Acuerdo del Consejo General del Instituto Electoral de la Ciudad de México, por el que se aprueba la *Colección de talleres "Mujeres libres, solidarias y participativas"* y el *Taller "Democracia y masculinidades"*

A n t e c e d e n t e s

I. El 29 de enero de 2016 se publicó en el Diario Oficial de la Federación, el decreto por el que se declaran reformadas y derogadas diversas disposiciones de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos (Constitución), en materia de la reforma política de la Ciudad de México, por el cual el Distrito Federal pasó a denominarse Ciudad de México y se eleva a rango de entidad federativa que goza de autonomía en todo lo concerniente a su régimen interior, a su organización política y administrativa, con todos los derechos y obligaciones que esto conlleve.

II. El 14 de octubre de 2016, el Consejo General del Instituto Nacional Electoral (INE) aprobó el Acuerdo INE/CG732/2016, por el que se establece la Estrategia Nacional de Cultura Cívica 2017-2023 (ENCCÍVICA), vigente a partir del 1 de enero de 2017 y hasta el 31 de diciembre de 2023.

III. El 27 de febrero de 2017, el INE y el entonces Instituto Electoral del Distrito Federal (IEDF), firmaron el Convenio Marco de Coordinación y Colaboración en materia de Educación Cívica. En dicho convenio el IEDF se comprometió a revisar y actualizar sus programas o planes de trabajo en materia de educación o cultura cívica que estuvieran vigentes, así como llevar a cabo tareas de implementación, desarrollo y evaluación a fin de alinearlos a los objetivos y contenidos de la ENCCÍVICA.

IV. El 15 de junio de 2017, el Consejo General del Instituto Electoral aprobó, mediante acuerdo IECM/ACU-CG-001/2017 la Estrategia Integral de Educación Cívica para la Ciudad de México 2017-2023 (EI1723).

V. El 27 de agosto de 2019, en el marco de su Octava Sesión Ordinaria, la Comisión de Educación Cívica y Construcción de Ciudadanía (Comisión), aprobó por

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

unanimidad de votos la opinión favorable del Programa de Educación Cívica y Construcción de Ciudadanía 2020, mediante el Acuerdo CECyCC.8a.Ord.3.8.2019.

VI. El 13 de septiembre de 2019, en cumplimiento al artículo 83, fracción 11, inciso h) del Código de Instituciones y Procedimientos Electorales de la Ciudad de México (Código), la Junta Administrativa (Junta) aprobó, mediante acuerdo IECM-JA-118-19, el Programa de Educación Cívica y Construcción de Ciudadanía 2020, en su vigésima cuarta sesión extraordinaria, celebrada el 13 de septiembre de 2019.

VII. El 31 de enero de 2020, mediante el acuerdo IECM/ACU-CG-009/2020, el Consejo General del Instituto Electoral aprobó cuatro programas institucionales para el ejercicio fiscal 2020, entre ellos se encuentra el Programa de Educación Cívica y Construcción de Ciudadanía 2020.

VIII. El 31 de enero del 2020, el Consejo General del Instituto Electoral aprobó mediante el acuerdo IECM/ACU-CG-011/2020, el Plan General de Desarrollo para el periodo 2020-2023 (Plan general).

IX. El 23 de septiembre de 2020, en el marco de la Novena Sesión Ordinaria, la Comisión de Educación Cívica y Construcción de Ciudadanía (CECyCC), aprobó mediante Acuerdo **CECyCC. 9ª. Ord.8.9.2020**, el Proyecto de Acuerdo del Consejo General por el que se aprueba la *Colección de talleres "Mujeres libres, solidarias y participativas"* y el *Taller "Democracia y masculinidades".*

C o n s i d e r a n d o:

1. Que el artículo 26 de la Declaración Universal de los Derechos Humanos, establece el derecho a la educación, y señala que su objeto es el pleno desarrollo de la personalidad humana, así como el fortalecimiento del respeto a los derechos humanos y a las libertades fundamentales.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

2. Que el artículo 8 incisos a) y e) de la Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia Contra la Mujer, señala la adopción de medidas específicas, inclusive programas para fomentar el conocimiento y la observancia del derecho de la mujer a una vida libre de violencia, y el derecho de la mujer a que se respeten y protejan sus derechos humanos, así como fomentar y apoyar programas de educación gubernamentales y del sector privado destinados a concientizar al público sobre los problemas relacionados con la violencia contra la mujer, los recursos legales y la reparación que corresponda.

3. Que de conformidad al artículo 41, párrafo segundo, fracción V apartado C de la Constitución; 3, inciso h), 98, 104, numeral 1, incisos d) y r) de la Ley General de Instituciones y Procedimientos Electorales; 50 de la Constitución Local; 30, 31, 32 y 36, párrafos primero y tercero del Código, el Instituto Electoral es un organismo público local, de carácter permanente, autoridad en materia electoral, profesional en su desempeño, que goza de autonomía presupuestaria en su funcionamiento e independencia en sus decisiones, tiene personalidad jurídica, patrimonio propio y ejerce las funciones en materia de educación cívica y aquellas que prevea la legislación local, las no reservadas al INE y las que determine la ley.

4. Que conforme a los artículos 46, párrafo primero, inciso e) y 50, numerales 1 y 2 de la Constitución local, así como 31 y 32 del Código, el Instituto Electoral es un organismo autónomo de carácter especializado e imparcial; tiene personalidad jurídica y patrimonio propio; cuenta con autonomía técnica y de gestión; tiene entre sus funciones el diseño e implementación de las estrategias, programas, materiales y demás acciones orientadas al fomento de la educación cívica y la construcción de ciudadanía; y ejercerá las atribuciones que le confiere la Constitución Federal, la Constitución local, el Código y las leyes de la materia.

5. Que de acuerdo con los artículos 7, inciso F, numeral 1; 8, inciso A, numeral 1 de la Constitución Política de la Ciudad de México (Constitución Local), toda persona tiene derecho a vivir en una sociedad libre y democrática, fundada en el constante

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

mejoramiento económico, social y cultural de las personas; así como derecho a la educación en todos los niveles, al conocimiento y al aprendizaje continuo. Tendrán acceso igualitario a recibir información adecuada a su edad, capacidades y necesidades específicas.

6. Que el artículo 11, apartados B, numerales 1, 3; C, de la Constitución local establece que las autoridades de la Ciudad de México adoptarán las medidas necesarias para promover, respetar, proteger y garantizar sus derechos, así como para eliminar progresivamente las barreras que impidan la realización plena de los derechos de los grupos de atención prioritaria y alcanzar su inclusión efectiva en la sociedad, otorgando a la capital del país el carácter de Ciudad incluyente, así como estrategias para su visualización y la sensibilización de la población sobre sus derechos. En específico, reconoce la contribución fundamental de las mujeres en el desarrollo de la ciudad, promueve la igualdad sustantiva y la paridad de género y la adopción de las autoridades de todas las medidas necesarias, temporales y permanentes, para erradicar la discriminación, la desigualdad de género y toda forma de violencia contra las mujeres.

7. Que el artículo 2, párrafos primero, segundo y tercero del Código, faculta al Instituto Electoral para interpretarlo, atendiendo a los criterios gramatical, sistemático, funcional, a los derechos humanos reconocidos en la Constitución, en la Constitución Local y en los tratados e instrumentos internacionales favoreciendo en todo tiempo a las personas con la protección más amplia, y a falta de esta interpretación se fundará en los principios generales del derecho, de acuerdo con lo dispuesto en el último párrafo del artículo 14 de la Constitución. Asimismo, establece que las autoridades electorales habrán de regirse por los principios de certeza, legalidad, independencia, inclusión, imparcialidad, máxima publicidad, transparencia, rendición de cuentas, objetividad, paridad, interculturalidad, y las realizarán con perspectiva de género y enfoque de derechos humanos.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

8. Que los artículos 37, fracciones I, II, III y VI, y 93, fracción I del Código, indican que el Instituto Electoral cuenta, entre otros órganos, con un Consejo General, una Secretaría Administrativa, Órganos Ejecutivos, Direcciones Distritales, así como la Dirección Ejecutiva de Educación Cívica y Construcción de Ciudadanía (DEECyCC).

9. Que el artículo 47 del Código, dispone que el Consejo General funciona de forma permanente y colegiada, mediante la celebración de sesiones públicas de carácter ordinario o extraordinario, urgente o solemne convocadas por el Consejero o Consejera presidenta. Sus determinaciones se asumen por mayoría de votos, salvo los asuntos que expresamente requieran votación por mayoría calificada. Aquellas revestirán la forma de acuerdo o resolución, según sea el caso.

10. Que en su artículo 50, fracción II, inciso g), y fracción III numeral XIV del Código, establece como atribución del Consejo General aprobar o rechazar los dictámenes, proyectos de acuerdo o de resolución que propongan las Comisiones. Así como los acuerdos y la normativa que sea necesaria para el ejercicio de las funciones que delegue el INE.

11. Que los artículos 52 y 58 del Código, disponen que el Consejo General cuenta con comisiones permanentes que lo auxilian en el desempeño de sus atribuciones y están facultadas para supervisar el cumplimiento de acciones y ejecución de proyectos a cargo de los órganos ejecutivos y técnicos del Instituto Electoral, así como vigilar el cumplimiento de los programas institucionales y la realización de tareas específicas que haya determinado el propio órgano superior de dirección.

12. Que los artículos 53, párrafo primero, y 80, fracción VIII del Código, definen a las comisiones como instancias colegiadas con facultades de deliberación, opinión y propuesta, que se integran por tres consejeros o consejeras electorales con derecho a voz y voto, uno de los cuales fungirá como presidente. También forman parte de esas instancias, sólo con derecho a voz y sin incidir en la conformación del quórum las y los representantes de los partidos políticos, excepto las comisiones de

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Asociaciones Políticas y de Fiscalización. La presidencia de cada una de las comisiones se determinará por Acuerdo del Consejo General.

13. Que el artículo 59, fracción IV del Código, establece que el Consejo General cuenta, entre otras, con la CECyCC.

14. Que el artículo 63, fracciones I y II del Código, refiere las atribuciones de la CECyCC para supervisar el cumplimiento del Programa de Educación Cívica, así como para proponer al Consejo General el contenido de los materiales de educación cívica elaborados por la DEECyCC.

15. Que el artículo 94, fracciones I, VII, XVII y XIX del Código, establece que la DEECyCC tiene atribuciones para elaborar, proponer y coordinar programas de educación cívica, principios democráticos, paridad de género, perspectiva intercultural, igualdad y respeto a los derechos humanos de las mujeres en el ámbito político, así como proponer al Consejo General convenios en estas materias para articular las políticas nacionales orientadas a la promoción de la cultura político democrática, la igualdad política entre mujeres y hombres, así como la construcción de ciudadanía; implementar y operar directamente, con auxilio de las Direcciones Distritales, actividades formativas, talleres y cursos dirigidos a la comunidad educativa, orientados a la formación de valores para la vida en democracia y los derechos humanos; así como para elaborar y someter a la aprobación de la CECyCC, los materiales educativos e instructivos para el desarrollo de las actividades de la educación cívica y democrática.

16. Que el artículo 16 del Reglamento de Sesiones del Consejo General y Comisiones del Instituto Electoral (Reglamento), establece los plazos en los que, para la celebración de sesiones, la Consejera Presidenta o el Consejero Presidente del Consejo General deberá convocar por escrito a Sesión.

17. Que el artículo 43, párrafo segundo del Reglamento establece que el Consejo General ordenará la publicación en la Gaceta Oficial de la Ciudad de México de los

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

acuerdos y resoluciones que determine. Todos los acuerdos se publicarán en el sitio de Internet del Instituto Electoral, precisándose la fecha de su entrada en vigor. Salvo que el Código o el Consejo General establezcan un plazo especial, todos los acuerdos entrarán en vigor al día siguiente de su publicación en los estrados de las oficinas centrales del Instituto Electoral.

18. Que el Programa de Educación Cívica y Construcción de Ciudadanía 2020 cuenta con la actividad institucional de "Educación para la vida en democracia", que se enfoca al desarrollo de procesos educativos y formativos de largo aliento, a la compresión y reconocimiento de los derechos humanos de la infancia y de la ciudadanía en construcción, así como la formación en valores democráticos, conformada por acciones dirigidas a grupos poblacionales de atención prioritaria, las cuales suponen la articulación y colaboración interinstitucional con aliados estratégicos para la multiplicación y maximización de resultados.

19. Que de acuerdo con la EI1723, que tiene por objetivo generar las condiciones necesarias para el desarrollo de habilidades que permitan a la ciudadanía la deliberación democrática y el uso de los mecanismos de exigencia para incidir en la solución de problemas públicos en la Ciudad de México, se realizarán intervenciones educativas que busquen promover la educación cívica en entornos escolares con un enfoque integral.

20. Que la *Colección de talleres "Mujeres libres, solidarias y participativas"* contiene cinco talleres con su respectivo juego didáctico, a saber:

Nombre del taller	Título del juego didáctico
Derechos civiles y políticos: conócelos y ejércelos	Con mis derechos sí soy
Ciudadanía y mujeres en la Ciudad de México	Y tú, ¿ya cachaste?
Democracia en el hogar	Ruleta de la democracia
Democracia en la pareja	Emparejándonos con la democracia
Democracia y sexualidad	Demosexualidad

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

21. Que la Colección de talleres “Mujeres libres, solidarias y participativas” tiene el propósito de que las mujeres conozcan y ejerzan sus derechos humanos, fortalezcan su ciudadanía y desarrollen una personalidad democrática en cualquier ámbito de su vida, contribuyendo así a generar una cultura cívica y más democrática.

22. Que el *Taller “Democracia y masculinidades”* trae consigo un juego didáctico denominado “*Aplícate con la democracia”* y tiene como propósito conocer y reconocer cómo se construye y ejerce la masculinidad y los diversos aspectos que la influyen a fin de generar un proceso reflexivo y de sensibilización, además de identificar su vínculo con la democracia, promoviendo así el desarrollo y la práctica de masculinidades democráticas.

En razón de lo expuesto en las consideraciones de hecho y de derecho, en ejercicio de las facultades constitucionales, estatutarias, legales y reglamentarias, el Consejo General del Instituto Electoral de la Ciudad de México, emite el siguiente:

A c u e r d o:

PRIMERO. Se aprueba el contenido de la *Colección de talleres “Mujeres libres, solidarias y participativas”* y el *Taller “Democracia y masculinidades”* de conformidad con los anexos que se acompañan al presente Acuerdo y que forman parte integral del mismo.

SEGUNDO. Se instruye a la Secretaría Ejecutiva, a la Secretaría Administrativa, a la Dirección Ejecutiva de Educación Cívica y Construcción de Ciudadanía, y a los órganos desconcentrados para que, en el ámbito de sus respectivas competencias, realicen las acciones necesarias para dar cumplimiento del presente Acuerdo.

TERCERO. Este Acuerdo entrará en vigor al momento de su aprobación por este Consejo General.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

CUARTO. Realícense las adecuaciones procedentes en virtud de la determinación asumida por este Consejo General en el apartado de Transparencia del sitio de Internet www.iecm.mx y difúndase la misma en las redes sociales de este Instituto Electoral.

QUINTO. Publíquese este Acuerdo de manera inmediata en los estrados del Instituto Electoral, tanto en sus oficinas centrales como en sus treinta y tres Direcciones Distritales, así como en la página de Internet www.iecm.mx.

Así lo aprobaron por unanimidad de votos de las Consejeras y los Consejeros Electorales del Instituto Electoral, en sesión pública, el veintinueve de octubre de dos mil veintiuno, firmando al calce la Consejera Presidenta y el Secretario del Consejo General, quien da fe de lo actuado, de conformidad con lo dispuesto en los artículos 77, fracción VII y 79, fracción V, del Código de Instituciones y Procedimientos Electorales de la Ciudad de México.

Mtra. Patricia Avendaño Durán
Consejera Presidenta

Lic. Gustavo Uribe Robles
Encargado del Despacho de la Secretaría Ejecutiva

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

El presente documento cuenta con firma electrónica la cual posee validez jurídica, de conformidad con lo previsto en el Acuerdo IECM/ACU-CG-122/2020.

HOJA DE FIRMAS

Documento firmado por: CN= Gustavo Uribe Robles
Certificado: 38000002F6127D0ED3F2B7BC140000000002F6
Sello Digital: JlY7YghC6Yl2gPSS6P/DZDDiCVLVsbmwPurDFaGk+AU=
Fecha de Firma: 29/10/2021 03:31:07 p. m.

Documento firmado por: CN= Patricia Avendaño Durán
Certificado: 38000002FCEC747BED816BAE700000000002FC
Sello Digital: Cnd5X90kj/ahl+xRJYO6XtlWnbrCaXuAtBZyTKfzsZM=
Fecha de Firma: 29/10/2021 04:19:59 p. m.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Colección de Talleres

“Mujeres libres, solidarias y participativas”

TALLER 1.

“Derechos civiles y políticos: conócelos y ejércelos”

Ciudad de México.

2021

Índice

Contenido

Presentación.....4

I.I Marco general de los Talleres 7

1.1 Cómo viven las mujeres en la actualidad 7

1.2 Los desafíos en la “Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible” 9

1.3 Contribución del Instituto Electoral de la Ciudad de México para construir ciudadanía democrática.....11

1.4 Modelo de formación del IECM.....13

1.4.1 Perfil de las personas adultas.....14

1.4.2 Método “Ve que sí puedes” 15

1.4.3 Aprendizaje experiencial 16

1.4.4 Formación en valores de la democracia.....17

1.4.5 Lo lúdico como recurso didáctico del Modelo de formación del IECM 19

1.4.6 Rol de las personas promotoras-facilitadoras ciudadanas 20

1.4.7 Enfoques transversales en el modelo de formación del IECM.....21

II. Un acercamiento a los derechos civiles y políticos 25

2.1 Objetivos.....25

2.2 La importancia del ejercicio de los derechos humanos.....25

2.3 Breve recuento de la evolución de los derechos humanos vinculados a las mujeres..30

2.4 Los derechos civiles y políticos.....31

2.5 ¿En dónde se pueden ejercer los derechos humanos?.....40

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

III. El ejercicio de la ciudadanía activa en la democracia 42

3.1 ¿Qué es ser ciudadana o ciudadano? 42

3.2 La ciudadanía ejercida con valores democráticos 44

3.3 La importancia de ejercer una ciudadanía activa 46

3.4 Algunos factores clave para que las mujeres asuman y ejerzan la ciudadanía activa .. 49

3.4.1 Reconocimiento de las diversas acciones que realizan las mujeres en la sociedad ... 50

3.4.2 Importancia del auto reconocimiento como personas sujetas de derechos 51

3.4.3 La autoestima y la autonomía para ejercer ciudadanía activa 52

3.5 Mujeres destacadas ejerciendo la ciudadanía activa 58

IV. Desarrollo del taller 62

4.1 Propósitos del taller 62

4.2 Temas a desarrollar 63

4.3 Secuencia didáctica del taller 64

4.4 Descripción de las técnicas utilizadas en el taller 66

Fuentes de consulta 69

Anexos 76

Anexo 1. Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos 76

Anexo 2. "Directorio de instituciones públicas que prestan algunos servicios a mujeres y hombres en la Ciudad de México" 83

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Presentación

El Instituto Electoral de la Ciudad de México (IECM) tiene la importante tarea de contribuir al desarrollo de la vida democrática en la Ciudad de México y promover la celebración de elecciones pacíficas, respetando el voto de la ciudadanía. Además, lleva a cabo acciones para la educación cívica, brindando apoyo, sobre todo, a personas que forman parte de los grupos de atención prioritaria ya que debido a la situación de desigualdad estructural que enfrentan, tienen mayores obstáculos para el pleno ejercicio de sus derechos político-electorales, por lo que a través de estas acciones se busca su inclusión efectiva en la sociedad a partir de una participación ciudadana más activa.

Entre la población y grupos de atención prioritaria se encuentran las mujeres con quienes el IECM, en el cumplimiento de sus obligaciones, realiza acciones para que conozcan y ejerzan sus derechos humanos, enfocándose, sobre todo, a los civiles y políticos. En virtud de lo anterior, el IECM propone talleres formativos presenciales o en línea, como la Colección titulada “Mujeres libres, solidarias y participativas”, la cual tiene la finalidad de promover en las personas participantes, el conocimiento, reconocimiento y la importancia del ejercicio de los derechos humanos, concretamente de los civiles y políticos, en cualquier ámbito de sus vidas como es con la pareja, familia, escuela, trabajo y/o comunidad, entre otros, para construir y fortalecer su ciudadanía activa. Dicha Colección está conformada por cinco talleres: 1) Derechos civiles y políticos: conócelos y ejércelos; 2) Ciudadanía y mujeres en la Ciudad de México; 3) Democracia en el hogar; 4) Democracia en las parejas y 5) Democracia y sexualidad y cada uno cuenta con su respectivo juego didáctico.

Esta Colección tiene como público meta en primera instancia, al personal que trabaja en el IECM y en otros Institutos Electorales, además de diferentes personas, grupos, organizaciones e instituciones públicas y privadas que llevan a cabo trabajo de formación y promoción en materia de educación cívica, democracia y ciudadanía; así como a las personas prestadoras de servicio social –que son las personas promotoras-facilitadoras

ciudadanas- quienes también desempeñan una importante labor en el trabajo de información, sensibilización y formación que lleva a cabo el IECM con la población. En segunda instancia, está el otro público meta final como son las mujeres y los hombres que forman parte de la población y los grupos de atención prioritaria, de los estratos socioeconómicos "C", "D" y "E",[1] quienes se caracterizan por contar con estudios de educación primaria en la mayoría de los casos; escaso o nulo acceso a internet en sus viviendas y limitados o muy limitados ingresos económicos que se destinan sobre todo a la alimentación y al transporte público.

El Taller 1 que se aborda a continuación, se titula **"Derechos civiles y políticos: Conócelos y ejércelos"** y tiene el propósito de promover en las personas participantes el conocimiento, reconocimiento y la importancia del ejercicio de los derechos humanos, concretamente de los civiles y políticos, en cualquier ámbito de sus vidas como es con la pareja, familia, escuela, trabajo y/o comunidad, entre otros, para construir y fortalecer su ciudadanía activa.

Los temas que aborda este taller son los siguientes: en el apartado I. Marco general que aplica para todos los talleres, en el cual se establece la situación que viven las mujeres en la actualidad; los desafíos que establece la Agenda 2030, en lo que se refiere a la igualdad de género y la reducción de las desigualdades, y la apuesta del modelo de formación que tiene el IECM para promover la educación cívica y democrática en la Ciudad de México, haciendo énfasis en cuatro enfoques transversales como son: el de derechos humanos, de género,

[1] El nivel socioeconómico es un parámetro económico y sociológico que combina la preparación laboral de una persona, la posición económica y social individual o familiar, en relación con otras personas, basada en sus ingresos, educación y empleo. Algunas de sus características son: Nivel socioeconómico "C" (Nivel Medio Emergente) son familias con escasos recursos para cubrir sus necesidades básicas; la persona jefa de familia tiene un nivel de estudios promedio de secundaria o preparatoria; el nivel de estudios de la persona jefa de familia puede tener estudios mayores a primaria; el principal ingreso viene del trabajo asalariado y del comercio formal o informal; casi la mitad de los hogares pueden contar con conexión a Internet fijo en la vivienda. El Nivel "D" son familias con una mala calidad de vida; tienen problemas para contar con lo básico para vivir, y regularmente pasan por condiciones sanitarias mínimas; su nivel de estudios de la persona jefa de familia es de secundaria y/o primaria; se emplean en empresa (s), fábrica (s) además de que pueden recibir ayudas del gobierno; sus principales gastos son: alimentos, transportación, pago de servicios y cuidado personal. En el caso del nivel "E" son familias que tienen escasez de todos los servicios y bienes; construyen sus hogares con materiales de desecho y tienen problemas permanentes y graves para subsistir; el nivel de estudios de la persona jefa de familia es menor a primaria; compran únicamente alimentos básicos y necesarios y pueden carecer de aparatos electrodomésticos que les faciliten las labores del hogar, entre otras características. Rankia. (12 de marzo 2021). *"Niveles socioeconómicos en México".* España México. https://www.rankia.mx/blog/mejores-opiniones-mexico/3095882-niveles-socioeconomicos-mexico

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

inclusión y medioambiental. Luego en el apartado II. Un acercamiento a los derechos civiles y políticos en el que se aborda la importancia del ejercicio de los derechos humanos; un recuento de su evolución vinculados a las mujeres; cuáles son los derechos civiles y políticos, así como los ámbitos en dónde se deben ejercer.

En el apartado III. La importancia de ejercer una ciudadanía activa donde se presenta qué es ser ciudadana o ciudadano; la ciudadanía con valores democráticos; algunos factores clave para que las mujeres ejerzan una ciudadanía activa y ejemplos de mujeres destacadas ejerciéndola. Finalmente, en el apartado IV. Desarrollo del taller donde se presentan sus objetivos, los temas a abordar, la secuencia didáctica y algunas herramientas para llevarlo a cabo.

Cabe destacar el reconocimiento al *expertise* y a las competencias establecidas tanto en el personal del IECM como en las personas prestadoras de servicio social, quienes tendrán en todo momento la posibilidad y libertad de adecuar y enriquecer los contenidos de este taller, es decir "tropicalizarlos,"[2] acorde al público meta final y a los territorios y condiciones en las que se trabaja en la Ciudad de México. Debido a esto, incluso la duración de cada taller puede ser corta por lo que no es posible pensar es que sólo porque una persona participe en éste ya ejercerá sus derechos civiles y políticos, sin embargo, sí se puede aspirar a que las personas salgan más informadas y, de ser posible, sensibilizadas en un tema tan importante como es el de los derechos civiles y políticos, y así contribuir a fortalecer su ciudadanía, además de crear una cultura democrática que mejore la convivencia y el bienestar no sólo de las mujeres sino de toda la sociedad capitalina.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

[2] Aunque es un término no aceptado por la Real Academia Española, se refiere a la acción de optimizar y producir contenidos relevantes dirigidos a determinadas audiencias. Concepto y Contenido. (9 marzo 2020). *¿Qué es tropicalizar al español mexicano?* [Mensaje en un blog]. Recuperado de https://conceptoycontenido.com/f/%C2%BFqu%C3%A9-es-tropicalizar-al-espa%C3%B1ol-mexicano.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

I.I Marco general de los Talleres

1.1 Cómo viven las mujeres en la actualidad

En México se ha ido transformando el papel tanto de las mujeres como de los hombres y se ha avanzado en el reconocimiento y ejercicio de los derechos humanos, sobre todo en aquellos que reconocen la igualdad entre las personas más allá de su condición física, económica, de género y educativa, entre otras. Sin embargo, esta transformación es paulatina y en momentos lenta, ya que aún prevalece un contexto desfavorable hacia las mujeres el cual se caracteriza por la violencia, los feminicidios, la falta de oportunidades educativas, económicas, laborales y políticas, así como por las desigualdades, además de la discriminación y el machismo, por mencionar algunos aspectos.

Entérate de algunas cifras

Se calcula que el 25.3% de las mujeres de 15 años y más, han experimentado **violencia en la escuela**; casi 3 mil mujeres fueron asesinadas en México en el 2019 y sólo 726 (24%) casos se investigan como **feminicidios;**[3] l**as mujeres indígenas** apenas alcanzan 5.7 años de escolaridad promedio y su desempeño en cargos de **representación política** en los Congresos Locales, es inferior en un 40% respecto a los hombres; el 21.9% de las mujeres han padecido **discriminación en el trabajo**; el 10.3% tiene menos oportunidades para ascender en este ámbito y el 5.7% cuenta con menos prestaciones que un hombre con el mismo nivel laboral, además de que 947 mil mujeres mayores de 15 años han sido forzadas a casarse.[4y5] En el mundo, las mujeres ganan 63% menos que los hombres y dedican el triple de horas a trabajos no remunerados.[6]

Como se puede ver las cifras son muy alarmantes y muestran parte de las condiciones de

[3] Animal Político. (25 de noviembre de 2019). Suman casi 3 mil mujeres asesinadas en México en 2019; sólo 726 se investigan como feminicidios. *Animal político*. Recuperado de https://www.animalpolitico.com/2019/11/3-mil-mujeres-asesinadas-mexico-2019-ocnf/
[4] INEGI. (2016). *Encuesta Nacional sobre Dinámica de las Relaciones en los Hogares 2016* (ENDIREH). Recuperado de https://www.inegi.org.mx/programas/endireh/2016/
[5] Comisión Española de Ayuda al Refugiado. (2019). *Situación de la mujer*. Comisión Española de Ayuda al Refugiado, pp. 6, 8 y 15. Recuperado de https://www.cear.es/wp-content/uploads/2019/05/Situaci%C3%B3n-de-la-mujer-en-M%C3%A9xico-2019.pdf
[6] Fondo Monetario Internacional. (2019). *Las mujeres y el crecimiento económico*. (Publicación trimestral Volumen 56 | Número 1. Finanzas y Desarrollo). Recuperado de https://www.imf.org/external/pubs/ft/fandd/spa/2019/03/pdf/fd0319s.pdf.

vida en que han vivido y viven las mujeres, sobre todo en sociedades machistas en las cuales también prevalece el patriarcado y las construcciones de género,[7] las cuales determinan en mucho cómo es y lo que debe hacer una mujer.

Las Feminidades son atribuidas a las mujeres y a todos los cuerpos y personas que tienen rasgos, cualidades, comportamientos, actitudes, sentimientos, creencias, formas de pensamiento, lenguajes y formas de relacionarse entendibles dentro del estereotipo de lo que es "ser mujer". En la construcción de lo femenino, también prevalece la mentalidad de la mujer como el sexo débil, la que cuida, procura, es sensible además de ser "cosificadas" (es decir considerarse como "cosas") y objetos sexuales que "provocan" y "están para gustar" y dar placer, lo que "justifica" que se intercambian por dinero, animales o propiedades como la tierra o los inmuebles, tal cual sucede en localidades rurales y con la población indígena, aunque también se da en la población mestiza como sucede en los estados de Guerrero, Michoacán o Oaxaca.

Las Masculinidades son atribuidas a los hombres y a todos los cuerpos y personas que tienen rasgos, cualidades, comportamientos, actitudes, sentimientos, creencias, formas de pensamiento y comportamientos entendibles dentro del estereotipo de lo que es "ser hombre". Son otra de las construcciones culturales que predeterminan que lo masculino es lo opuesto a lo femenino, es decir lo que no es débil o emocional y que es más bien confiable, sólido, claro, comprensible, valiente, arrojado y firme. Los hombres tienen la necesidad de demostrar que lo son y requieren que otros les reconozcan. La sociedad patriarcal define al hombre como un ser potente con mandato, autoridad y con poder. Por ejemplo, en los perfiles sicológicos se identifica que la violencia sexual y doméstica son una demostración de la necesidad de confirmación y dominio y de ejercicio de poder de lo que es ser varón frente a una mujer.

