóstica para vih así como cualquier otro examen para determinar su estado de salud. El consentimiento voluntario y consiente de una mujer embarazada para hacerse la prueba de vih, dependerá en gran medida de la adecuada consejería que haya recibido del profesional de salud.
- Si una mujer ya se encuentra embarazada, y vive con el vih, es preciso que reciba control clínico permanente durante todo el tiempo que dure el embarazo, con exámenes diagnósticos y tratamiento antirretroviral adecuado; y si tiene relaciones sexuales durante este período debe usar condón para evitar una posible reinfección.
- Durante el parto, se debe realizar una cesárea para disminuir la posibilidad de contacto con la sangre de la madre, y suministrar tratamiento tanto a ella como al bebé para inhibir la acción del virus.
- Después del parto los médicos recomiendan continuar con el tratamiento antirretroviral para el bebé y para la madre así como la realización de exámenes diagnósticos a fin de verificar la posible transmisión del virus o de los anticuerpos de la madre al bebé; igualmente recomiendan no amamantar al bebé para evitar la transmisión del virus con la leche materna.

Cuando los bebés nacen de una madre infectada ¿Cómo se sabe si han adquirido el virus? Un bebé al nacer puede tener un resultado para la prueba diagnóstica de ELISA seropositivo o reactivo, pero éste puede obedecer a que la madre le transmite al bebé los anticuerpos que produce su organismo contra el virus, más no el virus; por ello todo bebé que nazca de una madre infectada requiere continuar bajo seguimiento. Es recomendable repetirle la prueba a los seis, a los doce y a los dieciocho meses de nacido para conocer su estado respecto al virus.

¿CÓMO NO SE TRANSMITE EL VIH?



¿El vih se transmite por el agua o el aire? No. El vih es un virus muy frágil y no sobrevive por fuera del cuerpo humano, (debe vivir dentro de las células) pues es muy sensible a la sequedad, el calor y los desinfectantes comunes. El virus que causa el Sida sólo se transmite por las formas expuestas anteriormente. Razón por la cual **no se transmite** el vih al comer del mismo plato de una persona infectada, ni al compartir el sanitario, su ropa, su cama, tampoco en los servicios de transporte público, ni en una piscina, un velorio, en el sitio de trabajo, en la escuela y en ningún tipo de actividad que tan sólo implique un contacto social con los demás seres humanos.

¿Una persona que tenga el vih puede vivir con sus familiares y compartir todo lo de su familia? Sí. El vih sólo es transmisible cuando se entra en contacto con el semen, la sangre o las secreciones vaginales de la persona infectada. Por tanto quien esté viviendo con el vih puede convivir con su familia, sus amigo/as, sus compañero/as de escuela, colegio, trabajo; puede dar y recibir abrazos, besos y mucho afecto.

¿Se puede adquirir el vih al besar a alguien que viva con el virus? No existe riesgo de adquirir el vih a través de un beso. La remota posibilidad de que esto sucediera sería en un acto violento donde haya mordiscos fuertes que produzcan fisuras en la mucosa oral de ambas personas ya que habría un contacto de sangre con sangre y no por la saliva como se cree.

¿A través la saliva se puede transmitir el vih? No. Es cierto que se han encontrado partículas del vih en la saliva pero su concentración no es la suficiente para que pueda transmitirse de una persona a otra. Lo mismo sucede con el sudor, las lágrimas, la orina y la materia fecal. Ninguno de estos líquidos o secreciones corporales es un vehículo de transmisión del virus, por tanto no hay riesgo de adquirirlo a través del contacto con ellos.

¿Se transmite por picaduras de insectos? No. El vih necesita reproducirse dentro de las células CD4 del ser humano y sólo vive en ellas, razón por la cual **el vih es un virus que ataca sólo a la especie humana**. Además, tampoco es posible la transmisión del vih por la picadura de un zancudo, mosquito, pulga o cualquier otro insecto, ya que cualquiera de éstos insectos lo que hace es chupar la sangre pero no inyectar líquido que contenga el virus.

Manifestaciones Clínicas

¿Después del momento de la infección en cuánto tiempo la persona puede enfermar? Una persona que adquiere el vih tarda en promedio entre 5 a 10 años para desarrollar síntomas después del momento de la infección; siempre y cuando no tome ningún tipo de tratamiento antirretroviral. Ese período se estima como el desarrollo normal de la infección que es el tiempo que le toma al virus

atacar y destruir el sistema inmunológico. Sin embargo, hoy con la ayuda del tratamiento con medicamentos antirretrovirales este tiempo varía en cada persona garantizando mayor cantidad y calidad de vida. Las personas tardan más o menos tiempo ya que el virus nunca se desarrolla de forma inmediata.

¿Qué medidas hay que tomar cuando uno sabe que tiene el vih?

Lo primero es cuidar los hábitos alimenticios, evitar el consumo de licor o de drogas porque éstos disminuyen las defensas en la persona, tener relaciones sexuales con condón o evitar tener prácticas penetrativas, pues puede adquirir de nuevo el vih (reinfectarse) o transmitirlo a otra persona, y asistir al médico frecuentemente. El hecho de tener el vih no quiere decir que la vida sexual de la persona desaparezca.

¿Qué es una reinfección?

Es la exposición repetida al vih. Cuando una persona que ya está infectada entra en contacto con el vih de otra persona, lo que ocurre es que va a tener en su organismo dos tipos de virus circulando desencadenando la destrucción más rápida de su sistema inmunológico, porque se multiplica la carga de virus en el organismo.

INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL O ITS

Son enfermedades producidas por determinados tipos de bacterias u hongos que se transmiten por vía sexual de una persona infectada a otra, a través del semen, los fluidos vaginales y la sangre. Antes se les conocía como enfermedades venéreas[7].

La mejor forma de prevenir cualquier tipo de ITS es utilizando correctamente y siempre el condón para cualquier practica sexual penetrativa (oral, anal y vaginal)

¿Cuáles son las Infecciones que se transmiten sexualmente?

Gonorrea: Es una Infección de Transmisión Sexual producida por un microorganismo que se aloja principalmente en la uretra (canal urinario) y en el cuello del útero. En el hombre, tres días después de haber tenido la relación sexual, se presenta salida de pus por el pene, dolor y ardor al orinar; en la mujer se presenta flujo purulento, fétido y ardor al orinar. Si la infección no se trata, se pueden inflamar las trompas, los ovarios y presentarse embarazos por fuera del útero y esterilidad.

Una mujer embarazada puede transmitir el microbio de la gonorrea a los ojos de su hijo en el momento del parto. La gonorrea puede adquirirse a través del sexo vaginal, oral o anal. Los síntomas anales son secreción purulenta, dolor y sangrado del ano.

Hepatitis B: Es la inflamación del hígado causada por un virus que se adquiere por contacto sexual, sanguíneo o perinatal, que tiene un período de incubación que varía entre uno y seis meses. Generalmente esta inflamación es bastante prolongada y puede dejar graves secuelas en el funcionamiento del hígado, e incluso la muerte. Los síntomas más frecuentes son: Dolor en las articulaciones, fiebre, pérdida de apetito, debilidad, color amarillo en la piel, orina muy oscura, náuseas, dolor abdominal leve y vómito.

Herpes: Es una infección causada por un virus, que produce síntomas entre 3 y 14 días después de tener relaciones sexuales con una persona que tenga herpes genital. Los síntomas consisten en la aparición de pequeñas ampollas en los genitales externos, que se presentan agrupadas en forma de ramillete o cadena, producen un dolor intenso y ardor dando sensación de quemadura. El virus permanece en el cuerpo y puede presentarse una reaparición de los síntomas por épocas. Cuando una mujer está embarazada y tiene el herpes genital es necesario practicar cesárea para no infectar al bebé durante el parto.

Piojo Púbico: También conocida como pediculosis o ladilla es un insecto pequeño que tiene

[7] El nombre de venéreas proviene de Venus diosa de la mitología romana, que simbolizaba el amor y la hermosura.

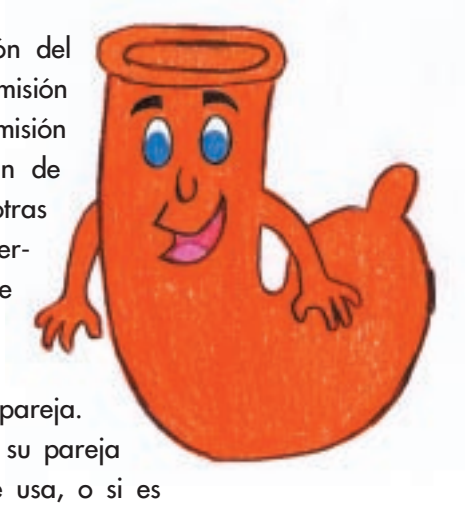
tendencia a ubicarse únicamente en la región pubiana. Produce una intensa rasquiña y es de fácil transmisión por relación sexual. Por ser chupadores de sangre su presencia se manifiesta con puntos de sangre en la ropa interior.

Sífilis: Es producida por un microorganismo llamado Treponema Pallidum, el cual se encuentra en la sangre y en lesiones de piel o mucosas de las personas que tienen esta enfermedad. La sífilis puede adquirirse por vía sexual, sanguínea o perinatal. Aproximadamente de 10 a 90 días después que el microorganismo entra al cuerpo aparece una lesión ulcerosa, no dolorosa, generalmente en el área de los genitales, que recibe el nombre de chancro duro. Este desaparece sin tratamiento entre uno o dos meses sin que ello indique que la persona se haya curado. De seis semanas a seis meses después de la infección, puede presentarse en el cuerpo un brote parecido a un salpullido en forma de pequeñas manchas rosadas en las palmas de las manos, en las plantas de los pies o en todo el cuerpo. También puede presentarse caída del cabello por partes. Años después, si no se ha tratado, puede causar daños irreversibles en el corazón, el cerebro y finalmente la muerte.

Otras Infecciones que se transmiten sexualmente son la **chlamydia,** que pueden causar esterilidad tanto en hombres como mujeres; la **tricomoniasis urogenital**, la **gardenela**, la **candidiasis**, y el **condiloma viral** o cresta de gallo.

Si una persona tiene el virus del vih y contrae una ITS, su sistema inmunológico va a debilitarse más rápidamente.

EL CONDÓN MASCULINO



El condón es un método eficaz para prevenir la transmisión del vih, virus que causa el Sida y las demás Infecciones de Transmisión Sexual. No existe otro elemento físico que impida la transmisión del virus del vih. Sin embargo, las personas pueden, a fin de evitar adquirir un ITS incluido el vih, optar por tener otras prácticas sexuales que no impliquen penetración. Algunas personas deciden no tener prácticas sexuales y esa también se constituye en una opción para quien así lo decida.

El uso del condón es una responsabilidad recíproca de la pareja. Cuando una persona se niega a usarlo, es importante que su pareja le explique el riesgo de adquirir una infección si este no se usa, o si es usado incorrectamente.

La mayor parte de condones que se producen en el mundo están fabricados de látex, sin embargo existen algunos condones masculinos que también se fabrican en poliuretano, un material plástico.

El látex es un material que se extrae del árbol del caucho. Las grandes y reconocidas empresas que fabrican condones en el mundo realizan un riguroso control de calidad al látex con el que fabrican sus condones, mediante la realización de pruebas electrónicas a cada condón y a cada lote de condones. **El condón ofrece seguridad** porque es una barrera que impide el paso del espermatozoide, de alguna célula o de algún virus, porque NO tiene ningún poro. **DEBE UTILIZARSE SIEMPRE Y SIGUIENDO LAS INSTRUCCIONES DE USO.**

Los condones tienen un tiempo de duración razón por la cual los empaques en donde vienen los condones así como el empaque individual para cada condón indica la fecha (mes y año) de fabricación utilizando la sigla **MFG** que proviene de la palabra manufactured; también se indica la fecha (mes y año) de vencimiento o de expiración del condón utilizando la sigla **EXP**, esta fecha nos advierte que el condón sólo puede usarse hasta antes de esa fecha. Sin embargo, hay otros indicadores que nos permiten saber si el condón está en buen estado o no como para ser utilizado:

Primero. Verificar que los condones estén perfectamente empacados y su empaque sellado, por eso deben comprarse en lugares reconocidos y confiables como supermercados y farmacias.
Segundo. Además de verificar la fecha de vencimiento o de expiración, comprobar con la yema de los dedos que el empaque del condón tenga una cámara de aire. Si se observa que el condón no tiene aire por dentro, es mejor no usarlo aunque la fecha de vencimiento o expiración aún no se haya cumplido.
Tercero. Verificar que el empaque del condón no esté abierto ni tenga huecos.

Cuarto. Cerciorarse de que el condón se encuentre en un lugar fresco, ya que el sol y la humedad deterioran y dañan el látex.

Para que el condón sea efectivo debe utilizarse cada vez que se tenga una práctica sexual y además debe ponerse correctamente por lo cual se han de seguir las indicaciones de uso que se encuentran al respaldo de las cajas de empaque de los condones o en algunos folletos sobre utilización del condón que editan las organizaciones no gubernamentales y las entidades de salud como Ashonplafa a través del Centro de Adolescentes. Además de comprobar lo anteriormente mencionado, es muy importante tener en cuenta lo siguiente:

- ❇ Lavarse las manos antes de colocar el condón.
- ❇ Quitarse lo anillos de los dedos de las manos ya que estos pueden romper el condón cuando se esté colocando.
- ❇ Abrir el empaque del condón con la yema de los dedos y por el lado del empaque que posee unas ranuras. Las ranuras del empaque permiten abrir el condón fácilmente. Nunca utilizar las uñas, ni los dientes ni las tijeras para abrir el empaque ya que se puede romper el condón.

