

Distingo la violencia y me protejo



Educación para la salud y la vida



Distingo la violencia y me protejo

Fundación Grupo México

Directora general Ximena Ugarte Luiselli

Gerente de Educación y Medio Ambiente Selene Yazmín Torres Martínez

Autoría: María Eugenia Luna

Ilustraciones: Alejandra Saavedra

Coordinación y edición: Paulina Ugarte Chelén, Marcela Zubieta

Co-coordinación: Daniela Luiselli Garcíadiego

Diseño editorial: Diseño Asgusa

Primera edición: septiembre 2013

Todos los derechos reservados.

Impreso y hecho en México

Por qué este cuadernillo

La violencia es un fenómeno que seguramente has visto, escuchado y tal vez vivido. Se manifiesta de formas diversas y nos afecta a todos; por ello, requiere que jóvenes como tú la identifiquen para poder prevenirla.

Sus causas son diversas y ninguna explica por sí misma los actos violentos de personas y grupos, pero al comprenderlas, contarás con elementos para reflexionar en las decisiones que tomes en tu vida.

Así, cualquier circunstancia que afecte tu vida o atente contra tu libertad, tu seguridad, y el goce de cualquiera de los derechos que contribuyen a tu bienestar —educación, salud, recreación, descanso— representa una forma de violencia.

Comprender las formas que toma la violencia te permitirá tomar decisiones que te alejen de ella y de los daños que provoca.

Éste es el propósito del cuadernillo que tienes en tus manos.

¡Adelante!





Índice

La familia: un espacio protector	5
De los conflictos a la violencia	6
Características y efectos de la violencia en la familia	6
Importancia del papel de los adolescentes en la vida familiar	8
La tenue línea entre juegos y maltratos en la escuela	8
¿Qué es el acoso escolar o <i>bullying</i> ?	9
Efectos de la violencia escolar	10
Trabajando juntos contra el acoso en la escuela	11
Retos y riesgos de las tecnologías de la información y la comunicación	12
Prácticas de riesgo con las TIC	12
Hacia un uso crítico y seguro de las TIC	14
Defensa de tu cuerpo ante situaciones de abuso	15
¿Qué es el abuso sexual?	16
Aprendiendo a prevenir situaciones de abuso sexual	17
Derecho a vivir sin violencia sexual	18
Ser hombre y ser mujer: una cuestión de derechos	19
Diferencias de sexo y de género	19
Estereotipos de género y sus efectos violentos	20
Equidad de género: una vía contra la violencia	21
Alertas en el noviazgo	22
Relaciones que destruyen a las personas	23
Para prevenir situaciones de violencia	24
Violencia y adicciones	26
Las drogas y su violencia hacia la salud	27
Drogas y contextos violentos	28
Recursos para la prevención y la atención de las adicciones	29
Del trabajo a la explotación de adolescentes	30
Diversas condiciones para trabajar	31
El derecho a recibir educación	32
Diversas formas de explotación	32
Adolescentes y jóvenes que migran	33
La protección de la población migrante joven	34
Directorio	36

La familia: un espacio protector

Ser adolescente representa una serie de retos. Los cambios que experimentas como parte de tu desarrollo, repercuten en la manera de concebirte como integrante de una familia. Es probable que compartas con ella gustos, costumbres e intereses pero que, al mismo tiempo, tengas diferencias muy claras en ciertos aspectos. Lo anterior significa que has comenzado a convertirte en una persona con un punto de vista propio.

En ocasiones, las diferencias que muchos jóvenes tienen con sus familias los llevan a aislarse. También se generan tensiones y conflictos que pueden producir distanciamiento o ruptura. Pero a pesar de las diferencias que los jóvenes puedan tener con la autoridad de los adultos en la familia, ésta es un punto de referencia importante.

Por ello, las situaciones de violencia que pueden darse al interior de la familia requieren de tu atención. Durante la adolescen-

cia, como transición a la juventud, la familia es el espacio donde tendrás que explorar el lugar que deseas ocupar durante el proceso de convertirte en una persona independiente.



De los conflictos a la violencia

Tener discrepancias con los demás no es un problema: es la posibilidad de ser diferentes entre sí. El problema consiste en que las diferencias lleven a conflictos que tengan desenlaces violentos. En las familias, los conflictos entre jóvenes y adultos suelen ser frecuentes y se resuelven de maneras distintas: dialogan-



do, negociando o formulando acuerdos; en otros casos ocurre que, quienes las encabezan, al momento de tener problemas y sentirse abrumados descargan frustraciones y enojos contra otros integrantes del grupo familiar que nada tienen que ver. Esto es violencia “gratuita” y no se vale. No tiene nada que ver contigo.

Las situaciones de violencia que se viven en la familia repercuten en el bienestar de todos sus miembros, especialmente en los más débiles. Esto aplica para ti, sobre todo si eres menor de edad. ¿Qué puedes y debes hacer ante situaciones de violencia?

Características y efectos de la violencia en la familia

Un primer paso es identificar en qué consiste. Este tipo de violencia suele ejercerla quien tiene más fuerza y utiliza su poder para controlar y someter a uno o varios de los integrantes de la familia. Golpear,



insultar, abusar sexualmente, no proporcionar dinero, amenazar, son formas en que se ejerce la violencia intrafamiliar.

La tendencia general es que sean los hombres de la familia quienes ejercen violencia, sin embargo, se ha reconocido que la madre u otras figuras femeninas también la llevan a cabo. La omisión o descuido de las necesidades de uno o varios miembros de la familia es otra forma de violencia familiar.

Gracias a la mejor comprensión que tienen los adolescentes acerca de lo que es justo e injusto, pueden percatarse de si ellos mismos u otros miembros de la familia sufren maltrato. Si bien la violencia no debe ser tolerada en ningún caso, esto no significa tener que enfrentar a los agresores, sino solicitar apoyo de alguien cercano o denunciarla.



Las experiencias de violencia en la familia dañan la estima de quien la sufre, generan sentimientos de inseguridad, además de miedo y ansiedad. Debido a que la violencia “se aprende”, quienes la han sufrido pueden actuar con violencia cuando tengan pareja o bien cuando formen su propia familia.



¿Sabías que...

de acuerdo con un estudio realizado en el estado de Colima en 2010, se identificó que la violencia intrafamiliar, en especial la violencia verbal, tiene repercusiones en las conductas suicidas de jóvenes universitarios?