Aunque los cambios son paulatinos, sí han sido significativos y han favorecido a la transformación de algunas de las condiciones adversas hacia las mujeres e incluso algunas de ellas han ido desapareciendo y se han ido modificando gradualmente, generando que exista mayor igualdad de género,[8] aunque aún no es suficiente.

[7] Patriarcado plantea un ejercicio autoritario del poder a quien lo ejerce, concentrado en una o en pocas personas. Este esquema de relación aleja a quien ejerce el poder, del grupo que domina y le impide tomar decisiones apropiadas y acordes con las necesidades y condiciones de aquellas personas a quienes representa. Esta situación genera desigualdad en el acceso al poder y limita la construcción de sociedades democráticas y sostenibles. Instituto Veracruzano de las Mujeres y Gobierno Federal. (2009). Cuadernillo. "Participación comunitaria de las mujeres: El papel de los agentes y agentas municipales con perspectiva de género". p. 10. Recuperado de http://www.ivermujeres.gob.mx/wp-content/uploads/sites/16/2015/10/30-Participaci%C3%B3n-Comunitaria-de-las-Mujeres-El-Papel-de-los-Agentes-y-Agentas-Municipales-con-Perspectiva-de-G%C3%A9nero.pdf
El género se refiere a los comportamientos, actividades, y atributos que una sociedad determinada, en una época determinada, considera apropiados para hombres y mujeres. Además, de los atributos sociales y las oportunidades asociadas con la condición de ser hombre y mujer, y las relaciones entre mujeres y hombres, y niñas y niños. Estos atributos, oportunidades y relaciones son construidos socialmente y aprendidos a través del proceso de socialización y son específicos al contexto/época y son cambiantes. El género ha desarrollado autocategorizaciones que incluyen rasgos de personalidad, actitudes y percepciones que derivan de características biológicas, físicas, económicas, sociales, psicológicas, eróticas, jurídicas, políticas y culturales que moldean y determinan qué se espera, se permite y se valora en una mujer (es decir lo femenino) o en un hombre (lo masculino) en un contexto determinado. Lagarde, Marcela (1996). *El género, fragmento literal: 'La perspectiva de género', en Género y feminismo. Desarrollo humano y democracia*, España, Horas y HORAS, pp. 13-38. Recuperado de https://catedraunescodh.unam.mx/catedra/CONACYT/08_EducDHyMediacionEscolar/Contenidos/Biblioteca/Lecturas-Complementarias/Lagarde_Genero.pdf.

[8] Por igualdad de género se entiende la igualdad de derechos, responsabilidades y oportunidades de todas las personas. La igualdad no significa que las mujeres y los hombres sean iguales, sino que los derechos, responsabilidades y oportunidades no dependen de si nacieron con determinado sexo. Implica que los intereses, necesidades y prioridades de mujeres y hombres se toman en cuenta, reconociendo la diversidad que existe entre ellas y ellos y en general entre todas las personas, y a que no es sólo un asunto de mujeres,

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Ahora bien, aunque hay aspectos favorables dado que hay mayor igualdad de género, también hay consecuencias negativas porque prevalece la desigualdad ya que, actualmente, las mujeres están asumiendo mayores cargas de trabajo, responsabilidades y obligaciones que se suman a las que ya tienen de por sí y que no siempre son remuneradas, valoradas ni reconocidas; e incluso llegan a afectar su salud física y emocional, incrementando la precarización de sus condiciones de vida. Actualmente las mujeres tienen que asumir dobles o triples jornadas de trabajo que se suman a las jornadas que ya de por sí tenían dentro del hogar, viven con más estrés y tienen que salir a trabajar fuera del hogar en condiciones desventajosas porque en ocasiones no reciben salarios justos ni son tratadas en igualdad con los hombres.

Por tanto, el reconocimiento, la adopción y el ejercicio de los derechos humanos, es imprescindible para que las mujeres -así como toda aquella otra población, grupos y sectores de atención prioritaria-[9] cuenten con las condiciones necesarias y favorables para que se puedan desarrollar, asumiéndose como ciudadanas con derechos y con poder de decisión tanto en su vida personal como en la vida pública. Por eso es tan importante que desde instituciones como el IECM, se trabaje por alinear y asumir compromisos establecidos por México en acuerdos internacionales como lo establecido en "Transformar nuestro mundo: la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible", la cual tiene entre sus planteamientos el "no dejar a nadie atrás", como se verá a continuación.

1.2 Los desafíos en la "Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible"

El documento para "Transformar nuestro mundo: la Agenda 2030 para el Desarrollo

sino que concierne e involucra tanto a ellas como a los hombres. La igualdad entre mujeres y hombres se considera una cuestión de derechos humanos y es un requisito como un indicador del desarrollo centrado en las personas. ONU Mujeres. Ibídem. *Profundicemos,* p. 46.

[9] Como son niñas, niños y adolescentes; personas jóvenes; personas adultas mayores; con discapacidad; quienes forman parte de la diversidad sexual; migrantes; víctimas; en situación de calle; privadas de la libertad; que residen en instituciones de asistencia social; afrodescendientes; indígenas y minorías religiosas, entre otras y otros, conforme lo mandata la Constitución local para que se garantice su atención preferente para que gocen del pleno ejercicio de sus derechos y se eliminen progresivamente las barreras que impiden la realización de sus derechos y alcancen su inclusión efectiva en la sociedad. Comisión de Derechos Humanos del Distrito Federal. Los derechos humanos de grupos de atención prioritaria. *Defensor (Número 9, año xvi, septiembre 2018).* https://cdhcm.org.mx/wp-content/uploads/2019/01/dfensor_09_2018.pdf

Sostenible", conocido como la "Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible", fue aprobado el 25 de septiembre de 2015.[10] Dicha Agenda plantea 17 Objetivos del Desarrollo Sostenible (ODS) cuyo objetivo es poner fin a la pobreza, luchar contra la desigualdad y la injusticia, y hacer frente al cambio climático sin que nadie quede rezagado para el año 2030. Cabe destacar que México ha promovido en esta Agenda los temas de inclusión y equidad en un marco de derechos, además de seguir construyendo ciudadanía para las mexicanas y mexicanos.

La Agenda 2030 es considerada por los Estados como la expresión de una "visión de futuro ambiciosa y transformativa" y un compromiso para construir un mundo ambientalmente sostenible, socialmente justo y económicamente productivo, donde todas las personas disfruten del pleno respeto de sus derechos humanos. Sus 17 ODS son los siguientes:[11]

Fuente: Agenda 2030 para el desarrollo sostenible, disponible en: http://www.onu.org.mx/agenda-2030/

Aunque se trata de 17 ODS, destacan los objetivos 5, 8, 10, 13 y 16, vinculados a la igualdad de género y a la reducción de las desigualdades. (Para más información véase el contenido

[10] Es un acuerdo que, si bien no es un documento jurídicamente vinculante, sí está relacionado con Convenciones y Pactos de Derechos Humanos de carácter vinculante y es un marco referencial que orienta las políticas y programas públicos en todos los niveles (municipal, estatal, nacional e internacional) de los 193 países que la adoptaron -todos Estados Miembros de las Naciones Unidas-, entre ellos México. Naciones Unidas México. (20 de febrero 2020). *Agenda 2030*. Recuperado de http://www.onu.org.mx/agenda-2030/

[11] Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD). (2019). El enfoque de la agenda 2030 en planes y programas públicos en México. (PNUD), p. 16. Recuperado de https://www.undp.org/content/dam/mexico/docs/Publicaciones/PublicacionesGobernabilidadDemocratica/190305Gu%C3%ADaPlanear.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

de esta Agenda en http://www.onu.org.mx/agenda-2030/). Asimismo, dicha Agenda establece como enfoques transversales el de derechos humanos, de género, inclusión y medioambiental.[12]

1.3 Contribución del Instituto Electoral de la Ciudad de México para construir ciudadanía democrática

El IECM es la autoridad electoral depositaria de la función estatal para organizar las elecciones en la Ciudad de México y los procedimientos de participación ciudadana. Como organismo público autónomo, desde hace dos décadas, contribuye a fortalecer el régimen de partidos políticos y agrupaciones políticas locales, y trabaja en la **construcción de una ciudadanía más democrática y participativa** con el propósito de contribuir a generar una cultura cívica en la población y que ésta no sólo participe en procesos electorales específicos, sino que tenga un desempeño corresponsable en la vida pública de esta ciudad, del país y del mundo.

Por otro lado, para el IECM es estratégico promover a la **democracia** como una **forma de vida**; en la que las personas interactúan y se comportan respetando las leyes, ejerciendo **valores democráticos** como la tolerancia, la legalidad, el respeto, el diálogo, la pluralidad y la convivencia pacífica, entre otros, y en donde se reconoce la dignidad de las personas y la

[12] El enfoque de derechos humanos busca que las personas estén informadas, conozcan y ejerzan sus derechos humanos en cualquier ámbito de su vida y promueve que el Estado sea garante de los derechos humanos, los respete y los cumpla. El ejercicio de todos los derechos humanos conlleva la responsabilidad de su ejercicio. Por su parte, el enfoque de género promueve que en el mundo prevalezca el "respeto universal por los derechos humanos y la dignidad humana" y que "todas las mujeres y niñas gocen de la plena igualdad de género, y donde se hayan eliminado todos los obstáculos jurídicos, sociales y económicos que impiden su empoderamiento". Concretamente la Agenda 2030 promueve la igualdad de género no sólo como un derecho humano fundamental, sino como una base necesaria para lograr un mundo pacífico, próspero y sostenible. Respecto al enfoque de inclusión, demanda flexibilidad, hacer visibles la diferencias y asignar a cada persona lo que le corresponde, además de reconocer la pluralidad entre las personas, sobre todo con aquellas que forman parte de los grupos de atención prioritaria como pueden ser las niñas, niños, adolescentes, personas jóvenes, mujeres, personas que forman parte de la comunidad de lesbianas, gays, bisexuales, transexual, transgénero, travesti e intersexual, entre otras (LGBTTTI+), personas mayores, con discapacidad, indígenas, afromexicanas, migrantes y en situación de pobreza, entre otras. Y el enfoque medioambiental, el cual se interrelaciona con otras esferas como la social y la económica en pro del desarrollo sostenible y se denomina "Enfoque integrado para el desarrollo sostenible", aunque en el marco general de este taller se continuará llamando enfoque medioambiental. Este enfoque plantea la interdependencia entre el progreso social, el crecimiento económico y la protección ambiental y, por otro, la necesidad de asegurar beneficios simultáneos y de largo plazo en todos estos ámbitos (PNUMA, 2016). Por ello, la vinculación entre las esferas económica, social y ambiental. ONU Medio ambiente. (2018). *El Enfoque Integrado y la Dimensión Ambiental en la Agenda 2030.* Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente, p.6. Recuperado de https://wedocs.unep.org/bitstream/handle/20.500.11822/25644/dimension_ambiental_agenda2030.pdf?sequence=1&isAllowed=y y PNUD. (20 enero 2021). *Agenda 2030 Igualdad de Género para no dejar a nadie atrás*. Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD). Recuperado de http://americalatinagenera.org/newsite/index.php/es/igualdad-de-genero-y-agenda-2030

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

igualdad en la posesión y ejercicio de los derechos humanos, entre ellos los civiles y políticos.[13] La democracia está presente en la vida social, familiar, en la escuela, en la pareja, en el trabajo, es decir, en todos los ámbitos de la vida de una persona porque está conformada por un conjunto de valores que ayudan a convivir de forma pacífica y armónica.[14]

Así también, la democracia tiene que ver, tanto en lo político como en lo social, con las formas de participar e interactuar, es decir, con la posibilidad de coexistir de manera armónica e incluyente, gracias a actitudes y prácticas basadas en el respeto a las personas y a la ley, reconociendo su igualdad y dignidad así como con el ejercicio de la tolerancia y el diálogo como medios para conciliar las divergencias.[15] Otra tarea importante llevada a cabo por el IECM es la **educación cívica**, la cual tiene el propósito de contribuir al desarrollo de la **personalidad democrática**[16] con atributos y conductas orientadas al respeto y ejercicio de los derechos y valores humanos.

Asimismo, el IECM cuenta con la "***Estrategia Integral de Educación Cívica para la Ciudad de México 2017-2023***" (EI1723) cuyo propósito es generar las condiciones necesarias para el desarrollo de habilidades que permitan a la ciudadanía, la deliberación democrática y el uso de los mecanismos de exigencia para incidir en la solución de problemas públicos en su ciudad;[17] además de haber desarrollado, a lo largo de más de veinte años de existencia, un

[13] Rico, O. (2007). *Educación cívica y personalidad democrática*. *Educar para la convivencia con vivencia*. Manual para educadores. Recuperado de http://portal.iedf.org.mx/biblioteca/docentes/02_ECPD_Manual%20educadores_2007.pdf (p. 31).

[14] Fuentes y Covarrubias. (2016). Culturas familiares: hacia la construcción de familias democráticas. Guía para la implementación del taller. Recuperado de http://portal.iedf.org.mx/biblioteca/familia/culturas%20familiares_biblioteca%20e.pdf (p. 33).

[15] Rico, O. Ibídem, Educación cívica…p. 33.

[16] La personalidad democrática está conformada por un conjunto de capacidades y competencias cívicas que derivan del aprendizaje de diversos contenidos cognitivos, actitudinales y axiológicos, así como del desarrollo de habilidades como el diálogo, la autorregulación o la empatía que favorecen a una mejor convivencia. Por su parte las competencias cívicas implican lo que sabe una persona, lo que puede hacer (capacidades), lo que tiene la voluntad de hacer y lo que es (personalidad y actitud). Es el conjunto de nociones, conocimientos adquiridos y actitudes que permiten a las personas responder ante situaciones de su vida personal y social, en las que se involucra su perspectiva moral y cívica, así como su capacidad de resolver necesidades y conflictos tanto individuales como aquellos que se presentan en la interacción con las otras personas, estableciendo relaciones positivas. Conllevan diversas capacidades como: el auto reconocimiento y el auto cuidado de sí misma o mismo; el ejercicio responsable de algunos valores como la libertad.; el respeto y la pluralidad; el sentido de pertenencia a la comunidad, a la nación y la humanidad; el manejo y resolución de los conflictos; la participación social y política; el apego a la legalidad y al sentido de justicia, además del aprecio y la valoración de la democracia. Rico, O. Ibídem. *Educación cívica y personalidad democrática…*pp. 37-41.

[17] La EI1723 retoma tres ejes estratégicos para el fortalecimiento de la cultura cívica: Verdad, Diálogo y Exigencia, y propone procesos formativos para que la ciudadanía: a) Incremente el uso práctico de la información pública relacionada con la cultura cívica; b) Se apropie del valor del diálogo como medio para articular demandas, y c) Elabore soluciones como ente colectivo además de que exija congruencia del servicio público e incida en la solución de problemáticas públicas. Asimismo, la EI1723 cuenta con 3 ejes transversales: 1) Las alianzas

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

modelo de formación que busca promover la educación cívica y democrática en la Ciudad de México, haciendo énfasis en cuatro enfoques transversales como son: el de derechos humanos, género, inclusión y medioambiental, los cuales se abordarán más adelante.

1.4 Modelo de formación del IECM

Como ya se mencionó, el IECM ha desarrollado a lo largo de sus veinte años de existencia, un **Modelo de Formación Ciudadana** el cual pretende, entre otros aspectos, que las personas fortalezcan su ciudadanía y pasen del ejercicio de una ciudadanía pasiva a una activa. Por ciudadanía pasiva se entiende aquella en la que se tienen actitudes y comportamientos que muestran un nulo o escaso conocimiento y ejercicio de los derechos y valores democráticos; prevalece la apatía y se es indiferente a lo que acontece en la vida pública y en el entorno; sólo se busca el beneficio y bienestar individual, no tanto el bienestar común ni del medioambiente en donde se vive y se tienen actitudes más reactivas que proactivas, y su participación en la vida pública responde más bien a estímulos externos como pueden ser recibir dinero, camisetas, gorras, etcétera.

Por su parte la ciudadanía activa implica el conocimiento y ejercicio de los derechos y valores humanos y se manifiesta en las actitudes y acciones que emprende una persona para buscar el bienestar común y no sólo el propio; incluyendo el medioambiente que le rodea. La ciudadanía activa se informa, se forma, asume la corresponsabilidad de lo que acontece en la vida pública y aportar soluciones para crear mejores condiciones de vida para todas y todos,[18] sin esperar a que el gobierno "lo haga todo". Por ejemplo, una ciudadanía activa es aquella que cuida y procura su medioambiente inmediato, no lo contamina y trata de mantenerlo limpio sin esperar a que sus vecinas y vecinos limpien la calle o el gobierno mande el servicio de limpieza.

interinstitucionales, 2) La perspectiva de género e inclusión, el uso del lenguaje no sexista e incluyente y 3) Una ruta de seguimiento y evaluación en su implementación. Instituto Electoral del Distrito Federal. *Estrategia Integral de Educación Cívica para la Ciudad de México 2017-2023*. (EI1723), pp. 27 y 29. Recuperado de http://www.iedf.org.mx/www/sites/CapitalCivica/EI1723.pdf

[18]Instituto Nacional Electoral (INE). (2014). Ciudadanía en México ¿Ciudadanía activa?, p. 14. Recuperado de https://portalanterior.ine.mx/archivos2/s/DECEYEC/EducacionCivica/Ciudadania-Activa.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

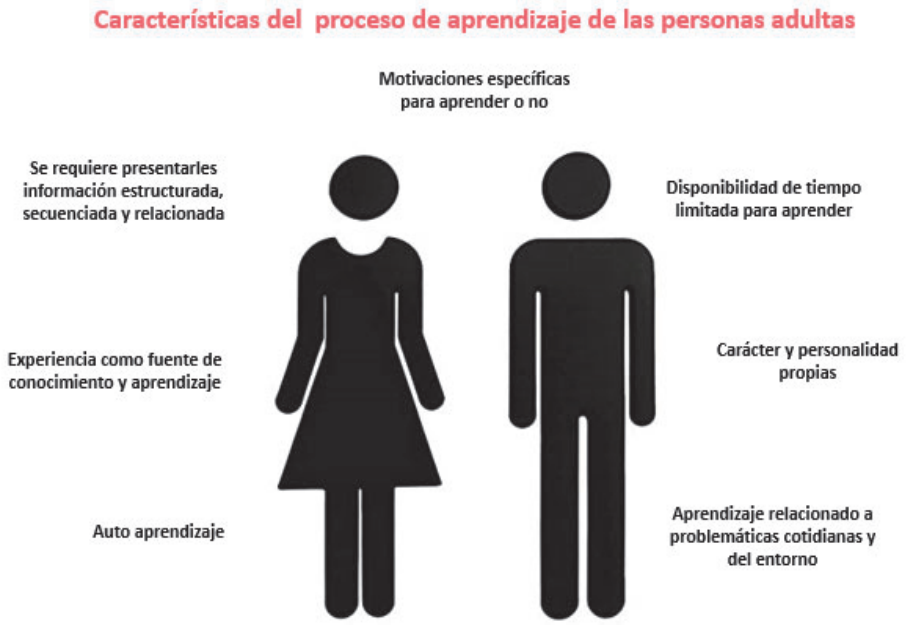
Ahora bien, el **Modelo de formación Ciudadana del IECM** está conformado por seis pilares y cuatro enfoques transversales:

Fuente: elaboración propia con base en el modelo de formación del IECM.

1.4.1 Perfil de las personas adultas.- El proceso de aprendizaje en las personas adultas[19] implica la adquisición, confrontación, cuestionamiento, replanteamiento, reafirmación y enriquecimiento de información, conocimientos, valores y saberes, etcétera, que ya se poseen y que pueden contribuir a modificar sus percepciones, pensamientos, conocimientos, saberes, opiniones y comportamientos. Algunas de las características del proceso de aprendizaje en las personas adultas son:

[19] Las etapas tanto de la juventud como de la adultez, así como las capacidades físicas como la fuerza, la velocidad, la resistencia y la edad en las personas ya que estas capacidades entran en una etapa de plenitud entre los 20 y los 30 años, y pueden tener una reducción, en ocasiones significativa, durante la vejez del ser humano. Universidad de Educación a Distancia. (2000). Especificidad de la educación de adultos. Bases psicopedagógicas y señas de identidad. *Educación XX1. (ISSN: 1139-613X*), pp.9, 14-15. Recuperado de https://www.redalyc.org/pdf/706/70600304.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

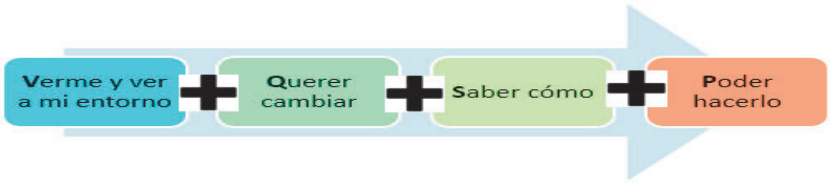


Fuente: elaboración propia con base en Universidad de Educación a Distancia. Ibídem. *Especificidad de la educación...* p. 110.

Algunos aspectos que pueden facilitar el proceso de aprendizaje en las personas adultas son: a) Realizar actividades que vinculen los contenidos abordados a su aplicación práctica; b) Analizar las situaciones y no sólo exponerlas; c) Visibilizar los resultados durante el proceso de aprendizaje y reforzar el aprendizaje deseado; d) Realizar ejercicios y repeticiones para corroborar y clarificar los contenidos; e) Motivar la comprensión, relevancia y aplicación de lo que se va a aprender y f) Tomar en cuenta el estado de salud, sobre todo si las personas se sienten fatigadas o enfermas, para recuperar su atención y ánimo.

1.4.2 Método "Ve que sí puedes": Dicho método atiende la necesidad de que las personas participantes en los talleres reflexionen, por un momento, y se motiven sobre el tipo de ciudadanía que están ejerciendo, comenzando por el auto reconocimiento de sí mismas y de su entorno a fin de identificar cómo se encuentran en este tema y valorar si desde su perspectiva, consideran conveniente modificar algunos aspectos para que ejerzan una ciudadanía más activa, de ser el caso. El método "Ve Que Sí Puedes" está compuesto por las iniciales de las palabras:

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento



Fuente: elaboración propia con base en: Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. Ibídem. "Metodología PESA…"

Verme y ver mi entorno: Este auto reconocimiento es indispensable para comenzar a revisar "cómo estoy y me encuentro" al momento, así como observar cómo se encuentra mi entorno.	**Querer cambiar**: Se requiere el convencimiento y la voluntad de querer cambiar y pasar del pensamiento a la acción y no sólo quedarse en el plano del "así estoy bien" o el "sí quiero cambiar" pero en realidad no se hace nada.
Saber cómo: A partir de la información-conocimientos que una persona recibe, incorporarlos a fin de adquirir nuevas herramientas y habilidades y aplicarlos en el día a día para hacer las cosas de forma distinta y mejores.	**Poder hacerlo**: Tomar la decisión de actuar, modificar, mejorar, fortalecer y/o transformar aspectos personales con efectos en el entorno inmediato (pareja, familia, amistades, medio ambiente, etcétera).

1.4.3 Aprendizaje experiencial: Consiste en la interrelación entre la experiencia y la reflexión por parte de las personas adultas, donde no sólo basta con la experiencia para asegurar el aprendizaje, sino que éste debe estar íntimamente ligado a un proceso de reflexión personal, en el que se construyen significados a partir de experiencias vividas.[20] De ahí que sea tan importante que las personas a quienes se pretende formar, manifiesten sus conocimientos, valores propios, percepciones, fortalezas personales así como sus limitaciones, ya que todo en conjunto conforma los **saberes** que ya poseen. De ahí que sea tan importante cuidar tanto la forma como el fondo, para que las sesiones sean en la medida de lo posible, espacios informativos, pero también de sensibilización y reflexión con

[20] Universidad de Jaen. (2010). El aprendizaje experiencial y las nuevas demandas formativas. *Revista de Antropología Experimental* (*nº 10, 2010, especial educación 8)*, pp. 89-102. Recuperado de http://revista.ujaen.es/huesped/rae/articulos2010/edu1008pdf.pdf[21] Fuentes y Covarrubias. Ibídem. Culturas familiares…, p. 32.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

nueva información y contenidos que aporten y enriquezcan los saberes que ya traen las personas.

1.4.4 Formación en valores de la democracia.- Otro de los pilares del Modelo de formación del IECM, es la formación en valores de la democracia.[21] Los valores son el conjunto de apreciaciones y opciones que afectan la conducta y configuran y moldean tanto ideas como formas de pensar, así como los sentimientos de las personas. Se trata de habilidades que se desarrollan mediante la práctica. De modo que formar en valores de la democracia implica que las personas reconozcan los beneficios, perjuicios y efectos que provocan su adopción y práctica en la interacción con las otras personas, con la finalidad de que, de manera consciente y responsable, se opte por ellos para crear ambientes de convivencia sanos donde prevalezca el beneficio mutuo y común y no solo el propio.

En la medida que se desarrollen capacidades en las personas para ejercer los valores de la democracia, esto ayudará, junto con otros aspectos, a construir sociedades que convivan de manera más armónica, respetuosa y pacífica, donde las personas se puedan desarrollar humanamente, sobre todo en sociedades actuales que se caracterizan por estar más bien "deshumanizándose", sin tejido social, individualizadas y empobrecidas en diversos aspectos, lo que ha llevado a contextos sociales, económicos y políticos donde prevalece la inseguridad, la violencia y el miedo, por mencionar algunas problemáticas. Los **valores democráticos** son los siguientes:[22]

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

[21] Fuentes y Covarrubias. Ibídem. Culturas familiares…, p. 32.
[22] IEDF. Ibídem. *Culturas familiares*… p. 34.[23] Asociación internacional de aprendizaje experiencial. Ibídem.

Diálogo.- Es el intercambio de opiniones y sentimientos de manera tranquila, respetuosa y pacífica para convivir y entenderse mutuamente.

Igualdad.- Implica reconocer y respetar el valor de las personas por ser seres humanos, reconociendo sus derechos humanos y dignidad sin discriminar.

Legalidad.- Es actuar conforme a las reglas y normas establecidas y en el marco de la ley, evitando así dañar a terceras personas y respetando sus derechos humanos y dignidad.

Participación.- Es la acción de tomar parte de algo, junto con más personas, para alcanzar un objetivo común.

Respeto.- Es un valor social en el trato entre las personas y que se muestra también ante situaciones y/o circunstancias; parte del reconocimiento de que todas las personas tienen los mismos derechos y dignidad, evitando causar daños o perjuicios.

Libertad.- Es la posibilidad de pensar, elegir, decidir y actuar sin presiones externas, siendo responsable de asumir las consecuencias y/o resultados para la misma persona y para las demás.

Pluralidad.- Es el reconocimiento e inclusión de las distintas formas de pensar, ser y actuar, lo que implica la tolerancia y el respeto y permite que las personas convivan mejor.

Responsabilidad.-Prever y asumir las consecuencias de los propios actos, para las demás personas y para el entorno. Cuando alguien es responsable se compromete con su decisión y comunidad.

Tolerancia.- Es cuando se tiene la disposición de respetar a quienes tienen formas de pensar, ser y actuar distintas a la propia, siempre y cuando estas personas no cuestionen y/o vulneren la dignidad de las otras personas.

Sin embargo, para ejercer los valores democráticos se requiere desarrollar diversas capacidades para la convivencia las cuales contribuyen a que las personas adquieran a su vez competencias cívicas. De modo que uno de los retos en los talleres a impartir, es generar procesos de formación creando espacios en donde las personas participantes se auto

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

reconozcan y reflexionen, al menos por un momento, sus propios valores, identifiquen aquellos que son democráticos y se sensibilicen en la importante función que éstos tienen para formar y ejercer ciudadanía activa, contribuyendo así a desarrollar y fortalecer competencias cívicas en ellas y ellos.

1.4.5 Lo lúdico como recurso didáctico del Modelo de formación del IECM

"*Puedes aprender más de un individuo, durante una hora de juego, que en un año de conversación*" Platón.[23]

El juego es un recurso que en sí mismo es grato y relajante para quien lo practica; es una actividad que crea reglas, permite la interacción e integración y ayuda a "romper el hielo" entre quienes lo llevan a cabo. Las actividades lúdicas son también una estrategia educativa que favorece el desarrollo intelectual y afectivo en un proceso de aprendizaje. Suele ser repetitivo, placentero y tiene diversas finalidades (fomentar la cooperación, el diálogo, el debate, etcétera); también es factor de socialización y motivación.

La función del juego en los talleres es estimular la identificación y aplicación de los contenidos que se trabajen, pero también ayudar a que las personas se puedan enfrentar a situaciones y ejemplos ficticios, pero que se refieren a situaciones de la vida real en las que se puede aplicar lo aprendido. De ahí que el juego facilite la interacción, relaje a las personas, pero también las coloque ante situaciones donde pueden aplicar, repasar, reflexionar y decidir tomando como referentes tanto los saberes propios como lo que se está aprendiendo. De manera que, al echar mano del recurso lúdico, se genera un proceso de formación vivencial y se explotan al máximo las experiencias de la vida, enriqueciendo el aprendizaje individual y colectivo.

[23] Asociación internacional de aprendizaje experiencial. Ibídem.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

1.4.6 Rol de las personas promotoras-facilitadoras ciudadanas

"El aprendizaje es experiencia, todo lo demás es información" Albert Einstein.

En el modelo de formación del IECM hay dos tipos de actores básicos: por un lado, están las personas participantes en los talleres y por el otro las personas promotoras-facilitadoras. Las personas promotoras-facilitadoras tienen la función de facilitar y motivar el intercambio de ideas, experiencias y reflexiones entre quienes asisten a tomar el taller. Facilitar significa hacer posible o más sencilla determinada tarea; de modo que la persona promotora-facilitadora es aquella quien posee determinadas aptitudes, principios, conocimientos y habilidades, que le permiten motivar procesos de información, sensibilización y formación en las personas y en los colectivos.[24]

Las personas promotoras-facilitadoras deben tener la capacidad de realizar el trabajo de guías, escuchar, identificar, reconocer los saberes de las personas participantes en los talleres, además de manejarse con respeto hacia ellas y aplicar los valores democráticos y fomentarlos durante el desarrollo del taller. Es decir, deben propiciar en cada taller un ambiente de respeto, pluralidad, tolerancia, diálogo y convivencia, donde se construya una cultura democrática.