- ❇ Los condones de látex tienen derecho y revés. El condón está al derecho cuando está enrollado hacia afuera y está al revés cuando está enrollado hacia a dentro. Por lo anterior se debe verificar que el condón esté enrollado hacia fuera (al derecho), porque si esta enrollado hacia adentro (al revés), no se va a poder colocar ya que no va a deslizarse sobre el pene.

- ❇ Si se coloca lubricante adicional, al que ya trae el condón, entonces utilizar un lubricante a base de agua como la glicerina o el KY (que se consiguen en las farmacias) Nunca usar vaselina, ni aceite, ni mantequilla, ni cremas, ni ningún otro componente de base aceitosa porque deterioran el condón y puede romperse durante la relación sexual.
- ❇ Tomar el condón por el receptáculo (punta del condón en donde se depositará el semen) oprimiendo la punta para que no quede aire y desenrollarlo sobre el pene erecto, desde el glande hasta la base del pene.

- ❇ Utilizar el condón desde el comienzo hasta el final de la práctica sexual penetrativa. Recuerda que para cada práctica sexual penetrativa debes utilizar un condón nuevo.
- ❇ Luego de la práctica sexual, retirar de la cavidad (ano o vagina) el condón junto con el pene para evitar que el condón quede adentro de la cavidad anal o vaginal.
- ❇ Envolver el condón en papel higiénico y botarlo a la basura.

SE DEBE UTILIZAR UN CONDÓN PARA CADA PRÁCTICA SEXUAL. Un condón es suficiente para brindar seguridad, por eso no es necesario ni conveniente colocarse dos condones porque con la fricción del látex, el condón puede romperse.
Hay algunos hombres que no utilizan el condón porque son alérgicos al látex, en este caso es conveniente visitar al médico.

En el mercado puedes encontrar diferentes clases de condones de acuerdo a tus necesidades:

Condones ultra Thin: El espesor del látex con el que están fabricados estos condones es más delgado e igualmente seguro.
Ultra sensitivo o sensación intensa: El látex de este condón esta revestido de puntos o líneas en relieve para producir mayor estimulación y sensaciones más placenteras.
Condones retardantes: Este condón tiene un anillo más estrecho para que el pene quede ligeramente ajustado en su base. Tiene por objetivo contribuir a retardar la eyaculación.
Condones fuego: Estos condones tienen un lubricante térmico adentro y afuera del condón para aumentar la temperatura en la piel del pene y así proporcionar mayor excitación y placer. Este condón posee una forma anatómica especial para colocarlo fácilmente.
Condones tropical: Son condones que tienen sabor y olor (fresa, banano, coco) y están especialmente diseñados para tener practicas sexuales orales.
Condones comfort: Las medidas de longitud y ancho de este condón son mayores que la de cualquier otro condón. Esta diseñado para aquellos penes más grandes y gruesos del promedio.
Condones ultra resistentes: Son condones cuya capa de látex es más gruesa. Están especialmente diseñados para el sexo intenso.
Condones naturales: Son los condones más sencillos ya que no traen ninguna característica especial.
Todas las variedades de condones ya descritas, están abundantemente lubricados con un lubricante a base de agua.

Las cadenas de supermercados y farmacias de todo el país disponen de condones de reconocidas y confiables marcas como DUREX, PIEL, PREVENTOR, MASCULANT, VIVE Y TROJAN.

EL CONDÓN FEMENINO

Esta especialmente diseñado para la anatomía del cuerpo femenino. Aunque este condón no se distribuye en Honduras, es importante conocerlo. Esta fabricado es poliuretano, un material plástico derivado de la resina sintética. El condón femenino usado correctamente, previene las Infecciones de Transmisión Sexual así como los embarazos no deseados.

Este condón consta de dos anillos recubiertos de poliuretano. El anillo más pequeño se inserta dentro de la vagina hasta llegar a la zona en donde se encuentra el hueso púbico, mientras que el anillo más grande queda colocado sobre el área de la vulva. El condón recubre las paredes del conducto vaginal, permitiendo la entrada del pene.

Cuando una mujer utilice el condón femenino no es necesario que su pareja (hombre) use un condón, ya que un solo condón es suficiente para brindar protección, además porque la fricción entre el condón de poliuretano y el condón del látex podría romper el condón femenino.

El condón femenino viene suficientemente lubricado y puede colocarse incluso horas antes de tener la relación sexual. Sin embargo, si la persona lo desea, puede adicionarle lubricante a base de agua.

En Latinoamérica, excepto Brasil, no existe la cultura de uso del condón femenino y las causas pueden hallarse en la imposibilidad de las mujeres para controlar ellas mismas el ejercicio de su sexualidad y su cuerpo; al no estar empoderadas ni tener acceso a información clara, veraz y oportuna desconocen los métodos y las alternativas para prevenirse de las ITS y de los embarazos no deseados lo que las hace más vulnerables. Otra de las razones por las cuales su uso es mínimo en esta parte del mundo, reside en su colocación ya que las mujeres deben introducirse el condón en su cavidad vaginal utilizando los dedos de la mano, lo cual requiere conocer el cuerpo, aceptarlo y derribar barreras asociadas a prejuicios y miedos respecto al autoconocimiento y exploración de sus cuerpos, especialmente de sus genitales.

Si en nuestros países se tiene la intención de mercadear el uso del condón femenino, se requiere primero de un proceso de sensibilización frente a los derechos humanos y sexuales de las mujeres que conlleve al empoderamiento de sus derechos seguido de un proceso educativo para conocer su forma de uso y la importancia de asumir la responsabilidad de protegerse.

El precio de un condón femenino en el mercado es mucho mayor que el valor de un condón masculino por lo que los costos de importación son altos. Una de las marcas más conocidas que fabrica y distribuye los condones femeninos es Reality Condom Female.

Páginas de Internet sugeridas:

www.onusida.un.hn
página de Onusida Honduras.
www.metrokc.gov/health/index.htm
Esta página ofrece información sobre los condones de látex y de poliuretano.
www.aidsportal.org
Esta página de Internet esta dedicada a brindar información sobre vih y sida en aspectos tales como promoción, prevención, investigaciones, debates, intercambios de experiencias de trabajo, entre otros.

Nota: Para recibir orientación, información en Salud Sexual y Reproductiva y atención médica puedes acudir al Centro de Adolescentes "entre jóvenes" de ASHONPLAFA, con sede en las Ciudades de Tegucigalpa, La Ceiba, Choluteca, Juticalpa, Santa Rosa de Copán y Cataramas. Teléfonos: Tegucigalpa 2323959/ La Ceiba 4431677/ Choluteca 7820648/ Juticalpa 7852782/ Santa Rosa de Copán 6620920/Catacamas 7995238 email: central@ashonplafa.com

Películas sugeridas:

"**Filadelfia**".
En esta película se aborda el tema de la discriminación dentro del ambiente laboral por razón de tener el vih. (Este film fue realizado a principios de los años noventas, razón por la cual contiene algunas imprecisiones conceptuales relacionadas con la transmisión del virus del vih y con el sida que es necesario aclarar, si llega a proyectarse.
"El jardinero fiel".
En esta película se aborda el problema de salud pública que ha significado la epidemia del vih en Africa y el cuestionamiento ético de las compañías farmacéuticas respecto a la experimentación en humanos de nuevos medicamentos, sin obtener de ellos el consentimiento voluntario e informado.

Lectura Complementaria

¿ES USTED VULNERABLES AL SIDA?[8]

Frente al vih y el Sida la mayoría de las personas reaccionan distanciándose del problema, muchos creen simplemente que el vih/Sida no les afectará ni a ellos ni a sus parientes o amigos cercanos, que su riesgo es virtualmente cero. Pero, ¿realmente, lo es? Tal vez un primer paso para prevenir el vih/Sida sea conocer qué tan vulnerables somos; no sólo a causa de nuestro comportamiento individual, sino de los factores sociales que lo influencian.

Empecemos por decir que todos somos vulnerables. Nadie es inmune contra el vih y si entramos en contacto con el virus por intercambio sexual o a través de sangre, todos podemos llegar a infectarnos; a esto se le llama vulnerabilidad biológica. Aparte de esta vulnerabilidad (la biológica), existe una realidad epidemiológica: para que el virus se transmita se requiere que por lo menos dos personas -una que está infectada y otra que no lo está- se involucren en comportamientos que están claramente identificados y definidos. Por esta misma razón, la infección por vih y Sida se puede prevenir si modificamos conductas específicas, teniendo en cuenta consideraciones de carácter ético y moral.

En una palabra, el máximo riesgo existe cuando la conducta es "desprotegida". Pero más allá de esto, existen fuerzas, factores e influencias que frenan, mantienen o aceleran el progreso de la epidemia en el mundo.

En últimas, el riesgo de infectarse con el virus que causa el Sida depende del proceder de cada cual y, en consecuencia, es necesario que las campañas hagan énfasis en los comportamientos individuales. Sin embargo, este enfoque no es suficiente: la conducta humana está ligada a la cultura, al tiempo y a la sociedad en que se vive; cambia según la época de la vida, la historia personal y la experiencia (v. gr, el comportamiento sexual no es lo mismo en un adolescente, que en un adulto o en una persona de la tercera edad) Además, se sabe que la vulnerabilidad al vih/Sida aumenta si el individuo es sujeto de discriminación o de tratamiento injusto, que vaya en contra de los principios básicos de igualdad y dignidad humanas. Igualmente, la vulnerabilidad es mayor si a causa de restricciones económicas no se recibe la información adecuada o se carece de acceso a niveles óptimos de atención en salud.

Vulnerabilidad versus poder personal

La experiencia mundial ha demostrado que, allí donde ha sido posible reducir la aparición de nuevos casos de vih/Sida, la prevención ha conjugado tres elementos básicos: a) Información y educación; b) acceso a servicios sociales y de salud; y, c) un

---

[8] Adaptación, Capítulo 10 ¿Es usted vulnerable al sida? Páginas 125 a 133 del libros *El sida en primera persona* Autor Luque Nuñez Ricardo, M.D. editorial Panamericana, primera edición noviembre de 2001, Bogotá, Colombia.

ambiente de tolerancia, respeto y apoyo social. La vulnerabilidad aumenta cuando el individuo no tiene una adecuada percepción del riesgo, carece de habilidades, no existen los equipos o los recursos necesarios (por ejemplo, disponibilidad de condones) De la misma manera, la vulnerabilidad se incrementa si la persona no tiene el poder ni la confianza en sus principios éticos para sostenerse en los cambios de comportamiento que lo previenen del vih/Sida.

¿Es usted vulnerable al vih/Sida?

Antes de valorar el grado de vulnerabilidad individual al vih/Sida, es importante tener en cuenta que existen condiciones previas de naturaleza informativa, comportamental y social que afectarán la forma en que cada cual sea vulnerable a adquirir o transmitir el vih. Por lo tanto, no existe aquí un sistema exacto de calificación. Esta encuesta simplemente lo llevará a determinar si su vulnerabilidad es alta, media o baja, dependiendo de qué tan honestas sean sus propias respuestas. Es importante tener en cuenta que algunas personas pueden estar tan poco enteradas del vih o del Sida, que quizás no tengan la habilidad para realizar una reflexión adecuada a su propio caso. Lea las preguntas y responda las interrogantes que se le hacen para cada una de las formas de transmisión del vih.

Transmisión Sexual del vih

El mínimo de vulnerabilidad existe cuando la persona:

- Sexualmente es inactiva (abstinente) o tiene relaciones sexuales con una sola pareja, que se sabe NO está infectada y que no tiene ni tendrá otras parejas sexuales. (Monogamia exclusiva y fidelidad mutua)
- No incluye en sus relaciones sexuales prácticas de penetración.

La vulnerabilidad aumenta progresivamente a medida que la persona:

- Tiene relaciones sexuales penetrativas protegidas (con condón) Recuerde que la pareja estable, así sea fiel, por su historia sexual, puede ignorar si está infectada o no con el vih; y que los preservativos pueden romperse entre un 1 y un 2 por ciento de los casos. (**Este riesgo de ruptura se da cuando la persona no usa correctamente el condón**)
- No practica sexo seguro (No usa el condón), ni con su pareja estable ni con parejas ocasionales.
- Aumenta el número de parejas.

Condiciones previas para reducir la vulnerabilidad: Reflexione sobre las siguientes preguntas para valorar las condiciones que entran a formar parte de la prevención (Tenga en cuenta que unas preguntas pueden excluir a otras)

Condiciones Informativas

- ¿Conozco las formas y riesgos de transmisión del vih por vía sexual, así como las formas de prevenir el vih y otras infecciones de transmisión sexual (ITS)?
- ¿Soy consciente de la vulnerabilidad que en tiempo pasado o en el presente puede(n) estar en mi(s) pareja(s) sexual(es)?

Condiciones comportamentales

Comportamiento sexual responsable:

- ¿Me protejo siempre usando condón en todas mis relaciones sexuales penetrativas y durante toda la relación sexual?
- ¿Sé cuáles son y he practicado SIEMPRE las recomendaciones de sexo seguro?
- ¿Evito mantener relaciones sexuales bajo los efectos de alcohol y drogas?
- ¿Estoy seguro/a que con mi pareja nos hemos guardado fidelidad mutua?
- ¿Soy capaz de mantener abstinencia sexual prolongada?
- ¿He reducido el número de parejas sexuales?

Percepción de rol:

- ¿Pienso que soy una persona que se tiene en buena autoestima?
- ¿En relación con el vih y Sida, he considerado la responsabilidad que tengo hacia mi pareja sexual actual o hacia futuras parejas sexuales? ¿Hacia las personas que dependen de mí?

Adquisición de habilidades:

- ¿Sé cómo usar apropiadamente un condón?
- ¿Para cuidarme, practico relaciones sexuales sin penetración?
- ¿Me es fácil acordar con mi pareja cómo se llevará a cabo la relación sexual a efectos de protegernos de la infección por vih?

Condiciones sociales

Estatus Social

- ¿Sé cómo negociar el uso del condón con mi pareja estable?
- ¿Sé como negociar la protección sexual con parejas ocasionales?