Importancia del papel de los adolescentes en la vida familiar

Uno de los grandes problemas de la violencia intrafamiliar es que pocas veces es denunciada y, por ello, pasa desapercibida a las autoridades para tomar las medidas pertinentes contra los agresores y a favor de los derechos de niños y jóvenes. Los datos que se tienen son imprecisos, pues se basan en las pocas denuncias realizadas.

Por esta razón, los adolescentes como tú pueden jugar un papel muy importante para denunciar los casos que conozcan o que les toquen vivir en su familia. La Ley para la Protección de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes contempla la posibilidad de denunciar ante las autoridades las situaciones de violencia intrafamiliar. Asimismo, el Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF) tiene oficinas en todas las entidades del país y apoya los derechos y la integridad de todos los miembros de la familia.

El temor a decir lo que ocurre al interior de una familia puede causar daños severos en el bienestar y la integridad de quienes viven bajo un mismo techo. En muchos casos, los agresores no tienen claridad del mal que causan ni de sus repercusiones a largo plazo. Por ello, tu comprensión es vital pues este tipo de violencia vulnera los derechos de todos los miembros de la familia.

La tenue línea entre juegos y maltratos en la escuela

La convivencia con compañeros de tu edad enmarca las actividades que realizas en la escuela. Además, es una oportunidad para encontrar



amistad, misma que te brinda confianza y apoyo para resolver y disfrutar múltiples actividades escolares. Para muchos jóvenes, los amigos y compañeros pueden llegar a ser lo más importante de asistir a la escuela. Por esto, tener la aceptación de los demás suele ser un reto y una necesidad para los estudiantes.

Sin embargo, la convivencia tiene muchos matices y también puede haber en ella situaciones que producen efectos desagradables en las relaciones entre compañeros. En algunos casos, los chistes, las bromas y los juegos pueden ocultar comportamientos agresivos hacia uno o varios escolares. Cierta dosis de agresión suele estar presente en las bromas y los juegos, pero cuando se dirige de manera reiterada hacia uno o varios estudiantes puede estar ocurriendo algo más que un juego o una broma.

¿Qué es el acoso escolar o *bullying*?

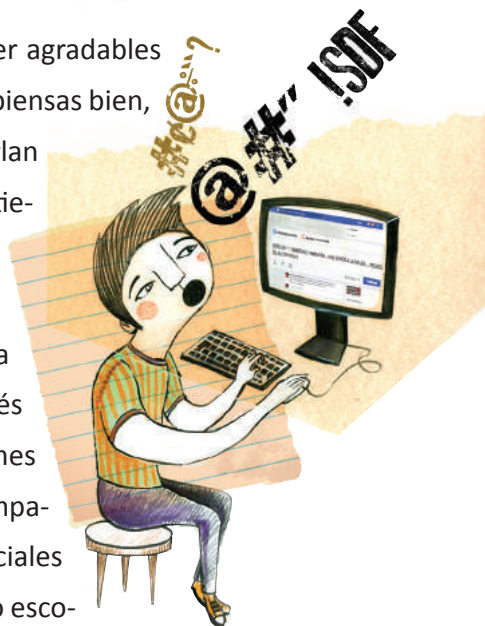
En nuestro país, las bromas y burlas suelen formar parte de la convivencia. Por esta razón, bromear, poner apodos o mofarse por alguna característica física, forma de hablar o actuar de algún escolar, parece algo normal. Incluso suele parecer divertido esconder las pertenencias de alguien o asustar a los alumnos más jóvenes.

Estos comportamientos pueden ser ocasionales, pero existen casos en que se dirigen a personas específicas por periodos que van de semanas a meses. Dar golpes y empujones, poner apodos y ridiculizar, maltratar o destruir las pertenencias, son algunas formas en que se ejerce el acoso disfrazado de juego o broma. Como podrás



imaginar, este tipo de experiencias no deben ser agradables para quien es objeto de tales agresiones. Y si lo piensas bien, puede ser divertido para quienes se mofan o burlan de alguien, pero ¿qué te dice de la persona que tiene que hacer sentir mal a otra para estar contento o contenta?

En otros casos, el agresor o agresora lastima con golpes y empujones, infunde miedo a través de amenazas y también puede difundir chismes para aislar o poner en ridículo a uno o varios compañeros ante los demás. El internet y las redes sociales suelen ser empleados para llevar a cabo el acoso escolar que, en estos casos, recibe el nombre de *cyber-bullying*.



Efectos de la violencia escolar

Los efectos del *bullying* en las víctimas son diversos: la seguridad en sí mismos y la valoración de sus propias capacidades resulta dañada; la ansiedad y el temor constante con que viven puede ocasionar un descenso de sus defensas y dar lugar a diversas enfermedades; el estado de ánimo se vuelve triste, pesimista e indiferente.

Los agresores, en general, se convierten en personas poco sensibles hacia el dolor de los demás; tienden a valerse de actitudes agresivas para obtener lo que desean.

Los alumnos que presencian actos de acoso sin que se vean directamente

En 2010, la Comisión Nacional de Derechos Humanos reporta que 40% de estudiantes de primaria y secundaria han sido o son víctimas de *bullying*.



involucrados desarrollan actitudes de indiferencia hacia los demás; desconfían de los otros y pierden los lazos de solidaridad en la convivencia.

Trabajando juntos contra el acoso en la escuela

Aunque en apariencia el acoso escolar es un problema que involucra a los agresores y a los agredidos, en realidad se trata de una situación que afecta a todos en la escuela, incluso a los profesores y directivos. La agresión hacia otros compañeros expresa una falta de respeto a su derecho de vivir sin violencia. Por otra parte, el bienestar y la tranquilidad son condiciones para estudiar y aprender. El temor, la ansiedad y la inseguridad, muy poco o nada pueden servir para tener deseos de trabajar en equipo con otros compañeros, para exponer una duda al maestro, para equivocarse.

El acoso es una experiencia contra la cual se requiere la suma de esfuerzos de todos los integrantes de la escuela. Dado que el acoso entre alumnos se ejerce fuera de la mirada de los adultos de la escuela, el primer paso para contrarrestarlo

consiste en informar sobre su ocurrencia.

Una vez identificado algún problema, es necesario que sea discutido por toda la comunidad escolar.