En todos estos puntos, es muy importante tratar de aprovechar al máximo el tiempo con las personas participantes en los talleres e identificar hasta qué nivel se pretende incidir en ellas, clarificando ¿qué se va a transmitir? ¿cómo se va a hacer y con qué herramientas se cuenta? ¿a qué meta (s) de información, sensibilización y/o formación se aspira llegar?, y ¿durante cuánto tiempo se va a trabajar con ellas?, entre otros aspectos ya que, si la persona promotora-facilitadora tiene claro todo esto, será más realista y asertiva en su proceso de formación.

[24] FAO y SADER. Ibídem. *Metodología…,* p.16.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

1.4.7 Enfoques transversales en el modelo de formación del IECM

Como se mencionó anteriormente, el modelo de formación del IECM incorpora cuatro enfoques de forma transversal a fin de que se visibilicen y se promuevan en el trabajo de información, sensibilización y formación que se lleve a cabo en los talleres.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Enfoque de derechos humanos[25]	Enfoque de género	Enfoque de inclusión	Enfoque medioambiental
Este enfoque busca que las personas estén informadas, conozcan y ejerzan sus derechos humanos en cualquier ámbito de su vida y promueve que el Estado sea garante de los derechos humanos, los respete y los cumpla. Cabe destacar que el ejercicio de todos los derechos humanos conlleva la responsabilidad de su ejercicio. Algunas de las obligaciones del Estado en materia de derechos humanos son: ● Promover los derechos humanos para fortalecer una cultura de	Género se refiere a las identidades socialmente construidas, los atributos y los roles asignados a mujeres y hombres. "Género" no equivale sólo a las "mujeres" sino que se atribuye a las diferencias sexuales que generan relaciones jerárquicas entre hombres y mujeres y a la distribución de facultades y derechos en favor del hombre y en detrimento de la mujer. [26] Visibiliza la desigualdad con base en el sexo de las personas. El enfoque de género busca:	La inclusión es un proceso de identificación y comprensión de la diversidad en la sociedad que busca reducir las barreras que obstaculizan y discriminan el reconocimiento del "otro" y de su participación, lo que implica compartir las oportunidades y los bienes y servicios que están disponibles y que se generan en la sociedad. La inclusión demanda flexibilidad, hacer visibles la diferencias y asignar a cada persona lo que le corresponde, además de reconocer la pluralidad entre la población de atención prioritaria como pueden ser las niñas, niños, adolescentes, personas jóvenes, mujeres, personas que forman parte de la comunidad de lesbianas, gays,	Promueve que las personas se sensibilicen y sean responsables del medioambiente y del entorno en donde viven. Procurando el desarrollo sostenible (es decir, la satisfacción de las necesidades de la generación presente sin comprometer los recursos de las generaciones futuras para satisfacer las necesidades propias).[28] Una persona que es responsable de su medioambiente: • Respeta y protege todas las formas de vida; • Reconoce y asume los impactos y costos ambientales de sus acciones y

[25] Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA). (24 de febrero 2020). *El enfoque basado en los derechos humanos*. UNFPA. https://www.unfpa.org/es/el-enfoque-basado-en-los-derechos-humanos.

[26] Naciones Unidas Derechos Humanos. Oficina del Alto Comisionado. (2017). *Los derechos de la mujer son derechos humanos*. ISBN 978-92-1-354131-9, p. 43. https://www.ohchr.org/Documents/Publications/HR-PUB-14-2_SP.pdf

[28] Brundtland, Gro. (2018). *SOCIEDAD Brundtland, ¿Dónde está nuestro futuro común?* United Explanations. https://www.unitedexplanations.org/2012/04/02/brundtland-donde-esta-nuestro-futuro-comun/.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

derechos humanos en el quehacer cotidiano; ● Respetar los límites del poder público frente a los derechos humanos de las personas y no impedir su goce; • Asegurar el pleno goce y ejercicio de los derechos humanos; ● Prevenir, investigar, sancionar y reparar las violaciones a los derechos humanos.	● Reflexionar sobre las diferencias entre mujeres y hombres, basadas en aspectos culturales (machismos, discriminación, etcétera); ● Visibilizar cómo es que las diferencias biológicas entre los sexos se convierten en desigualdades sociales, económicas, culturales, educativas, etcétera, que limitan el acceso equitativo entre mujeres	bisexuales, transexual, transgénero, travesti e intersexual (LGBTTTI+),[27] personas mayores, con discapacidad, indígenas, afromexicanas, migrantes y en situación de pobreza, entre otras. Este enfoque promueve la igualdad y acceso a las oportunidades disponibles o aquellas que se vayan a crear, considerando las características, condiciones y diferencias en la población perteneciente a alguno de los grupos de	los de otras personas, en el desarrollo y bienestar actual y futuro; • Valora los saberes ancestrales y locales que son expresiones de una mejor relación humano-naturaleza; • Trabaja por el bienestar y seguridad de las personas en el presente y futuro; • Impulsa acciones a favor del desarrollo sostenible, y •

[27] LGBTTTI+: Lesbiana: mujer que se siente atraída erótica, física, afectiva y sexualmente por mujeres. Es una expresión alternativa a "homosexual", que puede ser utilizada por las mujeres para enunciar o reivindicar su orientación sexual; Gay: hombre que se siente atraído -en los mismos términos mencionados recientemente- por otro hombre. Es una expresión alternativa a "homosexual" (de origen médico); Bisexual: capacidad de una persona de sentir atracción erótico-afectiva hacia hombres y mujeres por igual, más allá de que el género de la otra persona sea el mismo o no que el suyo; Transexual: personas que se sienten y se conciben a sí mismas como pertenecientes al género y al sexo opuestos a los que social y culturalmente se les asigna en función de su sexo de nacimiento, y que pueden optar por una intervención médica —hormonal, quirúrgica o ambas— para adecuar su apariencia física y corporalidad a su realidad psíquica, espiritual y social; Transgénero: este término –que incluye la subcategoría transexualidad y otras variaciones- es utilizado para describir las diferentes variantes de la identidad de género, cuyo común denominador es la no conformidad entre el sexo biológico de la persona y la identidad de género que ha sido tradicionalmente asignada a éste. Una persona trans puede construir su identidad de género independientemente de intervenciones quirúrgicas o tratamientos médicos; Travesti: aquellas personas que gustan de presentar de manera transitoria o duradera una apariencia opuesta a la del género que socialmente se asigna a su sexo de nacimiento, mediante la utilización de prendas de vestir, actitudes y comportamientos; Intersexual: se refiere a las situaciones en las que la anatomía o fisiología sexual de una persona no se ajusta completamente a los estándares definidos para los dos sexos que culturalmente han sido asignados como masculinos y femeninos, es decir que hay características sexuales innatas en las personas pero con variaciones intersexuales que podrían corresponder, en diferente grado, a ambos sexos. También existen otras identidades y orientaciones sexuales como son: Queer: aquellas personas que crean y manifiestan experiencias y expresiones alternativas más que una identidad fija; Asexual: personas que no sienten atracción sexual hacia otras personas pero sí se pueden relacionar afectivamente con ellas; y Pansexual: capacidad de una persona de sentir atracción -erótica, física, afectiva y sexual- hacia otra persona, con independencia del sexo, género, identidad de género, orientación sexual o roles sexuales, así como la capacidad de mantener relaciones íntimas y/o sexuales con ella. Además, se puede considerar cualquier otra disidencia que no sea aceptada por la heteronorma y el binarismo tradicional. CONAPRED. (2016). *Glosario de la diversidad sexual, de género y características sexuales*. Recuperado de http://sindis.conapred.org.mx/investigaciones/glosario-de-la-diversidad-sexual-de-genero-y-caracteristicas-sexuales y Comité Jurídico Interamericano. (2013). *Informe preliminar sobre el tema Orientación sexual, identidad de género y expresión de género*, p.12. Recuperado de http://www.oas.org/es/sla/cji/docs/cji_agenda_actual_Orientacion_Sexual.pdf.

● Garantizar los derechos humanos implica el deber de organizar el aparato gubernamental para que se puedan gozar y ejercer, plena y libremente estos derechos.	y hombres, a los recursos económicos, políticos y culturales, e ● Identificar vías y alternativas para modificar la desigualdad de género y promover la igualdad jurídica y la equidad entre mujeres y hombres.	atención prioritaria, así como sus necesidades individuales y/o colectivas.	• Promueve la consciencia de que sin un medioambiente sano y equilibrado no es posible la vida.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

II. Un acercamiento a los derechos civiles y políticos

El taller “Derechos civiles y políticos: conócelos y ejércelos” tiene los siguientes objetivos:

2.1 Objetivos

Objetivo general

Promover en las personas participantes el conocimiento, reconocimiento y la importancia del ejercicio de los derechos humanos, concretamente de los civiles y políticos, en cualquier ámbito de la vida como es en la pareja, familia, escuela, trabajo y/o comunidad, entre otros, para fortalecer la ciudadanía activa sobre todo de las mujeres.

Objetivos específicos

- Conocer y/o reconocer los derechos humanos y específicamente los derechos civiles y políticos.
- Realizar un breve recuento del proceso histórico de los derechos humanos vinculados a las mujeres.
- Sensibilizar en torno a la importancia de su ejercicio en cualquier ámbito de la vida (personal, familiar, pareja, escuela, trabajo, comunidad, etcétera) y,
- Destacar la importancia de ejercer una ciudadanía activa y presentar algunos de los factores que contribuyen a lograrlo, así como ejemplos de mujeres ejerciendo la ciudadanía activa.

A continuación, se abordarán brevemente los derechos humanos y concretamente los civiles y políticos y los de las mujeres.

2.2 La importancia del ejercicio de los derechos humanos

Los derechos humanos cuidan y salvaguardan la dignidad de las personas y son para todas y todos, sin distinción de nacionalidad, lugar de residencia, sexo, origen nacional o étnico, color, religión, idioma, orientación sexual y cualquier otra condición física, biológica, psicológica, cultural, económica, social y/o política. Todas y todos tienen los mismos derechos humanos, sin discriminación alguna.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Los derechos humanos tienen **principios**: [29]

- La **universalidad** que se refiere a que todas las personas gozan de los derechos humanos y que tienen igualdad en su dignidad;
- La **interdependencia** significa que todos los derechos humanos están relacionados entre sí, de manera que el reconocimiento y ejercicio de un derecho implica que se respeten y protejan los otros derechos vinculados a él;
- La **indivisibilidad** se entiende como la imposibilidad de fragmentar los derechos humanos, pues todos derivan de la dignidad humana;
- La **progresividad** tiene que ver con la obligación del Estado (entendido como una organización política conformada por un territorio y población con un poder soberano, administrativo y jurídico, el cual se organiza para administrarles a ambos) de procurar, en la medida de sus posibilidades, la satisfacción plena de los derechos humanos;
- Los Derechos humanos **incluyen tanto derechos como obligaciones**. La obligación de respetarlos significa que los Estados deben abstenerse de interferir en el disfrute de los derechos humanos o de limitarlos. La obligación de protegerlos exige que el Estado impida los abusos de los derechos humanos contra las personas y/o colectivos. En el plano individual, así como se ejercen los derechos humanos, también se deben respetar los derechos de los demás y asumir las responsabilidades de su ejercicio, y
- Los derechos humanos **son iguales y no discriminatorios,** la no discriminación se complementa con el principio de igualdad, como lo estipula el artículo 1 de la Declaración Universal de Derechos Humanos: "Todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos".[30]

Los derechos humanos tienen como finalidad proteger la vida, la libertad, la justicia, la igualdad, la integridad de cada persona frente a la autoridad y se fundamentan en el

[29] CNDH. (20 de febrero 2020). *Los Derechos humanos*. México. Comisión Nacional de los Derechos Humanos. https://www.cndh.org.mx/derechos-humanos/que-son-los-derechos-humanos

[30] Naciones Unidas. Oficina del Alto Comisionado. *La Declaración Universal de los Derechos Humanos*. Naciones Unidas. https://www.standup4humanrights.org/es/declaration.html

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

reconocimiento de que la dignidad es un atributo común a todas y todos.[31] Dignidad significa "que conviene a" y "que merece".[32] La dignidad humana es considerada como el origen, la esencia y el fin de todos los derechos humanos; es un atributo inherente a la persona humana que la hace merecedora de respeto y que delimita un ámbito de prerrogativas que se le deben garantizar, a fin de que tenga una existencia plena y compatible con su propia naturaleza. Los Tribunales de la Federación la definen como un valor supremo establecido en el artículo 1o. de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, en virtud del cual se reconoce una calidad única y excepcional a todo ser humano por el simple hecho de serlo, cuya plena eficacia debe ser respetada y protegida integralmente sin excepción alguna.[33]

Los derechos humanos se clasifican conforme tres generaciones, es decir, acorde a las etapas en que se fueron reconociendo:[34]

La primera generación incluye los derechos civiles y políticos, los cuales fueron los primeros en ser reconocidos legalmente a finales del siglo XVIII, en la Independencia de Estados Unidos y en la Revolución Francesa. Estos derechos tratan de garantizar la libertad de las

[31] INMUJERES. (2002). *Derechos humanos de las mujeres*. Recuperado de http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/100850.pdf (p.3)

[32] Ministerio de Salud de Argentina. (20 de febrero2020). *La dignidad humana.* Argentina. Diccionario Enciclopédico de la Legislación Sanitaria Argentina. (DELS *a* http://www.salud.gob.ar/dels/entradas/la-dignidad-humana

[33] Suprema Corte de Justicia de la Nación. (2016). *Dignidad humana, derecho a la vida y derecho a la integridad personal. Serie Derechos Humanos, p.16.* Recuperado de http://sistemabibliotecario.scjn.gob.mx/sisbib/CST_2014/000260741/000260741.pdf

[34] Aguilar, Magdalena (1998). Las tres generaciones de los derechos humanos, *Derechos Humanos. Órgano informativo de la Comisión de Derechos Humanos del Estado de México (*Año 6, núm. 30), p. 93. Recuperado de http://historico.juridicas.unam.mx/publica/librev/rev/derhum/cont/30/pr/pr20.pdf ; CDHEC (20 de febrero 2020). *Clasificación de los Derechos Humanos*. México. Comisión de los Derechos Humanos del Estado de Coahuila. http://cdhec.org.mx/clasificacion-de-los-derechos-humanos/ y CNDH (2015). *Concepto de Seguimiento de los DESCA*. Recuperado de https://archivos.juridicas.unam.mx/www/bjv/libros/10/4891/4.pdf

personas y su función principal consiste en limitar la intervención del Estado en la vida privada de las personas, así como garantizar que puedan participar en los asuntos públicos. Los de segunda generación se refieren al estado de bienestar (que abarca lo económico, social y cultural, entre otros aspectos) que deben gozar las personas además de que hacen énfasis en la necesidad de implementar acciones, programas y estrategias encaminadas a lograr que todas las personas sean benefactoras de dicho bienestar de manera efectiva y, finalmente, los derechos de tercera generación o llamados de la solidaridad, que favorecen sobre todo a determinados pueblos y colectivos que históricamente han sido segregados y discriminados, entre ellos las mujeres, las personas indígenas y migrantes, etcétera, además de los derechos medioambientales. Aunado a estas generaciones, existen otras más las cuales han ido reconociendo paulatinamente más derechos.[35]

Sin embargo, a pesar de que los derechos humanos han sido producto de procesos históricos complejos y gradualmente han ido abarcando de forma integral al ser humano y los diversos aspectos que coinciden en su desarrollo, crecimiento y para el logro de su bienestar como es por ejemplo el medio ambiente. Sin embargo, no se ha logrado del todo ni su goce, ni su cobertura ni dicha integralidad, y existen sectores de la población, entre ellos las mujeres, que aún siguen siendo segregados e imposibilitados para gozar de varios de los derechos humanos. Por ejemplo, uno de los derechos que hasta los años 1900 se logró fue que las mujeres pudieran votar en México, hasta el año 1955, por referirse tan solo a uno de ellos.

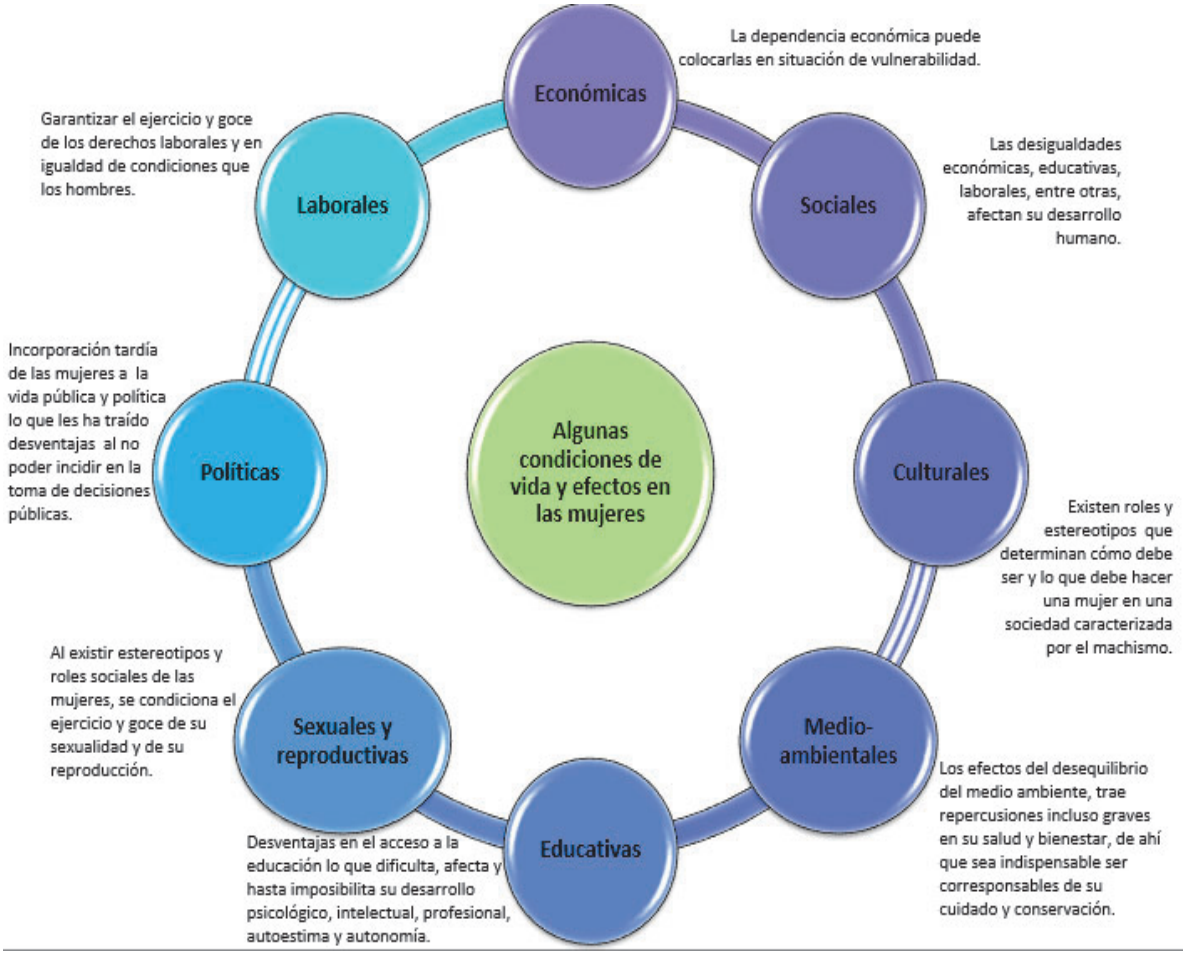
La vulneración en el ejercicio de los derechos humanos de las mujeres como son de la educación, al voto y/o al pleno goce de su sexualidad y reproducción, por mencionar algunos derechos, ha generado, junto con otros factores, desigualdades y desventajas estructurales en lo económico, social, cultural, educativo, político, la salud y los sexual y reproductivo, creando condiciones de vida precarias, limitadas e incluso conflictivas y de violencia, afectando de forma integral su autoestima, su sobrevivencia, su autonomía y su

[35] Comisión Nacional de los Derechos Humanos. (2014). *30 años de la Declaración sobre el Derecho de los Pueblos a la Paz*. CNDH. Recuperado de http://appweb.cndh.org.mx/biblioteca/archivos/pdfs/cartilla_30aniv_declaracionDerechosPueblosPaz.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

autoconcepción de ser mujeres. Solo por mencionar un ejemplo, una mujer que vive situaciones de violencia y pobreza, muy probablemente verá afectada su autopercepción y sus capacidades psicosociales, educativas y económicas, entre otras, a diferencia de una mujer que no padece estas condiciones de vida.

Algunas de estas condiciones de vida y sus efectos en la vida de las mujeres son:



Fuente: elaboración propia con base en Organización Panamericana de la Salud (OPS) y Organización Mundial de la Salud (OMS). (2019). *Masculinidades y salud en las Américas, pp.* 7-16. Recuperado de https://www.paho.org/es/publicaciones/masculinidades-salud-region-americas.

Por si fuera poco, ser mujeres en sociedades predominantemente patriarcales y machistas como la mexicana, acentúa aún más las desventajas y efectos negativos en las condiciones de vida de las mujeres. De ahí que sea tan importante el conocimiento y ejercicio de los derechos humanos por parte de las mujeres, así como la demanda permanente porque el

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Estado mexicano garantice su respeto y cumplimiento. A continuación, se aborda un breve recuento de la evolución de los derechos humanos.

2.3 Breve recuento de la evolución de los derechos humanos vinculados a las mujeres[36]

1904 Se creó en México la Sociedad Protectora de la Mujer, formada por mujeres que fueron integrantes de partidos de oposición al oficial[37].
1916 se realizó en Yucatán el Primer Congreso Feminista Nacional.[38]
1923 el Primer Congreso Feminista de la Liga Panamericana de las Mujeres en el que se discutieron los derechos que el gobierno debía reconocer a las mujeres mexicanas.
1945 Carta de las Naciones Unidas que reconoce la igualdad de derechos entre mujeres y hombres.
1948 Declaración Universal de los Derechos Humanos;
Convención Interamericana sobre Concesión de los Derechos Civiles a la Mujer.
1951 Convenio relativo a la igualdad de remuneración entre la mano de obra masculina y la mano de obra femenina por un trabajo de igual valor.
1953 se creó la Convención sobre los Derechos Políticos de la Mujer. En México se reconoció constitucionalmente el **derecho de las mujeres a votar y ser votadas.**
1957 Convención sobre la Nacionalidad de la Mujer Casada.
1962 Convención sobre el consentimiento para el matrimonio, la edad mínima para contraer matrimonio y el registro de los mismos.
1966 Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos.
1974 se estableció en el Artículo 4º Constitucional, la igualdad jurídica entre hombres y mujeres (igualdad para acudir a emitir el voto).
1975 Primera Conferencia Mundial sobre la Mujer en Ciudad de México.
1979 la Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer.
1981 mujeres gestionaron y demandaron ante las autoridades servicios básicos, vivienda y alimentación;
Se publica en México la Convención Americana sobre Derechos Humanos (aprobada en 1969) que reivindica el derecho al voto, la participación de la ciudadanía en los asuntos y encargos públicos y el acceso en condiciones de igualdad a las funciones públicas.
1993 a Declaración sobre la eliminación de la violencia contra la mujer.
1999 se creó el Instituto de las Mujeres del Distrito Federal (Inmujeres) como órgano desconcentrado de la Secretaría de Gobierno.
2007 Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia.
2020 Decreto por el que se reforman y adicionan diversas disposiciones a la Ley General de Acceso a las Mujeres a una vida libre de violencia, entre otras leyes.[39]

[36] ONU Mujeres (20 de febrero 2020). *Un poco de historia*. ONU Mujeres. https://www.unwomen.org/es/csw/brief-history
[37] Ramos, Carmen. La participación política de la mujer en México: del fusil al voto. 1915-1955, p. 15. ile:///C:/Users/Usuario/AppData/Local/Temp/Dialnet-LaParticipacionPoliticaDeLaMujerEnMexico-2937593-1.pdf
[38] Ibídem. La participación política de la mujer….
[39] Concretamente se agrega el término violencia política entendida como toda acción u omisión, incluida la tolerancia, basada en elementos de género y ejercida dentro de la esfera pública o privada, que tenga por objeto o resultado limitar, anular o menoscabar el ejercicio efectivo de los derechos políticos y electorales de una o varias mujeres, el acceso al pleno ejercicio de las atribuciones inherentes a su cargo, labor o actividad, el libre desarrollo de la función pública, la toma de decisiones, la libertad de organización, así como el acceso y ejercicio a las prerrogativas, tratándose de precandidaturas, candidaturas, funciones o cargos públicos del mismo tipo. SEGOB. (14 de abril 2020). *DECRETO por el que se reforman y adicionan diversas disposiciones de la Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia, de la Ley General de Instituciones y Procedimientos Electorales, de la Ley General del Sistema de Medios de Impugnación en Materia Electoral, de la Ley General de Partidos Políticos, de la Ley General en Materia de Delitos Electorales, de la Ley Orgánica de la Fiscalía General de la República, de la Ley Orgánica del Poder Judicial de la Federación y de la Ley General de Responsabilidades*

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

De ahí que sea tan importante abordar el tema de los derechos civiles y políticos concretamente, y promover su conocimiento, adopción y ejercicio en la vida de las mujeres, ya que esto contribuye a que se fortalezca su ciudadanía. Ahora que se han abordado los derechos de las mujeres, concretamente se presentarán cuáles son los derechos civiles y políticos.

2.4 Los derechos civiles y políticos

Los derechos civiles y políticos son derechos humanos que protegen y garantizan las libertades individuales, en condición de igualdad y sin ningún tipo de discriminación. Como parte de estos derechos destaca la libertad de movimiento y de pensamiento, conciencia y religión, así como la igualdad ante la ley y el acceso a juicios justos y a la presunción de inocencia.

Los derechos civiles tienen su fundamento en la libertad, ya que el ser humano cuenta con ciertos derechos y atribuciones absolutas, que no pueden ser vulneradas por el Estado, a menos que se presente una excepción y la misma se encuentre detallada en la Constitución o la ley. Los derechos civiles más importantes son: el derecho a la vida, el derecho a la libertad ideológica y religiosa, el derecho a la libre expresión y el derecho a la propiedad.

Por su parte los **derechos políticos** permiten a la ciudadanía incidir en los asuntos públicos ya sea de forma directa, ejerciendo cargos públicos, o indirecta, eligiendo a representantes públicos; hacen posible que las personas puedan votar y ser votadas a través de elecciones libres y transparentes, así como acceder a ejercer el poder público de una nación. Algunos de estos derechos son: el derecho al voto, a ser votado, el derecho a la huelga, el derecho a asociarse libremente para formar un partido político o un sindicato, etcétera.

Los derechos políticos no sólo permiten la participación de las ciudadanas y los ciudadanos (una vez que cumplen 18 años y cuentan con su Credencial para votar) en procesos

Administrativas. *Diario Oficial de la Federación.* Recuperado de https://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5591565&fecha=13/04/2020.

electorales cada cierto tiempo, sino también permiten que la ciudadanía tenga una vida pública activa, corresponsable y comprometida con la forma en la que se gobierna en la Ciudad; puedan emitir sus opiniones sobre cómo se gasta el presupuesto público, iniciativas de leyes, manifestar demandas sociales, políticas, económicas, culturales y/o medioambientales y/o solicitar la rendición de cuentas a las autoridades, por mencionar algunos aspectos.

Esto se da gracias a los mecanismos de democracia directa, a los instrumentos de democracia participativa y los de gestión, evaluación y control de la función pública, establecidos en la "Ley de Participación Ciudadana de la Ciudad de México" cuya última reforma fue el 12 de agosto del 2019. Estos mecanismos son:[40]

a) Democracia directa.- Los instrumentos de democracia directa permiten que la ciudadanía pueda pronunciarse, mediante determinados mecanismos, en la formulación de las decisiones del poder público (Artículo 16); éstos son: I. Iniciativa Ciudadana; II. Referéndum; III. Plebiscito; IV. Consulta Ciudadana. Consulta Popular y VI. Revocación del Mandato.

b) Democracia participativa.- Se refiere a los instrumentos en los cuales se reconoce el derecho de la participación individual o colectiva de las personas, en sus diversas modalidades, ámbitos e instrumentos de manera autónoma y solidaria, como en los procesos de planeación, elaboración, ejecución y evaluación de planes, programas, políticas, presupuesto público, control y evaluación del ejercicio de la función pública. Estos instrumentos son: I. Colaboración Ciudadana; II. Asamblea Ciudadana; III. Comisiones de Participación Comunitaria; IV. Organizaciones Ciudadanas; V. Coordinadora de Participación Comunitaria, y VI. Presupuesto Participativo, y

c) Gestión, evaluación y control de la función pública: a través de los cuales se puede acceder a información del quehacer del gobierno, hacer peticiones y evaluar sus actuaciones y decisiones; estos instrumentos son: I. Audiencia Pública; II. Consulta Pública. III. Difusión Pública y Rendición de Cuentas; IV. Observatorios Ciudadanos; V. Recorridos

[40] Para mayor información sobre los instrumentos establecidos en la *Ley de participación ciudadana de la Ciudad de México*. (2019), consultar en:http://www.contraloria.cdmx.gob.mx/docs/1908_LeyParticipacionCiudadanaN.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Barriales; VI. Red de Contralorías Ciudadanas, y VII. Silla Ciudadana.

Los derechos políticos también hacen posible que una persona desempeñe algún cargo público directamente ya sea de forma independiente, sin formar parte de alguna agrupación política y/o siendo parte de esta. Lo cierto es que los derechos políticos son la puerta de acceso para ejercer una ciudadanía activa, demandante y que actúe en beneficio de sí misma y de su entorno.

Los derechos civiles y políticos parten del reconocimiento de la libertad, la justicia y la paz en el mundo, así como de la dignidad de todas las personas. Algunos de los Derechos civiles y políticos (en síntesis), conforme el "Pacto Internacional de los Derechos Civiles y Políticos", son:[41] (Para más información ver el Anexo 1. "Pacto Internacional de los Derechos Civiles y Políticos").