Tengo acceso con relativa facilidad a:

- ¿Información?
- ¿Preservativos?
- ¿Relacionarme con posibles parejas que estén involucradas en las prácticas de sexo seguro?
- ¿Asesoría confidencial y a dar mi consentimiento informado antes de realizar

las pruebas diagnósticas (prueba ELISA, pruebas rápidas y otras pruebas certificadas por organismos de salud)?

- ¿Diagnóstico y tratamiento de las Infecciones de Transmisión Sexual?

Transmisión del vih por sangre o a través de sus derivados

Vulnerabilidad Individual

La vulnerabilidad mínima existe cuando la persona

- No recibe sangre, productos sanguíneos o transplantes de órganos y no se somete a intervenciones quirúrgicas.

La vulnerabilidad aumenta progresivamente a medida que la persona:

- Recibe sangre o transplante de órganos después de que se han realizado las pruebas pertinentes para descartar el vih o se somete a intervenciones quirúrgicas.
- Se somete a recibir inyecciones o a que se le practiquen procedimientos quirúrgicos sin que se empleen las medidas de bioseguridad (para el control de infecciones).
- Recibe sangre, sus productos o transplantes que NO han sido examinados para descartar la presencia del vih (prueba de ELISA o cualquier otra certificada por organismos de salud)

Condiciones previas para reducir la vulnerabilidad: De nuevo trate de resolver las siguientes preguntas para valorar las condiciones que entran a formar parte de la prevención:

Condiciones informativas:

- ¿Conozco el riesgo que existe de adquirir el vih en transfusiones de sangre o en los procedimientos quirúrgicos?
- ¿Sé que necesitaré menos transfusiones si me alimento mejor? ¿... si prevengo y trato las enfermedades parasitarias? ¿... si me realizo adecuados controles ginecológicos y del embarazo?
- ¿Sé en que consiste el proceso de autotransfusión?

Condiciones comportamentales

- ¿Pregunto y exijo que el material con que se me administren los medicamentos o que el instrumental que utiliza mi odontólogo esté esterilizado?
- ¿Solicito esterilización de instrumentales en lugares donde se realizan tatuajes, manicuras o peluquerías?

Condicione sociales

Tengo relativo fácil acceso a:

- ¿Información?
- ¿Mantener un adecuado estado nutricional de forma que las posibilidades de recibir inyecciones o transfusiones se reduzca?
- ¿Hospitales y servicios de salud que me garanticen que a la sangre o a los transplantes se les ha practicado la prueba de ELISA o donde se utilicen todas las medidas de bioseguridad para descartar la presencia del vih?

Transmisión del vih de la madre al feto o al recién nacido

Vulnerabilidad individual

El mínimo de vulnerabilidad de que un feto o un recién nacido adquiera el vih existe cuando:

- La madre NO se infecta con el vih, ni antes, ni durante, ni después del embarazo.

La vulnerabilidad aumenta progresivamente a medida que:

- La madre se ha infectado previamente a la concepción, pero permanece asintomática, durante el embarazo.
- La madre o bien se infecta o bien desarrolla síntomas del Sida durante el embarazo (hay una mayor cantidad de virus del vih circulando al inicio y al final de la infección)

Condiciones previas para reducir la vulnerabilidad: Aunque la transmisión por esta vía es baja, es probable que aumente a medida que aumenta el número de mujeres infectadas. Trate de responder:

Condiciones informativas:

- ¿Sabe mi pareja del riesgo de transmisión perinatal del vih?
- ¿Sabe mi pareja cuáles son y cómo utilizar los métodos de planificación familiar?

Condiciones comportamentales:

Percepción del rol:

- ¿Soy responsable frente a mi descendencia?

Habilidades:

- ¿Sé cómo utilizar adecuadamente los métodos de planificación familiar?

Conducta sexual responsable:

- ¿He reforzado con mi pareja las medidas de sexo seguro durante el embarazo y durante el período de lactancia?

Condiciones sociales:

Tenemos mi pareja y yo acceso con relativa facilidad a:

- ¿Información?
- ¿Servicios de atención materno infantil?
- ¿Asesoría confidencial y a dar nuestro consentimiento informado antes de realizar pruebas diagnósticas del vih (ELISA u otra certificada por organismos de salud)
- ¿Anticonceptivos?
- ¿Servicios de salud reproductiva?
- ¿Apoyo social adecuado para un niño o una niña que viva con el vih o Sida?

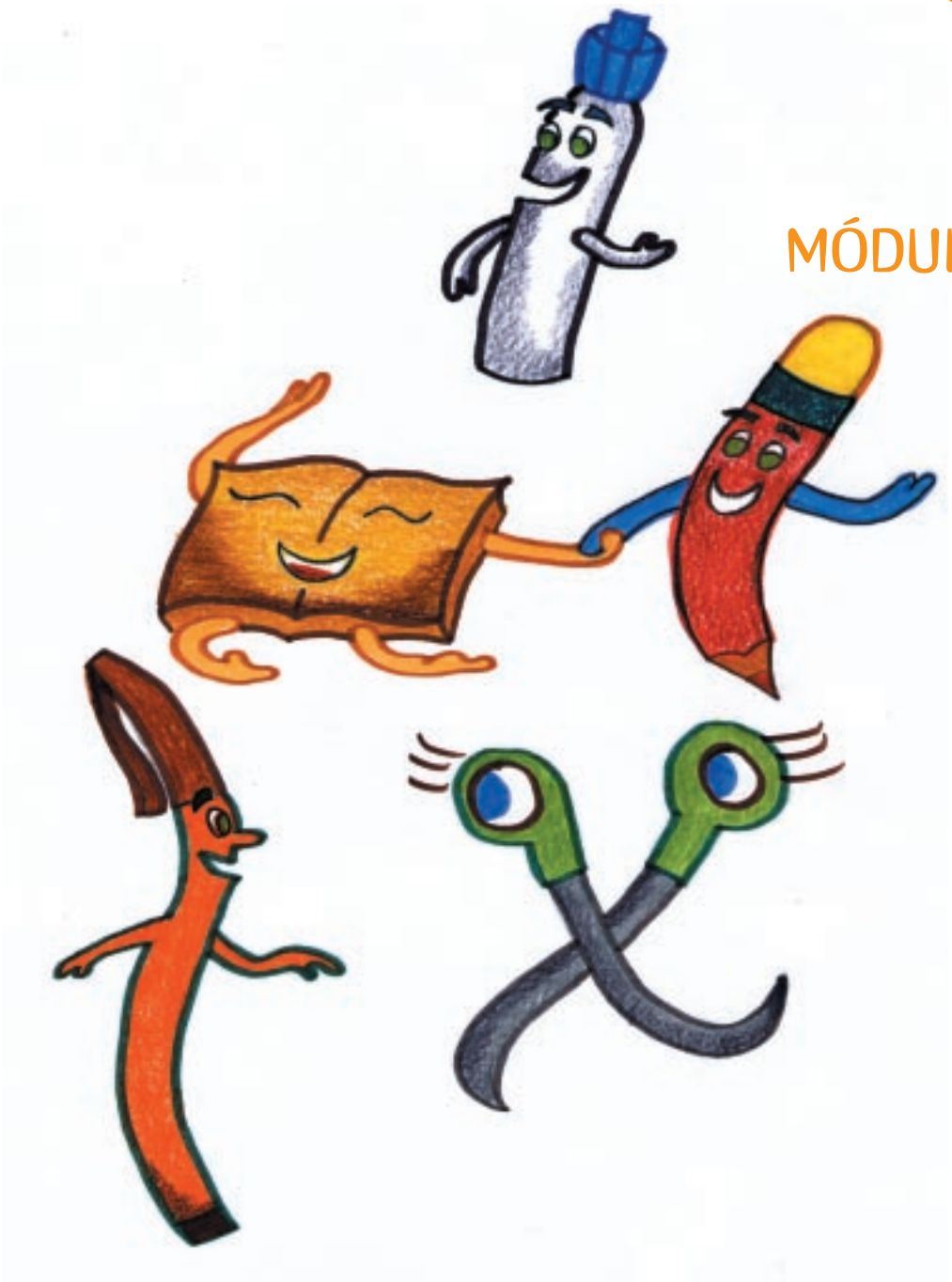
Los ejemplos anteriores ayudan a identificar los "puntos flacos" o las necesidades que se deben suplir para reducir los riesgos y aumentar nuestra capacidad personal de prevenir el vih/Sida. Ahora que ya cuenta con elementos suficientes para hacer una revisión final, intente responderse:

- ¿Qué tan vulnerable soy al vih/Sida?
- Existen ciertas condiciones previas que pueden reducir mi vulnerabilidad ¿Cuáles de esas condiciones se cumplen en mi caso?
- ¿Hasta qué grado puedo reducir mi vulnerabilidad?
- ¿Cómo puedo colaborar a mejorar los servicios sociales o de salud que ayudan a reducir la vulnerabilidad?
- ¿Qué puedo hacer para generar los cambios sociales que son necesarios para reducir mi vulnerabilidad?
- ¿Cómo pueden mis acciones colectivas o individuales facilitar tales cambios?

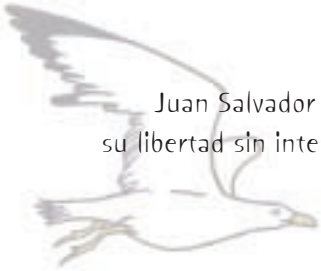
Vulnerabilidad social

Los autores sobre vih/Sida en el mundo califican la vulnerabilidad social al vih/Sida de acuerdo con una escala de 8 indicadores que reflejan la realidad social de un país. Entre estos indicadores están, por ejemplo, el acceso que las personas a la información medido por el número de receptores de radio por habitante, el acceso a servicios sociales y de salud, la relación entre el gasto militar y la suma de los puestos de salud y educación, la tasa de mortalidad infantil para menores de 5 años y los índices de libertad y desarrollo humano. Puntuando y sumando estos indicadores, la vulnerabilidad social de un país al vih/Sida puede ser alta, medio o baja.

MÓDULO V



RECOMENDACIONES, METODOLÓGICAS Y DIDÁCTICAS PARA EL DISEÑO Y DESARROLLO DE UN TALLER DE CAPACITACIÓN



"....En el fondo de su corazón,
Juan Salvador Gaviota adivinaba que era imposible vivir intensamente
su libertad sin intentar liberar a otros, que la plenitud implicaba el servicio...".
Richard Bach

En el presente módulo encontrarás las recomendaciones que debes tener en cuenta al realizar una actividad de sensibilización y de capacitación. Es probable que algunas recomendaciones que aquí se indican ya las conozcas. Es importante atender cada una de las sugerencias metodológicas ya que de ellas dependerá en gran medida el desarrollo y los resultados del taller. El orden de cada uno de los módulos temáticos de este manual es intencional ya que este es este el orden lógico que consideramos es el más adecuado para transmitir la información con la que se espera alcanzar el objetivo para sensibilizar e informar a la población objeto de intervención, mediante la realización de talleres sobre vih y derechos humanos. Antes de introducir a los participantes en el tema de la prevención del vih, es necesario realizar una aproximación a los derechos humanos con el objetivo de que el público asuma los derechos como propios y su ejercicio como parte esencial de su cotidianidad. El primer módulo sobre derechos humanos es el inicio para hacer la sensibilización respecto al hecho de ser, ser humano.

El segundo módulo sobre participación, permite la conexión entre los derechos humanos y los mecanismos ciudadanos para reivindicarlos a través de tres formas específicas de participación colectiva: el cabildeo, la negociación y la auditoría social. Por esta razón es que este tema es el segundo módulo que se aconseja trabajar.

Una vez el grupo de participantes tenga las nociones fundamentales de los derechos humanos y los mecanismos para su protección, estará en capacidad de comprender los derechos sexuales y la sexualidad humana. Lo anterior obedece a que como los derechos sexuales no son otros distintos a los derechos humanos, sino más bien una extensión de ellos, el auditorio podrá más fácilmente apropiarlos y entenderlos bajo la perspectiva de la dimensión humana de la sexualidad.

Para cuando se aborde el cuarto módulo que es sobre los aspectos básicos del vih, los participantes entenderán aspectos del vih que están íntimamente asociados con el respeto, la dignidad, la no discriminación, los derechos humanos, los derechos sexuales y la sexualidad humana; ya que previamente habrán comprendido aspectos tales como la vulnerabilidad, el sida social, el estigma y la discriminación por razón del sexo, la identidad sexual y el estado de salud. Es probable que de otro modo resulte para los/as participantes más complejo comprender la conexión entre los temas.

En el último módulo, que es el que te encontrás leyendo, se resumen las recomendaciones a seguir para abordar cada uno de los anteriores módulos. Sugerimos que leás atentamente y apliqués cada una de las indicaciones siempre que realicés una actividad con la población.

RECOMENDACIONES PARA EL FACILITADOR/A

Son las recomendaciones que cualquier persona facilitadora de una actividad debe seguir al pie de la letra ya que con ellas se consigue un nivel óptimo de organización durante la actividad a la vez de que le proporcionará seguridad y confianza al facilitador/a.
El facilitador/a debe tomar en cuenta lo siguiente:

- Las poblaciones meta de los módulos, de acuerdo al diagnóstico de necesidades de capacitación, poseen gran diversidad cultural y escolar, por lo cual sería adecuado tener nociones sobre la audiencia con la cual se va a contar en cada capacitación, tal como se describe en el perfil del capacitado; si las organizaciones beneficiarias del plan pudieran dar a conocer generalidades del perfil de los integrantes que van a capacitar sería ideal. El número más apropiado de integrantes en cada capacitación debe estar entre 20 a 25 personas.