Esto significa que, además de los adultos de la escuela, tú y tus compañeros deben intervenir en la solución de las situaciones de acoso que se presenten, así como en su prevención. Las asambleas de grupo y



escolares son momentos idóneos para tratar las situaciones de acoso. También puedes participar en brigadas que vigilen la tranquilidad de todos durante los recesos, principalmente en las zonas donde los actos de *bullying* suelen ocurrir.

Como puedes ver, el acoso escolar es un asunto de todos.

Retos y riesgos de las tecnologías de la información y la comunicación

Te ha tocado nacer en un mundo donde las tecnologías de la información y la comunicación –generalmente llamadas TIC– forman parte de la vida diaria de casi todas las personas. Con su uso se han transformado las formas de obtener y difundir información, así como los ritmos y las posibilidades de comunicación. Su utilidad para el estudio, el trabajo y la diversión es un hecho.

Los adolescentes utilizan las TIC principalmente para su entretenimiento en las redes sociales. Sin embargo, para su uso como recurso de aprendizaje, muchachos y muchachas requieren cierta orientación para distinguir fuentes de información confiables y acceder a información de calidad.

Por lo anterior, además de la experiencia que has tenido con estos recursos, tal vez te preguntes ¿qué tienen que ver con la violencia?

Prácticas de riesgo con las TIC

Aunque te parezca extraño, todas las personas estamos expuestas a diversos riesgos por el uso de las TIC. Desde hace más de diez años



empezó a identificarse que permanecer varias horas trabajando con la computadora ocasionaba problemas en la visión, los músculos de espalda, muñecas y dedos de los usuarios. También se han realizado estudios sobre el efecto del uso prolongado de los audífonos en la agudeza auditiva y las funciones cerebrales. Bueno, pues este abuso es siempre un riesgo que debes aprender a regular.

En cuanto a este tema existen otros riesgos relacionados con la violencia, especialmente dirigida hacia los jóvenes, que es importante que conozcas. Entre las más frecuentes se encuentran:

Proporcionar datos personales. Actualmente las redes electrónicas permiten que no solo puedas obtener información sino difundirla. Un riesgo para la seguridad de las personas y de sus familias es proporcionar datos personales —edad, sexo, domicilio, actividades cotidianas, etcétera— a personas desconocidas, o bien publicarlás de tal modo que todos puedan acceder a dicha información. Lo anterior expone a las personas a que puedan sufrir amenazas o extorsiones por parte de usuarios que cometen actos ilícitos.




Acoso escolar por internet o ciberbullying. Como recordarás, el acoso escolar puede desarrollarse a través del internet y las redes sociales. En este caso, el agresor difunde información que busca difamar o ridiculizar a la víctima. Para ello, muestra datos relativos a su vida privada o fotografías.

Acoso sexual o grooming. Consiste en el acoso que un adulto emprende, a través de engaños, con menores de edad para obtener imágenes de su cuerpo desnudo. Para establecer contacto mediante correo electrónico o



chat, el adulto finge ser menor de edad. Este adulto orienta la relación para que sus víctimas le envíen fotos y compartan aspectos de su vida privada. También puede valerse de recursos técnicos para conocer la clave de acceso del chico o chica a sus cuentas electrónicas. Posteriormente, les amenaza con publicar tales imágenes si intentan romper la comunicación.

Sexting y pornografía con menores de edad. La facilidad para tomar y enviar fotografías con teléfonos celulares, web-cam y tabletas, abre la posibilidad de que algunos adolescentes decidan circular sus propias imágenes desnudos. Esta práctica, además de exponer su privacidad, les pone en riesgo de ser sancionados por las leyes por promover pornografía infantil, o de que sus fotos sean utilizadas para este propósito por personas que se dedican a esta actividad ilícita.



De acuerdo con una investigación realizada por la Universidad de Monterrey en 2012, 1 de cada 5 jóvenes practican "sexting". * México tiene el primer lugar en el mundo en circular por internet pornografía infantil. **

Hacia un uso crítico y seguro de las TIC

Para aprovechar las ventajas de información y comunicación de las TIC es necesario aprender a mirar con atención lo que circula por ellas, así como lo que tú pones a circular. Para ello, es importante tener presente que todo el material que publiques puede ser visto por muchas personas y que resulta difícil retirarlo una vez que lo has difundido. Nunca proporciones las claves de acceso a tus cuentas y debes estar alerta ante el chantaje.

* En <http://www.etcetera.com.mx/articulo.php?articulo=17885>,
(Consulta: 3 de abril de 2013).

** <http://vivirmexico.com/2009/11/mexico-lider-en-pornografia-infantil>
(Consulta: 3 de abril de 2013).



Defensa de tu cuerpo ante situaciones de abuso

Los cambios que vives en tu cuerpo en la adolescencia repercuten en el concepto que tienes de tu persona y pueden plantearte nuevos retos para relacionarte con los demás. Entre tales retos se encuentra el identificar situaciones que te agradan y disfrutas en compañía de los demás, al tiempo que identificas otras que te inquietan y molestan.

Las expresiones de afecto que suelen emplearse entre tus familiares, amigos y compañeros pueden ser diversas: apretones de mano, besos, abrazos, palmadas leves en los hombros o la espalda son algunas de ellas. A través de ellas, percibes y manifiestas diferentes formas de aprecio y cariño que son públicas pues pueden llevarse en presencia de otras personas. Con el tiempo has aprendido a identificar que algunas personas son más afectuosas que otras y que cada una se expresa a su manera.

A lo largo de tu vida también has aprendido que todas las personas merecen respeto: en su forma de pensar, de ser y actuar, siempre

y cuando respeten los derechos de los demás. Un área

importante de respeto hacia tu persona tiene que ver con la sexualidad. La sexualidad es una forma en la que se expresan el ser y los sentimientos de las personas y está presente a lo largo de toda nuestra vida.

El desarrollo de los órganos sexuales externos trae consigo transformaciones en tu apariencia física y en la vivencia de tu cuerpo.



Estos órganos –pene y testículos en los hombres, vulva y senos en las mujeres–, además de madurar y crecer, se convierten en zonas erógenas, es decir, en las que puede estimularse el placer sexual. Tal vez esto te produzca la necesidad de analizar las sensaciones que comienzas a experimentar, así como la forma en que otras personas te tratan. Nuevamente te preguntarás qué tiene que ver esto con la violencia, pues veamos...