Art. 1 Todos los pueblos tienen el derecho de **libre determinación**.	Art.8 **Nadie estará sometido a esclavitud**. La esclavitud y la trata de esclavos estarán prohibidas en todas sus formas.	Art. 16 Todo ser humano tiene derecho, en todas partes, al **reconocimiento de su personalidad jurídica.**	Art. 21 Se reconoce **el derecho de reunión pacífica.**
Art 3. Todos los Estados deben garantizar a **mujeres y hombres la igualdad en el goce de todos los derechos civiles y políticos**.	Art. 9 Todo individuo tiene **derecho a la libertad y a la seguridad personales.** Nadie podrá ser sometido a detención o prisión arbitrarias.	Art. 17 **Nadie será objeto de injerencias arbitrarias o ilegales** en su vida privada, su familia, su domicilio o su correspondencia, ni de ataques ilegales a su honra y reputación.	Art. 22 Toda persona tiene **derecho a asociarse libremente** con otras, incluso el derecho a fundar sindicatos y afiliarse a ellos para la protección de sus intereses.
Art. 6. El **derecho a la vida** es inherente a la persona humana. Nadie podrá ser privado de la vida arbitrariamente.	Art. 10 Toda persona privada de libertad será tratada humanamente y con el respeto debido a la **dignidad inherente al ser humano**.	Art. 18 Toda persona tiene derecho a **la libertad de pensamiento, de conciencia y de religión.**	Art. 24 **Todo niño tiene derecho, sin discriminación** alguna por motivos de raza, color, sexo, idioma, religión, origen nacional o social, posición

[41] Naciones Unidas. Oficina del Alto Comisionado. Derechos Humanos. (20 febrero 2020). *Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos.* Recuperado de https://www.ohchr.org/sp/professionalinterest/pages/ccpr.aspx

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

económica o nacimiento, a las medidas de protección que su condición de menor requiere, tanto por parte de su familia como de la sociedad y del Estado.

Art. 7. **Nadie será sometido a torturas** ni a penas o tratos crueles, inhumanos o degradantes. En particular, nadie será sometido sin su libre consentimiento a experimentos médicos o científicos.

Art. 12 Toda persona que se halle legalmente en el territorio de un Estado tendrá **derecho a circular libremente** por él y a escoger libremente en él su residencia.

Art. 19 Toda persona tiene **derecho a la libertad de expresión**; este derecho comprende la libertad de buscar, recibir y difundir informaciones e ideas de toda índole, sin consideración de fronteras, ya sea oralmente, por escrito o en forma impresa o artística, o por cualquier otro procedimiento de su elección.

Art. 25 a) Participar en la dirección de los asuntos públicos, directamente o por medio de representantes libremente elegidos;

b) **Votar y ser elegidos en elecciones** periódicas, auténticas, realizadas por sufragio universal e igual y por voto secreto que garantice la libre expresión de la voluntad de los electores;

c) Tener acceso, en condiciones generales de igualdad, a las funciones públicas de su país.

Luego del Pacto Internacional por los Derechos Civiles y Políticos, se creó la Convención de los **Derechos Políticos de las Mujeres**, firmada en Nueva York, en los Estados Unidos de Norteamérica (1953), y ratificada en México en el año 1981. Éstos son:

Art. 1 Las mujeres tendrán derecho a votar en todas las elecciones en igualdad de condiciones con los hombres, sin discriminación alguna.

Art. 2 Las mujeres serán elegibles para todos los organismos públicos electivos establecidos por la legislación nacional, en condiciones de igualdad con los hombres, sin discriminación alguna.

Art. 3 Las mujeres tendrán derecho a ocupar cargos públicos y a ejercer todas las funciones públicas establecidas por la legislación nacional, en igualdad de condiciones con los hombres, sin discriminación alguna.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

El Estado Mexicano reconoce los **derechos políticos** establecidos en la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos en el Artículo 35, los cuales son: [42]

Votar en las elecciones populares.	Poder ser votado para todos los cargos de elección popular, teniendo las calidades que establezca la ley.	Asociarse individual y libremente para tomar parte en forma pacífica en los asuntos políticos del país.
Tomar las armas en la Fuerza Armada permanente o en los cuerpos de reserva, para la defensa de la República y de sus instituciones, en los términos que prescriben las leyes.	Ejercer en toda clase de negocios el derecho de petición.	Poder ser nombrado para cualquier empleo o comisión del servicio público, teniendo las calidades que establezca la ley.
Iniciar leyes, en los términos y con los requisitos que señalen esta Constitución y la Ley del Congreso. El Instituto Nacional Electoral tendrá las facultades que en esta materia le otorgue la ley.	Votar en las consultas populares sobre temas de trascendencia nacional.	

Por su parte, el *Código de Instituciones y Procedimientos Electorales de la Ciudad de México,*[43] establece en su Artículo 6º como **derechos político-electorales de las ciudadanas y los ciudadanos** los siguientes:

- Votar y participar en las elecciones federales, locales, consultas populares y demás mecanismos e instrumentos de participación ciudadana.
- Asociarse libre, individual y voluntariamente a una Asociación Política para participar en forma pacífica en los asuntos políticos de la Ciudad de México.
- Participar como personas observadoras en todas las etapas de los procesos

[42] Gobierno de los Estados Unidos Mexicanos. (5 febrero 1971). *Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos*. Recuperado de http://www.ordenjuridico.gob.mx/Constitucion/cn16.pdf

[43] Asamblea Legislativa del Distrito Federal, VII Legislatura (2017). *Código de Instituciones y Procedimientos Electorales de la Ciudad de México.* Recuperado de http://www.aldf.gob.mx/archivo-19d76dade0d7ace752c5471b2d7822ad.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

electorales y de participación ciudadana.

- Ser votados para todos los cargos de elección popular en la Ciudad de México, así como para contender para ser reelectos en los casos y con las calidades que establece la ley de la materia; así como solicitar su registro para su candidatura sin partido, cuando cumplan los requisitos, condiciones y términos que determine este Código.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

En el mismo código, Artículo 7, también se establecen **obligaciones** de las ciudadanas y los ciudadanos de la Ciudad de México:

I. Inscribirse en el Registro Federal de Electores de conformidad con lo dispuesto por la Ley General;

II. Contar con Credencial para Votar vigente cuyo domicilio corresponda a la Ciudad de México;

III. Emitir el sufragio en la sección electoral que corresponda a su domicilio, salvo los casos de excepción expresamente señalados por este Código;

IV. Desempeñar las funciones electorales para las que se designen por las autoridades electorales, conforme a lo dispuesto por este Código;

V. Desempeñar los cargos de elección popular para los que fueron electos;

VI. Participar en la vida política, cívica y comunitaria, de manera honesta y transparente, y

VII. Las demás que establezcan las leyes y demás ordenamientos aplicables.

Por su parte, la *Ley de Participación Ciudadana de la Ciudad de México*, cuya última reforma fue el 12 de agosto de 2019,[44] busca instituir y regular los **instrumentos de participación y los órganos de representación ciudadana**, a través de los cuales los habitantes pueden organizarse para relacionarse entre sí y con los distintos órganos de gobierno de la Ciudad de México. En el Capítulo III. De los derechos y deberes de la ciudadanía, Artículo 12, se establecen los **derechos y las obligaciones de la ciudadanía**.

[44] Gobierno de la Ciudad de México. Ibídem. "Ley de participación…"

Los **derechos** son:

I. Participar en la resolución de problemas y temas de interés general;

II. Participar en el mejoramiento de las normas jurídicas a través de los mecanismos de democracia directa, los instrumentos de democracia participativa y de los instrumentos de control, gestión y evaluación de la función pública establecidos en la presente Ley;

III. Participar con voz y voto en la Asamblea Ciudadana;

IV. Integrar las Comisiones de Participación Comunitaria;

V. Promover la participación ciudadana a través de los mecanismos e instrumentos que establece la presente Ley;

VI. Aprobar o rechazar mediante plebiscito los actos o decisiones de la persona titular de la Jefatura de Gobierno y de las Alcaldías que corresponda, que a juicio de éstas sean trascendentes para la vida pública de la Ciudad;

VII. Presentar iniciativas ciudadanas al Congreso sobre proyectos de creación, modificación, derogación o abrogación de leyes respecto de las materias que sean competencia legislativa de la misma y en los términos de esta Ley;

VIII. Aprobar mediante referéndum las reformas a la Constitución, así como a las demás disposiciones normativas de carácter general;

IX. Participar en las consultas sobre temas de trascendencia en sus distintos ámbitos temáticos o territoriales;

X. Ser informadas de manera periódica de la gestión de gobierno;

XI. Colaborar con la administración pública en los términos que al efecto se señalen en la presente Ley;

XII. Participar en la planeación, diseño, ejecución, seguimiento y evaluación de las decisiones de gobierno en términos de la presente Ley, la Ley de Planeación de la Ciudad de México y demás disposiciones que así lo contemplen;

XIII. **Ejercer y hacer uso de los mecanismos de democracia directa, de instrumentos de democracia participativa, e instrumentos de control, gestión y evaluación de la función pública** que podrán apoyarse en el uso de las tecnologías de información y comunicación, en los términos establecidos en esta Ley; y

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

XIV. Los demás que establezcan esta y otras leyes.

Por su parte en el Artículo 13, se establecen los **deberes** de las personas ciudadanas:

I. Participar en el mejoramiento de las normas que regulan las relaciones en la comunidad a través de los mecanismos de democracia directa e instrumentos de participación y de los instrumentos de control, gestión y evaluación de la función pública establecidos en la Ley;

II. Cumplir con las funciones de representación ciudadana que se les encomienden;

III. Participar en la resolución de problemas y temas de interés general;

IV. Ejercer sus derechos; y

V. Las demás que establezcan esta y otras Leyes.

El Estado Mexicano es el **GARANTE DE LOS DERECHOS CIVILES Y POLÍTICOS** y **SÓLO EL ESTADO PUEDE VIOLAR EL RESPETO A ESTOS DERECHOS**. Cuando una persona falta a alguno de estos derechos y afecta y/o agrede a otra persona, no se dice que comete "violación de derechos humanos" sino que se trata de un delito.[45]

Por otro lado, la actual Constitución Política de la Ciudad de México (Constitución local) en su artículo 11 (Ciudad incluyente), apartado C,[46] contempla los siguientes derechos de las mujeres:

> *Esta Constitución reconoce la contribución fundamental de las mujeres en el desarrollo de la ciudad, promueve la igualdad sustantiva y la paridad de género. Las autoridades adoptarán todas las medidas necesarias, temporales y permanentes,*

[45] Huhle, Rainer. La violación de los derechos humanos ¿privilegio de los estados? Recuperado de http://www.derechos.org/koaga/iv/1/huhle.html
En junio de 2011 se publicaron diversas reformas a la Constitución mexicana (entre ellas al Artículo 1º constitucional) estableciendo lo siguiente: En los Estados Unidos Mexicanos todas las personas gozarán de los derechos humanos reconocidos en esta Constitución y en los tratados internacionales de los que el Estado mexicano sea parte, así como de las garantías para su protección, cuyo ejercicio no podrá restringirse ni suspenderse, salvo en los casos y bajo las condiciones que esta Constitución establece. Las normas relativas a los derechos humanos se interpretarán de conformidad con esta Constitución y con los tratados internacionales de la materia favoreciendo en todo tiempo a las personas la protección más amplia. Todas las autoridades, en el ámbito de sus competencias, tienen la obligación de promover, respetar, proteger y garantizar los derechos humanos de conformidad con los principios de universalidad, interdependencia, indivisibilidad y progresividad. En consecuencia, el Estado deberá prevenir, investigar, sancionar y reparar las violaciones a los derechos humanos, en los términos que establezca la ley. Senado de la República. *La reforma constitucional sobre derechos humanos. Una guía conceptual*. Instituto Belisario Domínguez, p. 15. Recuperado de https://www.corteidh.or.cr/tablas/r33063.pdf

[46] Poder Constituyente de la Ciudad de México. (2019). *Constitución Política de la Ciudad de México*. Recuperado de http://www.infodf.org.mx/documentospdf/constitucion_cdmx/Constitucion_%20Politica_CDMX.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

para erradicar la discriminación, la desigualdad de género y toda forma de violencia contra las mujeres.

Preguntas detonadoras para la reflexión grupal

¿De qué forma crees que estos derechos te ayudan a mejorar la convivencia entre las personas? ¿crees que te ayudan a solucionar los problemas públicos del lugar en donde vives? ¿en dónde piensas que puedes o no ejercerlos? ¿has reflexionado sobre la posibilidad de que tú puedas desempeñar algún cargo público? ¿cuántas mujeres conoces que desempeñen cargos públicos en tu ciudad o país?, y ¿cómo has visto que se valora su trabajo?

La importancia de que las mujeres se asuman como sujetas de derechos implica por un lado el auto reconocimiento de la dignidad humana, de la libertad que se posee, de la responsabilidad en su ejercicio, pero también, y muy importante, que el Estado garantice el respeto a estos derechos en igualdad de condiciones entre mujeres y hombres. Los derechos humanos de las mujeres son:[47]

Derecho a la educación: a recibir educación sin ser discriminadas por ningún aspecto (condición social, de clase, orientación sexual, origen étnico, entre otros).

Derecho a la salud: a recibir servicios de salud dignos, con respeto y calidad, ya sea privados o públicos, y con una atención integral.

Derechos sexuales y reproductivos: a recibir una educación sexual clara, oportuna, científica y laica; ejercer la sexualidad de forma responsable e informada y libre de violencia; a decidir libremente sobre las opciones de reproducción como la maternidad y el uso de anticonceptivos.

[47] INMUJERES. (2002). Derechos humanos de las mujeres. Recuperado de http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/100850.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Derecho a una vida libre de violencia: nadie tiene derecho a ejercer violencia hacia las mujeres, agredirlas o lastimarlas física, verbal, sexual o psicológicamente.

Derecho al trabajo: a recibir un salario justo así como las mismas oportunidades en igualdad que los hombres y a no ser despedidas por estar embarazadas.

Derecho al desarrollo: a decidir y contar con las condiciones favorables y en igualdad de oportunidades; a la igualdad de oportunidades; a obtener bienes y propiedades y a garantizar una vida digna.

Derecho a la participación política: en la toma de decisiones en los ámbitos comunitario y social; fomentar el liderazgo y participación comunitaria de las mujeres, a ser votadas y ejercer cargos de representación política.

Derecho a un medioambiente sano: a la educación y capacitación en el manejo adecuado de los recursos naturales y en la conservación del medio ambiente.

Derecho a la información: al uso democrático de los medios de comunicación con acceso a información, libre expresión y tener las mismas oportunidades que los hombres.

A continuación, se aborda en qué ámbitos de la vida en los cuales se pueden y deben ejercer los derechos humanos.

2.5 ¿En dónde se pueden ejercer los derechos humanos?

Los derechos humanos se deben ejercer y respetar en todos los ámbitos de la vida de una persona como son los siguientes:

Fuente: elaboración propia.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Como se puede ver en este diagrama, los derechos humanos se deben y pueden ejercer en todos los ámbitos de la vida, sean privados o público, así como con cualquier persona, organización, colectivo, organizaciones e instituciones tanto públicas como privadas con quienes y las cuales se interactúe.

Algunos ejemplos de la práctica de los derechos humanos son:

Derecho a la educación	**Derechos sexuales y reproductivos**	**Derecho al trabajo**
Cuando una madre o padre de familia trabajan porque todas sus hijas e hijos por igual, vayan a la escuela, sin discriminar por el hecho de ser mujer u hombre, y les apoyan para que logren el nivel educativo que ellas y ellos decidan.	Cuando con la pareja se ponen límites y se expresa cuándo se quiere o no tener relaciones sexuales sin ser obligada, buscando siempre que las relaciones sean consensuadas.	Cuando en un trabajo se paga el mismo salario tanto a mujeres como hombres que tienen el mismo cargo, sin hacer distinción por el sexo de cada quién.

Aunque es un hecho que los derechos humanos han contribuido a que se reconozca a las mujeres como ciudadanas, han ganado espacios en la vida pública en mejores condiciones y en igualdad con los hombres -nada menos tomar en cuenta que fue hasta 1955 que las mujeres en México pudieron votar- y mejorar su calidad de vida y desarrollo humano, aún prevalecen factores estructurales culturales, sociales, económicos, educativos, políticos y en la salud, por mencionar algunos, que generan condiciones de desigualdad de género, vulnerabilidad, pobreza, violencia, desigualdad y marginación hacia las mujeres, impidiendo que ellas puedan ejercer sus derechos humanos.

Preguntas detonadoras para la reflexión grupal

¿Cómo te sientes con estos derechos? ¿ya los conocías? ¿en tu vida se ha respetado o no alguno (s) de ellos? ¿de qué manera crees que te benefician los derechos humanos en la convivencia con otras personas en el día a día?, y ¿dónde piensas que puedes o no

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

ejercerlos? ¿por qué sí o no?, en caso de que no los hayas podido ejercer, ¿qué o quién te lo ha impedido?

Por eso es tan importante que las mujeres y la población en general, incluso desde la infancia, construyan y ejerzan una ciudadanía activa a diferencia de una ciudadanía pasiva. Enseguida, se aborda en qué consiste la ciudadanía activa en la democracia.

III. El ejercicio de la ciudadanía activa en la democracia

3.1 ¿Qué es ser ciudadana o ciudadano? [48]

Ciudadana o ciudadano forma parte de la colectividad de que se trate (ciudad, Estado y/o país) y es también es una condición que se le reconoce a una persona al poseer un conjunto de derechos civiles, políticos y sociales, que le permiten intervenir en la política de un país determinado. La persona que es ciudadana cumple con determinados deberes, respeta las leyes y contribuye así al funcionamiento correcto de la sociedad y al bienestar de los demás miembros de la comunidad.

La ciudadanía es una calidad o conjunto de personas de una población o país que reúnen los requisitos para ser considerados como tales, y por lo tanto tienen derechos políticos, fundamentalmente el de elegir y ser elegidos para las funciones gubernamentales, así como las obligaciones correspondientes. En el caso mexicano, son ciudadanas y ciudadanos las personas que: (Art. 34 de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos). [49]

- Tienen la nacionalidad mexicana o adquirirla;
- Más de 18 años y
- Un modo honesto de vivir.

Ser ciudadana o ciudadano conlleva el poder de gobernar, el cual es delegado y depositado

[48] Lizcano, F. (25/07/2012). La Política: deliberación, técnica y movimiento. *Polis revista Latinoamericana*. (32 | 2012) https://journals.openedition.org/polis/6581

[49] . Gobierno de la República Mexicana. Ibídem. *Constitución Política…*

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

en las personas que les representan en los gobiernos.[50] Cabe destacar que el poder de la ciudadanía no se pierde, sólo se delega mediante el voto en favor de quien elige que le represente en el poder, lo cual no significa dar un "cheque en blanco" a quien gobierna, sino que en esta persona se deposita el poder de gobernar. Pero la obligación y responsabilidad de la ciudadanía no comienza y termina con las elecciones, sino que se ejerce en todos los espacios tanto públicos como privados.

La ciudadanía se ejerce de diversas formas, por ejemplo, cuando:

- Se participa en el ámbito "privado o doméstico" y/o en el espacio comunitario inmediato para gestionar la limpieza del drenaje de las calles donde se vive, o se pide audiencia a una autoridad para expresarle alguna demanda o inconformidad ante alguna acción o falta de acción del gobierno;
- Se participa en la "política" siendo candidata o candidato de un partido político o independiente y se postula para un cargo de elección popular;
- Una persona vela porque sus gobernantes respondan a sus intereses, atiendan sus demandas, rindan cuentas y sean transparentes en la forma de hacer gobierno, ejerzan el presupuesto y manejen los recursos públicos de forma adecuada y con apego a la ley, además de que velen por el bienestar común y la difusión y respeto de los derechos humanos, o bien,

Para el IECM ser ciudadana o ciudadano implica un conjunto de valores, actitudes, habilidades y conocimientos que configuran la cultura política democrática. Conlleva la práctica de los valores democráticos, así como la capacidad y disposición para participar en la vida pública, tomar decisiones, organizarse y resolver los conflictos de manera no violenta.

Algunos otros ejemplos del ejercicio de la ciudadanía en distintos ámbitos son:

[50] El artículo 39 de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos en su artículo 39 indica que todo poder público dimana del pueblo y se instituye para beneficio de éste. El pueblo tiene en todo tiempo el inalienable derecho de alterar o modificar la forma de su gobierno. Gobierno de la República Mexicana. Ibídem. *Constitución Política*…

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

En el **ámbito familiar** se practica la ciudadanía cuando se forma y educa a otras personas en el respeto de la dignidad e integridad humana y cuando se forma en valores humanos como: el diálogo, el respeto, la tolerancia, la igualdad y la libertad con responsabilidad) y se practican en la convivencia cotidiana dentro del núcleo familiar.

En la **comunidad** cuando una persona está informada sobre los acontecimientos públicos y los problemas para conjuntamente buscar soluciones que beneficien al colectivo. Esta ciudadanía corresponsable toma acciones que le competen a su vida diaria como mantener las coladeras de las calles limpias y evitar la corrupción, por mencionar algunos aspectos.

Cuando se participa en **procesos electorales** y se informa previamente de las candidaturas y sus propuestas de gobierno. Y cuando se elige a la persona representante para gobernar, se le da seguimiento sobre la forma en la que está gobernando y/o se solicita la revocación de su mandato en caso de que se valore que no funciona bien.

En todos estos casos, la ciudadanía actúa con libertad de opinión, con derecho de voz, voto y capacidad de elección, ejerciendo sus derechos civiles y políticos que la respaldan. Enseguida, se presenta otro aspecto clave que contribuye al ejercicio de la ciudadanía como es la práctica de los valores democráticos.

3.2 La ciudadanía ejercida con valores democráticos

El IECM promueve a la democracia como una forma de vida que se sustenta en **valores democráticos** que ayudan a que la convivencia sea armónica, pacífica y salvaguarde la dignidad. En la democracia todas y todos puedan ejercer sus derechos humanos de forma responsable sin atropellar los derechos de las personas.

Como ya se mencionó, los valores democráticos son los siguientes:[51]

[51] IEDF. Ibídem. *Culturas familiares*… p. 34.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Diálogo.- Es el intercambio de opiniones y sentimientos de manera tranquila, respetuosa y pacífica para convivir y entenderse mutuamente.

Igualdad.- Implica reconocer y respetar el valor de las personas por ser seres humanos, reconociendo sus derechos humanos y dignidad sin hacer distinciones ni discriminar.

Legalidad.- Es actuar conforme a las reglas y normas establecidas y en el marco de la ley, evitando así dañar a terceros y respetando sus derechos humanos y dignidad.

Libertad.- Es la posibilidad de pensar, elegir, decidir y actuar sin presiones externas, siendo responsable de asumir las consecuencias y/o resultados para la misma persona y para las demás personas.

Participación.- Es la acción de tomar parte de algo, junto con más personas, para alcanzar un objetivo común.

Pluralidad.- Es el reconocimiento e inclusión de las distintas formas de pensar, ser y actuar, lo que implica la tolerancia y el respeto y permite que las personas convivan mejor.

Respeto.- Es la manera de tratar a las personas y parte del reconocimiento de que todas tienen los mismos derechos y dignidad por ser seres humanos.

Responsabilidad.- Prever y asumir las consecuencias de los propios actos, para los demás y para el entorno. Cuando alguien es responsable se compromete con su decisión y comunidad.

Tolerancia.- Es cuando se tiene la disposición de respetar a quienes tienen formas de pensar, ser y actuar distintas a la propia, lo que puede resultar confrontante, incómodo y/o enriquecer la propia forma de ser y pensar.

Algo importante de destacar es que cuando se habla de ciudadanía y de valores, se habla de democracia, ya que ésta además de ser una forma de vida, también es un sistema político y se puede ejercer de forma directa o participativa:

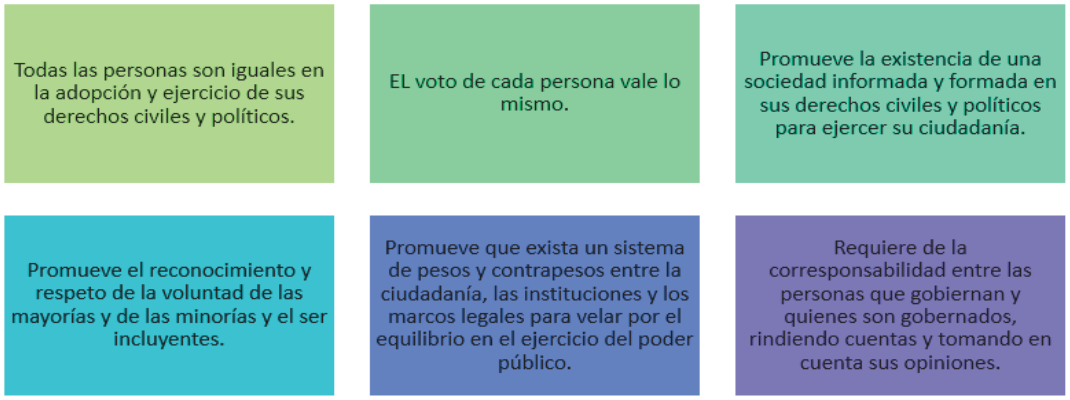
Fuente: IEDF (2007). Democracia, retos y fundamentos. (1ra. edición, diciembre de 2007, ISBN de la Colección: 978-970-786-057-5 e ISBN: 978-970-786-058-2). Recuperado de file:///D:/Docs%20Sonia/Docs%20Institucionales/democracia_retos_fundamentos.pdf

La democracia como sistema político es un sistema de gobierno basado en la democracia representativa, ya que no todas y todos pueden gobernar, por lo que existe la titularidad

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

del poder que deposita la ciudadanía en sus gobernantes. De ahí que en un sistema político democrático deba existir, entre otros aspectos, la corresponsabilidad entre quienes son gobernantes y aquellas personas a quienes les gobiernan además de la permanente la rendición de cuentas. Por otro lado, la democracia puede ser directa y participativa a través de la manifestación y la toma de opiniones y decisiones colectivas sobre la manera en la que se gobierna y se ejerce el poder público y/o través de ejercicios abiertos como las elecciones y/o las consultas donde se eligen representantes políticos o se decide si se acepta que sigan o no en el poder.

Las **cualidades de la democracia** son:



En este contexto, el ejercicio de los derechos civiles y políticos es elemental para que la democracia y la ciudadanía sean posibles ya que ambos contribuyen no sólo a la cultura democrática sino también al **desarrollo humano** de las personas. Enseguida, se aborda en qué consiste la ciudadanía activa.

3.3 La importancia de ejercer una ciudadanía activa

La ciudadanía activa se define en términos de las acciones y los valores individuales y a las acciones que realiza la ciudadanía y su contribución para que funcione la democracia. Además, se centra en el bien común y no solo en el bien privado, ya que, si las personas no velan por el bien común, entonces gobierna el individualismo.[52] La **ciudadanía activa** se basa en la participación de todas y todos los habitantes de una ciudad o país, y no solo de

[52] INE. Ibídem. *Ciudadanía en México,* p.14.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

quienes son ciudadanas y ciudadanos, lo que implica el auto reconocimiento de cada persona, de su dignidad, del conocimiento, apropiación y ejercicio de sus derechos humanos, entre ellos los civiles y políticos, pero también de su capacidad de tomar decisiones y de representarse a sí misma con voz, derecho a opinar y a ser respetada, más allá del ámbito privado o público en el que se encuentre.

Para distinguir entre la ciudadanía pasiva y la activa e integral, es importante revisar las siguientes características:

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Características de la ciudadanía pasiva y activa:

Fuente: elaboración propia.

Como se puede ver en el diagrama, existen diferencias entre lo que es ejercer una ciudadanía pasiva y una activa e integral en un ámbito democrático. Ahora bien, para que una ciudadanía activa sea posible, no es suficiente hablar de derechos humanos y de valores democráticos, se requiere visibilizar y transformar en algunos otros factores estructurales (económicos, sociales, culturales, educativos y políticos, etcétera), para que en la medida que se atiendan, se fortalezcan y cambien paulatinamente, para y de la mano de las mujeres así como de la sociedad -entre quienes se encuentran los hombres, los colectivos, las organizaciones y las instituciones tanto privadas como públicas, entre otros, además de otros sectores y grupos de la población que históricamente han sido discriminados, marginados, violentados y despojados- para que sean realmente ciudadanas en igualdad de condiciones, con acceso y goce de oportunidades y de sus derechos humanos, y reciban un trato digno y respetuoso con base en sus derechos.

A continuación, se abordan algunos de los factores –ya que existen otros más- que son pieza clave para que las mujeres asuman y ejerzan la ciudadanía activa e integral en la democracia.

3.4 Algunos factores clave para que las mujeres asuman y ejerzan la ciudadanía activa

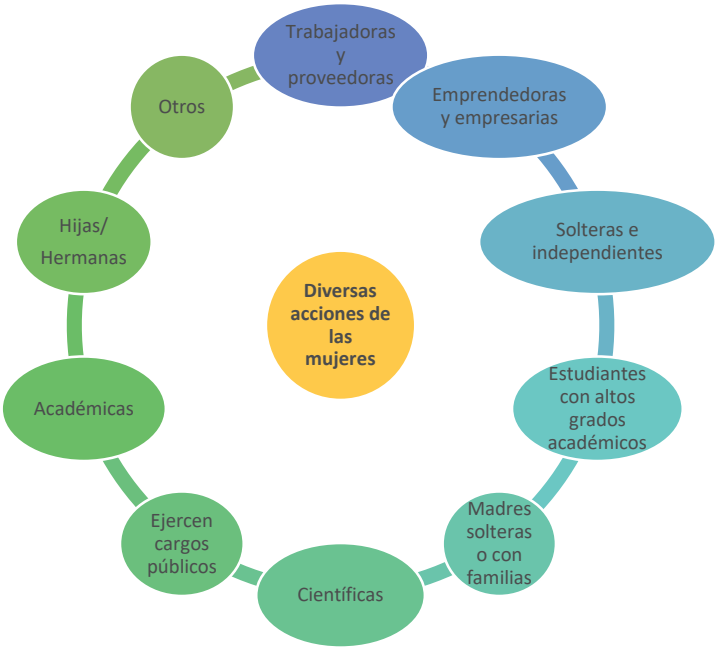
A pesar de que ya se expuso un breve recuento de los derechos humanos, su evolución, cuáles son los derechos civiles y políticos y aquellos que protegen concretamente a las mujeres, así como los ámbitos en los que se pueden y deben ejercer estos derechos, esto no es suficiente para que las mujeres ejerzan una ciudadanía activa. Como ya se mencionó para lograr tal propósito, se requiere forzosamente de visibilizar, incidir y transformar estructuralmente en diversos factores sociales, culturales, económicos, educativos, laborales, políticos y en la salud, por mencionar algunos. Enseguida, se presentan algunos de estos factores como son valorar las diversas acciones y responsabilidades que desempeñan y han asumido paulatinamente las mujeres, la importancia del auto reconocimiento como personas sujetas de derechos y la autoestima y la autonomía ya que todos ellos, en conjunto y entre otros, contribuyen a que las mujeres fortalezcan y ejerzan

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

la ciudadanía activa.