- Debe poseer el dominio de los conceptos básicos del contenido de la capacitación, por lo que debe leer y analizar el contenido teórico de cada módulo presentado en este manual. El/a facilitador/a también deberá estar dispuesto/a a una continua auto-capacitación con el estudio de las lecturas suplementarias y de otras fuentes de conocimiento. Es posible que el facilitador/a se encuentre ante situaciones en las cuáles no pueda responder preguntas específicas, especialmente del área jurídica, pues no todas las audiencias son homogéneas, caso en el que debe reconocer que no posee en ese momento la información e invitar a las personas a investigar o remitirlas a las instituciones u otras fuentes en donde se pueda hallar la información.

- Debe utilizarse un lenguaje verbal y no verbal adecuado que respete la dignidad y los derechos de los/as participantes, sin hacer distinciones o exclusiones que sugieran intolerancia y discriminación. Se debe saber de lo que se está hablando, utilizando los términos precisos.

- Conocer completamente los objetivos de cada módulo, así como analizar, el programa, los resultados o metas de conocimiento y habilidades personales que se espera en los/as participantes una vez que se ha finalizado el taller. Tanto el programa como la metodología de enseñanza-aprendizaje propuestas en este manual, pueden ser adaptadas a nuevas situaciones.
- Conocer e implementar las diferentes técnicas didácticas para el desarrollo de la capacitación, teniendo control de las actividades y del tiempo empleado en cada una de ellas, lo cual no implica sujetarse a las sugerencias o a la aplicación de

las técnicas incluidas. El/la facilitador/a ha de ser flexible y lo suficientemente creativo/a como para modificar los procedimientos y contenidos a nuevas situaciones, ambientes, teniendo en cuenta la dinámica del grupo al que se esté capacitando.

- El facilitador/a debe estar con la debida antelación para iniciar la capacitación, por lo menos con 30 minutos de anticipación, para supervisar, entre otras cosas las siguientes:

    - Que el material de apoyo y los equipos a utilizar estén disponibles y funcionando perfectamente.
    - Que el local donde se realice la capacitación sea espacioso para el número de participantes, con suficiente luz, posea instalaciones eléctricas en funcionamiento, tenga adecuado mobiliario (sillas para los participantes, mesas para colocar los equipos audiovisuales y los materiales didácticos) y servicios sanitarios próximos al lugar de capacitación.
    - Que los recursos didácticos estén organizados y a la mano.

- Se recomienda organizar la agenda del taller repartiendo equitativamente las sesiones durante el día en bloques de trabajo de dos horas, con espacios para descansar (refrigerio en la mañana, refrigerio en la tarde y hora del almuerzo)

- Es recomendable que la escogencia de los participantes se haga tomando en cuenta el perfil del capacitado/a que se proporciona en la presente Currícula, de manera que se tenga un grupo homogéneo que permita mantener la dinámica durante el proceso de la capacitación.

- El abordaje de los contenidos temáticos requieren de habilidades de comunicación del facilitador/a para transmitir la información de manera precisa, clara y veraz.

- Desde el inicio, el facilitador/a debe posibilitar la creación de un ambiente de respeto, confianza y de integración en el grupo mediante técnicas de presentación y el establecimiento de las reglas de convivencia que tendrán los participantes.

- Debe explicitar en forma sencilla los objetivos de cada módulo o sección de módulo, así como las instrucciones precisas para el desarrollo de las dinámicas y demás actividades que se realizarán.

- Si bien los contenidos y los tiempos de cada módulo poseen una estructura lógica, se pueden variar teniendo en cuenta los intereses o expectativas de los asistentes. Por ejemplo enfatizando más en un tema que en otro.

- Durante el desarrollo de la capacitación, el facilitador/a estará atento/a a lo siguiente: a) Incentivar y mantener fluidamente la participación de todos/as b) Reconocer los aportes de las participaciones, c) Anotar los puntos importantes de

las participaciones d) Evitar que se monopolicen las participaciones o que éstas se salgan del contexto y e) Reservar el tiempo para hacer la evaluación metodológica.

- El facilitador/a puede crear un lugar llamado "estacionamiento" el cual se representará con un papelógrafo en donde se anotarán los puntos importantes, dudas, preguntas o inquietudes de los participantes sobre las cuales se reflexionará al final del día para evitar desvío en el desarrollo de los temas o consultar más información para ilustrar o ampliar más a los y las participantes sobre sus dudas e inquietudes.

RECOMENDACIONES ESPECÍFICAS PARA LA PREPARACIÓN Y REALIZACIÓN DE LOS TALLERES DE CAPACITACIÓN

Antes de cada sesión de capacitación

Para facilitar el trabajo es necesario preocuparse de los siguientes aspectos:

- Debe existir una preparación anticipada previo al inicio del curso, el facilitador/a debe tratar de informarse hasta donde sea posible sobre los participantes en aspectos tales como nivel de escolaridad, ocupación, participación en capacitaciones similares y nivel de conocimientos en vih/Sida, derechos humanos y discriminación.
- El facilitador/a debe revisar cuidadosamente los objetivos del taller y apropiarse de ellos para saber cuáles serán los resultados o metas de conocimiento (información) y habilidades que se espera obtener con los participantes.
- Se requiere revisar las actividades y asegurarse de conocer el procedimiento o forma en que se realiza cada una. Si es necesario hay que modificar las actividades y adaptarlas a las necesidades y realidad de cada grupo, de acuerdo, al diagnóstico y en la evaluación de cada sesión.
- Tener a disposición y debidamente organizados los materiales que se necesitarán.
- Realizar actividades de integración grupal al comienzo de cada sesión.

La primera actividad es fundamental

Es muy importante porque en ella se inicia el trabajo en conjunto. Se requiere una atenta labor para que los/las participantes se sientan motivados/as y comprometidos/as a continuar en el taller. Para lo anterior, es necesario realizar actividades con técnicas de animación popular que posibiliten la integración de lo/as participantes, y el acuerdo de compromiso grupal respecto a los acuerdos de convivencia para el desarrollo del taller.

Es importante conocer las expectativas individuales de los/as participantes respecto a los contenidos del taller de capacitación ya que constituyen un punto de referencia para el cumplimiento o no de los objetivos propuestos con la capacitación.

Durante las sesiones de la capacitación

Desarrollar el programa de capacitación

Los puntos y temas de agenda están organizados en un orden lógico, pero el facilitador/a podrá variar el orden para adaptarlo a las necesidades de los participantes, dependiendo del nivel y calidad de información que posean las personas.

Crear un entorno de aprendizaje positivo

Muchos factores contribuyen al éxito de un curso de capacitación. Algunas situaciones contribuyen a que el aprendizaje sea más ameno y con mayor efectividad. El/la facilitador/a puede crear un entorno de aprendizaje positivo y participativo mediante:

El respeto a cada participante: El/la facilitador/a debe reconocer el conocimiento y la experiencia que posee cada uno de los/as participantes sin subestimar su nivel de conocimientos ni hacer distinciones que hagan sentir mal a alguno/a de ellos/as por tener escaso nivel de información; así mismo cada vez que se conceda la palabra, el facilitador/a deberá dirigirse a los participantes por su nombre; por eso es importante comenzar la actividad pidiendo a los participantes que escriban su nombre grande y legible en un gafete que deberán portar en un lugar visible de su cuerpo durante todo el taller.

De la calidez, confianza y respeto que transmita el facilitador/a dependerá en gran medida la participación y la dinámica del taller. Por eso se recomienda realizar actividades de distensión y de integración grupal en determinados momentos.

La acomodación de las sillas debe hacerse en forma de U, de manera que el facilitador/a tenga la visibilidad de todas las personas participantes y ellos/a su vez la tengan del facilitador/a. Esta acomodación hace posible que exista interrelación, comunicación y atención entre los/as participantes.

La retroalimentación frecuente y positiva: aumenta la motivación de las personas y la capacidad de aprendizaje por lo que el facilitador/a debe estar atento a percibir e identificar las reacciones y emociones de los/as participantes.

Es muy importante mantener la participación y el interés de los/as participantes durante todo el desarrollo del taller. Por lo cual el facilitador/a debe combinar las actividades lúdicas y dinámicas con los espacios para brindar la información, aclarar dudas y generar autorreflexión.

La retroalimentación es esencial en cualquier actividad de capacitación, por lo que el facilitador/a debe asignar tiempo al inicio de cada jornada del curso, para que un/a participante voluntariamente realice un resumen de la jornada anterior explicando los principales puntos y temas de los contenidos vistos el día anterior; además se otorgarán unos 10 minutos de participaciones complementarias. Al final del día el facilitador/a puede asignar un espacio de tiempo para que los participantes aclaren dudas o consultas sobre los temas o puntos abordados en el día. En todo caso es muy importante resolver las dudas respondiendo las preguntas de los participantes.

Para motivar la participación y orientar el proceso educativo hacia el objetivo que se ha propuesto, se recomienda:

- Dar a conocer previamente al inicio de la actividad, el objetivo, y la importancia del tema que se tratará.
- Asegurarse que todos los participantes entiendan las indicaciones e instrucciones entregadas al comienzo de cada actividad.
- Utilizar palabras sencillas, que sean las que habitualmente emplea el grupo. Si se llegara a utilizar una palabra nueva para el grupo es necesario escribirla en el

tablero y explicar su significado.

- Invitar a participar a las personas, cuidando de no presionar a nadie.
- Manejar el tiempo de intervención de los/as participantes, de manera que exista tiempo para que puedan dar sus opiniones. Esto posibilita que todas las personas tengan la posibilidad de expresarse.
- Invitar y ayudar al grupo a descubrir las respuestas adecuadas, cuando surjan comentarios o creencias equivocadas. Así se evita corregir a la persona frente a los demás e inhibir su participación futura; por ejemplo evitar utilizar frases como "Estás mal"; "Estás equivocado". Es preferible utilizar preguntas como ¿Por qué no?, ¿Qué pensás? o ¿Qué saben ustedes acerca de....?
- Reconocer ante el grupo cuando el facilitador/a se equivoca; esto servirá como ejemplo para que los demás también hagan lo mismo llegado el caso y tengan una mirada autocrítica frente a sus creencias e ideas.
- Distribuir y manejar el tiempo de cada actividad con flexibilidad y orden, de manera que pueda realizarse lo planificado previamente.
- Permitir que los participantes se queden con los materiales de trabajo.
- Programar el tiempo para la evaluación de cada sesión: media hora aproximadamente.

Después de cada sesión

Evaluar el desarrollo de cada actividad y el cumplimiento de los objetivos de la misma, son importantes al terminar cada taller. Para hacer la evaluación es necesario analizar con tranquilidad los logros, dificultades y carencias que se observaron durante la sesión.

Al iniciar una jornada diaria, el facilitador/a deberá desarrollar una técnica llamada "LA CONVIVENCIA", la cual consiste en realizar un análisis de los "Acuerdos de Convivencia" establecidos al principio del taller, para propiciar la reflexión de cómo a veces también, nuestras propias reglas se convierten en papel mojado y no se cumplen y cómo ello se refleja en cualquier espacio de convivencia social y en la estructura del Estado en donde las leyes no se cumplen.

Al final del curso de capacitación el facilitador/a deberá recalcar especialmente los puntos principales y el objetivo de la capacitación, que es promover el conocimiento y la protección de los derechos humanos y vih/Sida, para evitar la vulnerabilidad haciendo hincapié en los aspectos fundamentales tratados durante el taller.

Después del Curso de Capacitación

El Seguimiento. Finalizada la capacitación es recomendable promover la participación en una red o comité de promoción y gestión de ambientes políticos favorables para la defensa de derechos humanos y vih/Sida, la creación de alianzas estratégicas con el Comisionado Nacional de los derechos humanos, la Policía Nacional Civil, las autoridades de salud y otros que puedan apoyar en esta misión.

El facilitador/a deberá preparar un informe por capacitación, el cual contendrá la lista de participantes, los resultados generales condensados de cuestionarios y su análisis, encuestas y evaluaciones, conclusiones y recomendaciones.

METODOLOGÍA

De acuerdo al diagnóstico de necesidades de capacitación en los grupos meta la metodología que debe emplearse en este plan de capacitación debe ser:

- Participativa
- Sencilla
- Lúdica
- Variada

De allí que, a pesar de que en algunos momentos de la capacitación se tienen contempladas exposiciones breves, y casi todas dialogadas no implica que sólo hablará el facilitador/a, sino que todas las personas participantes darán sus aportes para precisar y definir conceptos y temas, pues no se trata de exposiciones magistrales; esta Currícula intenta aplicarse mediante una metodología participativa que combine la utilización de dinámicas grupales lúdicas.

Las técnicas didácticas que aparecen en el espacio curricular de cada módulo son tan sólo sugerencias, por lo que los facilitadores/as deberán desplegar su creatividad e inventiva para diseñar otras así como buscar información sobre otras dinámicas que ya existan.

Con la metodología sugerida se intenta abrir espacios de reflexión entre los participantes, pues no se trata solamente de informar, sino de desarrollar conciencia crítica de las posibilidades de acción que cada una de las personas y organizaciones puede desplegar para conocer y proteger sus derechos, partiendo del análisis de lo que sucede en la vida cotidiana como los casos de violaciones que han vivido las personas que viven con el vih y la población homosexual, esta última plasmada en el informe de derechos humanos presentado por la organización Comunidad Gay Sampedrana para la Salud Integral (CGSSI) en el año 2004.

Dentro de este módulo se presenta una propuesta general de programa para cada uno de los cuatro módulos anteriores con los objetivos, las metas de conocimiento (información) y las habilidades de deben formarse en los/as participantes, la metodología de enseñanza-aprendizaje, los puntos fundamentales para la evaluación y los recursos mínimos para el desarrollo del taller.

PERFIL DEL CAPACITADOR/A

El capacitador/a debe reunir algunas cualidades y habilidades necesarias para transmitir la información, experiencia y conocimientos a los participantes:

- Ser respetuoso/a de la dignidad y los derechos humanos.
- Ser respetuoso/a de la diversidad étnica, sexual, cultural y generacional.
- Tener dominio del tema.
- Tener apertura mental.
- Tener empatía.
- Tener facilidad de expresión.
- Ser calmado/a y sereno/a
- Ser cálido/a.