¿Qué es el abuso sexual?

El abuso sexual es una forma de violencia en la que pueden incurrir hombres o mujeres mayores de edad con respecto a ti, que eres menor de edad. Consiste en obligarte, mediante engaños, chantaje, por la fuerza o bajo amenazas, a tener contacto sexual. Este último puede llevarse a cabo mediante tocamientos, roces, caricias o penetración con los órganos sexuales del abusador o cualquier objeto.

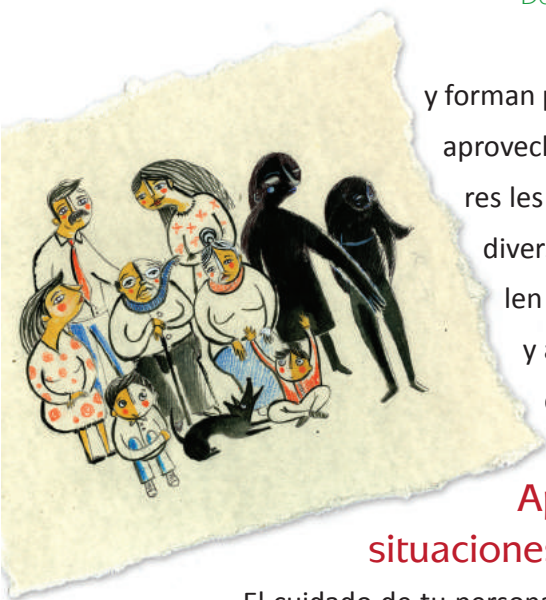
También puede realizarse cuando te obligan a presenciar; relaciones sexuales, a mirar o tocar los órganos sexuales del abusador o de otras personas, a presenciar películas o conversaciones de contenido sexual, o a mostrar tu cuerpo desnudo para producir placer sexual en el abusador.

El abuso sexual puede ser cometido tanto por personas desconocidas como conocidas por la víctima. De acuerdo con diversos estudios, se ha identificado que, en la mayoría de los casos, las personas que cometen abusos son conocidas por los menores de edad

¿Sabías que...

En el año 2006, la Secretaría de Salud informó que 13% de jóvenes menores de 18 años ha sufrido abuso sexual. Las víctimas son mujeres en su mayoría (80%) y la mayor parte de los agresores son hombres.





y forman parte de su familia. Lo anterior significa que aprovechan la confianza y el afecto que los menores les tienen para obligarlos a realizar u observar diversas prácticas sexuales. Los abusadores suelen abordar a los menores cuando están solos y asegurar su silencio a través de amenazas y chantajes.

Aprendiendo a prevenir situaciones de abuso sexual

El cuidado de tu persona se convierte, día a día, en una de tus responsabilidades. Para prevenir situaciones que pongan en riesgo tu integridad, es necesario que analices las características de los acercamientos que tienes con diversas personas y con las que te relacionas habitualmente.

Para protegerte del abuso sexual es indispensable que identifiques comentarios, miradas, actitudes y acercamientos de otras personas que te incomodan o molestan. Recuerda que no tienes la obligación de recibir expresiones de afecto que te desagraden y nadie puede exigirte que manifiestes tus afectos de una manera particular. Recuerda que tú decides la manera de aproximarte a diversas personas, de tal modo que percibas respeto hacia ti.

Evita permanecer a solas con las personas que suelen incomodarte y que se esconden en bromas o gestos afectivos. Comenta con otros adultos que sean de tu confianza la apreciación que tienes sobre ellas para que comprendan la necesidad de que te apoyen o acompañen. Cuando te tome por sorpresa algún tocamiento o acercamiento por parte de algún adulto, expresa abiertamente tu



rechazo, grita o haz ruido para llamar la atención de otras personas que pueden ayudarte y además, propicies que el agresor desista de su comportamiento.

Recuerda que los abusadores dependen del miedo y la vergüenza que logran infundir en sus víctimas. Por ello, denunciar y defenderte de este tipo de agresiones es tu derecho a vivir tu sexualidad sin violencia.



Derecho a vivir sin violencia sexual

En México existen leyes que castigan a las personas que cometen abuso sexual. Entre ellas se encuentran la *Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos* y la Ley para la Protección de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes. En esta última se establece la obligación de los padres de familia de proteger a todo menor de edad contra el abuso sexual.

Por otra parte, los servicios de salud deben brindar apoyo a los menores de edad que han sufrido abuso sexual en la familia, proporcionándoles ayuda terapéutica, y diagnosticando la necesidad de tomar las medidas necesarias para evitar que las situaciones de abuso se repitan. Esta atención considera tanto a los menores que son agredidos como a los adultos abusadores. El abuso sexual es uno de los delitos contra menores para el cual se impone cárcel en nuestro país de acuerdo con el Código Penal.

Tienes derecho a vivir tu sexualidad sin violencia. Este derecho es indispensable para que goces de un desarrollo sano. Por ello, es importante que reconozcas que, como menor de edad, debes protegerte del acoso sexual.



Ser hombre y ser mujer: una cuestión de derechos

Ser hombre o ser mujer es una condición que, en nuestros días, ha dejado de ser obstáculo para que, por ejemplo, muchas mujeres puedan estudiar y trabajar, y muchos hombres tengan la posibilidad de expresar sus afectos. El camino que las sociedades han recorrido para que tanto hombres como mujeres tengan las mismas oportunidades para desarrollarse ha sido largo.

Sin embargo, todavía, existen disparidades, por ejemplo: muchas mujeres reciben salarios menores que los hombres aunque desempeñen el mismo trabajo y la mayoría de los cargos importantes en la organización política de México son ocupados por hombres. Además de esta violencia hacia sus derechos, también existe violencia hacia la vida, la integridad y la seguridad de las mujeres.



Diferencias de sexo y de género

Las diferencias biológicas entre hombres y mujeres son un hecho inobjetable; sin embargo, al lado de estas diferencias, se encuentran otras relacionadas con el género, es decir, con el conjunto de ideas que diversos grupos como la familia y la sociedad tienen sobre los hombres y las mujeres: sus capacidades, las actividades a las que deben dedicarse, las oportunidades que deben brindárseles y sus derechos. Estas diferencias suelen violentar el ejercicio de derechos, así como justificar diversas formas de maltrato.