3.4.1 Reconocimiento de las diversas acciones que realizan las mujeres en la sociedad

Las mujeres en la actualidad llevan a cabo diversas acciones y han asumido responsabilidades en los diferentes espacios tanto públicos como privados en los que han incursionado como son:



Fuente: elaboración propia.

Sin embargo, en estas actividades y responsabilidades, aún prevalecen desigualdades, desventajas, inequidades y afectaciones y es importante tener presentes los claro-oscuros ya que esto permite dimensionar de forma más realista, las ventajas y desventajas y los efectos positivos y negativos que generan todo esto en sus condiciones de vida. Prueba de ello es la violencia política contra las mujeres en razón de género[53] la cual se presenta, como

[53] Por violencia política contra las mujeres en razón de género se entiende toda acción u omisión, incluida la tolerancia, basada en elementos de género y ejercida dentro de la esfera pública o privada, que tenga por objeto o resultado limitar, anular o menoscabar el ejercicio efectivo de los derechos políticos y electorales de una o varias mujeres, el acceso al pleno ejercicio de las atribuciones inherentes a su cargo, labor o actividad, el libre desarrollo de la función pública, la toma de decisiones, la libertad de organización, así como el acceso y ejercicio a las prerrogativas, tratándose de precandidaturas, candidaturas, funciones o cargos públicos del mismo tipo. (Artículo 20Bis).

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

por ejemplo, cuando algunos partidos políticos conforman fórmulas con una mujer como candidata y un hombre como suplente, para cargos de diputadas y diputados o senadoras y senadores, pero una vez que ganan, les quitan el cargo a las mujeres titulares para dejárselos al suplente, lo que puede generar brechas de género.[54]

De ahí que se deba difundir y fortalecer el conocimiento, apropiación y ejercicio de los derechos además de atender de raíz otros aspectos estructurales y que realmente se asuman y ejerzan su ciudadanía activa. Enseguida, se aborda otro factor como es el asumirse como personas sujetas de derechos.

3.4.2 Importancia del auto reconocimiento como personas sujetas de derechos

Una persona que se auto reconoce como sujeta de derechos significa que los posee, se apropia y los ejerce, pero también se hace cargo de las obligaciones y responsabilidades que implican dicho ejercicio. Conlleva también un proceso de toma de conciencia individual pero también de adquirir herramientas, conocimientos y de generar impactos y cambios que incidan también en los entornos y condiciones en los cuales la persona vive y se desarrolla, ya que, si dichos entornos y condiciones son adversos, existe inseguridad, violencia, pobreza y discriminación, etcétera, será más complejo y difícil, aunque no imposible.

Aunque también cabe destacar que más allá de que una persona se auto reconozca o no como sujeta de derechos, éstos no los pierde ya que los posee por el hecho de ser persona, de ahí la importancia de que todas y todos los conozcan, los adopten y los ejerzan en igualdad de condiciones que los demás. Por ejemplo, no es lo mismo el proceso que le lleva

Congreso de la Unión. (13 abril 2020 última reforma) *Ley general de acceso de las mujeres a una vida libre de violencia*. p. 8. Recuperado de https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/documentos/2019-04/Ley_GAMVLV.pdf

[54] Brecha de género se refiere a la distancia que existe y persiste entre mujeres y hombres para el acceso, participación, asignación, uso, control y calidad de recursos, servicios, oportunidades y beneficios que contribuyen al desarrollo de las personas en todos los ámbitos de la vida como es el social, económico, educativo, político, cultural, de salud y/o tecnológico. Gobierno de Estado de Durango y otras instituciones. *Diagnóstico de brechas de desigualdad de género del sector social del Estado de Durango*, p. 18. Recuperado de http://cedoc.inmujeres.gob.mx/ftpg/Durango/dgometa3.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

a una mujer al auto reconocerse como sujeta de derechos que vive en una ciudad, que ha tenido la oportunidad de ir a la escuela, que trabaja, que es económicamente independiente y que va logrando atender sus necesidades e intereses, a una mujer indígena de la misma edad pero que vive en una zona rural, a la que no le fue posible ir a la escuela, carece de servicios básicos en el lugar donde vive y a quien es posible que hasta la vendan para que sus padres cobren con dinero o animales; es decir que los contextos y condiciones de vida de una y otra mujer no son iguales y los factores educativos, sociales, económicos, familiares, culturales y psicológicos estructurales, jugarán a favor o en contra para auto reconocerse como sujeta de derechos.

Preguntas detonadoras para la reflexión grupal

¿Me reconozco como mujer u hombre, sujeta o sujeto de derechos humanos? ¿de cuáles derechos? ¿cuáles conozco o me gustaría conocer un poco más? ¿para qué me sirve ser persona sujeta de derechos? ¿qué puedo hacer si es que no me siento como tal?

Otros factores clave son la autoestima y la autonomía, enseguida se presentan.

3.4.3 La autoestima y la autonomía para ejercer ciudadanía activa

La autoestima es la apreciación del Yo. Es el amor o desamor a sí misma o mismo, la confianza y el respeto que tiene una persona. Está conformada por las intuiciones, las dudas, las creencias, los conocimientos e interpretaciones que se elaboran a partir de las experiencias y de las cosas que suceden.[55] También se ve determinada por la forma en la que se ve y perciben las cosas, de modo que es como un filtro a través del cual, se interpretan las situaciones que se viven.

La autoestima incluye el autoconocimiento, el auto concepto, la autoevaluación, la auto aceptación y el auto respeto. La autoestima de las mujeres se ve predeterminada en parte

[55] Lagarde, Marcela (2001). *Claves feministas para la autoestima de las mujeres*, pp. 28-32. Recuperado de https://diariofemenino.com.ar/documentos/Marcela%20Lagarde%20-%20Claves%20feministas%20para%20la%20autoestima%20de%20las%20mujeres.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

por el género, ya que es parte de la consciencia de que cada mujer tiene recursos propios, ha desarrollado habilidades y capacidades subjetivas y prácticas para vivirlas ya que son parte de ella misma y la constituyen.[56]

La consciencia de la autoestima conduce a que cada mujer visualice y aprecie sus cualidades y habilidades vitales, las potencie y las comparta con otras mujeres. De modo que, si una mujer ha sido educada para el "otro", es decir para criar a sus hijas e hijos, para la pareja, para su hogar, etcétera, y ha crecido en condiciones de vida de desigualdad, en situación de pobreza, con escasas oportunidades educativas, económicas y profesionales, y carece de un proyecto propio de vida, entonces muy posiblemente su autoestima esté afectada porque ha sido atravesada por todos estos aspectos. [57]

La autoestima puede estar en un nivel alto, medio o bajo. Enseguida, se pueden ver las características de dos niveles, de la autoestima baja y alta:

Las personas con autoestima BAJA

- Piensan que no valen nada o que valen muy poco;
- Que pueden ser engañadas o menospreciadas y son inseguras;
- Son apáticas, indiferentes y desconfiadas, y tienen actitudes de ansiedad, miedo, agresividad y/o rencor;
- Se les dificulta poner límites en los distintos ámbitos de la vida: pareja, familia, escuela, trabajo, etcétera;
- Se auto sabotean y/o postergan las acciones que les podrían favorecer para fortalecer su autoestima;

Las personas con autoestima ALTA

- Se perciben como alguien importante, confían en su propias habilidades y competencias y toman decisiones propias;
- Identifican sus propias limitaciones y debilidades y al mismo tiempo tienen un sentimiento de orgullo por sus propias habilidades y capacidades;
- Ponen límites en los distintos ámbitos de la vida: pareja, familia, escuela, trabajo, etcétera;
- Si enfrentan situaciones difíciles, las asumen como retos pues tienen

[56] Lagarde, Marcela. Ibídem. *Claves feministas…,* p.26.
[57] Lagarde, Marcela. Ibídem. *Claves feministas…,* p.185.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

- Se reafirman constantemente que no valen, que algo no les sale y/o se hablan a sí mismas con palabras hirientes;
- Buscan relacionarse con personas que debilitan y fortalecen su baja autoestima a través de la violencia, el maltrato, etcétera y

consciencia de sí mismas y valoran quiénes son;

- Procuran relaciones constructivas donde las valoran y detectan aquellas en donde no las valoran, hay violencia y maltrato para entonces evitarlas y

De modo que vale la pena parar un momento, y hacer una revisión sobre cómo está la autoestima en cada quién, y si se detecta que está en cierto nivel, sobre todo en el bajo o medio, tratar de acudir a ayuda profesional, buscar servicios y orientaciones tanto públicos como privados, que puedan ayudar a atender las necesidades, condiciones e intereses personales, siempre acorde a la medida de las posibilidades, para que se pueda trabajar en y fortalecer la autoestima. Precisamente talleres de este tipo pueden ser los detonadores y el punto de inicio de este gran trabajo en favor de sí misma.

Cuando una mujer se auto reconoce a sí misma, se aprecia y se asume como sujeta de derechos, es una mujer que también pone límites en las situaciones y ante las personas que no la respetan o no reconocen su dignidad en cualquier ámbito; sea en su propia casa, con su pareja, en la escuela, en el trabajo, en los espacios públicos y en cualquier espacio donde conviva, ya que **ser sujeta de derechos implica serlo en todos los ámbitos de la vida** y muy posiblemente esto contribuya al auto reconocimiento también como una ciudadana plena, con derechos y con capacidad de tomar decisiones tanto en lo público como en lo privado.

Ahora bien, aunado a una autoestima fortalecida y en un buen nivel personal, también está la autonomía. La autonomía significa la capacidad de las personas para tomar decisiones libres e informadas sobre sus vidas y poder ser y hacer en función de sus propias aspiraciones y deseos en el contexto histórico que las hace posibles" (CEPAL, 2011).[58] Es un

[58] Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). (2 septiembre 2020). *Autonomía* Observatorio de Igualdad de Género de América Latina y El Caribe. EEUU. https://oig.cepal.org/es/autonomias

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

factor fundamental para garantizar el ejercicio de sus derechos humanos en un contexto de plena igualdad y una condición para la superación de las injusticias de género.

El logro de la autonomía implica visibilizar los límites y restricciones que se han impuesto a las mujeres mediante los roles de género, estereotipos y responsabilidades como, por ejemplo, limitarlas sólo a la reproducción, al cuidado y atención de las hijas e hijos y del hogar y a ser seres que dedican su vida a las demás personas. La autonomía entonces implica que las mujeres logren su independencia de forma integral -lo cual pasa por distintas esferas de su vida tanto privada como pública y abarca lo psicológico, emocional, lo físico, lo económico, la política y lo sexual y reproductivo, entre otras- y conlleva forzosamente a la creación y acceso a condiciones y contextos estructurales favorables como es en lo familiar, lo educativo, lo económico, cultural, social, político y en la salud, por mencionar algunas. Porque solo así, con condiciones favorables y que propicien que las mujeres estén en posibilidades de atender sus intereses y necesidades, podrán lograr su desarrollo personal y humano como ellas lo deseen.

Por tanto, no se puede pensar en la autonomía de las mujeres si se les limita y condiciona, desde su nacimiento, a no ir a la escuela, a dedicarse a atender la casa y a sus hermanas y hermanos, padres o madres, o se les manda a trabajar desde pequeñas para poder sobrevivir, ya que todo esto también afecta la forma en la que ella se asuman o no como ciudadanas y la ejerzan de forma pasiva o activa e integral.

Para lograr la autonomía integral, se deben considerar los siguientes tipos de autonomías[59] en las cuales se debe trabajar y fortalecer tanto de manera individual como mujeres, pero también como sociedad:

Autonomía física	**Autonomía económica**	**Autonomía en la toma de decisiones**
Implica el derecho al disfrute y goce de los	Es la capacidad de generar ingresos propios, el derecho	Se refiere a la presencia de las mujeres en los distintos

[59] Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). Ibídem. *Autonomía...*

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

cuerpos de cada persona y a la construcción y definición de su apariencia física y personalidad de manera responsable.

La autonomía física se expresa también en dos dimensiones: en el respeto a los derechos sexuales y reproductivos y a una vida libre de violencia de género.

a la propiedad de bienes y a generar y disfrutar de los propios recursos mediante el acceso al trabajo remunerado y en igualdad de condiciones que los hombres. Considera el uso del tiempo y la contribución que hace cada quién a la economía familiar, personal y de la sociedad en general.

niveles y ámbitos de actuación de los poderes del Estado (Ejecutivo, legislativo y judicial) y a las medidas orientadas a promover su participación plena para que su presencia, voces, decisiones y opiniones sean tomadas en cuenta, escuchadas y atendidas, en igualdad de condiciones, así como en los distintos ámbitos de la vida pública y privada.

De modo que, si una mujer tiene afectadas y vulneradas tanto su autoestima como su autonomía, también tendrá vulnerado el ejercicio de su ciudadanía activa y difícilmente, se podrá asumir como sujeta de derechos y menos aún, podrá empoderarse, ya que este es un resultado de todos los aspectos antes mencionados. El empoderamiento es entendido como el proceso por medio del cual las mujeres transitan de cualquier situación de opresión, desigualdad, discriminación, explotación o exclusión a un estadio de conciencia, autodeterminación y autonomía, y se manifiesta en el ejercicio del poder democrático y del pleno goce de sus derechos y libertades.[60]

Preguntas detonadoras para la reflexión grupal

¿Cómo identifico que he sido educada, como un ser para mí o para los demás? ¿cómo me auto reconozco? ¿me siento merecedora de algo bueno?, y ¿cómo anda mi autoestima y

[60] Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión. (Última reforma publicada DOF 17-12-2015). *Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia.* Disponible en https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/209278/Ley_General_de_Acceso_de_las_Mujeres_a_una_Vida_Libre_de_Violencia.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

qué tanto me considero una mujer autónoma?

Para contribuir a generar procesos de empoderamiento, concretamente de las mujeres, y que ejerzan una ciudadanía activa se pueden considerar los siguientes aspectos:

- Crear espacios donde las mujeres puedan hablar, conocerse e interactuar entre ellas;
- Crear mecanismos de manifestación, consulta y diálogo para identificar sus demandas, sus necesidades e intereses;
- Reconocer el trabajo y logros de otras mujeres;
- Reconocimiento corresponsable de las actividades a realizar entre mujeres y hombres en cualquier espacio sea familiar, en el hogar, como pareja, etcétera;
- Buscar semejanzas para unirse como mujeres en colectivo;
- Tener sentido de seguridad y visión de futuro;
- Crear espacios de sensibilización y formación sobre las condiciones de vida de las mujeres y hombres, incorporando los enfoques de género, derechos humanos, inclusión y medioambiental, donde se visibilicen las desigualdades, ventajas y desventajas y las formas de ejercer el poder, que algunas veces se manifiestan con la violencia y la discriminación, entre otros aspectos, a fin de reflexionar y generar empatía responsable entre géneros;
- Visibilizar las capacidades en las personas para la toma decisiones y el desempeño de diversos roles en la vida pública;
- Participar en grupos no familiares y grupos de solidaridad para contribuir a crear sororidad, es decir, mayor empatía, confianza y apoyo mutuo entre mujeres sobre todo en contextos adversos de desigualdad, violencia y discriminación y redes de apoyo, y
- Visibilizar el trabajo realizado tanto en la esfera pública como en la privada, incorporando las perspectivas de género, derechos humanos e inclusión.

Aunque existen otros muchos aspectos a trabajar y fortalecer, estos son tan solo algunos

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

de ellos que pueden contribuir a impulsar procesos de empoderamiento y de transformación sobre todo desde los espacios inmediatos, para ir modificando patrones de conducta, roles y estereotipos e ir apuntalando ciudadanías activas en y para la democracia. A continuación, se presentan algunos ejemplos de mujeres ejerciendo la ciudadanía activa tanto en el mundo como en México.

3.5 Mujeres destacadas ejerciendo la ciudadanía activa[61]

Mujeres en el mundo	
Lideresa política	**Michell Bachelet**.- **Mujer Chilena**, médico y política. Es la actual Alta Comisionada de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos. Fue elegida Presidenta de Chile en dos ocasiones (2006-2010 y 2014-2018) y la primera mujer en ocupar la presidencia de Chile. Sirvió como Ministra de Salud (2000-2002) y fue la primera mujer de Chile y de América Latina en encabezar un ministerio de defensa (2002-2004). Durante sus mandatos presidenciales promovió los derechos de todos, pero en particular los de los más vulnerables; hizo reformas educativa y tributaria y creó el Instituto Nacional de Derechos Humanos y el Museo de la Memoria y los Derechos Humanos; estableció el Ministerio de la Mujer y la Equidad de Género, implantó cuotas para aumentar la participación política de las mujeres y promovió la aprobación de la Ley de Unión Civil, que otorga derechos a las parejas del mismo sexo y, por consiguiente, promueve los derechos de las personas LGBTTTI.

[61] Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas. (12 de octubre 2020). https://www.ohchr.org/sp/aboutus/pages/highcommissioner.
ONU Mujeres. (15 de junio 2015). *Construye la paz, trae esperanza*. https://beijing20.unwomen.org/es/news-and-events/stories/2015/6/woa-sudan-zahra-abdelnaieem
ONU Mujeres. (20 de febrero 2020). *Mujeres destacadas*. https://beijing20.unwomen.org/es/voices-and-profiles/women-of-achievement
Gobierno de México. (20 de octubre 2020). https://www.gob.mx/cultura/es/articulos/elvia-carrillo-puerto-la-sufragista-incansable?idiom=es
Pérez, Natalia. (9 de marzo 2015). La lucha de las mujeres defensoras en un México de violencia e impunidad. *Animal Político*. Recuperado de https://www.animalpolitico.com/verdad-justicia-y-reparacion/la-lucha-de-las-mujeres-defensoras-en-un-mexico-de-violencia-e-impunidad/
AFP. (10 octubre 2014). La historia de Malala Yousafzai, la chica que quería estudiar y desafió a los talibanes. *La Nación.* Recuperado de https://www.lanacion.com.ar/sociedad/la-historia-de-malala-yousafzai-la-chica-que-queria-estudiar-y-desafio-a-los-talibanes-nid1734520/

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Lideresa ambientalista

Priscilla Achapka.- Mujer nigeriana. Ambientalista. Directora Ejecutiva del Programa Ambiental de la Mujer (WEP). Ha ocupado numerosos puestos a nivel nacional e internacional y ha sido miembro de diferentes organismos de desarrollo en todo el mundo. Es co-facilitadora del Grupo Principal de Mujeres (WMG), del Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente (PNUMA), y Coordinadora Nacional para el Consejo Colaborativo de Abastecimiento de Agua y Saneamiento (WSSCC) en Nigeria. Es una mujer comprometida con la protección del medio ambiente en Nigeria y fue seleccionada como "Eco Hero" por *Channels Television*, el líder de noticias de Nigeria y la emisora internacional alemana *Deutsche Welle*.

Lideresa social

Malala Yousafzai.- **Mujer pakistaní**. Activista política. Recibió el Premio Nobel de la Paz en 2014 a los 17 años, convirtiéndose en la persona más joven en obtener este galardón. Pronunció un discurso en las Naciones Unidas vestida con un chal que había pertenecido a Benazir Bhutto, la ex primera ministra paquistaní que fue asesinada en 2007. En el año 2013 publicó su autobiografía con el título: "Yo soy Malala". Ha recibido numerosos premios por su defensa del derecho a la educación. En el año 2013 le entregaron el Simone de Beauvoir y en Madrid el Premio Unicef de España el 22 de mayo. También ganó el XXV Premio Catalunya el 22 de mayo y en el año 2013 fue galardonada con el premio Sájarov a la Libertad de Conciencia que otorgan los presidentes de los grupos políticos del Parlamento Europeo. En el año 2014 recibió el Premio Convivencia Manuel Broseta, en donde reivindicó "el poder de la palabra" para luchar contra el terrorismo y defendió el derecho a la educación para aprender no sólo conocimientos de materias sino "igualdad" y "a respetar la cultura y la religión de otros".

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Defensora de diversos derechos	**Bertha Cáceres.- Mujer indígena hondureña.** Defensora ambientalista. Cofundó el Consejo Cívico de Organizaciones Populares e Indígenas de Honduras (COPINH) para luchar por los derechos de los lencas (su etnia indígena) y ganó el Premio Medioambiental Goldman, el máximo reconocimiento mundial para activistas de medio ambiente. Co fundó el COPINH para luchar en defensa del medio ambiente, el rescate de la cultura lenca y para elevar las condiciones de vida de la población de la región. Destacó en su activismo medioambiental, siendo especialmente mediática su actividad en contra de la privatización de los ríos y los proyectos de presas hidroeléctricas de inversionistas internacionales, sobre todo su lucha contra el proyecto de la represa de Agua Zarca en el río Gualcarque en Santa Bárbara. Luchó también contra proyectos mineros y madereros. Fue asesinada después de años de haber recibido amenazas contra su vida.

Mujeres mexicanas

Lideresa política	**Elvia Carrillo Puerto**.- Fue una lideresa feminista, política y sufragista mexicana. Luchadora social cuyo activismo le ganó el mote de “Monja Roja del Mayab”, fue miembro del Partido Socialista del Sureste y diputada en el Congreso de Yucatán en 1923, convirtiéndose en una de las tres primeras mujeres elegidas para formar parte de un cuerpo legislativo en México, en una época en que las mujeres no tenían todavía el derecho al voto, por el cual luchó incansablemente hasta su obtención en 1953. En 1919, durante el gobierno de Venustiano Carranza, Elvia viajó a la ciudad de México y ahí fundó la liga feminista "Rita Cetina Gutiérrez" con el propósito de lograr que se incluyera el debate del voto femenino en las Cámaras legislativas que habían sido electas después de la Constitución de 1917, sin lograrlo.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Defensora de los derechos humanos

Norma Mesino Mesino.-Defensora de los derechos humanos. Co-fundadora en 1994, de la Organización de Campesinos de la Sierra del Sur (OCSS), con el objetivo de alzar la voz para exigir justicia por las personas desaparecidas durante la denominada "Guerra Sucia", pero también para exigir el cumplimiento efectivo de sus derechos económicos, sociales, culturales y ambientales. Ha dirigido el trabajo comunitario de grupos de mujeres campesinas en procesos de empoderamiento y de reconocimiento y exigencia de sus derechos humanos, principalmente de sus derechos sexuales y reproductivos. Ha recibido amenazas de muerte. Norma Mesino y Yésica Sánchez son parte de la campaña *#HazQueSeVean*, que tiene como objetivo dar fuerza y luz a la labor de las y los defensores de derechos humanos en México.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

IV. Desarrollo del taller

Para el desarrollo del taller "Derechos civiles y políticos: conócelos y ejércelos" se presenta enseguida, una propuesta que busca orientar en los contenidos y en el cómo se pueden abordar, pero en ningún caso pretenden ser limitativos ni en fondo ni en forma, sino que más bien, se sugiere que el personal del IECM así como las personas prestadoras de servicio social se sientan en la libertad de adecuarlos y adaptarlos acorde al tipo de público participante en los talleres así como a las condiciones de tiempo, espacio y recursos disponibles en los territorios donde se trabaja. Además, es importante que se tomen en cuenta los contenidos abordados en el Marco general ya que pueden complementar y dar sustento al proceso de información, sensibilización y formación de las y los participantes.

Por otro lado, este taller cuenta con un juego didáctico llamado "Con mis derechos sí soy" (material adjunto), el cual se puede jugar en el marco de dicho taller, acorde a la disponibilidad de tiempo y otras condiciones favorables, pero también se puede hacer uso de éste en otros espacios de difusión y formación conforme se valore conveniente.

Así también, se adjunta el "Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos" (Anexo 1) además de un "Directorio de instituciones públicas y privadas que prestan algunos servicios a mujeres y hombres en la Ciudad de México" (Anexo 2) para su consulta.

4.1 Propósitos del taller

Objetivo general

Promover en las personas participantes el conocimiento, reconocimiento y la importancia del ejercicio de los derechos humanos, concretamente de los civiles y políticos, en cualquier ámbito de la vida

Objetivos específicos

- Dar a conocer en qué consiste el trabajo del IECM y específicamente el de educación cívica.
- Conocer y/o reconocer los derechos humanos y específicamente los derechos civiles y políticos.

como es en la pareja, familia, escuela, trabajo y/o comunidad, entre otros, para fortalecer la ciudadanía activa e integral sobre todo de las mujeres.

- Realizar un breve recuento del proceso histórico de los derechos humanos humanos vinculados a las mujeres.
- Sensibilizar en torno a la importancia de su ejercicio en cualquier ámbito de la vida (personal, familiar, pareja, escuela, trabajo, comunidad, etcétera) y
- Destacar la importancia de ejercer una ciudadanía activa y presentar algunos de los factores que contribuyen a lograrlo, así como ejemplos de mujeres ejerciendo la ciudadanía activa.

4.2 Temas a desarrollar

I. Importancia de conocer y ejercer los derechos humanos

1.1 La importancia de los derechos humanos

1.2 Los derechos civiles y políticos en la democracia

1.3 ¿En dónde se pueden ejercer los derechos humanos?

1.4 Contribución de los derechos civiles y políticos para ejercer la ciudadanía

1.5 ¿Qué es ser ciudadana o ciudadano?

1.6 ¿Qué es la ciudadanía activa vs la ciudadanía pasiva?

II. Las mujeres como ciudadanas activas

2.1 Algunos factores clave para ser ciudadanas activas

a) Diversas acciones de las mujeres en la sociedad

b) Auto reconocimiento como personas sujetas de derechos

c) La autoestima y la autonomía

2.2 Algunos ejemplos de mujeres ciudadanas en el mundo y en México

Duración: 2 horas.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

4.3 Secuencia didáctica del taller

Tema	Objetivo	Dinámica	Actividad	Tiempo	Material
Presentación institucional del IECM	Dar a conocer brevemente en qué consiste el trabajo del IECM, específicamente en educación cívica.	Exposición	Exposición en plenaria	5 min	Rotafolio y/o computadora con cañón para proyectar en pared.
Propósito del taller.	Que las personas participantes conozcan el papel del IECM y el propósito del Taller "Derechos civiles y políticos: conócelos y ejércelos".	Exposición	Exposición en plenaria	5 min	Rotafolio y/o computadora con cañón para proyectar en pared
Apertura.	"Rompimiento de hielo" e identificación de las personas participantes.	Grupal	*Lanchitas*	10 min	
Presentación tema I. **I. Importancia de conocer y ejercer los derechos humanos** 1.1 La importancia de los derechos humanos 1.2 Los derechos civiles y políticos en la democracia 1.3 ¿En dónde se pueden ejercer los derechos humanos? 1.4 Contribución de los derechos civiles y políticos para ejercer la ciudadanía	Conocimiento y/o reconocimiento de los derechos humanos, concretamente de los civiles y políticos, y de ejercer una ciudadanía activa.	La que se valore más conveniente	La que se valore más conveniente	30 min	El que se requiera conforme la actividad elegida. Importante dejar visibles los derechos civiles y políticos durante los ejercicios posteriores a realizar.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

1.5 ¿Qué es ser ciudadana o ciudadano? 1.6 ¿Qué es la ciudadanía activa vs la ciudadanía pasiva?					
Aplicación de lo aprendido.	Que las personas participantes reconozcan sus derechos humanos y diferencien los que sí o no ejercen y por qué y en qué espacios de su vida lo hacen; socializarlo en equipos.	Por equipos	"Mi silueta"	25 min	Papel kraft y/o rotafolio y plumones de varios colores
II. Las mujeres como ciudadanas activas 2.1 Algunos factores clave para ser ciudadanas activas a) Diversas acciones de las mujeres en la sociedad b) Auto reconocimiento como personas sujetas de derechos c) La autoestima y la autonomía 2.2 Algunos ejemplos de mujeres ciudadanas en el mundo y en México	Visibilizar y sensibilizar en algunos de los factores clave para que las mujeres se asuman y ejerzan una ciudadanía activa y mostrar ejemplos de mujeres ejerciéndola.	La que se valore más conveniente	La que se valore más conveniente	25 min	El que se requiera conforme la dinámica elegida.
Reflexión final.	Que las personas participantes socialicen qué aprendieron en el taller, el valor de uso de lo aprendido y los espacios en los que	Plenaria	Plenaria	15 min	

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

	consideran pueden aplicarlo.				
Aplicación de encuesta de satisfacción y en su caso de encuesta de calidad.		Aplicación individual	Aplicación individual	5 min	Aplicación individual
			Total	120 min (2 horas)	

4.4 Descripción de las técnicas utilizadas en el taller

Nombre de la actividad	Descripción
LANCHITAS	**Propósito**.- Generar integración entre las personas participantes del taller y "romper el hielo", buscando que se relajen mediante el juego, para comenzar el taller. También al final del juego socializar cómo se sienten las personas al alcanzar o no lugar en las lanchas y las actitudes de inclusión/exclusión que se toman para "salvarse" cada quien. Esto puede ser un símil de cómo integramos o no a las mujeres en la sociedad. **Descripción**.- Es una técnica de integración en la cual las personas participantes se agrupan conforme el número que la promotora y(o el promotor indica para "abordar las lanchitas", las cuales nunca deben exceder de dicho número por lancha, por lo que se quedan personas fuera dependiendo del total de participantes en el juego. Por ejemplo, si en total son 19 personas y se indica formar lanchitas de 5 personas, quedarán 3 lanchas conformadas y 4 tripulantes no alcanzarán lancha. **Indicaciones.-** a) Solicitar a las personas participantes en el taller que se pongan de pie en el centro del salón y contarán la siguiente historia: *Estamos navegando en un enorme buque, de pronto una tormenta hunde el barco. Para salvarse, hay que subirse en las lanchas salvavidas. Pero en cada lancha sólo pueden entrar [dice un número] personas*. b) Las personas participantes se agrupan conforme el número indicado de integrantes por lancha.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

	c) Esta acción es repetida varias veces indicando distintos números, solicitando a las personas participantes que de preferencia siempre cambien de lancha y no continúen con las mismas personas con las que ya formaron alguna. Las instrucciones deben darse rápidamente para hacer la técnica ágil y sorpresiva. Incluso se puede destacar qué lancha es la primera o la última en quedar conformada. **Reflexión final.-** Al final del ejercicio, las personas participantes comentan en plenaria cómo se sintieron al alcanzar lugar o no en las lanchas y observan conjuntamente las actitudes que se toman cuando cada quién quiere "salvarse". Preguntas detonadoras ¿Cómo me sentí cuando alcanzaba o no lanchita? ¿Cómo me sentí cuando dejaba fuera a otras personas o yo me quedaba fuera? ¿Cómo se siente la autoestima cuando estás dentro de la lancha o fuera de la lancha? ¿En qué situaciones de la vida me he sentido incluida o excluida siendo mujer o bien, incluido o excluido siendo hombre?
LA SILUETA	**Propósito**.- Crear el reflejo propio de cada persona a través de proyectar la propia silueta sobre un pedazo de papel, identificando los derechos humanos que conoce o no, en qué espacios lo ha ejercido o no y por qué y de que le sirve o serviría hacerlo, a fin de contribuir a la formación de su ciudadanía. **Descripción**.- La Silueta es una actividad en la que a cada participante se le da un pliego de papel para que se recueste en el suelo o se recargue en la pared, y alguien más con un plumón, dibuje su silueta. Una vez que se dibuja la silueta, la persona escribe del lado derecho del cuerpo, los derechos humanos que **conoce** y que ha ejercido y del lado izquierdo, los que no conocía y no ha ejercido, además de identificar **por qué** sí o no los ha ejercido y en qué **ámbitos** de su vida lo ha hecho. Una vez que todas y todos terminan su silueta, cada persona la socializa con su respectivo equipo y comparte lo que identificó. **Indicaciones.-** a) Se forman equipos conforme el número total de participantes. b) A cada persona se le entrega un pliego de papel y se dan marcadores de diversos colores por cada equipo. c) Se solicita que entre ellos se ayuden a dibujar sus siluetas, de preferencia dibujando todo el cuerpo. d) Luego cada integrante identifica del lado derecho de su silueta, **los derechos humanos que conoce y que ha**

	ejercido en su vida. Del lado izquierdo, escribe aquellos derechos que no conocía y que no ha ejercido. En ambos casos la persona debe reflexionar **por qué** le ha sido posible ejercerlos o no y en qué **ámbitos de su vida sí lo ha hecho**. e) Cada integrante socializa con su equipo su silueta, comentando los derechos que identificó, por qué sí o no los ha podido ejercer y en qué espacios los ha ejercido. **Reflexión final** Al final en plenaria, las y los participantes socializan cómo se sintieron con este ejercicio. Preguntas detonadoras ¿Cómo me siento al saber que tengo derechos humanos y que puedo ejercerlos en cualquier ámbito de mi vida? ¿Para qué me sirven los derechos humanos? ¿Qué impacto trae a mi vida conocer y ejercer mis derechos humanos?