- Tener capacidad para resolver una situación de conflicto dentro del grupo.
- Ser creativo/a y recursivo/a para adaptarse a las necesidades particulares de cada grupo.
- Ser flexible.
- Tener experiencia en trabajo con la comunidad.
- Tener como mínimo nivel de escolaridad de educación media completa.
- Estar dispuesto/a a aprender de los/as participantes.

PERFIL DE LAS PERSONAS PARTICIPANTES

Si bien, es cierto, que las organizaciones poseen una amplia base de personas voluntarias y beneficiarias de programas y proyectos, se hace preciso que dentro de este recurso humano se haga la selección de las personas más idóneas para poder ser formados/as como capacitadores/as en derechos humanos y como líderes que incidan positivamente en la comunidad.

Esto implica que debe evitarse llenar cupos o cumplir con cantidades personas aún sin cumplir con condiciones esenciales para facilitar un proceso de capacitación. Así mismo deben dejarse de lado intereses y preferencias por ciertos beneficiarios/as al momento de integrarlos a un proceso de capacitación.

Contar con un perfil sugiere la elección de personas que tengan potencial para influir favorablemente en la comunidad, además, que estén interesados/as en capacitarse y que entiendan el compromiso y la responsabilidad de transmitir, sin egoísmo, conocimientos a los/as demás.

Es indispensable que las organizaciones tengan en cuenta las siguientes aptitudes y habilidades de las personas que serán capacitadas:

- Mostrado interés y deseo de conocer y aprender.
- Saber leer y escribir.
- Tener alguna información sobre el tema de vih/Sida.
- Líderes y personas con potencial para ser líderes de la comunidad gay/lésbica y de las personas viviendo con vih/Sida, que estén dispuestos/as a compartir sus conocimientos.
- Nivel de compromiso con la temática de derechos humanos y la defensa de los mismos dentro de su comunidad.
- Estar dispuesto/a a escuchar otros puntos de vista y a compartir los propios.
- Los/as participantes que tengan la responsabilidad de capacitar a los tomadores de decisiones deben ser personas que tengan más información, conocimientos y experiencia en relación con el tema de derechos humanos particularmente de la comunidad gay/lésbica y de las personas viviendo con vih/Sida.

RECURSOS DIDÁCTICOS

Los recursos didácticos varían de acuerdo a los contenidos, audiencias, recursos financieros y tiempos disponibles.

Es importante aplicar una utilización óptima de todos los recursos disponibles (materiales de apoyo, papelería) para evitar costos y esfuerzos innecesarios; diversas instituciones y organizaciones han producido innumerables documentos, trifolios, folletos, manuales, presentaciones, sobre derechos humanos, sexualidad, vih/Sida, sexualidad, Ley Especial del vih/Sida que deben aprovecharse al momento de la capacitación.

Asimismo existe material audiovisual de apoyo como presentaciones en power point, videos, juegos de conocimiento que han sido realizados por diversas instituciones nacionales o internacionales, públicas o privadas, cuya utilización sería beneficiosa para el desarrollo de la capacitación; es necesaria su obtención para abrir el abanico de recursos didácticos y enriquecer la capacitación; A manera de ejemplo vale la pena mencionar presentaciones en power point respecto al tema de la homofobia, la homosexualidad e información sobre el vih/Sida producida por PASMO; el Juego del vih/Sida, que promueve educación e información sobre el vih/Sida a través del entretenimiento, elaborado por el Foro Nacional de Sida; la elaboración de un juego didáctico denominado la "Lotería de la Diversidad" elaborado por la Asociación Kukulcán y el Video "Soy Gay y Debo Cuidarme" producido por el Comité de IEC HSH de la COGAYLESH, el cual debe aplicarse leyendo previamente la respectiva guía de uso dirigida a facilitadores, producida dentro del proyecto "Construyendo Ciudadanía" del CIPRODEH y de la Iniciativa BACKUP (administrados por la Agencia de Cooperación Técnica Alemana (GTZ)

Dependiendo de las actividades que se vayan a realizar se deberá tener una lista de los implementos que se necesitarán, incluidos por lo menos los siguientes:

Pizarra, rotafolio, marcadores, cartulinas de colores, cartulina blanca, fólderes, lápices, borrador y tiza, masking tape, tarjetas, data show, acetatos, retroproyector, filminas, materiales educativos para trabajar como la Constitución de la República, la Ley Especial de vih/Sida y su reglamento, la Declaración Universal de los Derechos Humanos y la Declaración de compromiso en la lucha contra el vih/sida (UNGASS) de las Naciones Unidas, para citar solamente algunos. Sin embargo de acuerdo con las necesidades de información de los participantes, el facilitador/a podrá contemplar otros textos pertinentes y de interés para el abordaje de los temas.

EVALUACIÓN

La evaluación es la fase final de cualquier proyecto de intervención social dirigido a la sensibilización y a la capacitación de personas. Esta parte del proceso es de suma importancia ya que a través de ella podemos realizar mediciones de impacto que nos permiten analizar el cumplimiento de los objetivos de la capacitación, el manejo y la transmisión de la información suministrada, el grado de comprensión de la información en los/as participantes, la organización técnica y administrativa del taller, así como las metodologías utilizadas para proporcionar la información durante el desarrollo del proceso de capacitación que le indican al facilitador/a determinar si la estrategia de capacitación fue efectiva. La evaluación comprende:

1. Evaluación de objetivos.
2. Evaluación de conocimientos.
3. Evaluación del facilitador/a.
4. Evaluación de las metodologías, técnicas y dinámicas.
5. Evaluación de aspectos logísticos.

1. **Evaluar el cumplimiento de los objetivos propuestos**
   Señala de qué manera se va a medir el logro de objetivos. Es decir, es necesario determinar lo que los participantes sabrán hacer o conocerán al finalizar el taller. Por ejemplo si lo que se quiere al realizar una actividad es explicar qué es la discriminación, en que consiste el estigma hacia las personas que viven con vih/Sida y hacia las personas por su orientación sexual o identidad sexual, podría establecerse como indicador que al finalizar el taller los/as participantes estuvieran en capacidad de definir y analizar el concepto de discriminación, la definición de identidad u orientación sexual y cuáles son las tres maneras en que una persona se identifica (homosexual, bisexual y heterosexual) y como ésta puede estar presente en diversos comportamientos y actitudes de la vida cotidiana.

   Elaborar una pauta de evaluación que permita medir cuánto se ha logrado de los objetivos propuestos por ejemplo diseñando un cuestionario con afirmaciones dirigidas a propiciar la reflexión y el autoanálisis entre los participantes.

2. **Evaluación de conocimientos.** Con esta evaluación se podrá conocer cuanto aprendieron los participantes y si la metodología empleada para la transmisión de conocimientos fue la adecuada. Para la evaluación de conocimientos pueden emplearse metodologías tales como preguntas abiertas, juegos de destreza mental, cuestionarios de selección múltiple o estudios de caso. Para diseñar los cuestionarios o las preguntas puede guiarse por las metas de conocimiento y de habilidades personales que se esperan en los participantes de acuerdo al espacio curricular de cada módulo.

3. **Evaluar la metodología empleada en cada actividad**

Puede hacerse verbalmente y de forma escrita. Una vez concluya una actividad es aconsejable formular preguntas que permitan conocer como se sintieron los/as participantes, para qué les sirvió la actividad, qué aprendizajes y qué conclusiones logran.

Al finalizar la actividad de capacitación es necesario evaluar la metodología mediante la formulación de preguntas escritas que indaguen el nivel de aprendizaje a través de la utilización de las ayudas audiovisuales, la realización de dinámicas, los juegos, las actividades individuales, el trabajo en grupo y cualquier otro recurso metodológico que el facilitador/a hubiere empleado durante el taller. La evaluación metodológica también permite conocer las sugerencias para mejorar o cambiar las metodologías por otras más efectivas.

4. **Evaluar el desempeño del facilitador/a**

Del mismo modo que en los anteriores puntos, la pauta de evaluación debe recoger la opinión de los participantes respecto al desempeño del facilitador/a en aspectos tales como nivel de conocimientos, destreza para transmitir la información, solución de dudas de los participantes y manejo del grupo.

5. **Evaluar la logística**

Además de los aspectos de fondo, una capacitación debe evaluarse por el nivel de organización para su desarrollo. Este aspecto es tan importante como la capacitación en si misma. Los/as participantes merecen atención y respeto por lo cual un taller debe tener en cuenta hasta el más mínimo detalle en preparación logística. Los participantes deben gozar del derecho a evaluar el desarrollo logístico del taller. Esta evaluación debe incluir aspectos como el espacio en donde se realizó la capacitación, la alimentación, la puntualidad en el inicio del taller, la organización y el cumplimiento en el desarrollo del taller.

Además del documento de evaluación final del curso, el capacitador/a puede incluir opciones de evaluación intermedia antes y durante el desarrollo del taller para medir el progreso de los participantes, para ello podrá:

- Realizar un cuestionario escrito previo a la iniciación del taller, con preguntas relacionadas a los temas que serán abordados, para conocer cual es el nivel de información y de conocimientos de los/as participantes antes de la capacitación.
- Hacer preguntas a participantes de forma individual o en grupo para verificar su grado de conocimiento y comprensión.
- Presentar estudios de caso para discutir y evaluar las soluciones presentadas por los participantes.
- Analizar el comportamiento, las actitudes y las creencias durante el desarrollo de la capacitación.
- Es importante que luego del taller los/as participantes puedan señalar qué aspectos les resulta necesario abordar más adelante, con lo cual puede conocerse el nivel de información y de interés con la actividad realizada.

Elaboración del informe final de actividades

Los resultados de evaluación en todos sus aspectos deberán ser presentados por el facilitador/a, haciendo una condensación y análisis de los resultados (si es posible, se debe hacer una tabla con las respuestas de los participantes para sintetizar y lograr una visión global de los resultados obtenidos) junto con la elaboración de un informe sobre el desarrollo del taller, logros, dificultades y conclusiones de la experiencia. Adjunto a este informe se deben allegar los formatos utilizados durante la actividad tales como cuestionarios previos, hoja de ruta de actividades realizadas y cualquier otro documento que sea pertinente.

ESPACIO CURRICULAR

Módulo I
LOS DERECHOS HUMANOS
Duración: 16 Horas

Objetivo General

Facilitar a los/as participantes conocimientos básicos sobre los derechos humanos y su relación con el vih/Sida y la orientación sexual.

Objetivos Específicos

1. Conocer qué son los derechos humanos y qué normas internacionales y nacionales los protegen.
2. Entender la relación entre los derechos humanos y el vih/Sida.
3. Conocer la importancia de reducir la discriminación por vih/Sida y orientación sexual para la prevención del vih/Sida.
4. Conocer sobre las diferentes instancias y medios para la promoción de los derechos humanos y acceso a la justicia en Honduras.

Contenido del Programa de Capacitación

1. Bienvenida
2. Presentación del Programa: Objetivos, expectativas y normas de trato mutuo
3. ¿Qué son los derechos humanos?
4. Surgimiento de los Derechos Humanos
5. Marco Internacional de los Derechos Humanos
6. Marco Nacional de los Derechos Humanos y su relación con el vih/Sida
7. Ley Especial del vih/Sida
8. Estigma y Discriminación
9. Garantías y Protección de los Derechos Humanos en Honduras
10. Conclusiones sobre el taller y su contenido
11. Evaluación

Metas de Conocimiento/Información en los/as participantes

1. Los/as participantes son capaces de explicar en forma oral o escrita cuál es el principio básico en el que se fundamentan los derechos humanos.
2. Los/as participantes son capaces de enumerar en forma oral o escrita las características de los derechos humanos.
3. Los/as participantes son capaces de explicar en forma oral o escrita cuál es el surgimiento de los derechos humanos y su evolución en generaciones de derechos.
4. Los/as participantes son capaces de mencionar y conocer aspectos básicos de las principales declaraciones o normas a nivel internacional que promueven los derechos humanos.
5. Los/as participantes son capaces de mencionar en forma oral o escrita cuáles son los principales derechos humanos relacionados al vih/Sida y la orientación sexual

promovidos en la legislación nacional de vih/Sida.

6. Los/as participantes son capaces de explicar en forma oral o escrita la diferencia entre estigma y discriminación; la relación entre ambas y sus consecuencias en el vih/Sida.
7. Los/as participantes son de capaces mencionar en forma oral o escrita cuáles son las principales instancias que promueven y protegen los derechos humanos en Honduras, su función y utilidad.

Metas de Formación de Habilidades Personales

1. Los/as participantes valoran la importancia de los principios éticos para lograr una convivencia en condiciones de igualdad y respeto.
2. Cada participante reflexiona y vincula los derechos humanos a su vida personal, su cotidianidad y sus relaciones de convivencia con otras personas.
3. Los/as participantes reflexionan sobre la situación de derechos humanos en su comunidad.
4. Identifican las causas que originan el estigma y la discriminación social asociados al hecho de vivir con el vih/Sida y de tener una orientación sexual diferente a la heterosexual.
5. Valoran y proponen cambios de tipo personal y grupal para lograr un efectivo cumplimiento de sus derechos y los de las demás personas de su comunidad.
6. Reflexionan sobre las habilidades personales y grupales necesarias para responder a una violación a los derechos humanos.

Sugerencias Metodológicas de Enseñanza-Aprendizaje

Para el desarrollo del Módulo I sobre "**Los Derechos Humanos**", se sugiere que se desarrollen actividades que cumplan con cada uno de los temas y logren las metas de aprendizaje y de formación de habilidades en las personas participantes. Para ello, es fundamental que cada tema se cubra realizando actividades que incentiven o motiven a la reflexión, el análisis y la aportación de experiencias de los/as participantes en materia de derechos humanos y particularmente sobre cada uno de los puntos que se desarrollan en el módulo.