El género se aprende en diversos lugares a través de los papeles que desempeñan hombres y mujeres, así como a través de los estereotipos particulares sobre éste.

Estereotipos de género y sus efectos violentos

Diversas ideas que se han compartido sobre el valor de lo masculino y lo femenino han adquirido fuerza a base de transmitirse de generación en generación. Tales ideas sobre lo que puede esperarse de un hombre y de una mujer no suelen ser analizadas ni cuestionadas desde las actividades que hombres y mujeres reales hacen todos los días. A estas ideas se les llaman estereotipos y funcionan como verdades absolutas.

Los estereotipos de género plantean ideas sobre los hombres y las mujeres que han limitado posibilidades y derechos a unos y a otras. Por ejemplo, un estereotipo masculino muy difundido plantea que los hombres son fuertes, deben tomar las decisiones en la pareja y recibir educación para trabajar. Los estereotipos femeninos suelen mostrar a las mujeres como tiernas y débiles, adecuadas para cocinar y cuidar a sus hijos, por lo que no les resulta necesario estudiar. Tales estereotipos además de limitar las posibilidades de desarrollo, juegan un papel decisivo en la discriminación de las mujeres.

Por esta razón los estereotipos expresan violencia. Su potencial para discriminar, esto es, para menospreciar a las mujeres, justifica actos de violencia hacia éstas: maltrato,





¿Sabías que...

de acuerdo con el censo 2010 realizado por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), el grado promedio de escolaridad de los hombres es de 8.7 y el de las mujeres de 8.4?

abuso sexual y, por supuesto, la negación de derechos a la alimentación, a recibir atención médica y educación.

Los medios de comunicación, especialmente la televisión y el cine, contribuyen a fortalecer estos estereotipos de género, a través de las actividades y los comportamientos de los personajes masculinos y femeninos que presentan. Si bien en el cine ha habido mayor apertura para mostrar la diversidad de papeles que mujeres y hombres realizan en la vida diaria, también han transmitido, por generaciones, estereotipos de género.

Los estereotipos son prejuicios que impiden pensar de otra manera las capacidades y derechos de hombres y mujeres.

Equidad de género: una vía contra la violencia

Los seres humanos, hombres y mujeres, tienen la capacidad de desarrollar un sinnúmero de habilidades a lo largo de su vida. Estas posibilidades se ven coartadas cuando se juzga, sin información válida, lo que un muchacho o una muchacha pueden llegar a ser. Como resultado de diversos movimientos donde han participado hombres y mujeres, actualmente se reconoce en nuestras leyes que los hombres y las mujeres tienen los mismos derechos.

Vivimos en una sociedad donde muchas adolescentes y jóvenes tienen que realizar un esfuerzo extra para que sus derechos se vean



cumplidos. Por esta razón, se requiere de la equidad de género, es decir, de un conjunto de medidas que contribuyan a que las desventajas que tienen ante los varones de su edad les permitan ejercer los derechos que les corresponden como a ellos.

De esta manera, es importante que aprendas a observar las oportunidades que existen para hombres y mujeres en los espacios donde convives: tu casa, la escuela y la comunidad. Tener presentes tus derechos y los de los demás es una guía para evaluar las condiciones en que hombres y mujeres pueden ejercerlos. Cuando estas condiciones son más difíciles para unos o para otras, es que se requiere de equidad.



Alertas en el noviazgo

Durante la juventud, las relaciones de noviazgo ocupan un lugar central. El noviazgo es la relación entre dos personas que deciden convivir cercanamente y compartir sentimientos amorosos. En un noviazgo, la pareja tiene la oportunidad de conocerse y compartir intereses y aficiones comunes.

Hace décadas, el noviazgo estaba orientado siempre al matrimonio. Actualmente, los noviazgos son de duración variable y no siempre



culminan con el matrimonio. Los novios tienen características, necesidades e intereses diferentes que contribuyen a que la pareja se nutra de experiencias distintas. Por ello, es probable que estudien o trabajen en espacios distintos, posean aficiones y amistades diferentes. No obstante, el trato continuo contribuye a que identifiquen los aspectos que comparten.

Como en otras relaciones, en el noviazgo es necesario que exista respeto entre los integrantes de la pareja. Este respeto es la base para que se desarrolle confianza mutua y se fortalezcan los vínculos amorosos. Sin embargo, en las relaciones de noviazgo también puede haber violencia.

Relaciones que destruyen a las personas

En una relación de noviazgo es importante considerar que las personas se acercan entre sí por atracción y afinidad de intereses. Esto significa que es una relación que se establece de manera voluntaria y, por tanto, cada integrante puede retirarse de la misma de manera también voluntaria.

De acuerdo con estudios realizados, la violencia en el noviazgo tiene influencia de la desigualdad de género que existe en nuestra sociedad. Esto significa que el machismo, es decir, la valoración de los aspectos masculinos por encima de los femeninos, ha influido en la idea de que en una relación de pareja debe haber alguien que dirija, mande o tome decisiones para ambos integrantes de la misma. La cultura machista se aprende por parte de hombres y mujeres en la familia, en la convivencia diaria en otros espacios y, por supuesto, a través de los medios de comunicación.



Este rasgo de la relación entre hombres y mujeres otorga poder a los hombres para considerar a las mujeres como propias y decidir su forma de vestir y arreglarse, así como intervenir en sus relaciones con los demás y sus actividades. En muchas ocasiones la violencia inicia con comportamientos que pasan por muestras de amor: por ejemplo, “es agradable que mi pareja muestre celos porque eso significa que le preocupa que me interese en otra persona”; también: “está bien que quiera saber de mis actividades y de mis amistades porque se preocupa por mí”.

La violencia en el noviazgo expresa la intención de un miembro de la pareja por dominar al otro al grado de inhibir su iniciativa. Para ejercer este dominio sobre la pareja se acude a diferentes formas de violencia: física, psicológica y sexual. Actualmente se sabe que la violencia en el noviazgo pasa un ciclo que inicia con la acumulación de tensiones, el estallido de la agresión y el arrepentimiento con la solicitud de perdón. Este ciclo se repite continuamente y resulta difícil romperlo por parte de los integrantes de la pareja. En cualquiera de estas fases del ciclo puede haber diversas formas de violencia y producir daños severos a alguno de sus integrantes.