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Fuentes de consulta

Publicaciones en línea

Brundtland, G. (2018). *Sociedad Brundtland, ¿Dónde está nuestro futuro común?* UnitedExplanations. Recuperado de https://www.unitedexplanations.org/2012/04/02/brundtland-donde-esta-nuestro-futuro-comun/

Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión. . (Última reforma publicada DOF 17-12-2015). *Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia*. Disponible en https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/209278/Ley_General_de_Acceso_de_las_Mujeres_a_una_Vida_Libre_de_Violencia.pdf

Comisión de los Derechos Humanos del Estado de Coahuila (CDHEC). (20 de febrero 2020). *Clasificación de los Derechos Humanos.* CDHEC. Recuperado de http://cdhec.org.mx/clasificacion-de-los-derechos-humanos/

Comisión Española de Ayuda al Refugiado. (2019). *Situación de la mujer*. Recuperado de https://www.cear.es/wp-content/uploads/2019/05/Situaci%C3%B3n-de-la-mujer-en-M%C3%A9xico-2019.pdf

Consejo Nacional para la Prevención de la Discriminación (CONAPRED). (2016). Glosario de la diversidad sexual, de género y características sexuales. CONAPRED. Recuperado de http://sindis.conapred.org.mx/investigaciones/glosario-de-la-diversidad-sexual-de-genero-y-caracteristicas-sexuales/

Fondo Monetario Internacional. (2019). *Las mujeres y el crecimiento económico*. (Publicación trimestral Volumen 56 | Número 1. Finanzas y Desarrollo). Recuperado de https://www.imf.org/external/pubs/ft/fandd/spa/2019/03/pdf/fd0319s.pdf

Fuentes, C. y Covarrubias, M. (2016). *Culturas familiares: hacia la construcción de familias democráticas. Guía para la implementación del taller*. Instituto Electoral del Distrito Federal (IEDF). Recuperado de http://portal.iedf.org.mx/biblioteca/familia/culturas%20familiares_biblioteca%20e.pdf

- *Estrategia Integral de Educación Cívica para la Ciudad de México 2017-2023*. (EI1723). Recuperado de http://www.iedf.org.mx/www/sites/CapitalCivica/EI1723.pdf

- (2007). *Democracia, retos y fundamentos*. (1ra. edición, diciembre de 2007, ISBN de la Colección: 978-970-786-057-5 e ISBN: 978-970-786-058-2). Recuperado de file:///D:/Docs%20Sonia/Docs%20Institucionales/democracia_retos_fundamentos.

pdf

Gobierno de Estado de Durango y otras instituciones. *Diagnóstico de brechas de desigualdad de género del sector social del Estado de Durango*, p. 18. Recuperado de http://cedoc.inmujeres.gob.mx/ftpg/Durango/dgometa3.pdf

Huhle, Rainer. La violación de los derechos humanos ¿privilegio de los estados? Recuperado de http://www.derechos.org/koaga/iv/1/huhle.html

Instituto Nacional Electoral (INE) (2014). *Ciudadanía en México ¿Ciudadanía activa?* Recuperado de https://portalanterior.ine.mx/archivos2/s/DECEYEC/EducacionCivica/Ciudadania-Activa.pdf

Instituto Nacional Electoral. (2 de septiembre 2020). *Paridad de género y Derechos políticos*. México. INE. https://www.ine.mx/paridad-de-genero-derechos-politicos/

Instituto Veracruzano de las Mujeres y Gobierno Federal. (2009). Cuadernillo. "Participación comunitaria de las mujeres: El papel de los agentes y agentas municipales con perspectiva de género". p. 10. Recuperado de http://www.ivermujeres.gob.mx/wp-content/uploads/sites/16/2015/10/30-Participaci%C3%B3n-Comunitaria-de-las-Mujeres-El-Papel-de-los-Agentes-y-Agentas-Municipales-con-Perspectiva-de-G%C3%A9nero.pdf

Ministerio de Salud de Argentina. (20 de febrero2020). *La dignidad humana.* Diccionario Enciclopédico de la Legislación Sanitaria Argentina. Recuperado de http://www.salud.gob.ar/dels/entradas/la-dignidad-humana

Lagarde, Marcela (2001). *Claves feministas para la autoestima de las mujeres*, Recuperado de https://diariofemenino.com.ar/documentos/Marcela%20Lagarde%20-%20Claves%20feministas%20para%20la%20autoestima%20de%20las%20mujeres.pdf (p.26)

- (1996). *El género y la perspectiva* en Lectura 3. Lagarde, Marcela, "El género", fragmento literal: 'La perspectiva de género', en Género y feminismo. Desarrollo humano y democracia, España, Horas y HORAS pp. 13-38. Recuperado de https://catedraunescodh.unam.mx/catedra/CONACYT/08_EducDHyMediacionEscolar/Contenidos/Biblioteca/Lecturas-Complementarias/Lagarde_Genero.pdf

Organización Panamericana de la Salud (OPS) y Organización Mundial de la Salud (OMS). (2019). *Masculinidades y salud en las Américas*. Recuperado de https://www.paho.org/es/publicaciones/masculinidades-salud-region-americas.

ONU Mujeres. *Profundicemos en términos de género. Guía de terminología y uso del*

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

lenguaje no sexista para periodistas y comunicadoras y comunicadores, p. 43. Recuperado de file:///C:/Users/Usuario/Desktop/Enviados%20Comision/consulta/Leidos/Guia-lenguaje-no-sexista_onumujeres.pdf.

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) y Secretaría de Agricultura, Ganadería, Desarrollo Rural, Pesca y Alimentación (SAGARPA). *Metodología PESA México: manual para agentes de desarrollo rural.* Recuperado de http://www.fao.org/3/a-i5507s.pdf

Poder Constituyente de la Ciudad de México. (2017). *Constitución Política de la Ciudad de México*. Recuperado de http://www.infodf.org.mx/documentospdf/constitucion_cdmx/Constitucion_%20Politica_CDMX.pdf

Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD). (2019). *El enfoque de la agenda 2030 en planes y programas públicos en México.* Recuperado de https://www.undp.org/content/dam/mexico/docs/Publicaciones/PublicacionesGobernabilidadDemocratica/190305Gu%C3%ADaPlanear.pdf

Ramos, C. *La participación política de la mujer en México: del fusil al voto. 1915-1955*. Recuperado de file:///C:/Users/sonia.romero/Downloads/Dialnet-LaParticipacionPoliticaDeLaMujerEnMexico-2937593.pdf

Rico, O. (2007). *Educación cívica y personalidad democrática. Educar para la convivencia con vivencia. Manual para educadores*. Instituto Electoral del Distrito Federal (IEDF). Recuperado de http://portal.iedf.org.mx/biblioteca/docentes/02_ECPD_Manual%20educadores_2007.pdf

Secretaria de Gobernación (SEGOB). (14 de abril 2020). *DECRETO por el que se reforman y adicionan diversas disposiciones de la Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia, de la Ley General de Instituciones y Procedimientos Electorales, de la Ley General del Sistema de Medios de Impugnación en Materia Electoral, de la Ley General de Partidos Políticos, de la Ley General en Materia de Delitos Electorales, de la Ley Orgánica de la Fiscalía General de la República, de la Ley Orgánica del Poder Judicial de la Federación y de la Ley General de Responsabilidades Administrativas*. Diario Oficial de la Federación. SEGOB. Recuperado de https://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5591565&fecha=13/04/2020

Senado de la República. *La reforma constitucional sobre derechos humanos. Una guía conceptual*. Instituto Belisario Domínguez, p. 15. Recuperado de https://www.corteidh.or.cr/tablas/r33063.pdf

Suprema Corte de Justicia de la Nación. (2016). *Dignidad humana, derecho a la vida y*

derecho a la integridad personal. Serie Derechos Humanos, p.16. Recuperado de http://sistemabibliotecario.scjn.gob.mx/sisbib/CST_2014/000260741/000260741.pdf

Páginas web

Aguilar, Magdalena (1998). Las tres generaciones de los derechos humanos, Derechos Humanos. Órgano informativo de la Comisión de Derechos Humanos del Estado de México (Año 6, núm. 30), p. 93. Recuperado de http://historico.juridicas.unam.mx/publica/librev/rev/derhum/cont/30/pr/pr20.pdf

Asociación Internacional de aprendizaje experiencial. (20 de febrero 2020). Introducción. I. ¿Qué es la experiencia? Facilitando el camino a la maestría profesional. Asociación Internacional de aprendizaje experiencial. Recuperado de https://www.aprendizaje-experiencial.org/intro

CNDH (2015). Concepto de Seguimiento de los DESCA. Recuperado de https://archivos.juridicas.unam.mx/www/bjv/libros/10/4891/4.pdf
(20 de febrero 2020). *Los Derechos humanos*. México. Comisión Nacional de los Derechos Humanos. https://www.cndh.org.mx/derechos-humanos/que-son-los-derechos-humanos

(2014). 30 años de la Declaración sobre el Derecho de los Pueblos a la Paz. Comisión Nacional de los Derechos Humanos. Recuperado de http://appweb.cndh.org.mx/biblioteca/archivos/pdfs/cartilla_30aniv_declaracionDerechosPueblosPaz.pdf

Naciones Unidas México. (20 de febrero 2020). *Agenda 2030*. Recuperado de http://www.onu.org.mx/agenda-2030/

INMUJERES. (2002). *Derechos humanos de las mujeres*. Recuperado de http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/100850.pdf

Naciones Unidas. Oficina del Alto Comisionado. *La Declaración Universal de los Derechos Humanos*. Naciones Unidas. https://www.standup4humanrights.org/es/declaration.html

- Derechos Humanos. (20 febrero 2020). *Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos.* Recuperado de https://www.ohchr.org/sp/professionalinterest/pages/ccpr.aspx

Organización de las Naciones Unidas (ONU) Mujeres. (2016). *Principios para el empoderamiento de las mujeres en las empresas*. Recuperado de https://www2.unwomen.org/-/media/field%20office%20mexico/documentos/publicaciones/2016/publicacionweps.pdf?la=es&vs=1

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

-(20 de febrero 2020). Un poco de historia. ONU Mujeres. https://www.unwomen.org/es/csw/brief-history

(15 de junio 2015). *Construye la paz, trae esperanza*. https://beijing20.unwomen.org/es/news-and-events/stories/2015/6/woa-sudan-zahra-abdelnaieem

-(20 de febrero 2020). *Mujeres destacadas*. https://beijing20.unwomen.org/es/voices-and-profiles/women-of-achievement

-Oficina del Alto Comisionado. Derechos Humanos. (20 febrero 2020). *Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos.* Recuperado de https://www.ohchr.org/sp/professionalinterest/pages/ccpr.aspx

OTC. Aprendizaje experiencial. Certificación de facilitadores experienciales. http://www.aprendizajeexperiencial.com/

Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas. (12 de octubre 2020). https://www.ohchr.org/sp/aboutus/pages/highcommissioner.

ONU Mujeres. (15 de junio 2015). Construye la paz, trae esperanza. https://beijing20.unwomen.org/es/news-and-events/stories/2015/6/woa-sudan-zahra-abdelnaieem

ONU Mujeres. (20 de febrero 2020). Mujeres destacadas. https://beijing20.unwomen.org/es/voices-and-profiles/women-of-achievement

Gobierno de México

Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD). *Informe Nacional de Desarrollo Humano*. Guatemala. PNUD. Recuperado de https://desarrollohumano.org.gt/desarrollo-humano/concepto/

Rankia. (12 de marzo 2021). "*Niveles socioeconómicos en México*". España México. https://www.rankia.mx/blog/mejores-opiniones-mexico/3095882-niveles-socioeconomicos-mexico

Artículos revistas/periódicos

AFP. (10 octubre 2014). La historia de Malala Yousafzai, la chica que quería estudiar y desafió a los talibanes. *La Nación*. Recuperado de https://www.lanacion.com.ar/sociedad/la-historia-de-malala-yousafzai-la-chica-que-queria-estudiar-y-desafio-a-los-talibanes-nid1734520/

Animal Político. (25 de noviembre de 2019). Suman casi 3 mil mujeres asesinadas en México en 2019; solo 726 se investigan como feminicidios. *Animal político*. Recuperado de https://www.animalpolitico.com/2019/11/3-mil-mujeres-asesinadas-mexico-2019-ocnf/

Benet, Raúl (7 marzo 2018). México, cuarto país más mortal del mundo para defensores del

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

ambiente. *Aristegui noticias*. Recuperado de https://aristeguinoticias.com/0703/mexico/mexico-cuarto-pais-mas-mortal-del-mundo-para-defensores-del-ambiente-articulo/

Ibídem Lizcano, Francisco (25/07/2012). La Política: deliberación, técnica y movimiento. *Polis revista Latinoamericana*. (32 | 2012) https://journals.openedition.org/polis/6581

Pérez, Natalia. (9 de marzo 2015). La lucha de las mujeres defensoras en un México de violencia e impunidad. *Animal Político*. Recuperado de https://www.animalpolitico.com/verdad-justicia-y-reparacion/la-lucha-de-las-mujeres-defensoras-en-un-mexico-de-violencia-e-impunidad/

Conde, S. Construcción de ciudadanía desde una pedagogía por competencias. Educación para la Ciudadanía. *Transatlántica de educación. Vol. IV*. Sala de Máquinas. p.80. http://www.iepcjalisco.org.mx/sites/default/files/construcciondeciudadaniadesdeunapedagogia_1.pdf

Suprema Corte de Justicia de la Nación. (2016). *Dignidad humana, derecho a la vida y derecho a la integridad personal. Serie Derechos Humanos*. Recuperado de http://sistemabibliotecario.scjn.gob.mx/sisbib/CST_2014/000260741/000260741.pdf

Universidad de Jaen. (8 del 2010). El aprendizaje experiencial y las nuevas demandas formativas. *Revista de Antropología Experimental* (*nº 10, 2010. especial educación 8: 89-102*). Recuperado de http://revista.ujaen.es/huesped/rae/articulos2010/edu1008pdf.pdf (p.3)

Universidad de Educación a Distancia. (2000). Especificidad de la educación de adultos. Bases psicopedagógicas y señas de identidad. *Educación XX1. (ISSN: 1139-613X*). Recuperado de https://www.redalyc.org/pdf/706/70600304.pdf (p.9, 14-15)

Manuales, leyes y otros

Congreso de la Unión. (13 abril 2020 última reforma) Ley general de acceso de las mujeres a una vida libre de violencia. p. 8. Recuperado de https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/documentos/2019-04/Ley_GAMVLV.pdf

Gobierno de la Ciudad de México. (2019). *Ley de participación ciudadana de la Ciudad de México*. Recuperado de http://www.contraloria.cdmx.gob.mx/docs/1908_LeyParticipacionCiudadanaN.pdf

Gobierno de los Estados Unidos Mexicanos. (5 febrero 1971). *Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos*. Recuperado de http://www.ordenjuridico.gob.mx/Constitucion/cn16.pdf

INEGI. (2016). *Encuesta Nacional sobre Dinámica de las Relaciones en los Hogares 2016* (ENDIREH). Recuperado de https://www.inegi.org.mx/programas/endireh/2016/

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Manual IECM, Ley para Prevenir y Eliminar la Discriminación del Distrito Federal LPEDDF. Recuperado de http://www.aldf.gob.mx/archivo-cae358cccc07e426436f4dd2adcbae94.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Anexos

Anexo 1. Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos[62]

Adoptado y abierto a la firma, ratificación y adhesión por la Asamblea General de las Naciones Unidas en su resolución 2200 A (XXI), de 16 de diciembre de 1966.

Entrada en vigor: 24 de marzo de 1981 en México.

Preámbulo

Los Estados Partes en el presente Pacto convienen en los artículos siguientes:

<table>
<tr><td colspan="2">Parte I

Artículo 1
1. Todos los pueblos tienen el derecho de libre determinación. En virtud de este derecho establecen libremente su condición política y proveen asimismo a su desarrollo económico, social y cultural.
2. Para el logro de sus fines, todos los pueblos pueden disponer libremente de sus riquezas y recursos naturales, sin perjuicio de las obligaciones que derivan de la cooperación económica internacional basada en el principio del beneficio recíproco, así como del derecho internacional. En ningún caso podrá privarse a un pueblo de sus propios medios de subsistencia.
3. Los Estados Partes en el presente Pacto, incluso los que tienen la responsabilidad de administrar territorios no autónomos y territorios en fideicomiso, promoverán el ejercicio del derecho de libre determinación, y respetarán este derecho de conformidad con las disposiciones de la Carta de las Naciones Unidas.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Parte II</td></tr>
<tr><td>Artículo 2
Cada uno de los Estados Partes en el presente Pacto se compromete a respetar y a garantizar a todos los individuos que se encuentren en su territorio y estén sujetos a su jurisdicción los derechos reconocidos en el presente Pacto, sin distinción alguna de raza, color, sexo, idioma, religión, opinión política o de otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento o cualquier otra condición social… continúa.</td><td>Artículo 3
Los Estados Partes en el presente Pacto se comprometen a garantizar a hombres y mujeres la igualdad en el goce de todos los derechos civiles y políticos enunciados en el presente Pacto.</td></tr>
<tr><td>Artículo 4</td><td>Artículo 5</td></tr>
</table>

[62] Naciones Unidas. Oficina del Alto Comisionado. Derechos Humanos. (20 febrero 2020). *Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos.* Recuperado de https://www.ohchr.org/sp/professionalinterest/pages/ccpr.aspx

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

1. En situaciones excepcionales que pongan en peligro la vida de la nación y cuya existencia haya sido proclamada oficialmente, los Estados Partes en el presente Pacto podrán adoptar disposiciones que, en la medida estrictamente limitada a las exigencias de la situación, suspendan las obligaciones contraídas en virtud de este Pacto, siempre que tales disposiciones no sean incompatibles con las demás obligaciones que les impone el derecho internacional y no entrañen discriminación alguna fundada únicamente en motivos de raza, color, sexo, idioma, religión u origen social… continúa.	1. Ninguna disposición del presente Pacto podrá ser interpretada en el sentido de conceder derecho alguno a un Estado, grupo o individuo para emprender actividades o realizar actos encaminados a la destrucción de cualquiera de los derechos y libertades reconocidos en el Pacto o a su limitación en mayor medida que la prevista en él. 2. No podrá admitirse restricción o menoscabo de ninguno de los derechos humanos fundamentales reconocidos o vigentes en un Estado Parte en virtud de leyes, convenciones, reglamentos o costumbres, so pretexto de que el presente Pacto no los reconoce o los reconoce en menor grado.
Parte III	
Artículo 6 1. El derecho a la vida es inherente a la persona humana. Este derecho estará protegido por la ley. Nadie podrá ser privado de la vida arbitrariamente. 2. En los países en que no hayan abolido la pena capital sólo podrá imponerse la pena de muerte por los más graves delitos y de conformidad con leyes que estén en vigor en el momento de cometerse el delito y que no sean contrarias a las disposiciones del presente Pacto ni a la Convención para la Prevención y Sanción del Delito de Genocidio. Esta pena sólo podrá imponerse en cumplimiento de sentencia definitiva de un tribunal competente... continúa.	**Artículo 7** Nadie será sometido a torturas ni a penas o tratos crueles, inhumanos o degradantes. En particular, nadie será sometido sin su libre consentimiento a experimentos médicos o científicos.
Artículo 8 1. Nadie estará sometido a esclavitud. La esclavitud y la trata de esclavos estarán prohibidas en todas sus formas. 2. Nadie estará sometido a servidumbre. 3. a) Nadie será constreñido a ejecutar un trabajo forzoso u obligatorio;	**Artículo 9** 1. Todo individuo tiene derecho a la libertad y seguridad personales. Nadie podrá ser sometido a detención o prisión arbitrarias. Nadie podrá ser privado de su libertad, salvo por las causas fijadas por ley y con arreglo al procedimiento establecido en ésta. 2. Toda persona detenida será informada, en el momento de su detención, de las razones de la misma,

b) El inciso precedente no podrá ser interpretado en el sentido de que prohíbe, en los países en los cuales ciertos delitos pueden ser castigados con la pena de prisión acompañada de trabajos forzados, el cumplimiento de una pena de trabajos forzados impuesta por un tribunal competente; c) No se considerarán como "trabajo forzoso u obligatorio", a los efectos de este párrafo: i) Los trabajos o servicios que, aparte de los mencionados en el inciso b), se exijan normalmente de una persona presa en virtud de una decisión judicial legalmente dictada, o de una persona que habiendo sido presa en virtud de tal decisión se encuentre en libertad condicional; ii) El servicio de carácter militar y, en los países donde se admite la exención por razones de conciencia, el servicio nacional que deben prestar conforme a la ley quienes se opongan al servicio militar por razones de conciencia. iii) El servicio impuesto en casos de peligro o calamidad que amenace la vida o el bienestar de la comunidad; iv) El trabajo o servicio que forme parte de las obligaciones cívicas normales.	y notificada, sin demora, de la acusación formulada contra ella. 3. Toda persona detenida o presa a causa de una infracción penal será llevada sin demora ante un juez u otro funcionario autorizado por la ley para ejercer funciones judiciales, y tendrá derecho a ser juzgada dentro de un plazo razonable o a ser puesta en libertad. La prisión preventiva de las personas que hayan de ser juzgadas no debe ser la regla general, pero su libertad podrá estar subordinada a garantías que aseguren la comparecencia del acusado en el acto del juicio, o en cualquier momento de las diligencias procesales y, en su caso, para la ejecución del fallo. 4. Toda persona que sea privada de libertad en virtud de detención o prisión tendrá derecho a recurrir ante un tribunal, a fin de que éste decida a la brevedad posible sobre la legalidad de su prisión y ordene su libertad si la prisión fuera ilegal. 5. Toda persona que haya sido ilegalmente detenida o presa, tendrá el derecho efectivo a obtener reparación.
Artículo 10 1. Toda persona privada de libertad será tratada humanamente y con el respeto debido a la dignidad inherente al ser humano. 2. a) Los procesados estarán separados de los condenados, salvo en circunstancias excepcionales, y serán sometidos a un tratamiento distinto, adecuado a su condición de personas no condenadas; b) Los menores procesados estarán separados de los adultos y deberán ser llevados ante los tribunales de	**Artículo 11** Nadie será encarcelado por el solo hecho de no poder cumplir una obligación contractual.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

justicia con la mayor celeridad posible para su enjuiciamiento. 3. El régimen penitenciario consistirá en un tratamiento cuya finalidad esencial será la reforma y la readaptación social de los penados. Los menores delincuentes estarán separados de los adultos y serán sometidos a un tratamiento adecuado a su edad y condición jurídica.	
Artículo 12 1. Toda persona que se halle legalmente en el territorio de un Estado tendrá derecho a circular libremente por él y a escoger libremente en él su residencia. 2. Toda persona tendrá derecho a salir libremente de cualquier país, incluso del propio. 3. Los derechos antes mencionados no podrán ser objeto de restricciones salvo cuando éstas se hallen previstas en la ley, sean necesarias para proteger la seguridad nacional, el orden público, la salud o la moral públicas o los derechos y libertades de terceros, y sean compatibles con los demás derechos reconocidos en el presente Pacto. 4. Nadie podrá ser arbitrariamente privado del derecho a entrar en su propio país.	**Artículo 13** El extranjero que se halle legalmente en el territorio de un Estado Parte en el presente Pacto sólo podrá ser expulsado de él en cumplimiento de una decisión adoptada conforme a la ley; y, a menos que razones imperiosas de seguridad nacional se opongan a ello, se permitirá a tal extranjero exponer las razones que lo asistan en contra de su expulsión, así como someter su caso a revisión ante la autoridad competente o bien ante la persona o personas designadas especialmente por dicha autoridad competente, y hacerse representar con tal fin ante ellas.
Artículo 14 1. Todas las personas son iguales ante los tribunales y cortes de justicia. Toda persona tendrá derecho a ser oída públicamente y con las debidas garantías por un tribunal competente, independiente e imparcial, establecido por la ley, en la substanciación de cualquier acusación de carácter penal formulada contra ella o para la determinación de sus derechos u obligaciones de carácter civil…(continúa). 2. Toda persona acusada de un delito tiene derecho a que se presuma su inocencia mientras no se pruebe	**Artículo 15** 1. Nadie será condenado por actos u omisiones que en el momento de cometerse no fueran delictivos según el derecho nacional o internacional. Tampoco se impondrá pena más grave que la aplicable en el momento de la comisión del delito. Si con posterioridad a la comisión del delito la ley dispone la imposición de una pena más leve, el delincuente se beneficiará de ello. 2. Nada de lo dispuesto en este artículo se opondrá al juicio ni a la condena de una persona por actos u

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

su culpabilidad conforme a la ley. 3. Durante el proceso, toda persona acusada de un delito tendrá derecho, en plena igualdad, a las siguientes garantías mínimas: a) A ser informada sin demora, en un idioma que comprenda y en forma detallada, de la naturaleza y causas de la acusación formulada contra ella; b) A disponer del tiempo y de los medios adecuados para la preparación de su defensa y a comunicarse con un defensor de su elección… continúa.	omisiones que, en el momento de cometerse, fueran delictivos según los principios generales del derecho reconocidos por la comunidad internacional.
Artículo 16 Todo ser humano tiene derecho, en todas partes, al reconocimiento de su personalidad jurídica.	**Artículo 17** 1. Nadie será objeto de injerencias arbitrarias o ilegales en su vida privada, su familia, su domicilio o su correspondencia, ni de ataques ilegales a su honra y reputación. 2. Toda persona tiene derecho a la protección de la ley contra esas injerencias o esos ataques.
Artículo 18 1. Toda persona tiene derecho a la libertad de pensamiento, de conciencia y de religión; este derecho incluye la libertad de tener o de adoptar la religión o las creencias de su elección, así como la libertad de manifestar su religión o sus creencias, individual o colectivamente, tanto en público como en privado, mediante el culto, la celebración de los ritos, las prácticas y la enseñanza. 2. Nadie será objeto de medidas coercitivas que puedan menoscabar su libertad de tener o de adoptar la religión o las creencias de su elección. 3. La libertad de manifestar la propia religión o las propias creencias estará sujeta únicamente a las limitaciones prescritas por la ley que sean necesarias para proteger la seguridad, el orden, la salud o la moral públicos, o los derechos y libertades fundamentales de los demás.	**Artículo 19** 1. Nadie podrá ser molestado a causa de sus opiniones. 2. Toda persona tiene derecho a la libertad de expresión; este derecho comprende la libertad de buscar, recibir y difundir informaciones e ideas de toda índole, sin consideración de fronteras, ya sea oralmente, por escrito o en forma impresa o artística, o por cualquier otro procedimiento de su elección. 3. El ejercicio del derecho previsto en el párrafo 2 de este artículo entraña deberes y responsabilidades especiales. Por consiguiente, puede estar sujeto a ciertas restricciones, que deberán, sin embargo, estar expresamente fijadas por la ley y ser necesarias para: a) Asegurar el respeto a los derechos o a la reputación de los demás; **b**) La protección de la seguridad nacional, el orden público o la salud o la moral públicas**.**

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

4. Los Estados Partes en el presente Pacto se comprometen a respetar la libertad de los padres y, en su caso, de los tutores legales, para garantizar que los hijos reciban la educación religiosa y moral que esté de acuerdo con sus propias convicciones.	
Artículo 20 **1**. Toda propaganda en favor de la guerra estará prohibida por la ley. 2. Toda apología del odio nacional, racial o religioso que constituya incitación a la discriminación, la hostilidad o la violencia estará prohibida por la ley.	**Artículo 21** Se reconoce el derecho de reunión pacífica. El ejercicio de tal derecho sólo podrá estar sujeto a las restricciones previstas por la ley que sean necesarias en una sociedad democrática, en interés de la seguridad nacional, de la seguridad pública o del orden público, o para proteger la salud o la moral públicas o los derechos y libertades de los demás.
Artículo 22 1. Toda persona tiene derecho a asociarse libremente con otras, incluso el derecho a fundar sindicatos y afiliarse a ellos para la protección de sus intereses. 2. El ejercicio de tal derecho sólo podrá estar sujeto a las restricciones previstas por la ley que sean necesarias en una sociedad democrática, en interés de la seguridad nacional, de la seguridad pública o del orden público, o para proteger la salud o la moral públicas o los derechos y libertades de los demás. El presente artículo no impedirá la imposición de restricciones legales al ejercicio de tal derecho cuando se trate de miembros de las fuerzas armadas y de la policía. 3. Ninguna disposición de este artículo autoriza a los Estados Partes en el Convenio de la Organización Internacional del Trabajo de 1948, relativo a la libertad sindical y a la protección del derecho de sindicación, a adoptar medidas legislativas que puedan menoscabar las garantías previstas en él ni a aplicar la ley de tal manera que pueda menoscabar esas garantías.	**Artículo 23** 1. La familia es el elemento natural y fundamental de la sociedad y tiene derecho a la protección de la sociedad y del Estado. 2. Se reconoce el derecho del hombre y de la mujer a contraer matrimonio y a fundar una familia si tienen edad para ello. 3. El matrimonio no podrá celebrarse sin el libre y pleno consentimiento de los contrayentes. 4. Los Estados Partes en el presente Pacto tomarán las medidas apropiadas para asegurar la igualdad de derechos y de responsabilidades de ambos esposos en cuanto al matrimonio, durante el matrimonio y en caso de disolución del mismo. En caso de disolución, se adoptarán disposiciones que aseguren la protección necesaria a los hijos**.**

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Artículo 24 **1.** Todo niño tiene derecho, sin discriminación alguna por motivos de raza, color, sexo, idioma, religión, origen nacional o social, posición económica o nacimiento, a las medidas de protección que su condición de menor requiere, tanto por parte de su familia como de la sociedad y del Estado. 2. Todo niño será inscrito inmediatamente después de su nacimiento y deberá tener un nombre. 3. Todo niño tiene derecho a adquirir una nacionalidad.	**Artículo 25** Todos los ciudadanos gozarán, sin ninguna de las distinciones mencionadas en el artículo 2, y sin restricciones indebidas, de los siguientes derecho y oportunidades: a) Participar en la dirección de los asuntos públicos, directamente o por medio de representantes libremente elegidos; b) Votar y ser elegidos en elecciones periódicas, auténticas, realizadas por sufragio universal e igual y por voto secreto que garantice la libre expresión de la voluntad de los electores; c) Tener acceso, en condiciones generales de igualdad a las funciones públicas de su país.
Artículo 26 Todas las personas son iguales ante la ley y tienen derecho sin discriminación a igual protección de la ley. A este respecto, la ley prohibirá toda discriminación y garantizará a todas las personas protección igual y efectiva contra cualquier discriminación por motivos de raza, color, sexo, idioma, religión, opiniones políticas o de cualquier índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento o cualquier otra condición social.	**Artículo 27** En los Estados en que existan minorías étnicas, religiosas o lingüísticas, no se les negará el derecho a tener su propia vida cultural, a profesar y practicar su propia religión y a emplear su propio idioma.
Parte IV **Artículos 28 al 50** Establece un Comité de Derechos Humanos y sus mecanismos de funcionamiento; además, hace señalamientos sobre las disposiciones del Pacto y las obligaciones de los Estados Partes.	