De esta forma se recomienda:

1. Inicialmente desarrollar técnicas de animación o educación popular para romper el hielo, lograr que los/as participantes se conozcan y recoger las expectativas que las personas tienen acerca del taller, las cuales deberán ser anotadas en el pizarrón o en un papelógrafo.

   Este punto es esencial para que las personas participantes puedan descartar expectativas equivocadas, así como también para que se informen sobre lo que aprenderán (conocimientos y habilidades) durante el desarrollo del mismo.
2. Un punto importante, dentro del programa es la construcción conjunta sobre los acuerdos de convivencia, respeto y participación, necesarios para que el programa se lleve a cabo con éxito y para que exista armonía durante el desarrollo de las actividades por lo cual se han de utilizar técnicas que permitan verbalizar, negociar y apropiarse de normas mínimas de convivencia. Los acuerdos de

convivencia deben permanecer visibles para los/las participantes durante todo el tiempo que dure el taller de capacitación.

3. La presentación de los objetivos del taller podrá realizarse a través de una presentación dialogada utilizando el papelógrafo con las expectativas y motivaciones de la primera actividad. El facilitador/a orientará los objetivos del taller sobre los aspectos que, de acuerdo a las expectativas de las personas participantes, cubren cada objetivo. También es necesario que se haga una presentación y discusión del programa del taller, temas, actividades y tiempos del mismo.
4. Para el desarrollo de los contenidos del taller se pueden utilizar técnicas como la "Lluvia de Ideas" y "Preguntas Abiertas" que introduzcan el tema y recojan las experiencias y conocimientos de las personas participantes, creando conceptos iniciales sobre el pizarrón o papelógrafo. Comenzar con estas primeras impresiones para promover la reflexión y realizar técnicas que sirvan para analizar de forma más profunda los temas. Las técnicas para profundizar en los temas pueden ser: "Realización de Video-Foros", "Estudios de Caso", "Trabajos de Grupo y Plenarias", "Debates", "Juego de Roles", "Sociodramas", "Lecturas Complementarias en Grupo" (sugeridas en el contenido teórico del módulo I), "Cine Foro" "Técnicas de animación o educación popular" que le ayudarán a desarrollar los contenidos propuestos en el presente manual de forma amena y motivante hacia las personas participantes. Esta última recomendación deberá tomarse en cuenta, especialmente al estudiar las normas internacionales y nacionales que promueven los derechos humanos, ya que tradicionalmente han sido abordados de forma estructurada y rígida, lo que hace más árido el desarrollo de conocimientos y actitudes positivas hacia los derechos humanos en quienes reciben este tipo de talleres.
5. Es importante que, luego de realizar el análisis de cada tema a través de las diferentes técnicas que se mencionan en el párrafo anterior, el facilitador/a realice presentaciones dialogadas con los conceptos básicos de cada tema para cerrar la actividad y orientar las conclusiones.
6. Es fundamental estar atento/a a las inquietudes y preguntas que realicen los/as participantes para resolverlas durante el taller; si el facilitador/a no tiene la información suficiente para dar respuesta a alguna pregunta, debe indicar la fuente en donde puede hallarse la respuesta o buscarla para responderla al día siguiente así como incentivar a los/as participantes para que se interesen por buscar la información.
7. Asegurarse que al iniciar cada jornada del taller se retroalimenten conceptos, ideas y principales aprendizajes del día anterior con el fin de reforzar y brindar seguimiento al desarrollo del programa.
8. Al finalizar el taller, es imprescindible que realice las conclusiones globales del taller utilizando técnicas como el trabajo de grupo y la plenaria para conocer cuáles son los principales aprendizajes, interrogantes y formas de pensar de las personas que participaron, así como la motivación y disposición para hacer cambios personales y/o grupales alrededor de los derechos humanos.

Evaluación

Se podrá realizar a través de preguntas escritas y orales sobre:

1. Las metas de información previstas para este módulo.
2. Las habilidades personales que se promueven con el módulo.
3. El cumplimiento de expectativas iniciales de los/as participantes.
4. La satisfacción de los/as participantes con el taller.
5. El desempeño del facilitador/a.
6. La logística del taller (ambiente de trabajo, recursos, materiales, alimentación)

Materiales y Recursos a utilizar

1. Textos y contenidos teóricos Módulo I
2. Declaración Universal de los Derechos Humanos, 1948.
3. Vih y Derechos Humanos, Directrices Internacionales, 1996, ONUSIDA.
4. Constitución de la República de Honduras.
5. Ley de vih/Sida de Honduras, Decreto 147 de 1999 y Reglamento de la Ley Especial sobre vih/Sida.
6. Manual de Acceso Ciudadano a la Justicia, CIPRODEH.
7. Video: "Soy Gay y Debo Cuidarme", Comité de IEC para Población Gay, SSH/ Fondo Global.
8. Videos y películas sugeridas al final del texto del módulo I.
9. Lecturas complementarias recomendadas en el contenido teórico del Módulo I.
10. Papelógrafos.
11. Marcadores.
12. Data-show o retroproyector.
13. Computadora.

Módulo II

LA PARTICIPACIÓN CIUDADANA Y LA INCIDENCIA POLÍTICA

Duración: 16 Horas

Objetivo General

Proporcionar a los/las participantes, información básica l sobre la participación ciudadana activa y la incidencia política como medio para responder al estigma y discriminación por orientación sexual y vih/Sida.

Objetivos Específicos

1. Conocer los orígenes de la participación ciudadana y su importancia para le fortalecimiento de la democracia y el Estado de Derecho.
2. Aprender qué es la incidencia política y cuál es su utilidad para promover cambios sociales que contribuyen a reducir el estigma y la discriminación por vih/Sida y orientación sexual.
3. Aprender cuáles son los principios fundamentales de incidencia política para la promoción de los derechos humanos de las poblaciones vulnerabilizadas por el vih/Sida.
4. Aprender qué es la auditoría social y cómo se realiza.

Contenido del Programa de Capacitación

1. Bienvenida
2. Presentación del Programa: Objetivos, expectativas y normas de trato mutuo
3. ¿Qué es la participación ciudadana?
4. Orígenes de la participación ciudadana
5. ¿Qué es la incidencia política?
6. Aprendiendo a incidir políticamente
7. El cabildeo y la negociación como principios para incidir políticamente
8. ¿Qué es la auditoría social?
9. Aprendiendo a hacer auditoría a nuestros/as gobernantes
1. Conclusiones sobre el taller y su contenido
10. Evaluación

Metas de Conocimiento/Información en los/as participantes

1. Los/as participantes son capaces de definir en formal oral o escrita qué es la participación social.
2. Los/as participantes son capaces de explicar en forma oral o escrita la importancia de la participación civil y política para lograr cambios políticos, sociales y culturales en el espacio social en donde se vive.
3. Los/as participantes son capaces de mencionar en forma oral o escrita cuáles son los principios de la participación social.
4. Los/as participantes son capaces de explicar en forma oral o escrita cuál es la relación entre incidencia política y la participación ciudadana.

5. Los/as participantes son capaces de nombrar y explicar claramente en forma oral o escrita al menos tres estrategias o presupuestos para hacer incidencia política.
6. Los/as participantes son capaces de explicar en forma oral o escrita cuál es la importancia de la negociación en la incidencia política.
7. Los/as participantes son capaces de explicar en forma oral o escrita la importancia de la auditoría social en el fortalecimiento de la democracia hondureña y sus principales estrategias para llevarla a cabo.

Metas de Formación de Habilidades Personales

1. Los/as participantes valoran la importancia de participar civil y políticamente para lograr mejores condiciones de vida de forma personal y grupal.
2. Cada participante reflexiona y comprende los beneficios de la participación civil y política para reducir el estigma y la discriminación por orientación sexual y vih/sida.
3. Cada participante reflexiona sobre la necesidad de asumir responsabilidad civil y política para contribuir a la promoción de sus derechos y libertades fundamentales.
4. Los/as participantes valoran la importancia de realizar auditoría social como medio para fortalecer la participación social y la democracia en Honduras.

Sugerencias Metodológicas de Enseñanza-Aprendizaje

El Módulo II sobre "**Participación Ciudadana e Incidencia Política**" permite a las personas beneficiarias de las organizaciones que trabajan en derechos humanos y vih/Sida, adquirir conocimientos básicos y sensibilidad que induzcan al trabajo organizado para lograr cambios sociales, inclusión, igualdad, respeto y cumplimiento de los derechos y libertades fundamentales que les pertenecen.

Por esta razón, se hace necesario que el/la facilitador/a de este módulo desarrolle actividades que promuevan principalmente la reflexión, comprensión y actitudes positivas para el ejercicio de una ciudadanía activa que contribuya al fortalecimiento de la democracia en Honduras.

Por ser esta temática considerada por muchas personas como poco interesante y compleja se recomienda que la persona facilitadora del módulo utilice en forma general técnicas lúdicas y de motivación grupal para introducir los temas y construir los conceptos. Posteriormente a esta aproximación a cada tema puede utilizarse la técnica de estudio de casos con situaciones reales que permitan a los/as participantes valorar los beneficios de la participación, la incidencia política y proponer soluciones a problemas cotidianos y que les afectan directamente.

De esta forma se recomienda:

1. Inicialmente desarrollar técnicas de animación o educación popular para romper el hielo, lograr que los/as participantes se conozcan y recoger las expectativas que las personas tienen acerca del taller, las cuales deberán ser anotadas en el pizarrón o en un papelógrafo.

Este punto es esencial para que las personas participantes puedan descartar expectativas equivocadas, así como también para que se informen sobre lo que aprenderán (conocimientos y habilidades) durante el desarrollo del mismo.

2. Un punto importante, dentro del programa es la construcción conjunta sobre los acuerdos de convivencia, respeto y participación, necesarios para que el programa se lleve a cabo con éxito y para que exista armonía durante el desarrollo de las actividades por lo cual se han de utilizar técnicas que permitan verbalizar, negociar y apropiarse de normas mínimas de convivencia. Los acuerdos de convivencia deben permanecer visibles para los/las participantes durante todo el tiempo que dure el taller de capacitación.

3. La presentación de los objetivos del taller podrá realizarse a través de una presentación dialogada utilizando el papelógrafo con las expectativas y motivaciones de la primera actividad. El facilitador/a orientará los objetivos del taller sobre los aspectos que, de acuerdo a las expectativas de las personas participantes, cubren cada objetivo. También es necesario que se haga una presentación y discusión del programa del taller, temas, actividades y tiempos del mismo. Para lograr la actitudes positivas hacia los temas del taller, es conveniente motivar a los/as participantes a hablar y reflexionar, mediante preguntas, sobre la importancia de participar en diferentes espacios de su vida como la familia, la educación, la organización y la comunidad donde vive en condiciones de respeto e igualdad con las otras personas.

4. Despertar el interés por los temas que se desarrollen en el taller dependerá del facilitador/a por lo cual se tiene que propiciar un ambiente de confianza, apertura y mucho respeto hacia los/as participantes, sus comentarios y sus reacciones. Se debe evitar en todo momento juzgar a las personas por las opiniones que expresen. El facilitador/a deberá hacer preguntas claras, comprensibles que produzcan en los/as participantes la reflexión y el deseo de expresar sus puntos de vista. En este módulo es indispensable que el taller se desarrolle llevando a los/as asistentes a conectar la participación con los espacios cotidianos en donde esta se realiza como la familia, la educación, la organización (a la que pertenecen) y la comunidad donde viven.

5. Durante el desarrollo del taller es importante que los/as participantes analicen que el hecho mismo de asistir al taller es la forma más simple y a la vez la más contundente manera de participar, haciéndoles ver la importancia de desarrollar las habilidades sociales que es necesario tener para convivir, negociar y concertar con otras personas.

6. Para el desarrollo de los contenidos del taller utilice "técnicas de educación popular o juegos de que permitan el análisis e integración de conceptos", "Lluvia de Ideas", "Estudios de Caso", "Lecturas Complementarias" y "Juegos o Dinámicas" que permitan la reflexión sobre la importancia de la participación del ser humano dentro del grupo social.

Las técnicas que ayudan a profundizar en los temas del taller deben incorporar la participación verbal y la utilización de los sentidos del tacto, visual y auditivo que permitan a los/as participantes mantenerse interesados y motivados/as y aportar desde su experiencia conocimientos para la construcción de relaciones democráticas en su familia, su trabajo y su organización.

1. El estudio de las estrategias o presupuestos para hacer incidencia política, cabildeo y auditoría social puede desarrollarse utilizando la técnica de trabajo de grupo y plenaria; en donde, a través de una situación o problema (real o ficticio) relacionados por ejemplo con el estigma y la discriminación que viven las poblaciones vulnerabilizadas por el vih/Sida, los/as participantes tengan la oportunidad de plantear soluciones a estos problemas, diseñando planes de acción generales que cumplan con estos presupuestos o estrategias. Es importante que luego de realizar el análisis de cada plan o propuesta de solución, el facilitador/a retroalimente a los/as participantes utilizando presentaciones dialogadas de experiencias exitosas, en donde la incidencia política y la auditoría social han jugado un papel clave para lograr los cambios deseados.
2. Asegurarse de que al iniciar cada jornada del taller se presenten conceptos, se aclaren dudas y se repasen los contenidos y aprendizajes del día anterior con el fin de reforzar y brindar seguimiento al desarrollo del programa.
3. Al finalizar la jornada, es imprescindible hacer las conclusiones taller utilizando técnicas como el trabajo de grupo y la plenaria para conocer cuáles son los principales aprendizajes, cuestionamientos de las personas que participaron y las motivaciones interiores, así como la disposición para establecer cambios personales y/o grupales que propicien un trabajo en incidencia política.