Cápsula



En el año 2007, el INEGI y el Instituto Mexicano de la Juventud (IMJ), realizaron una encuesta nacional sobre violencia en el noviazgo. Los resultados de este estudio señalan que 78% de los jóvenes mexicanos de 15 a 24 años que tienen una relación de noviazgo, han padecido violencia psicológica por parte de su pareja; 15% agresiones físicas y 16.5% violencia sexual.

Para prevenir situaciones de violencia

Una relación de noviazgo requiere ser un espacio de disfrute y enriquecimiento mutuo. Cuando se convierte en un espacio para el



sufrimiento, el miedo y la ira, algo está mal en la relación. Un noviazgo en el que hay violencia se convierte en una relación destructiva del respeto, la autoestima, la confianza y el afecto. Por ello, salir de una relación donde hay violencia se convierte en una decisión urgente.

Como imaginarás, los afectos y la atracción pueden hacer difícil a una persona enamorada percatarse del riesgo de violencia en su relación. Sin embargo, es posible identificar algunas condiciones que te permitan saber a tiempo si es adecuado entablar una relación amorosa

con alguien. Por ello es conveniente tener presente los siguientes criterios.

En una relación de noviazgo, sus integrantes:

- Realizan las actividades que les gustan y que contribuyen a su desarrollo como personas autónomas, sin renunciar a lo que hacen.
- Conviven con los amigos y compañeros que les agradan y siguen cultivando amistades.
- Se sienten vinculados por el afecto y la confianza más que por el temor o los celos.
- Se respetan mutuamente al discutir los asuntos donde no comparten opiniones.

En el caso de que te encuentres en una relación violenta de noviazgo, lo más recomendable es terminarla para evitar que sufras



agresiones. Si consideras que te resulta difícil dejar la relación, es necesario acudir con un terapeuta profesional que te oriente para analizar tu relación y tomar decisiones a favor de tu persona.

Siempre será mejor prevenir escenarios negativos en una relación en la que puedes decidir continuar o no. Sin embargo, en caso de que hayas sufrido agresiones, puedes acudir a tus familiares e incluso al ministerio público a denunciar el hecho.

Violencia y adicciones

Desde que la humanidad comenzó a descubrir los recursos que la naturaleza le proveía para sobrevivir, también identificó sustancias de diversas plantas que provocaban efectos en su estado físico, de ánimo y su percepción de la realidad. De este modo, las drogas han acompañado el desarrollo humano de varios modos, entre ellos: como medicinas y para rituales religiosos.

Actualmente, se conocen muchas otras sustancias que alteran el funcionamiento del Sistema nervioso, lo cual las hace merecedoras de la calificación de drogas y cuyo consumo genera en las personas dependencia hacia las mismas. Algunas drogas, como el alcohol y el tabaco, son lícitas, mientras que otras muchas se consideran



ilícitas porque su producción, distribución, venta y consumo es castigado por las leyes.

Hoy, los jóvenes son una población altamente expuesta al consumo de drogas por la búsqueda de experiencias con su cuerpo y de convivencia con otras personas. Este consumo es en sí mismo un riesgo y, a su vez, la posibilidad de encontrarse en situaciones marcadas por la violencia.

Las drogas y su violencia hacia la salud

El consumo de drogas tiene causas diversas, algunas relacionadas con las características de las personas, de las condiciones en que viven y de las sustancias o drogas que consumen.



Cápsula

De acuerdo con la *Encuesta Nacional de Adicciones 2011*, la droga a la que se encuentra más expuesta la población es la marihuana; y los hombres se encuentran más expuestos a esta droga que las mujeres.

Desde la niñez, las personas aprenden a enfrentar situaciones que les producen ansiedad, tristeza y frustración. Así, la manera en que una persona aprende a tranquilizarse, resolver un problema o tomar una decisión, tiene que ver con su capacidad para regular sus emociones y confiar en sus capacidades personales para salir adelante.

Las personas que acuden a las drogas tanto lícitas como ilícitas buscan mitigar la tensión y ansiedad; o bien, requieren estimular su estado de ánimo cuando se sienten tristes y deprimidas. Como puedes apreciar, la necesidad de acudir a sustancias que estimulen o depriman el Sistema nervioso es una forma de evadir los problemas.



Las sustancias adictivas, es decir, hacia las cuales las personas se vuelven adictas producen un efecto pasajero de bienestar lo que genera el deseo de consumirlas, cada vez con mayor frecuencia y en mayor cantidad. Todas las sustancias que entran al organismo humano tienen efectos no sólo en el Sistema nervioso, sino en otros órganos vitales que se deterioran con el uso continuo de las drogas, dependiendo del tipo de droga que se administre al cuerpo. En un estado avanzado de consumo, las personas adictas, pese a saber de su deterioro orgánico, no pueden abandonar el consumo de las drogas, a menos que reciban apoyo médico y terapéutico. La violencia de las drogas es una forma de autodestrucción paulatina que llevan a cabo con su vida quienes las consumen.



Drogas y contextos violentos

Una persona que es adicta, además de verse debilitada físicamente por el consumo de drogas, también es vulnerable a diversas formas de violencia. La venta de drogas ilícitas es un delito y más aún cuando se dirigen a menores de edad. Por ello, acciones como la producción, venta y distribución de droga son realizadas por el crimen organizado.

Estas organizaciones delictivas requieren actuar de manera clandestina. También emplean la fuerza para someter a las personas que participan en alguna de sus fases, incluyendo a los consumidores. El tráfico de drogas o narcotráfico requiere, para mantenerse, de la participación de muchas personas para sostenerse y llevarse a cabo.



Los adolescentes están expuestos a incorporarse principalmente como consumidores y distribuidores. El mecanismo que estas organizaciones utiliza para incluir a sus filas a los jóvenes consiste en ofrecerles diversas drogas de manera “gratuita”. En este proceso, los adolescentes desarrollan adicción a diversas sustancias y cuando no pueden pagarlas, se les obliga a formar parte del narcomenudeo y, de este modo, pagar la deuda que tienen con quienes les han proporcionado drogas.

Muchos adolescentes pierden la vida al estar sometidos a quienes dirigen la distribución y la venta de droga. También se encuentran expuestos a los enfrentamientos armados entre las autoridades policiacas y las organizaciones delictivas.