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Anexo 2. "Directorio de instituciones públicas que prestan algunos servicios a mujeres y hombres en la Ciudad de México"*

<table>
<tr><th colspan="2">Servicios de atención y orientación sobre todo para mujeres y las familias</th></tr>
<tr><td>Secretaría de las Mujeres
Oficina central.
Atención ciudadana
Dirección: Avenida Morelos 20
Colonia Centro, Alcaldía Cuauhtémoc, C.P. 06000, Ciudad de México
Teléfono: 5555122836
Horarios: Lunes a jueves 9:00 a 17:00 y Viernes 9:00 a 15:00
https://www.semujeres.cdmx.gob.mx/secretaria/acerca-de

La Secretaría cuenta con "27 Lunas" y tiene oficinas en las 16 Alcaldías de la Ciudad de México.
https://www.semujeres.cdmx.gob.mx/asesorias/lunas y
https://www.semujeres.cdmx.gob.mx/asesorias/talleres-y-cursos</td><td>Servicios que ofrece:
• Asesorías
Brindamos a todas las mujeres una atención libre de prejuicios con perspectiva de género, a través de la cual proporciona las opciones, alternativas y/o herramientas para enfrentar y resolver su situación.
• Atención Inicial
Brindamos a todas las mujeres que acuden por primera vez a la Secretaría de las Mujeres de la Ciudad de México una atención con perspectiva de género y libre de prejuicios.
• Atención de mujeres víctimas de violencia sexual en el transporte público
Brindamos atención a víctimas por violencia sexual en el transporte público a través de los módulos "Viaja Segura". Brindamos protección, asesoría y acompañamiento jurídico gratuito a través del personal especializado.
• Capacitación
Programa Institucional de Capacitación, se brindan talleres y cursos gratuitos en 27 LUNAS.
• Corresponsabilidad Social para Beneficio de las Mujeres
• Autonomía económica
• Ciudadanía y Liderazgo
• Juventudes
• Salud emocional</td></tr>
<tr><th colspan="2">Oficinas "27 Lunas" de la Secretaría de la Mujer CDMX</th></tr>
<tr><td>LUNA 1. Alcaldía Álvaro Obregón "Alaíde Foppa".
Dirección: Prolongación Calle 4, colonia Tolteca, dentro del Parque de la Juventud, alcaldía Álvaro Obregón, C.P. 01150.
Teléfono: 55 5276-68 87 / 55 5276-68 89</td><td>LUNA 2. Alcaldía Álvaro Obregón.
Dirección: Calle 22 y Av. Hidalgo esq. Calle 17, colonia Pre concreto, C.P. 01400.
Teléfono 55 1857 7510 / 55 1857 7513</td></tr>
</table>

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

LUNAS Alcaldía Azcapotzalco "Marcela Lagarde". Dirección: Av. 22 de febrero 421, colonia Barrio de San Marcos, C.P. 02020. Teléfono: 55171 60998 / 55 1716 0848	**LUNAS Alcaldía Benito Juárez "Benita Galeana**". LUNA 1 Dirección: Eje Central Lázaro Cárdenas 695, piso 1, colonia Narvarte, alcaldía Benito Juárez, C.P. 03020. Teléfono 55 5160-0039
LUNA 2 Alcaldía Benito Juárez. Dirección: Eje 5 Sur Ramos Millán 95, colonia Niños Héroes de Chapultepec, C.P. 03440. Teléfono: 55 5590-4817	**LUNAS Alcaldía Coyoacán "Tina Modotti".** LUNA 1 Dirección: Leopoldo Salazar s/n, casi esq. Carlos González Peña, colonia Copilco el Alto, C.P. 04360. Teléfono 55 1545 4578 / 55 1545 4572
LUNA 2 Alcaldía Coyoacán. Dirección: Av. Rey Nezahualcóyotl, s/n esq. Yaquis, colonia Ajusco Huayamilpas, C.P. 04300 (interior del Parque Ecológico Huayamilpas). Teléfono: 55 1735 7469 / 55 1735 7467	**LUNAS Alcaldía Cuajimalpa de Morelos, "Amparo Ochoa".** LUNA 1. Dirección: Prolongación 16 de septiembre s/n casi esquina Av. Veracruz, colonia Contadero, C.P. 05500. Teléfonos: 55 1735 5998 / 55 1735 5968
LUNA 2. Alcaldía Cuajimalpa de Morelos. Dirección: José María Castorena 187, colonia Cuajimalpa, C.P. 05000. Teléfono: 55 1735 5999 / 55 1735 5997	**LUNAS Alcaldía Cuauhtémoc "Juana de Asbaje".** LUNA 1 Dirección: Aldama, Violeta y Mina s/n, sótano edificio de la alcaldía, colonia Buenavista, C.P. 06350. Teléfonos: 55 1707 6094 / 55 1707 6100
LUNA 2. Alcaldía Cuauhtémoc. Dirección: Lucas Alamán 122, colonia Obrera, alcaldía Cuauhtémoc, C.P. 06800. Teléfono: 55 2230 1573 / 55 2230 1557	**LUNAS Alcaldía Gustavo A. Madero "Nahui Ollín".** LUNA 1 Dirección: Av. Fray Juan de Zumárraga s/n, colonia Aragón la Villa, C.P. 07050. Teléfonos: 55 1549 0406 / 55 1549 0407
LUNA 2. Alcaldía Gustavo A. Madero. Dirección: Camellón de Oriente 95 y Norte 50, colonia La Joyita, C.P. 07860. Teléfono: 55 5537 0535	**LUNAS Alcaldía Iztacalco "Coatlicue".** LUNA 1 Dirección: Av. Santiago s/n esq. Playa Rosarito, colonia Barrio Santiago (dentro del centro social Josefina Díaz), C.P. 08800.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

	Teléfonos: 55 1104 9226 / 55 1545 8172
LUNA 2. Alcaldía Iztacalco. Dirección: Av. Sur 8, s/n, casi con Av. Javier Rojo Gómez (atrás del deportivo Leandro Valle), colonia Agrícola Oriental, C.P. 08500. Teléfono: 55 5162 8122 / 55 5206 2601	**LUNAS Alcaldía Iztapalapa "Elena Poniatowska".** LUNA 1 y 2 Dirección: Centro Social Villa Estrella Módulo 4, Camino Cerro de la Estrella s/n, colonia el Santuario Aculco, C.P. 09009. Teléfonos: 55 2236 1593 / 55 2236 1595
LUNAS Alcaldía La Magdalena Contreras, "Cristina Pacheco". LUNAS 1 y 2 Dirección: Centro Social Atacaxco: Calle Piaztic s/n (frente a secundaria 262), colonia San José Atacaxco, C.P. 10378. Teléfonos: 55 5085 3832 / 55 5085 3851/5555959247	**LUNAS Alcaldía Miguel Hidalgo "Frida Kahlo".** LUNA 1 Dirección: Av. Parque Lira 128, colonia Ampliación Daniel Garza, C.P. 11840. Teléfonos: 55 5272 2630 / 55 2614 2564
LUNA 2. Alcaldía Miguel Hidalgo. Dirección: Av. Observatorio s/n esq. General José María Mendivil, colonia Daniel Garza, C.P. 11830. Teléfono: 55 2614-3582	**LUNAS Alcaldía Milpa Alta "Cihual in Calli".** LUNA 1 Dirección: Calle Yucatán s/n esq. Calle Constitución, colonia Centro en Villa Milpa Alta, (arriba del mercado Benito Juárez), C.P. 12000. Teléfonos: 55 1549 1743 / 55 1549 1512
LUNA 2 Alcaldía Milpa Alta. Dirección: Av. Puebla 250, esq. Av. Nuevo León, colonia Villa Milpa Alta, (interior Casa de Cultura CALMECAC), C.P. 12000. Teléfono: 55 1549 1472 / 55 1549 1500	**LUNAS Alcaldía Tláhuac "Rosario Castellanos"** LUNA 1 y 2 Dirección: Margarita 5 entre Geranio y Jacaranda, colonia Quiahuatla, C.P. 13090. Teléfono 55 5842 6573 / 55 5842 4934
LUNAS Alcaldía Tlalpan "Yaocíhuatl Tlalpan". LUNA 1	**LUNA 2. Alcaldía Tlalpan.** Dirección: Camino a Santa Úrsula 24, esq. Textitlán, colonia Santa Úrsula Xitla, C.P. 14420. Teléfonos: 55 1707 6591 / 55 1707 6590

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

<table>
<tr><td>Dirección: Carretera Federal a Cuernavaca No. 2, colonia La Joya, C.P. 14090.
Teléfono: 55 1712 0492 / 55 1707 6599</td><td></td></tr>
<tr><td>LUNAS Alcaldía Venustiano Carranza “Esperanza Brito de Martí”.
Dirección: Prolong. Lucas Alamán 11, piso 1, colonia Del Parque, C.P. 15960.
Teléfono 55 1673 1905 / 55 1673 1912</td><td>LUNAS Alcaldía Xochimilco “Laureana Wright González”.
LUNA 1
Dirección: Francisco I. Madero 11, colonia Barrio el Rosario, C.P. 16070.
Teléfonos: 55 9154 9156/ 5556769612 y 555676751188</td></tr>
<tr><td colspan="2">LUNA 2 Alcaldía Xochimilco.
Dirección: Dalia s/n, Plaza San Cristóbal, colonia Barrio San Cristóbal, C.P. 16080.
Teléfonos: 55 2208 5569 / 5556758270</td></tr>
<tr><td>Sistema integral para la familia (DIF) Ciudad de México.
Avenida San Francisco 1374
Colonia Tlacoquemécatl, Alcaldía Benito Juárez C.P. 03200, Ciudad de México.
Teléfono:
5555591919
Web: http://www.cdmx.gob.mx/atencion-ciudadana-jefatura
https://www.dif.cdmx.gob.mx/busqueda?etiqueta=mujeres</td><td>• Cartilla de Servicios primera infancia.
Servicio por el cual se brinda la cartilla de servicios a niñas y niños de 0 a 6 años para acceder a servicios correspondientes al desarrollo...
• Estancia Infantil en los Centros Asistenciales de Desarrollo Infantil.
Servicio para que madres, padres o tutoras y/o tutores realicen la inscripción de las niñas y niños de 6 meses de nacidos a 5 años 11 meses de edad
• Atención re-educativa a hombres que ejercen violencia.
Servicio mediante el cual se proporciona atención re-educativa a hombres que ejercen violencia a fin de construir relaciones más equitativas
• Prevención al maltrato infantil en la familia.
Servicio mediante el cual se proporcionan las herramientas necesarias para identificar y prevenir el maltrato infantil Orientación alimentaria.
Servicio por el que la población solicitante, recibe pláticas, talleres, cápsulas informativas y actividades lúdicas.
• Solicitud de convivencia o reintegración de una niña, niño o adolescente (NNA), a un ambiente familiar libre de violencia.</td></tr>
<tr><td>Centros de Justicia para las Mujeres.</td><td>Servicios multidisciplinarios tales como:</td></tr>
</table>

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Alcaldía Azcapotzalco. 55 5346 8370/ 55 5346 8394 maria_lopeza@pgjcdmx.gob.mx **Alcaldía Iztapapala** Centro 1. Avenida San Pablo Xalpa No. 396 casi esquina Eje 5 Norte, Col. San Martin Xochinahuac, C.P. 02920, Ciudad de México. Teléfono: 55 5345 5736 ext. 5736 dirgeneralcjm@gmail.com **Alcaldía Tlalpan** Centro 3. Calle Manuel Constanzo No. 43 Mza. 63, Lote. 10, (antes San Luis de la Paz No. 63 Col. Miguel Hidalgo, C.P. 14250 Ciudad de México Teléfono: 55 5200 9280 https://www.gob.mx/conavim/documentos/centros-de-justicia-para-las-mujeres-23094 nancya_gomez@pgj.cdmx.gob.mx	a) Atención psicológica, jurídica y médica; b) Albergues temporales; c) Ludoteca con personas expertas en temas de desarrollo infantil, y d) Talleres de empoderamiento social y económico para apoyar a las mujeres a salir del círculo de violencia.
Comisión de Derechos Humanos de la Ciudad de México. Avenida Universidad 1449, Colonia Pueblo Axotla, Alcaldía Álvaro Obregón, 01030 Ciudad de México. Teléfono: 52295600 Web: https://cdhcm.org.mx y http://cdhdfbeta.cdhdf.org.mx/ e-mail: cdhdf@cdhcm.org.mx	Puede acudir cualquier persona que considere se le ha violado alguno de sus derechos humanos, independientemente de su condición social, nacionalidad, raza, religión, sexo, edad, estado civil, etcétera. La atención a las personas es directa. Para la formulación de una queja no se requiere de una abogada o abogado o gestora o gestor. Todos los servicios son gratuitos. Atiende todos los días del año, las 24 horas del día.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Fiscalía General de Justicia de la Ciudad de México	
Centro de Apoyo Sociojurídico a Víctimas del Delito Violento (ADEVI). Horario: 9:00 a 19:00 horas de lunes a viernes Calle José Ma. Izazaga No. 89, 4º piso, Col. Centro. Alcaldía Cuauhtémoc. Teléfonos: 5200 9196, 9197, 9200 y 9215. Costo Gratuito. https://www.fgjcdmx.gob.mx/nuestros-servicios/ADEVI	Terapia psicológica en crisis, familiar y grupal; terapia para niños y niñas ante el duelo; gestión de servicios de asistencia social, salud, servicios funerarios, pasajes, hospedajes y medicamentos; acompañamiento, asesoría y representación jurídica a la víctima directa e indirecta en la Coordinación Territorial correspondiente; inconformidades y escritos para presentar pruebas que ayuden al esclarecimiento de los hechos que se investigan.
Centro de Investigación victimológica y de Apoyo Operativo (CIVA). Calzada de la Viga N°11175, Colonia el Triunfo, Alcaldía Iztapalapa, Código Postal 9430, 2do y 3er piso. Días y Horario de servicio: De lunes a viernes, en un horario de 9:00 a 19:00 horas. Teléfonos: 5200 9188 y 5200 9189. Los servicios del Centro son gratuitos. https://www.fgjcdmx.gob.mx/civa	Atención Psicológica a víctimas de amenazas y personas generadoras de violencia familiar
Centro de Apoyo a la Violencia Intrafamiliar (CAVI). General Gabriel Hernández número 56, planta baja, Col. Doctores, entre Dr. Lavista y Río de la Loza, C.P. 06720. En un horario de 9:00 a 19:00 horas de lunes a domingo. Teléfonos: 53 45 52 48, 53 45 52 28, 53 45 52 29. https://www.fgjcdmx.gob.mx/cavi	Asistencia social, atención psicológica, asesoría legal, seguimiento jurídico en materia penal, atención médica de emergencia, tramitación de medidas de protección de emergencia previstas en la Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia de la Ciudad de México y como auxiliares de la autoridad ministerial y/o judicial, la elaboración de dictámenes psicológicos victimales.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Centro de Atención a Riesgos Victimales y Adicciones (CARIVA). Av. José Ma. Izazaga No. 86, 5º piso. Colonia Centro. En un horario de lunes a viernes de 09:00 a 19:00 horas. Teléfonos. 5200 9166, 9171 y 9172 https://www.fgjcdmx.gob.mx/CARIVA	
Centro de Estancia Transitoria para Niñas y Niños. Dr. Lavista 78, Doctores, Cuauhtémoc, 06720 Ciudad de México, CDMX. Horario de cierre: 18:00. Teléfono: 55 5242 6270. https://www.fgjcdmx.gob.mx/centro-de-estancia-transitoria	En colaboración con la autoridad ministerial, el Centro de Estancia Transitoria realiza acciones tendentes a favorecer la reintegración o integración de las niñas y niños a una familia de origen o alterna. En los casos de las personas menores de edad en calidad de expósitos, se garantiza su derecho a la familia por medio de la adopción.
Tandas para el bienestar. **Secretaria de Economía.** 01 (800) 08 32-666	El programa consiste en un apoyo, mediante financiamiento sin intereses, de 6 mil pesos que se entregan de forma individual a las personas que cumplan con los criterios de elegibilidad. Asimismo, quienes reintegren en su totalidad el primer apoyo, podrán acceder a un segundo financiamiento sin intereses por 10 mil pesos. En caso de reembolsarlo en su totalidad mediante entregas mensuales, se podrá tener acceso a un tercer apoyo mediante financiamiento sin intereses por 15 mil pesos.
Financiamiento de Microcréditos para Mujeres Emprendedoras (FONDESO). Dirección: Calle Tepozteco 36, Colonia Narvarte Poniente, Alcaldía Benito Juárez C.P. 03020, Ciudad de México. Teléfonos: 91 80 07 79, 56 98 90 60	Busca impulsar la autonomía económica de las mujeres y contribuir a reducir la brecha de género en materia de desarrollo económico a través del crédito para el emprendimiento, para la creación o consolidación de micronegocios o para la ampliación de activos y el mayor acceso a la tecnología por parte de mujeres empresarias.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Correo electrónico: fondeso@fondeso.cdmx.gob.mx Horarios: Lunes a Jueves de 09:00 a 14:30 y de 16:00 a 17:30. Viernes 09:00 a 14:00 https://www.fondeso.cdmx.gob.mx/index.php/programas/programa/financiamiento-de-microcreditos-para-mujeres-emprendedoras	
Financiamiento para Mujeres Empresarias. Dirección: Calle Tepozteco 36, Colonia Narvarte Poniente, Alcaldía Benito Juárez C.P. 03020, Ciudad de México. Teléfonos: 91 80 07 79, 56 98 90 60 Correo electrónico: fondeso@fondeso.cdmx.gob.mx Horarios: Lunes a Jueves de 09:00 a 14:30 y de 16:00 a 17:30, viernes 09:00 a 14:00 https://www.fondeso.cdmx.gob.mx/index.php/programas/programa/financiamiento-de-microcreditos-para-mujeres-emprendedoras	Esta Estrategia tiene como fin impulsar la autonomía económica de las mujeres y contribuir a reducir la brecha de género en materia de desarrollo económico a través del crédito para el emprendimiento, para la creación o consolidación de micronegocios o para la ampliación de activos y el mayor acceso a la tecnología por parte de mujeres empresarias.
Instituto de Capacitación para el Trabajo. Dirección: Calle Dr. Lucio 220 Colonia Doctores, Alcaldía Cuauhtémoc C.P. 06720, Ciudad de México. Teléfono: 5740 0237	• Personas que se encuentran trabajando actualmente y que buscan incrementar sus conocimientos o mejorar sus habilidades. • Personal de RRHH de las empresas que requieren cumplir con sus obligaciones en materia de capacitación y adiestramiento.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Horarios: Lunes a Jueves 9:00 a 18:00 y viernes 9:00 a 15:00. Para más información llamar al teléfono (55) 5740 0237 ext. 1029. https://www.icat.cdmx.gob.mx/servicios/servicio/2-capacitacion-para-y-en-el-trabajo Correo electrónico: icat@cdmx.gob.mx	• Personas que se encuentran desempleadas y que buscan adquirir nuevos conocimientos ya sea para encontrar un trabajo remunerado o para emprender su propio negocio. La certificación de competencias busca reconocer el conocimiento y las habilidades adquiridas a través de una experiencia laboral. • El certificado de competencia es un documento oficial, expedido por la Secretaría de Educación Pública, que asegura que la persona puede desempeñarse en alguna ocupación (por ejemplo, como mesera o mesero o como recamarera o recamarero) según los requerimientos de las empresas y las instituciones.
Secretaria del Trabajo y Fomento al Empleo **Servicio Nacional del Empleo.** Calz. San Antonio Abad No. 32, Col. Tránsito, Alcaldía Cuauhtémoc, C.P. 06820. Ciudad de México. Horarios de atención L a V de 9 a 15 hrs. Teléfono(s) y extensión: 5709 3233 Ext. 3042. https://www.empleo.gob.mx/sne/directorio-de-oficinas-sne Correo electrónico subdireccion.snyco@gmail.com	• Capacitación Mixta. Para quienes aspiren a ser contratadas o contratados por una empresa que requiera personal capacitado de acuerdo a los requerimientos de sus vacantes disponibles. • Capacitación en la práctica laboral. Para quienes deseen adquirir o fortalecer sus competencias laborales capacitándose directamente en el proceso productivo de una empresa. • Capacitación para el autoempleo. Para quienes no logran vincularse a un puesto de trabajo y deseen desarrollar una actividad productiva por cuenta propia. • Vales de capacitación. Para quienes necesitan actualizar, mejorar y/o reconvertir sus competencias, habilidades y/o destrezas laborales con la finalidad de incrementar sus posibilidades de contratación.
Servicios de atención y orientación sobre todo para hombres	
Centro Mhoresvi Teléfono: +52 (55) 9180-4168. https://mhoresvi.wordpress.com/servicios/ Mail: mhoresvi@yahoo.com.mx	Se trata de una organización que trabaja con hombres que necesitan y/o están dispuestos a cambiar sus conductas de violencia con su pareja y su familia y cambiarlas por conductas de respeto, equidad, cercanía afectiva, responsabilidad y buen trato. Se imparten pláticas, conferencias, talleres de sensibilización, talleres de capacitación y participaciones en eventos públicos y ferias, siempre tocando los temas de la masculinidad, violencia de género, violencia de género de los hombres en la familia, alternativas para transitar de la violencia de género a la equidad, respeto y buen trato.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Colectivo de Hombres para Relaciones Igualitarias A.C. (CORIAC) Diego Arenas Guzmán N° 189/Col. Iztaccíhuatl, a una cuadra del metro Villa de Cortés. Ciudad de México, México. Teléfono: 56 963498 - Fax: 56 963498 http://www.gloobal.net/iepala/gloobal/fichas/ficha.php?id=2831&entidad=Agentes&html=1 Mail: colectivo@coriac.org.mx	Se trata de un colectivo de hombres que elabora propuestas transformadoras en las relaciones de género. Se trabaja por cambiar actitudes y comportamientos masculinos que empobrecen las relaciones humanas y someten a las mujeres e investigan, promueven y desarrollan acciones de cambio personal, institucional y social basadas en relaciones de igualdad para ambos sexos. Sus acciones se dirigen a hombres de diversas clases sociales, etnia, y nacionalidad interesados en construir formas diferentes de ser hombres desde un punto de vista crítico y propositivo. Se aborda la problemática de las masculinidades en espacios públicos y privados.
Sistema de Atención Integral para la Familia DIF Servicio de Atención Psicológica y Reeducativa a Hombres que Ejercen Violencia de Género. Dirección de Programas a NNA Zona B Xochicalco 1000 2° Piso, edificio "A" Teléfono 55 56040127 ext. 4001 y 4309. https://dif.cdmx.gob.mx/comunicacion/nota/servicio-de-atencion-psicologica-y-reeducativa-hombres-que-ejercen-violencia-de-genero Mail: erradicandolaviolencia@dif.cdmx.gob.mx	Se ofrecen: • Talleres • Pláticas • Cine debates • Ferias educativas Requisitos: Mínimo 10 personas, en un horario de 9 am a 15 horas.

*Directorio en proceso de actualización ante la pandemia.

Otros servicios, se pueden consultar en el "Directorio de canalización Guardianes, Ciudad de México":
http://guardianes.org.mx/wp-content/themes/guardianes/pdf/Directorio_canalizacion_Guardianes_VF%2005062018%20CDMX.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

TALLER 1. "Derechos civiles y políticos: conócelos y ejércelos"

Juego didáctico

"Con mis derechos, sí soy"

Presentación

El Juego didáctico "Con mis derechos sí soy", es un instrumento elaborado por el Instituto Electoral de la Ciudad de México, para promover los derechos civiles y políticos en la ciudadanía. Este juego ejemplifica algunos los derechos humanos y concretamente los civiles y políticos, en situaciones cotidianas de la vida, a fin de que se conozcan cuáles son estos derechos, se identifique en qué espacios de la vida se respetan, o no, y se reflexione en torno a ello.

Este juego se puede desarrollar en el marco del taller "Derechos civiles y políticos: conócelos y ejércelos", o en diferentes espacios de difusión y formación, con la familia y/o amistades.

Descripción del juego

El juego está conformado por dos grupos de tarjetas, colores verde y naranja en las cuales se enuncian algunos casos en los cuales se ejercen, o no, algunos derechos humanos de las mujeres. Además, está una tarjeta color blanco que contiene las respuestas correctas respecto al derecho que se aborda en cada caso expuesto y un pliego con los derechos humanos de las mujeres, así como los primeros 27 artículos que integran el "Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos":[1]

- Las tarjetas de color verde se refieren a diez casos cotidianos en los que se ejercen, o no, algunos derechos humanos de las mujeres. Cada caso va acompañado por cuatro preguntas detonadoras: ¿cuál es el derecho humano ejemplificado?, ¿se respeta o no?, ¿por qué?, y ¿cuál es la opinión respecto al caso expuesto?
- Las tarjetas de color naranja abordan diez casos cotidianos que refieren a los derechos contenidos en el "Pacto Internacional de los Derechos Civiles y Políticos".

[1] Naciones Unidas. Oficina del Alto Comisionado. Derechos Humanos. (20 febrero 2020). Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos. Recuperado de https://www.ohchr.org/sp/professionalinterest/pages/ccpr.aspx

De igual forma, cada caso va acompañado por cuatro preguntas detonadoras: ¿cuál es el derecho humano ejemplificado?, ¿se respeta o no?, ¿por qué?, y ¿cuál es la opinión respecto al caso expuesto?

- Pliego color blanco con la “Hoja de respuestas” de las tarjetas colores verde y naranja, a fin de corroborar que las respuestas contestadas por las personas participantes en cada caso sean las correctas. Cabe destacar que, aunque se menciona un derecho por caso, es posible que aplique otro u otros derechos; y finalmente,
- Dos pliegos de papel grandes y visibles para colocarse en la pared, uno con los derechos de las mujeres y otro con los Artículos 1 al 27, establecidos en el “Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos”.

Partes del juego:

- Dos pliegos grandes con los derechos de las mujeres y los establecidos en el “Pacto Internacional de los Derechos Civiles y Políticos” para colocarlos en la pared.
- 10 tarjetas color verde
- 10 tarjetas color naranja
- Un pliego color blanco con “Hoja de respuestas”

Indicaciones

1. En primera instancia, la persona promotora-facilitadora da una introducción en torno a los derechos humanos de las mujeres y los establecidos en el “Pacto Internacional de los Derechos Civiles y Políticos”, y los explica a las personas participantes.
2. Es importante colocar en un lugar visible, tanto el pliego con los derechos humanos de las mujeres como el pliego con los derechos civiles y políticos, a fin de que puedan ser consultados por las personas participantes.
3. La persona promotora facilitadora coordinará el juego, conducirá el debate y explicará la mecánica del juego, invitando en todo momento al respeto y tolerancia

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

ante las opiniones y respuestas emitidas por las personas participantes en el juego.

4. Se conforman equipos conforme el número total de personas participantes quienes se ponen de acuerdo en: el orden en el que cada equipo irá pasando a tomar una tarjeta para contestarla y acordarán al interior del equipo, el turno en el que cada integrante pasará con la persona promotora-facilitadora a recoger una tarjeta nueva.
5. La persona promotora-facilitadora conserva en todo momento las tarjetas de colores verde y naranja y las mezcla, así como el pliego con la "Hoja de respuestas" para corroborar las respuestas que contestan las personas participantes.
6. Una persona integrante de cada equipo pasa y toma una tarjeta y regresa con su equipo y lee el caso y las preguntas para contestarlas junto con su equipo. Una vez que se contestan todas las preguntas de la tarjeta elegida, los otros equipos externan sus opiniones sobre las respuestas emitidas por el equipo en turno e identifican si aplica algún otro u otros derechos. La persona promotora-facilitadora guía la discusión en plenaria y al final, corrobora en la Hoja de respuestas si el derecho identificado por el equipo fue el correcto.
7. Así sucesivamente, cada equipo pasa a contestar las distintas tarjetas hasta terminarlas, conforme el tiempo disponible para el juego.