Evaluación

Se podrá realizar a través de preguntas escritas y orales sobre:

1. Las metas de información previstas para este módulo.
2. Las habilidades personales que se promueven con el módulo.
3. El cumplimiento de expectativas iniciales de los/as participantes.
4. La satisfacción de los/as participantes con el taller.
5. El desempeño del facilitador/a.
6. La logística del taller (ambiente de trabajo, recursos, materiales, alimentación).

Materiales y Recursos a utilizar

1. Textos y contenidos teóricos Módulo II.
2. Ley de Participación ciudadana de Honduras, Decreto 3 de 2006.
3. Manual de Incidencia Política en vih/Sida de la Asociación para la Salud Integral y la Ciudadanía en América Latina ASICAL, editado en el año 2003.
4. Papelógrafos.
5. Marcadores.
6. Videos y películas sugeridas al final del texto del módulo II.
7. Televisor, VHS o DVD.
8. Data-show o retroproyector.
9. Computadora.

Módulo III

SEXUALIDAD, DERECHOS SEXUALES Y GÉNERO

Duración: 16 Horas

Objetivo General

Proporcionar a los/las participantes, información básica sobre la sexualidad, los derechos sexuales y el género como elementos integrales del desarrollo humano.

Objetivos Específicos

1. Aprender qué es la sexualidad, su importancia en la vida humana y su relación con los derechos humanos.
2. Aprender cuáles son los aspectos biológicos, psicológicos y sociales que intervienen en el desarrollo de la sexualidad.
3. Aprender cuáles son las diferentes manifestaciones o expresiones de la sexualidad humana.
4. Aprender qué es el género, su relación con la sexualidad y los derechos sexuales de las personas.

Contenido del Programa de Capacitación

1. Bienvenida
2. Presentación del Programa: Objetivos, expectativas y normas de trato mutuo
3. La sexualidad
4. Los derechos sexuales
5. Aspectos biológicos de la sexualidad
6. Identidad y sexualidad
7. Erotismo y sexualidad
8. El género
9. El género y el derecho a la igualdad
10. Conclusiones sobre el taller y su contenido
11. Evaluación

Metas de Conocimiento/Información en los/as participantes

1. Los/as participantes son capaces de explicar en formal oral y escrita qué es la sexualidad, sus dimensiones y funciones en la vida humana.
2. Los/as participantes son capaces de explicar en forma oral o escrita qué son los derechos sexuales y cómo se relacionan con el ejercicio de una sexualidad plena, responsable y feliz.
3. Los/as participantes son capaces de definir y explicar en forma oral o escrita la relación entre sexo e identidad de sexo.
4. Los/as participantes son capaces de definir y explicar en forma oral o escrita la influencia de los cambios biológicos del adolescente en el desarrollo de la sexualidad.
5. Los/as participantes son capaces de nombrar y explicar las diferentes manifestaciones de la identidad sexual.

6. Los/as participantes son capaces de definir y explicar en forma oral o escrita qué es el género, sus manifestaciones y cómo se construye en cada persona por la influencia cultural.
7. Los/as participantes son capaces de explicar en forma oral o escrita la relación entre igualdad de género y la igualdad entre los derechos de hombres y mujeres.
8. Los/as participantes son capaces de analizar como influyen los estereotipos de género en la sexualidad de las personas y en su comportamiento.

Metas de Formación de Habilidades Personales

1. Los/as participantes valoran la sexualidad como parte inherente del ser humano en la que cada uno/a es autónomo/a para tomar decisiones.
2. Los/as participantes reconocen que el ejercicio de su sexualidad está protegida por derechos sexuales que les pertenecen a ellos/as y a todas las personas sin ninguna distinción.
3. Los/as participantes valoran la importancia y riqueza de la diversidad sexual, así como la necesidad de respetarla y protegerla.
4. Los/as participantes se identifican como seres sexuados/as, en constante evolución y con necesidades y potencialidades para dar y recibir afecto, amor y placer.
5. Los/as participantes valoran la dimensión social de la construcción de género en sus vidas y sus manifestaciones en las relaciones de pareja, amistad, familia y trabajo.
6. Los/as participantes valoran la necesidad de construir relaciones igualitarias entre hombres y mujeres para contribuir a una sociedad justa que promueva los derechos sexuales de todos y todas.

Sugerencias Metodológicas de Enseñanza-Aprendizaje

El Módulo III sobre "**Sexualidad, Derechos Sexuales y Género**", permite a las personas beneficiarias de las organizaciones que trabajan en derechos humanos y vih/Sida, adquirir conocimientos básicos y sensibilidad para comprender, respetar y valorar la sexualidad desde la dimensión afectiva, social y erótica como parte del desarrollo y la realización humana.

En general este es un tema que puede resultar interesante para las personas participantes ya que la persona puede aprender sobre sí misma y sobre su experiencia particular en los aspectos social, afectivo, psicológico y erótico de su propia sexualidad. Sin embargo, las actividades que lleven a la reflexión y a compartir estas experiencias personales sobre la sexualidad deben planificarse cuidadosamente, pues en los talleres de este tipo podrían encontrarse participantes con diferentes concepciones y valoraciones de la sexualidad que produzcan confrontación y tensión en el auditorio, especialmente si las concepciones de sexualidad y género están influidas por preconceptos provenientes de creencias religiosas, culturales y sociales que afloran en forma de rabia y odio hacia las orientaciones sexuales diferentes a la heterosexual que en el imaginario social son consideradas como anormales, impuras y antinaturales.

También es necesario desarrollar actividades que promuevan reflexión y actitudes favorables hacia el respeto de la sexualidad, la diversidad sexual y la no discriminación por orientación sexual como primer derecho para la autodeterminación y autoafirmación de cada persona mediante la conciencia de que no hay identidades sexuales ni estilos de vida normales ni anormales sino que lo que existe es una hermosa y maravillosa diversidad.

El facilitador/a debe estar entrenado/a para manejar los momentos de tensión entre los/as participantes a través de la importancia del respeto hacia cualquier opinión, la habilidad para escuchar sin interrumpir a la otra persona y la delicadeza para hacer alguna observación así como para proporcionar la información veraz, objetiva y en algunos casos científica acerca de la sexualidad, los derechos sexuales y el género; el facilitador/a deberá evitar imponer conceptos a los/as participantes, sino más bien permitir que cada persona los asimile y avance de acuerdo a su propio ritmo mediante el cuestionamiento y el análisis.

De esta forma se recomienda:

1. Inicialmente desarrollar técnicas de animación o educación popular para romper el hielo, lograr que los/as participantes se conozcan y recoger las expectativas que las personas tienen acerca del taller, las cuales deberán ser anotadas en el pizarrón o en un papelógrafo.
   Este punto es esencial para que las personas participantes puedan descartar expectativas equivocadas, así como también para que se informen sobre lo que aprenderán (conocimientos y habilidades) durante el desarrollo del mismo.
2. Un punto importante, dentro del programa es la construcción conjunta sobre los acuerdos de convivencia, respeto y participación, necesarios para que el programa se lleve a cabo con éxito y para que exista armonía durante el desarrollo de las actividades por lo cual se han de utilizar técnicas que permitan verbalizar, negociar y apropiarse de normas mínimas de convivencia. Los acuerdos de convivencia deben permanecer visibles para los/las participantes durante todo el tiempo que dure el taller de capacitación.
3. La presentación de los objetivos del taller podrá realizarse a través de una presentación dialogada utilizando el papelógrafo con las expectativas y motivaciones de la primera actividad. El facilitador/a orientará los objetivos del taller sobre los aspectos que, de acuerdo a las expectativas de las personas participantes, cubren cada objetivo. También es necesario que se haga una presentación y discusión del programa del taller, temas, actividades y tiempos del mismo.Para lograr la actitudes positivas hacia los temas del taller, motive a los/as participantes a hablar y reflexionar, mediante preguntas, sobre la importancia de la sexualidad para el desarrollo de las personas, su experiencia particular en este tema y sobre la influencia de la cultura, la religión y la familia en el concepto y vivencia de la sexualidad.
4. Para el desarrollo de los temas de sexualidad y derechos sexuales pueden

utilizarse "Técnicas autorreflexión", "Técnicas de relajación y autoanálisis", "Video-foros", "Juego de roles", "Socio-dramas", "Técnicas de educación popular" que permitan el auto-descubrimiento de actitudes y valores hacia la sexualidad, la diversidad sexual y los derechos de autonomía y de no discriminación por orientación sexual.

Las actividades que se empleen para profundizar en los temas del taller deben promover la participación para compartir sentimientos, emociones, ideas y conceptos alrededor de la percepción que cada participante tiene sobre la sexualidad, los derechos sexuales y el género, pero sobre todo las actividades deberán promover reflexión sobre los derechos para el ejercicio de la sexualidad humana.

5. En el tema de determinantes biológicos de la sexualidad, pueden utilizarse presentaciones dialogadas a través de data-show, papelógrafos o ilustraciones que contengan imágenes que permitan conocer el desarrollo sexual y biológico del ser humano. Integrar los conocimientos y experiencias de los/as participantes para promover la identificación de la sexualidad y el erotismo como un aspecto inherente de la naturaleza humana, así como promover la adquisición de lenguaje y conceptos adecuados sobre la función y manifestación biológica de la sexualidad.
6. Los temas sobre sexualidad, pueden introducirse a través de la técnica de "Lluvia de ideas", o "Lecturas dirigidas" que permitan la construcción y análisis de los conceptos iniciales del grupo acerca del tema. La profundización de los temas requerirá de actividades que permitan contrastar estos conceptos con las teorías científicas sobre la sexualidad, la identidad sexual y sus diferentes manifestaciones, para lo cual pueden emplearse "Dinámicas", "Cine foros" y "Plenarias" complementadas con exposiciones dialogadas sobre los conceptos presentados en este manual que puedan facilitar conclusiones y clarificación de dudas sobre la temática.
7. Para el abordaje de los temas también pueden emplearse técnicas de "Autorreflexión" mediante actividades de "Relajación" dirigida, el "Dibujo libre", "Collage" utilizando revistas o fotografías para representar en forma gráfica y verbalizar experiencias, aprendizajes, ideas y emociones alrededor de la dimensión erótica de la sexualidad y su importancia en la vida humana a través del dar y recibir afecto y placer.
8. Finalmente, el tema de género puede desarrollarse con actividades como "Juego de roles", "Sociodramas" y "Estudios de caso" para crear y comprender conceptos sobre género e igualdad de género, la influencia que el género, como construcción social, tiene en el comportamiento humano, la vivencia de la sexualidad y las actitudes hacia los derechos sexuales. De igual forma, puede utilizarse la técnica del "Video-foro" para profundizar, analizando el género desde una situación real o ficticia que se presenta en una película o documental que planteen las formas de relación entre hombres y mujeres, los preconceptos, el estigma, la discriminación y la violencia asociados al género, para que los/as participantes analicen y reflexionen en las causas de la iniquidad de género y propongan alternativas para detener la violencia, la discriminación y el trato desigual dentro del espacio de la familia, el trabajo, la educación, las organizaciones y la comunidad (sociedad)
9. Asegurarse de que al iniciar cada jornada del taller se presenten conceptos, se aclaren dudas y se repasen los contenidos y aprendizajes del día anterior con

el fin de reforzar y brindar seguimiento al desarrollo del programa.

10. Al finalizar la jornada, es imprescindible hacer las conclusiones utilizando técnicas como el trabajo de grupo y la plenaria para conocer cuáles son los principales aprendizajes, análisis y cuestionamientos de las personas que participaron y las motivaciones interiores, así como la disposición para establecer cambios personales y grupales alrededor de la sexualidad, los derechos sexuales y la construcción de relaciones de género igualitarias que contrarresten la discriminación y la violencia de género.

Evaluación

Se podrá realizar a través de preguntas escritas y orales sobre:

1. Las metas de información previstas para este módulo.
2. Las habilidades personales que se promueven con el módulo.
3. El cumplimiento de expectativas iniciales de los/as participantes.
4. La satisfacción de los/as participantes con el taller.
5. El desempeño del facilitador/a.
6. La logística del taller (ambiente de trabajo, recursos, materiales, alimentación).

Materiales y Recursos a utilizar

1. Textos y contenidos teóricos Módulo III.
2. Video "Soy Gay y Debo Cuidarme" del Comité de IEC Gay de COGAYLESH
3. Películas de cine que aborden el tema de género y de violencia de género.
4. Videos sobre derechos sexuales.
5. Videos y películas sugeridas al final del texto del módulo III.
6. Televisor, VHS o DVD.
7. Papelógrafos.
8. Marcadores.
9. Data-show o retroproyector.
10. Computadora.

Módulo IV

ASPECTOS BÁSICOS DEL VIRUS DEL VIH Y EL SIDA

Duración: 10 Horas

Objetivo General

Facilitar a los/las participantes, información básica sobre el Virus de Inmunodeficiencia Humana vih, el Sida y las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS)

Objetivos Específicos

1. Aprender qué es el virus del vih, su relación y diferencias con el sida.
2. Conocer cuáles son las vías de transmisión del vih y las formas en que éste puede prevenirse.
3. Conocer qué son las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) y cuáles son sus principales manifestaciones clínicas.
4. Conocer qué es el condón masculino, como se usa y para que sirve en la prevención del virus del vih y de otras ITS.
5. Conocer qué es el condón femenino, como se usa y cuál es su importancia en la prevención del virus del vih, otras ITS y los embarazos no deseados en la mujer.