Recursos para la prevención y la atención de las adicciones

En México, como en otros países, existen diversos recursos para prevenir y tratar las adicciones. El recurso más importante es la prevención, que consiste en evitar que las personas, principalmente los niños y adolescentes se inicien en el consumo de cualquier sustancia adictiva.

En los casos donde las personas ya se han iniciado en el consumo de alguna droga, se promueven acciones para evitar que se avance en el consumo de la misma. En los casos en que el abuso es una constante, las personas se incorporan a programas para tratar su adicción.



Recuerda:

En la medida que las personas tienen una mayor dependencia, tienen menos posibilidades de alejarse de las drogas; por ello, requieren de la atención urgente de instituciones y especialistas para desintoxicarse, recuperar su salud y evitar recaídas en el consumo.

Del trabajo a la explotación de adolescentes

Históricamente, el trabajo es una actividad que los seres humanos han realizado para obtener los recursos necesarios para vivir. En consecuencia, las sociedades actuales contemplan que los adolescentes se preparen en las instituciones de enseñanza para desarrollar sus capacidades y adquirir los conocimientos que les permitan convertirse en personas autónomas que contribuyan a que la sociedad en que viven sea mejor.

Sin embargo, las condiciones de pobreza y desempleo en que vive nuestro país obligan a que muchos jóvenes se incorporen al trabajo. Con ello, se limitan sus posibilidades para continuar sus estudios y en muchos casos para desarrollarse en un clima que contribuya a su salud y bienestar. Porque en esta época de su vida la incorporación al trabajo puede ponerlos en riesgos como: obtener un trabajo mal pagado, un trabajo que no satisfaga sus intereses y necesidades, o un trabajo que ponga en peligro su vida y su salud.



Diversas condiciones para trabajar

Son diversas las circunstancias en que los jóvenes se incorporan a la vida laboral. En algunos casos, los jóvenes tienen la posibilidad de combinar el tiempo que dedican a trabajar con el que dedican a estudiar. En otros casos, comienzan a trabajar con algún familiar o amistad y aprenden un oficio. Sin embargo, no todos los muchachos y muchachas se inician en un trabajo en condiciones que aseguren su bienestar.

Muchos adolescentes comienzan a trabajar antes de la edad permitida por las leyes mexicanas, es decir, antes de los 14 años. Quienes se incorporan antes de esa edad no tienen resguardados sus derechos como trabajadores y realizan labores que son mal pagadas. En estos casos, los adolescentes han tenido que abandonar sus estudios, por lo que tampoco pueden acceder a un empleo regular y con un salario suficiente.

Los casos más graves son de adolescentes que trabajan contra su voluntad en actividades que no son adecuadas para su edad: porque representan riesgos para su salud, o porque implican violar sus derechos o su integridad.

¿Sabías que...

de los 34.9 millones de jóvenes de 12 a 29 años de edad que viven en México, 12.7 millones (36.4%) sólo estudia; 2.7 millones (7.7%) estudia y trabaja; 12.1 millones (34.7%) sólo trabaja y 7.5 millones (21%) no estudian ni trabajan. (La Jornada, Emir Olivares, "Bastante precario, el empleo de los jóvenes mexicanos: SEP", 9 de abril de 2011)?



El derecho a recibir educación

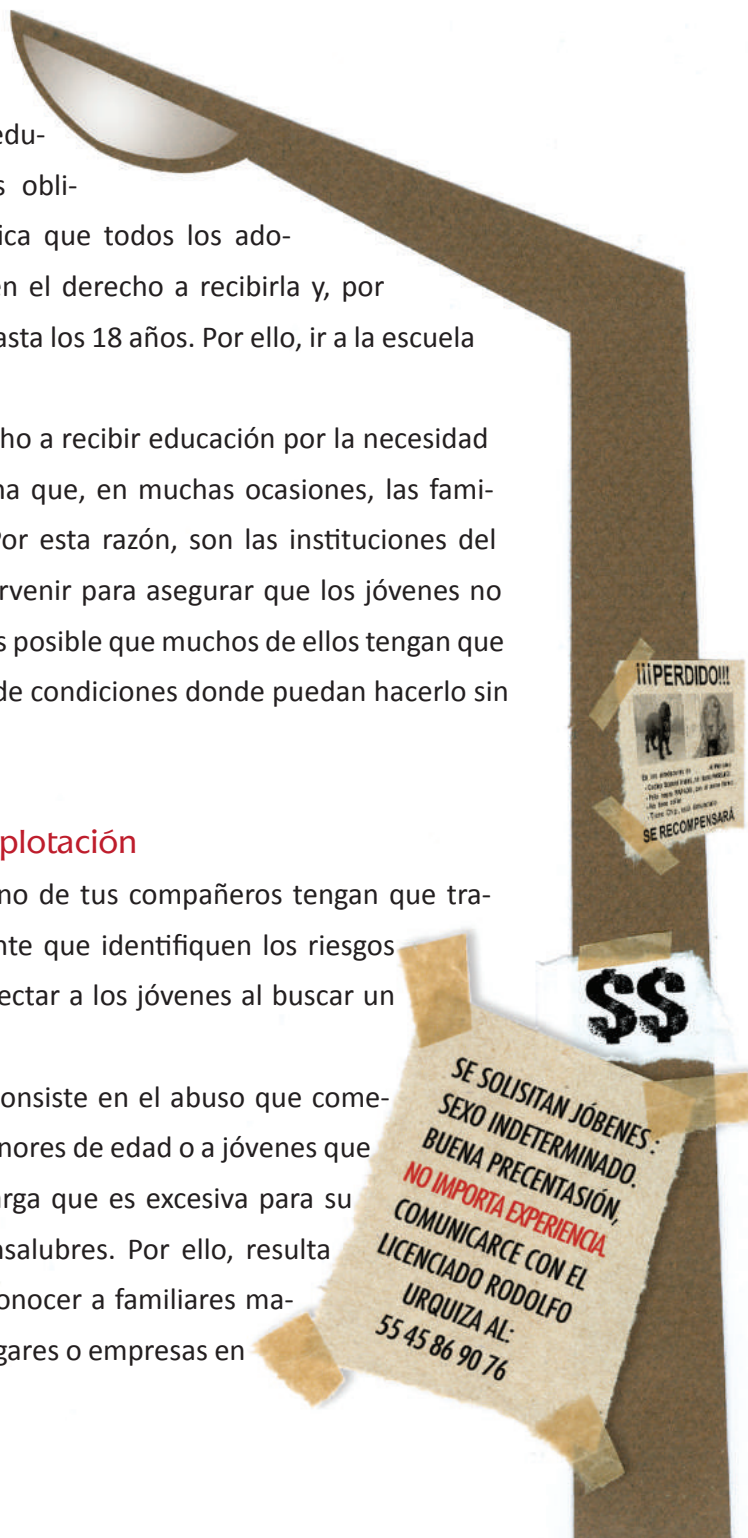
Desde el año de 2010, la educación media superior es obligatoria. Lo anterior significa que todos los adolescentes de México tienen el derecho a recibirla y, por tanto, seguir estudiando hasta los 18 años. Por ello, ir a la escuela requiere ser su prioridad.

La violación de su derecho a recibir educación por la necesidad de trabajar es un problema que, en muchas ocasiones, las familias no pueden resolver. Por esta razón, son las instituciones del Estado las que deben intervenir para asegurar que los jóvenes no abandonen sus estudios. Es posible que muchos de ellos tengan que trabajar, pero se requiere de condiciones donde puedan hacerlo sin afectar sus estudios.

Diversas formas de explotación

Posiblemente tú o alguno de tus compañeros tengan que trabajar. Por ello es importante que identifiquen los riesgos principales que pueden afectar a los jóvenes al buscar un trabajo.

La explotación laboral consiste en el abuso que cometen quienes emplean a menores de edad o a jóvenes que realizan tareas con una carga que es excesiva para su edad, o en condiciones insalubres. Por ello, resulta indispensable que des a conocer a familiares mayores de edad el tipo de lugares o empresas en



SE SOLICITAN JÓVENES:
SEXO INDETERMINADO.
BUENA PRESENTACIÓN,
NO IMPORTA EXPERIENCIA,
COMUNICARCE CON EL
LICENCIADO RODOLFO
URQUIZA AL:
55 45 86 90 76

donde solicitas trabajo. Ellos pueden valorar las condiciones en que desempeñarás un trabajo y si resultan peligrosas o nocivas para tu salud. Lo anterior es indispensable si eres menor de edad.

La trata de personas es la venta de personas, contra su voluntad, para la realización de actividades como la venta de drogas, la prostitución, la pornografía, la servidumbre. Todas estas actividades son ilícitas, por lo que requieren la incorporación de personas por la fuerza. Ante este tipo de situaciones es importante actuar con precaución ante ofertas que planteen buenos ingresos sin precisar la labor que se realizará, o bien ante aquellas donde se solicita el envío de fotografías y se prefiere que las personas sean jóvenes y sin experiencia.

Los gimnasios y algunas empresas de modelaje han sido identificados como lugares para incorporar, con engaños, a población joven.

Adolescentes y jóvenes que migran

La migración es un fenómeno que ha tenido lugar desde el surgimiento de la humanidad. Las condiciones de las personas que se desplazan de una región a otra han cambiado con el tiempo, pero la motivación principal de las migraciones se ha mantenido a lo largo del tiempo: la búsqueda de una mejor vida.

En México, actualmente, muchas personas tienen la necesidad de abandonar su lugar de origen debido a la falta de empleo, la pobreza o la violencia generada por el crimen organizado.





En este fenómeno social los jóvenes y adolescentes conforman un sector mayoritario y, por ello, el más vulnerable de la población migrante.

La protección de la población migrante joven

Al encontrarse en una situación vulnerable, la población migrante de adoles-

centes y jóvenes se enfrenta a una serie de retos para que sus derechos sean respetados. Por esta razón, diversas instituciones públicas y organizaciones sociales brindan apoyo y atención a los migrantes, especialmente a niños, adolescentes y jóvenes.

El Fondo de Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, por sus siglas en inglés) y el Instituto Nacional de Migración de la Secretaría de Gobernación desarrollan acciones para la protección de los derechos de adolescentes migrantes menores de edad que viajan solos. Entre estas acciones se destaca la creación de los Oficiales de Protección a la Infancia, que son agentes migratorios dedicados a supervisar que los derechos de los menores migrantes sean respetados.



De acuerdo con el Censo de Población y Vivienda 2010, diariamente un promedio de 250 adolescentes y jóvenes entre 15 y 24 años de edad, dejaron el país para ir principalmente a los Estados Unidos, así como a otros países.

En la frontera norte de México, el DIF ha establecido una serie de albergues que brindan atención y apoyo a los migrantes menores de edad.

En 2011 se publicó una nueva Ley de Migración en la que se establece la importancia de la protección de los derechos de

los migrantes en general y, en especial, de los menores de edad.

La migración debe hacernos reconocer que vivimos en un mundo donde la justicia no existe para todos: la pobreza, el desempleo y la violencia son un claro ejemplo de ello. Por ello, todos los seres humanos tienen el derecho a luchar por un lugar donde vivir mejor.



Directorio de instituciones que trabajan contra la violencia y a favor de los derechos de adolescentes y jóvenes

Afluentes S. C.:

www.afluentes.org

Centros de Integración Juvenil:

<http://www.cij.gob.mx>

Comisión Nacional contra las Adicciones:

<http://www.conadic.salud.gob.mx/>

Comisión Nacional de Derechos Humanos:

<http://www.cndh.org.mx/>

Instituto Mexicano de la Juventud:

<http://www.imjuventud.gob.mx/>

Jóvenes:

<http://ong.tupatrocinio.com/jovenes-de-mexico-ac-ong-1025.html>

Observatorio de Violencia Social, Género y Juventud:

<http://observatorio.seraj.org.mx/>

Red Nacional de Derechos Humanos Todos los Derechos para Todas y Todos:

www.redtdt.org.mx

Servicios a la Juventud A. C.:

<http://seraj.org.mx/>

Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia:

<http://sn.dif.gob.mx/>

Trabajo: Asesoría legal y capacitación para el trabajo:

<http://www.conevyt.org.mx/cursos/cursos/oh/recursos/directorio/dir1.htm>

A

B

C

D

E

F

G

H

I

J

K

L

M

N

Ñ

O

P

Q

R

S

T

U

V

W

X

Y

Z