Contenido del Programa de Capacitación

1. Bienvenida
2. Presentación del Programa: Objetivos, expectativas y normas de trato mutuo
3. Qué cosas conocemos acerca del vih: Conceptos básicos
4. Aprendiendo cuáles son las vías de transmisión y formas del prevenir el vih
5. Conozcamos acerca de las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS)
6. Prevención del vih, las ITS y los embarazos a través de métodos de barrera (Condón Masculino y Condón Femenino)
7. Conclusiones sobre el taller y su contenido
8. Evaluación

Metas de Conocimiento/Información en los/as participantes

1. Los/as participantes son capaces de explicar en formal oral y/o escrita qué es Virus de Inmunodeficiencia Humana.
2. Los/as participantes son capaces de explicar en forma oral o escrita qué es el Sida y su relación con el virus del vih.
3. Los/as participantes son capaces de definir y explicar en forma oral o escrita las diferentes vías de transmisión del vih.
4. Los/as participantes son capaces de explicar en forma oral o escrita cuáles las falsas creencias o formas en que no se transmite el vih.
5. Los/as participantes son capaces explicar en forma oral o escrita qué son las Infecciones de Transmisión Sexual y nombrar cuáles son las ITS más comunes.
6. Los/as participantes son capaces de definir y explicar en forma oral o escrita qué es el condón masculino, su utilidad en la prevención del vih, las ITS y cuáles son las recomendaciones indispensables para correcto uso.

7. Los/as participantes aprenden a utilizar y a colocarse el condón (masculino) correctamente siguiendo las recomendaciones para que sea efectivo en la prevención de ITS.
8. Los/as participantes son capaces de definir y explicar en forma oral o escrita qué es el condón femenino, su utilidad en la prevención del vih, las ITS y cuáles son las condiciones adecuadas para su uso correcto.
9. Los/as participantes son capaces de explicar en forma oral o escrita las principales situaciones de vulnerabilidad y prácticas de riesgo ante la infección por vih y las ITS.
10. Los/as participantes están en capacidad de reflexionar respecto a su propia vulnerabilidad frente a las ITS incluido el vih para tener comportamientos protectores y de autocuidado frente a las infecciones de Transmisión Sexual.

Metas de Formación de Habilidades Personales

1. Los/as participantes reconocen su vulnerabilidad personal y social frente a la infección por vih/sida.
2. Los/as participantes valoran cuáles son los principales comportamientos sexuales responsables que se deben asumir para prevenir la infección y reinfección por vih, las ITS y los embarazos no deseados.
3. Los/as participantes son capaces de reflexionar sobre las formas en que el vih/sida afecta a las personas en los aspectos social, psicológico y biológico.
4. Los/as participantes valoran las diferentes alternativas de prevención que existen frente a la infección y reinfección por vih.
5. Los/as participantes identifican las ventajas de los métodos de barrera como el condón masculino y el condón femenino en la prevención del vih y su reinfección, las ITS y los embarazos no deseados.
6. Los/as participantes valoran la necesidad de prevenir y responder con actitudes de solidaridad ante el vih y las ITS.

Sugerencias Metodológicas de Enseñanza-Aprendizaje

El Módulo IV sobre "**Aspectos Básicos del virus del vih y el Sida**", permite a las personas beneficiarias de las organizaciones que trabajan en derechos humanos y vih/Sida, adquirir conocimientos elementales sobre el vih/Sida y las ITS, así como comprender cuáles son las formas más adecuadas para prevenir estas infecciones y desarrollar habilidades personales para percibir su propia vulnerabilidad.

La temática y las actividades que se desarrollen con este módulo deben orientarse a lograr que los/as participantes puedan reflexionar y analizar en cómo el vih y las ITS les afecta y valorar qué opciones tienen para reducir su propia vulnerabilidad.

Además se hace necesario que el facilitador/a desarrolle actividades que promuevan reflexión y actitudes favorables hacia el respeto y la no discriminación hacia las personas que viven con el vih.

La metodología debe tratar de fortalecer y complementar la teoría del tema con la

práctica en donde el/la participante pueda ver, manipular y jugar para lograr un aprendizaje más completo y motivante.
De esta forma se recomienda:

1. Inicialmente desarrollar técnicas de animación o educación popular para romper el hielo, lograr que los/as participantes se conozcan y recoger las expectativas que las personas tienen acerca del taller las cuales deberán ser anotadas en el pizarrón o en un papelógrafo.
   Este punto es esencial para que lo/as asistentes descarten expectativas equivocadas, así como también para que se informen sobre lo que aprenderán (conocimientos y habilidades) durante el desarrollo del mismo.
2. Un punto importante, dentro del programa es la construcción conjunta sobre los acuerdos de convivencia, respeto y participación necesarios para que el programa se lleve a cabo con éxito y para que exista armonía durante el desarrollo de las actividades por lo cual se han de utilizar técnicas que permitan verbalizar, negociar y apropiarse de normas mínimas de convivencia. Los acuerdos de convivencia deben permanecer visibles para los/las participantes durante todo el tiempo que dure el taller de capacitación
3. La presentación de los objetivos del taller podrá realizarse a través de una presentación dialogada utilizando el papelógrafo con las expectativas y motivaciones de la primera actividad. El facilitador/a orientará los objetivos del taller sobre los aspectos que, de acuerdo a las expectativas de las personas participantes, cubren cada objetivo. También es necesario que se haga una presentación y discusión del programa del taller, temas, actividades y tiempos del mismo. Para lograr la actitudes positivas hacia los temas del taller, motive a los/as participantes a hablar y reflexionar, mediante preguntas, sobre la qué conocen acerca del vih, el sida y las ITS y cuáles creen que son las formas en que afectan a las personas y a la humanidad.
4. Para el desarrollo del tema sobre conceptos básicos acerca del vih/Sida pueden utilizarse técnicas de trabajo en grupo en los que se pida a los participantes que definan palabras clave o conceptos relacionados al vih o el sida individualmente o en grupos. De esta forma en plenaria se aclararán falsas creencias y se facilitarán nuevos aprendizajes. El/la facilitador/a deberá realizar una presentación con las definiciones correctas de los términos y retroalimentar el trabajo del grupo. De igual forma, técnicas como los estudios de caso y presentación de videos educativos (documentales) y de películas de cine sobre la temática pueden apoyar la facilitación de la información, el desarrollo de discusiones amplias y la comparación entre la información que los/as participantes tienen previo al taller y lo que aprenden y analizan durante el taller.
   Las actividades que se desarrollen deben ayudar a que todas las personas del taller participen y compartan información y experiencias sobre el vih/Sida y las ITS, además de brindar la oportunidad para reflexionar sobre la real existencia del vih/sida y de cómo puede afectar a cualquier persona.
5. Respecto a las formas de transmisión y prevención del vih y las ITS, pueden

utilizarse presentaciones dialogadas a través de data-show, papelógrafos o ilustraciones que contengan imágenes para conocer como es el virus y como ataca el sistema inmunológico humano. Puede ampliarse la temática realizando trabajos de grupo y plenarias que promuevan la discusión e identificación de propuestas de los y las participantes sobre las opciones para prevenirlo mediante los cambios de comportamiento y el autocuidado.

6. La sección acerca de las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS), puede introducirse realizando lecturas dirigidas, presentaciones y plenarias sobre las ITS por diferentes grupos de participantes en donde se facilite información sobre las principales manifestaciones clínicas y las formas de atención de cada una de las ITS, además de permitir la reflexión y discusión sobre el vínculo existente entre las ITS y el vih así como el aumento del riesgo de adquirir el vih cuando una persona ya presenta una o más ITS.
7. El desarrollo del tema sobre uso de métodos de barrera para prevenir el vih y las ITS como el condón masculino y el condón femenino debe incluir técnicas que permitan ver y manipular este tipo de métodos de prevención, conocer los diferentes tipos de condón y su uso particular. Es recomendable utilizar pruebas de resistencia para que los/as participantes puedan verificarla, además de realizar demostraciones sobre los pasos del uso correcto de ambos tipos de condón. La introducción en este tema puede hacerse mediante la proyección y análisis de videos, presentaciones dialogadas y plenarias para explorar aspectos como falsas creencias sobre el condón, la negociación para usarlo, las recomendaciones para su manipulación, almacenaje y uso correcto. Finalmente, en esta sección se recomienda hacer actividades dinámicas de demostración y utilización del condón en la que todos/as los/as participantes se apropien de la información mediante la práctica para colocar correctamente el condón. Igualmente puede recurrirse al juego de roles para reflexionar y desarrollar habilidades que conduzcan al diálogo y la negociación del uso del condón en las relaciones de pareja.
8. Al finalizar el taller, es imprescindible hacer las conclusiones globales de la capacitación utilizando el sistema de evaluación propuesto y la participación en plenaria para conocer cuáles son los principales aprendizajes, cuestionamientos y las motivaciones interiores, así como la disposición para plantarse cambios de comportamiento personales respecto a la prevención del vih y las ITS.

Evaluación

Se podrá realizar a través de preguntas escritas y orales sobre:

1. Las metas de información previstas para este módulo.
2. Las habilidades personales que se promueven con el módulo.
3. El cumplimiento de expectativas iniciales de los/as participantes.
4. La satisfacción de los/as participantes con el taller.
5. El desempeño del facilitador/a.
6. La logística del taller (ambiente de trabajo, recursos, materiales, alimentación)

Materiales y Recursos a utilizar

1. Textos y contenidos teóricos Módulo IV.
2. Video "Conozca Sobre el vih, Cuídese" del Foro Nacional de Sida.
3. Videos y películas sugeridas al final del texto del módulo IV.
4. Televisor, VHS o DVD.
5. Dildos (penes de caucho o silicona preferiblemente)
6. Suficientes condones de diversas marcas, clases y texturas. lubricante a base de agua.
7. Lápices
8. Tarjetones
9. Papelógrafos.
10. Marcadores.
11. Data-show o retroproyector.
12. Computadora.

Lecturas sugeridas:

"Harina para mi costal",
Una experiencia de educación popular en el Salvador.
Publicado por el grupo Equipo Maíz, de El Salvador, año 2000. En este libro encontrarás una muestra de metodologías dirigidas a las organizaciones de base.
No tiene página de Internet. Email: equipomaiz@netcomsa.com apartado postal 2276.
Dirección Equipo Maíz 29 avenida norte, 1117 San Salvador, El Salvador.

Promoción y Defensa del Derecho a la Igualdad,
Justicia, Desarrollo y Respeto para las personas que viven con vih/sida,
módulo 4. Serie módulos educativos. Producido por el Instituto Interamericano de Derechos Humanos de Costa Rica y la organización Visión Mundial.
Este libro presenta algunas metodologías para el abordaje de los derechos humanos de las personas que viven con el vih. Instituto Interamericano de Derechos Humanos, Email uinformacion@iidh.ed.cr Apartado Postal 10.081-1000 San José, Costa Rica.

Hombres de Verdad o la verdad sobre los hombres.
Este libro contiene algunas propuestas metodológicas para abordar el género y la masculinidad entre hombres. Autores: Patricio Welsh y Xavier Muñoz.
Libro producido por la Organización de Cooperación Británica para el desarrollo CIIR en Nicaragua (ahora Progressio) página de Internet: www.progressio.org.uk

Bibliografía

1. PPDDHAC-H, Constitución de la República de Honduras, Tegucigalpa, año 2003.
2. Ley Especial de vih/Sida y reglamento.
3. Código de Salud.
4. Congreso Nacional, Ley de Participación ciudadana, Decreto 3 de 2006.
5. Congreso Nacional, Ley de Igualdad de oportunidades para la mujer, Decreto 34 del 2000.
6. Organización de las Naciones Unidas, El vih/sida y los Derechos Humanos, directrices internacionales, Naciones Unidas Nueva Cork y ginebra, año 1998.
7. Comisionado Nacional de los Derechos Humanos, Ley orgánica del Comisionado Nacional de los derechos humanos, Tegucigalpa, Noviembre de 1995.
8. Programa Plurianual Democracia y Derechos Humanos en América Central, país Honduras, Cuaderno sobre participación ciudadana, Autor Miguel Cáliz, primera edición junio de 2004, Tegucigalpa.
9. Asociación Kukulcán, Taller de Capacitación sobre Derechos Humanos y Promoción y Defensa Pública para Líderes Comunitarios,
10. Policy, COGAYLESH. Currícula de Capacitación en Legislación, Derechos Humanos, vih/Sida y Orientación Sexual. Autor Ever Guillén Castro. Tegucigalpa, 2004.
11. Policy, COGAYLESH. Informe Procesos de Capacitación y Sensibilización de Grupos de COGAYLESH y Tomadores de Decisión e Influyente. Autor Ever Guillén Castro. Tegucigalpa, 2004.
12. ONUSIDA, Estigma y Discriminación relacionado con vih/Sida. Año 2002.
13. Gobernación de Cundinamarca, Secretaria para el desarrollo social, Sexo con Seso, al encuentro de la mejor decisión, Programa Educación en Población, Salud Sexual y Reproductiva, Compilador Fernando González, Bogotá, Colombia, año 2000.
14. Avila Marlin Oscar, Consultor CIPRODEH, La Auditoria Social. Tegucigalpa, año 2004.
15. Oficina en Washington para Asuntos Latinoamericanos WOLA, Construyendo una estrategia de medios para la incidencia política, primera edición año 2004, Salvador, Centroamérica.
16. Instituto para la investigación social y la incidencia, Técnicas de cabildeo, Tegucigalpa, Mayo de 2006.
17. Instituto para la investigación social y la incidencia, Técnicas de Negociación, Tegucigalpa, Mayo de 2006.
18. Asociación para la Salud Integral y la Ciudadanía en América Latina ASICAL y el proyecto políticas, De incidencia política en vih/Sida, hombres gay y otros hsh, año 2003.
19. CIPRODEH, Manual de Instrucción en Participación Ciudadana, Tegucigalpa, Honduras. Año 1995.
20. Luque, Nuñez Ricardo, M.D. El Sida en primera persona, Editorial panamericana, primera edición, noviembre de 2001, Bogotá, Colombia.
21. Galeano Velasco Mónika co autora, La Rosa de los vientos, Cartilla Nro. 1 Los Derechos Humanos y sexuales, Ministerio de Salud, primera edición, Bogotá, Colombia, año 2000.