Reflexión al final del juego

Para finalizar del juego, las personas participantes socializan en plenaria cómo se sintieron, qué aprendieron y en qué espacios identificaron que se pueden ejercen los derechos humanos de las mujeres y los civiles y políticos abordados en el juego.

Preguntas detonadoras

1. ¿Qué derecho (s) es el que más llamó la atención?, ¿por qué?
2. ¿Qué utilidad le veo a estos derechos humanos en la vida cotidiana?
3. ¿Cómo pueden ayudar estos derechos a ejercer una ciudadanía activa?

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Pliego con los derechos humanos de las mujeres

Derecho a la educación: a recibir educación sin ser discriminadas por ningún aspecto (condición social, de clase, orientación sexual, origen étnico, entre otros).

Derecho a la salud: a recibir servicios de salud dignos, con respeto y calidad, ya sea privados o públicos, y con una atención integral.

Derechos sexuales y reproductivos: a recibir una educación sexual clara, oportuna, científica y laica; ejercer la sexualidad de forma responsable e informada y libre de violencia; a decidir libremente sobre las opciones de reproducción como la maternidad y el uso de anticonceptivos.

Derecho a una vida libre de violencia: nadie tiene derecho a ejercer violencia hacia las mujeres, agredirlas o lastimarlas física, verbal, sexual o psicológicamente.

Derecho al trabajo: a recibir un salario justo así como las mismas oportunidades en igualdad que los hombres y a no ser despedidas por estar embarazadas.

Derecho al desarrollo: a decidir y contar con las condiciones favorables y en igualdad de oportunidades; a la igualdad de oportunidades; a obtener bienes y propiedades y a garantizar una vida digna.

Derecho a la participación política: en la toma de decisiones en los ámbitos comunitario y social; fomentar el liderazgo y participación comunitaria de las mujeres, a ser votadas y ejercer cargos de representación política.

Derecho a un medioambiente sano: a la educación y capacitación en el manejo adecuado de los

recursos naturales y en la conservación del medio ambiente.

Derecho a la información: al uso democrático de los medios de comunicación con acceso a información, libre expresión y tener las mismas oportunidades que los hombres.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Pliego con el "Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos"[2]

<table>
<tr><td colspan="2">Parte I</td></tr>
<tr><td colspan="2">Artículo 1
1. Todos los pueblos tienen el derecho de libre determinación. En virtud de este derecho establecen libremente su condición política y proveen asimismo a su desarrollo económico, social y cultural.
2. Para el logro de sus fines, todos los pueblos pueden disponer libremente de sus riquezas y recursos naturales, sin perjuicio de las obligaciones que derivan de la cooperación económica internacional basada en el principio del beneficio recíproco, así como del derecho internacional. En ningún caso podrá privarse a un pueblo de sus propios medios de subsistencia.
3. Los Estados Partes en el presente Pacto, incluso los que tienen la responsabilidad de administrar territorios no autónomos y territorios en fideicomiso, promoverán el ejercicio del derecho de libre determinación, y respetarán este derecho de conformidad con las disposiciones de la Carta de las Naciones Unidas.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Parte II</td></tr>
<tr><td>Artículo 2
1. Cada uno de los Estados Partes en el presente Pacto se compromete a respetar y a garantizar a todos los individuos que se encuentren en su territorio y estén sujetos a su jurisdicción los derechos reconocidos en el presente Pacto, sin distinción alguna de raza, color, sexo, idioma, religión, opinión política o de otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento o cualquier otra condición social… continúa.</td><td>Artículo 3
Los Estados Partes en el presente Pacto se comprometen a garantizar a hombres y mujeres la igualdad en el goce de todos los derechos civiles y políticos enunciados en el presente Pacto.</td></tr>
<tr><td>Artículo 4
1. En situaciones excepcionales que pongan en peligro la vida de la nación y cuya existencia haya sido proclamada oficialmente, los Estados Partes en el presente Pacto podrán adoptar disposiciones que, en la medida estrictamente limitada a las exigencias de la situación, suspendan las obligaciones contraídas en virtud de este Pacto,</td><td>Artículo 5
1. Ninguna disposición del presente Pacto podrá ser interpretada en el sentido de conceder derecho alguno a un Estado, grupo o individuo para emprender actividades o realizar actos encaminados a la destrucción de cualquiera de los derechos y libertades reconocidos en el Pacto o a su limitación en mayor medida que la prevista en él.</td></tr>
</table>

[2] Adoptado y abierto a la firma, ratificación y adhesión por la Asamblea General de las Naciones Unidas en su resolución 2200 A (XXI), de 16 de diciembre de 1966. Entrada en vigor: 24 de marzo de 1981 en México.

siempre que tales disposiciones no sean incompatibles con las demás obligaciones que les impone el derecho internacional y no entrañen discriminación alguna fundada únicamente en motivos de raza, color, sexo, idioma, religión u origen social… continúa.	2. No podrá admitirse restricción o menoscabo de ninguno de los derechos humanos fundamentales reconocidos o vigentes en un Estado Parte en virtud de leyes, convenciones, reglamentos o costumbres, so pretexto de que el presente Pacto no los reconoce o los reconoce en menor grado.
Parte III	
Artículo 6 1. El derecho a la vida es inherente a la persona humana. Este derecho estará protegido por la ley. Nadie podrá ser privado de la vida arbitrariamente. 2. En los países en que no hayan abolido la pena capital sólo podrá imponerse la pena de muerte por los más graves delitos y de conformidad con leyes que estén en vigor en el momento de cometerse el delito y que no sean contrarias a las disposiciones del presente Pacto ni a la Convención para la Prevención y Sanción del Delito de Genocidio. Esta pena sólo podrá imponerse en cumplimiento de sentencia definitiva de un tribunal competente... continúa.	**Artículo 7** Nadie será sometido a torturas ni a penas o tratos crueles, inhumanos o degradantes. En particular, nadie será sometido sin su libre consentimiento a experimentos médicos o científicos.
Artículo 8 1. Nadie estará sometido a esclavitud. La esclavitud y la trata de esclavos estarán prohibidas en todas sus formas. 2. Nadie estará sometido a servidumbre. 3. a) Nadie será constreñido a ejecutar un trabajo forzoso u obligatorio; b) El inciso precedente no podrá ser interpretado en el sentido de que prohíbe, en los países en los cuales ciertos delitos pueden ser castigados con la pena de prisión acompañada de trabajos forzados, el cumplimiento de una pena de trabajos forzados	**Artículo 9** 1. Todo individuo tiene derecho a la libertad y a la seguridad individual. Nadie podrá ser sometido a detención o prisión arbitrarias. Nadie podrá ser privado de su libertad, salvo por las causas fijadas por ley y con arreglo al procedimiento establecido en ésta. 2. Toda persona detenida será informada, en el momento de su detención, de las razones de la misma, y notificada, sin demora, de la acusación formulada contra ella. 3. Toda persona detenida o presa a causa de una infracción penal será llevada sin demora ante un

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

impuesta por un tribunal competente; c) No se considerarán como "trabajo forzoso u obligatorio", a los efectos de este párrafo: i) Los trabajos o servicios que, aparte de los mencionados en el inciso b), se exijan normalmente de una persona presa en virtud de una decisión judicial legalmente dictada, o de una persona que habiendo sido presa en virtud de tal decisión se encuentre en libertad condicional; ii) El servicio de carácter militar y, en los países donde se admite la exención por razones de conciencia, el servicio nacional que deben prestar conforme a la ley quienes se opongan al servicio militar por razones de conciencia. iii) El servicio impuesto en casos de peligro o calamidad que amenace la vida o el bienestar de la comunidad; iv) El trabajo o servicio que forme parte de las obligaciones cívicas normales.	juez u otro funcionario autorizado por la ley para ejercer funciones judiciales, y tendrá derecho a ser juzgada dentro de un plazo razonable o a ser puesta en libertad. La prisión preventiva de las personas que hayan de ser juzgadas no debe ser la regla general, pero su libertad podrá estar subordinada a garantías que aseguren la comparecencia del acusado en el acto del juicio, o en cualquier momento de las diligencias procesales y, en su caso, para la ejecución del fallo. 4. Toda persona que sea privada de libertad en virtud de detención o prisión tendrá derecho a recurrir ante un tribunal, a fin de que éste decida a la brevedad posible sobre la legalidad de su prisión y ordene su libertad si la prisión fuera ilegal. 5. Toda persona que haya sido ilegalmente detenida o presa, tendrá el derecho efectivo a obtener reparación.
Artículo 10 1. Toda persona privada de libertad será tratada humanamente y con el respeto debido a la dignidad inherente al ser humano. 2. a) Los procesados estarán separados de los condenados, salvo en circunstancias excepcionales, y serán sometidos a un tratamiento distinto, adecuado a su condición de personas no condenadas; b) Los menores procesados estarán separados de los adultos y deberán ser llevados ante los tribunales de justicia con la mayor celeridad posible para su enjuiciamiento. 3. El régimen penitenciario consistirá en un tratamiento cuya finalidad esencial será la reforma	**Artículo 11** Nadie será encarcelado por el solo hecho de no poder cumplir una obligación contractual.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

y la readaptación social de los penados. Los menores delincuentes estarán separados de los adultos y serán sometidos a un tratamiento adecuado a su edad y condición jurídica.	
Artículo 12 1. Toda persona que se halle legalmente en el territorio de un Estado tendrá derecho a circular libremente por él y a escoger libremente en él su residencia. 2. Toda persona tendrá derecho a salir libremente de cualquier país, incluso del propio. 3. Los derechos antes mencionados no podrán ser objeto de restricciones salvo cuando éstas se hallen previstas en la ley, sean necesarias para proteger la seguridad nacional, el orden público, la salud o la moral públicas o los derechos y libertades de terceros, y sean compatibles con los demás derechos reconocidos en el presente Pacto. 4. Nadie podrá ser arbitrariamente privado del derecho a entrar en su propio país.	**Artículo 13** El extranjero que se halle legalmente en el territorio de un Estado Parte en el presente Pacto sólo podrá ser expulsado de él en cumplimiento de una decisión adoptada conforme a la ley; y, a menos que razones imperiosas de seguridad nacional se opongan a ello, se permitirá a tal extranjero exponer las razones que lo asistan en contra de su expulsión, así como someter su caso a revisión ante la autoridad competente o bien ante la persona o personas designadas especialmente por dicha autoridad competente, y hacerse representar con tal fin ante ellas.
Artículo 14 1. Todas las personas son iguales ante los tribunales y cortes de justicia. Toda persona tendrá derecho a ser oída públicamente y con las debidas garantías por un tribunal competente, independiente e imparcial, establecido por la ley, en la substanciación de cualquier acusación de carácter penal formulada contra ella o para la determinación de sus derechos u obligaciones de carácter civil…(continúa). 2. Toda persona acusada de un delito tiene derecho a que se presuma su inocencia mientras no se pruebe su culpabilidad conforme a la ley. 3. Durante el proceso, toda persona acusada de un delito tendrá derecho, en plena igualdad, a las	**Artículo 15** 1. Nadie será condenado por actos u omisiones que en el momento de cometerse no fueran delictivos según el derecho nacional o internacional. Tampoco se impondrá pena más grave que la aplicable en el momento de la comisión del delito. Si con posterioridad a la comisión del delito la ley dispone la imposición de una pena más leve, el delincuente se beneficiará de ello. 2. Nada de lo dispuesto en este artículo se opondrá al juicio ni a la condena de una persona por actos u omisiones que, en el momento de cometerse, fueran delictivos según los principios generales del derecho reconocidos por la comunidad internacional.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

siguientes garantías mínimas: a) A ser informada sin demora, en un idioma que comprenda y en forma detallada, de la naturaleza y causas de la acusación formulada contra ella; b) A disponer del tiempo y de los medios adecuados para la preparación de su defensa y a comunicarse con un defensor de su elección… continúa.	
Artículo 16 Todo ser humano tiene derecho, en todas partes, al reconocimiento de su personalidad jurídica.	**Artículo 17** 1. Nadie será objeto de injerencias arbitrarias o ilegales en su vida privada, su familia, su domicilio o su correspondencia, ni de ataques ilegales a su honra y reputación. 2. Toda persona tiene derecho a la protección de la ley contra esas injerencias o esos ataques.
Artículo 18 1. Toda persona tiene derecho a la libertad de pensamiento, de conciencia y de religión; este derecho incluye la libertad de tener o de adoptar la religión o las creencias de su elección, así como la libertad de manifestar su religión o sus creencias, individual o colectivamente, tanto en público como en privado, mediante el culto, la celebración de los ritos, las prácticas y la enseñanza. 2. Nadie será objeto de medidas coercitivas que puedan menoscabar su libertad de tener o de adoptar la religión o las creencias de su elección. 3. La libertad de manifestar la propia religión o las propias creencias estará sujeta únicamente a las limitaciones prescritas por la ley que sean necesarias para proteger la seguridad, el orden, la salud o la moral públicos, o los derechos y libertades fundamentales de los demás. 4. Los Estados Partes en el presente Pacto se comprometen a respetar la libertad de los padres y, en su caso, de los tutores legales, para garantizar	**Artículo 19** 1. Nadie podrá ser molestado a causa de sus opiniones. 2. Toda persona tiene derecho a la libertad de expresión; este derecho comprende la libertad de buscar, recibir y difundir informaciones e ideas de toda índole, sin consideración de fronteras, ya sea oralmente, por escrito o en forma impresa o artística, o por cualquier otro procedimiento de su elección. 3. El ejercicio del derecho previsto en el párrafo 2 de este artículo entraña deberes y responsabilidades especiales. Por consiguiente, puede estar sujeto a ciertas restricciones, que deberán, sin embargo, estar expresamente fijadas por la ley y ser necesarias para: a) Asegurar el respeto a los derechos o a la reputación de los demás; **b**) La protección de la seguridad nacional, el orden público o la salud o la moral públicas**.**

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

que los hijos reciban la educación religiosa y moral que esté de acuerdo con sus propias convicciones.	
Artículo 20 **1**. Toda propaganda en favor de la guerra estará prohibida por la ley. 2. Toda apología del odio nacional, racial o religioso que constituya incitación a la discriminación, la hostilidad o la violencia estará prohibida por la ley.	**Artículo 21** Se reconoce el derecho de reunión pacífica. El ejercicio de tal derecho sólo podrá estar sujeto a las restricciones previstas por la ley que sean necesarias en una sociedad democrática, en interés de la seguridad nacional, de la seguridad pública o del orden público, o para proteger la salud o la moral públicas o los derechos y libertades de los demás.
Artículo 22 1. Toda persona tiene derecho a asociarse libremente con otras, incluso el derecho a fundar sindicatos y afiliarse a ellos para la protección de sus intereses. 2. El ejercicio de tal derecho sólo podrá estar sujeto a las restricciones previstas por la ley que sean necesarias en una sociedad democrática, en interés de la seguridad nacional, de la seguridad pública o del orden público, o para proteger la salud o la moral públicas o los derechos y libertades de los demás. El presente artículo no impedirá la imposición de restricciones legales al ejercicio de tal derecho cuando se trate de miembros de las fuerzas armadas y de la policía. 3. Ninguna disposición de este artículo autoriza a los Estados Partes en el Convenio de la Organización Internacional del Trabajo de 1948, relativo a la libertad sindical y a la protección del derecho de sindicación, a adoptar medidas legislativas que puedan menoscabar las garantías previstas en él ni a aplicar la ley de tal manera que pueda menoscabar esas garantías.	**Artículo 23** 1. La familia es el elemento natural y fundamental de la sociedad y tiene derecho a la protección de la sociedad y del Estado. 2. Se reconoce el derecho del hombre y de la mujer a contraer matrimonio y a fundar una familia si tienen edad para ello. 3. El matrimonio no podrá celebrarse sin el libre y pleno consentimiento de los contrayentes. 4. Los Estados Partes en el presente Pacto tomarán las medidas apropiadas para asegurar la igualdad de derechos y de responsabilidades de ambos esposos en cuanto al matrimonio, durante el matrimonio y en caso de disolución del mismo. En caso de disolución, se adoptarán disposiciones que aseguren la protección necesaria a los hijos**.**
Artículo 24	**Artículo 25**

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

1. Todo niño tiene derecho, sin discriminación alguna por motivos de raza, color, sexo, idioma, religión, origen nacional o social, posición económica o nacimiento, a las medidas de protección que su condición de menor requiere, tanto por parte de su familia como de la sociedad y del Estado. 2. Todo niño será inscrito inmediatamente después de su nacimiento y deberá tener un nombre. 3. Todo niño tiene derecho a adquirir una nacionalidad.	Todos los ciudadanos gozarán, sin ninguna de las distinciones mencionadas en el artículo 2, y sin restricciones indebidas, de los siguientes derechos y oportunidades: a) Participar en la dirección de los asuntos públicos, directamente o por medio de representantes libremente elegidos; b) Votar y ser elegidos en elecciones periódicas, auténticas, realizadas por sufragio universal e igual y por voto secreto que garantice la libre expresión de la voluntad de los electores; c) Tener acceso, en condiciones generales de igualdad a las funciones públicas de su país.
Artículo 26 Todas las personas son iguales ante la ley y tienen derecho sin discriminación a igual protección de la ley. A este respecto, la ley prohibirá toda discriminación y garantizará a todas las personas protección igual y efectiva contra cualquier discriminación por motivos de raza, color, sexo, idioma, religión, opiniones políticas o de cualquier índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento o cualquier otra condición social.	**Artículo 27** En los Estados en que existan minorías étnicas, religiosas o lingüísticas, no se les negará el derecho a tener su propia vida cultural, a profesar y practicar su propia religión y a emplear su propio idioma.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Tarjetas color verde referidas a los derechos humanos de las mujeres

Caso 1 **En mi trabajo Juan gana más que Enriqueta, aunque los dos son auxiliares de oficina.**
1. ¿Cuál es el derecho humano ejemplificado en este caso? 2. ¿Se respeta este derecho sí o no? 3. ¿Por qué? 4. ¿Qué piensas de que en un trabajo se haga esta distinción entre mujeres y hombres que tienen el mismo cargo, pero se les paga distinto conforme su sexo?

Caso 2 **En casa mi mamá y papá decidieron llevarnos a mi hermano y a mí a una plática sobre educación sexual dado que ambos somos adolescentes, sin embargo, mi abuela y abuelo se molestaron porque dijeron que sólo debían llevar a mi hermano porque yo siendo mujer, tengo que llegar "virgen al matrimonio".**
1. ¿Cuál es el derecho humano ejemplificado en este caso? 2. ¿Se respeta este derecho sí o no? 3. ¿Por qué? 4.- ¿Qué opinas de que se pretenda incidir en la vida sexual de la chica?

Caso 3 **En mi familia mis papás comenzaron a tener problemas económicos, por lo que nos comentaron que sólo podrán apoyar -por ahora- a una de sus hijas o uno de sus hijos para que vaya a la escuela. Un día papá se levantó y nos dijo que iría yo porque soy varón y que mi hermana se quedará en casa para ayudarle a mi mamá; luego de reflexionarlo le contesté a papá que no estaba de acuerdo con su decisión y que mejor lo acordáramos de una forma más democrática.**
1. ¿Cuál es el derecho humano ejemplificado en este caso? 2. ¿Se respeta este derecho sí o no? 3. ¿Por qué? 4. ¿Qué opinas de la respuesta que le da el hijo a su padre?

Caso 4 **María y sus vecinas quieren gestionar el drenaje en su colonia porque ya están cansadas de las inundaciones de cada año. Cuando ella se lo platica a su marido, él le dice que no ande en mitotes y que se dedique a atender su casa, a lo que María se opone**.
1. ¿Cuál es el derecho humano ejemplificado en este caso?

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

2. ¿Se respeta este derecho sí o no?
3. ¿Por qué?
4. ¿ ¿Qué opinas de que a una mujer se le limite su participación en la vida pública?

Caso 5

La suegra de Claudia frecuentemente le comenta que ya está grande como para ser madre; incluso ya sugirió a su hijo buscarse otra mujer para que le dé una nieta o nieto. Claudia ha decidido hablar con su suegra para pedirle que la respete y comentarle que esa decisión sólo involucra a su hijo y a ella, y que no permitirá la opinión de terceras personas al respecto.

1. ¿Cuál es el derecho humano ejemplificado en este caso?
2. ¿Se respeta este derecho sí o no?
3. ¿Por qué?
4. ¿Qué opinas de que a una mujer se le presione para que tenga hijas o hijos?

Caso 6

Patricia acudió junto con algunas de sus vecinas a un noticiario muy conocido a denunciar un problema de inseguridad pública en su colonia, a pesar de que son las primeras en llegar, al querer ingresar a las instalaciones, un grupo de personas manifestantes les quieren impedir el acceso, ya que consideran que su problema es más importante que el de ellas.

1. ¿Cuál es el derecho humano ejemplificado en este caso?
2. ¿Se respeta este derecho sí o no?
3. ¿Por qué?
4. ¿Qué opinas de que se les impida el acceso a las mujeres porque se opina que el problema de otras personas es más importante que el de ellas?

Caso 7

El otro día, fui al doctor para pedir información sobre métodos de planificación familiar pero cuando le pregunté al doctor qué opciones había para que también mi marido las considere, me dijo que mejor yo tomara anticonceptivos porque "los hombres luego no quieren usar ningún método" y ya no me dio más información.

1. ¿Cuál es el derecho humano ejemplificado en este caso?
2. ¿Se respeta este derecho sí o no?
3. ¿Por qué?

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

4. ¿Qué opinas de que haya sido el doctor la persona que decidiera qué método de planificación usara la mujer, descartando al hombre de esa posibilidad?

Caso 8

En mi colonia queremos hacer gestiones para que las autoridades limpien un camellón cercano que ya se está convirtiendo en un basurero público, pero cuando nos reunimos las vecinas y vecinos para decidir quién o quiénes acudirán a realizar la gestión, algunas personas opinan que es mejor que sólo vayan hombres porque "luego las mujeres no saben hablar".

1. ¿Cuál es el derecho humano ejemplificado en este caso?
2. ¿Se respeta este derecho sí o no?
3. ¿Por qué?
4.- ¿Qué opinas del comentario que se hace sobre las mujeres?

Caso 9

Cristina tiene cuatro hermanos y ella es la única mujer y la menor. El papá va a hacer su testamento -heredando algunos terrenos que posee- y ha dicho que a ella no la va a considerar porque piensa que "no los necesitará ya que es mujer y la van a mantener", por lo que sólo les heredará a los hijos. A lo que Cristina contesta que está en desacuerdo y le dice que es "injusta y anticuada" esa forma de pensar.

1. ¿Cuál es el derecho humano ejemplificado en este caso?
2. ¿Se respeta este derecho sí o no?
3. ¿Por qué?
4. ¿Qué opinas de la respuesta que le dio Cristina a su padre?

Caso 10

Miranda decidió "para en seco" a su marido y pedirle que la deje hablar ya que es usual que la interrumpa y la descalifique cuando ella quiere expresar algo. Cuando lo hizo, a su marido no le gustó y le respondió que "no se lo tome en serio" y que "sí la quiere".

1. ¿Cuál es el derecho humano ejemplificado en este caso?
2. ¿Se respeta este derecho sí o no?
3. ¿Por qué?
4.- ¿Qué opinas de la decisión que tomó Miranda?

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Tarjetas color naranja referidas al “Pacto Internacional por los Derechos Civiles y Políticos”

Caso 1 **La Comisión de participación comunitaria decidió enviar una carta a las autoridades de la Alcaldía para que se enteren de los problemas que tienen en la colonia, sin embargo, algunas vecinas y vecinos se oponen porque les da miedo hacerlo**.
1. ¿Cuál es el derecho civil y político ejemplificado en este caso? 2. ¿Se respeta este derecho sí o no? 3. ¿Por qué? 4. ¿Qué opinas de que en ocasiones la ciudadanía tenga temor a demandar algo a sus gobernantes?

Caso 2 **Lucía fue a un centro de salud para hacerse el papanicolau, cuando ya casi salía del consultorio, el personal médico le preguntó si permitiría que le instalaran un anticonceptivo del cual están probando su eficacia, como ella se negó, le dijeron que tuviera cuidado porque era posible que para la siguiente vez, le negaran el servicio en ese centro.**
1. ¿Cuál es el derecho civil y político ejemplificado en este caso? 2. ¿Se respeta este derecho sí o no? 3. ¿Por qué? 4.- ¿Qué opinas de la advertencia que el personal médico le hizo a Lucía?

Caso 3 **En una colonia las vecinas y vecinos decidieron manifestarse de forma pacífica y cerrar una avenida como reclamo por la falta de agua, pero llegó la policía y detuvo a varias personas y se las llevó, diciéndoles que no podían andar de “alborotadoras y alborotadores”.**
1. ¿Cuál es el derecho civil y político ejemplificado en este caso? 2. ¿Se respeta este derecho sí o no? 3. ¿Por qué? 4. ¿Qué opinas de la actuación de las autoridades ante una manifestación de la ciudadanía?

Caso 4 **Gabriela ganó las elecciones en su distrito electoral para ser diputada local. A los pocos días de haber tomado posesión de su cargo, la dirigencia de su partido político la obligó**

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

a solicitar permiso definitivo para que Andrés, su suplente, tomara su cargo. La dirigencia alegó que Andrés, por ser hombre, tendrá un "mejor desempeño" como diputado.
1. ¿Cuál es el derecho civil y político ejemplificado en este caso? 2. ¿Se respeta este derecho sí o no? 3. ¿Por qué? 4. ¿Qué opinas de que se le quite el cargo a Gabriela por el hecho de ser mujer?

Caso 5 **Natalia estaba con sus hijos en su casa viendo la televisión, cuando de pronto alguien tocó su puerta, cuando abrió una persona de seguridad pública intentó entrar a su domicilio argumentando que le informaron que a éste, se había metido una persona que recién había asaltado una farmacia cercana. Ante esto, Natalia se negó rotundamente y le advirtió que pediría ayuda por su intento de entrar a su casa.**
1. ¿Cuál es el derecho civil y político ejemplificado en este caso? 2. ¿Se respeta este derecho sí o no? 3. ¿Por qué? 4. ¿Qué opinas del comportamiento de la persona directora de la empresa hacia las personas trabajadoras?
Caso 6 **En el trabajo de Mónica se han presentado varios casos de violación a los derechos laborales, por tanto, algunas personas incluyéndola a ella se quieren organizar y formar un grupo para velar por sus derechos; sin embargo, cuando se entera la persona directora de la empresa, les amenaza y les dice que les va a despedir si emprenden algo.**
1. ¿Cuál es el derecho civil y político ejemplificado en este caso? 2. ¿Se respeta este derecho sí o no? 3. ¿Por qué? 4. ¿Qué opinas del comportamiento de la persona directora de la empresa hacia las personas empleadas?

Caso 7 **En una colonia existe un grupo de personas que están amenazando a las vecinas y vecinos advirtiéndoles que sólo dejarán transitar a las personas que vivan ahí y que no dejarán pasar a nadie de fuera.**
1. ¿Cuál es el derecho civil y político ejemplificado en este caso? 2. ¿Se respeta este derecho sí o no? 3. ¿Por qué?

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

4. ¿Qué opinas de la advertencia de ese grupo de personas hacia las y los vecinos?

Caso 8

Las mujeres conformaron un grupo para atender el problema de inseguridad pública en su colonia sin embargo, cuando una persona líder de un partido se enteró, les dijo que las podría "representar" con la condición de que se sumarán a su agrupación política porque de lo contrario "nadie les haría caso".

1. ¿Cuál es el derecho civil y político ejemplificado en este caso?
2. ¿Se respeta este derecho sí o no?
3. ¿Por qué?
4. ¿Qué opinas del comportamiento de la persona líder respecto al comité de mujeres?

Caso 9

Carolina ha vivido violencia por parte de su marido, ante esta situación Carolina ha decidido denunciarle, sin embargo, ella siente miedo porque él le ha dicho que "no la va a pelar" y que además él la mantiene así que mejor "ni se le ocurra hacer algo porque le irá peor".

1. ¿Cuál es el derecho civil y político ejemplificado en este caso?
2. ¿Se respeta este derecho sí o no?
3. ¿Por qué?
4. ¿Qué opinas de la respuesta que da el marido a Carolina?

Caso 10

Mariana tiene dos hijos, una niña y un niño, su actual pareja suele ser una persona muy consentidora con la niña, pero al niño lo trata mal porque dice que así se forma a los "verdaderos" hombres y se les hace más carácter.

1. ¿Cuál es el derecho civil y político ejemplificado en este caso?
2. ¿Se respeta este derecho sí o no?
3. ¿Por qué?
4. ¿Qué opinas del trato diferenciado que da la pareja actual de Mariana a su hija e hijo?

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Pliego blanco con “Hoja de respuestas” referidas a las tarjetas color verde de los derechos de las mujeres

Caso 1 **Derecho al trabajo:** a recibir un salario justo, así como las mismas oportunidades en igualdad que los hombres y a no ser despedidas por estar embarazadas.	**Caso 2** **Derechos sexuales y reproductivos:** a recibir una educación sexual clara, oportuna, científica y laica; ejercer la sexualidad de forma responsable e informada y libre de violencia; a decidir libremente sobre las opciones de reproducción como la maternidad y el uso de anticonceptivos.	**Caso 3** **Derecho a la educación:** a recibir educación sin ser discriminadas por ningún aspecto (condición social, de clase, orientación sexual, origen étnico, entre otros).
Caso 4 **Derecho a la participación política:** en la toma de decisiones en los ámbitos comunitario y social; fomentar el liderazgo y participación comunitaria de las mujeres, a ser votadas y ejercer cargos de representación política.	**Caso 5** **Derechos sexuales y reproductivos:** a recibir una educación sexual clara, oportuna, científica y laica; ejercer la sexualidad de forma responsable e informada y libre de violencia; a decidir libremente sobre las opciones de reproducción como la maternidad y el uso de anticonceptivos.	**Caso 6** **Derecho a la información:** al uso democrático de los medios de comunicación con acceso a información, libre expresión y tener las mismas oportunidades que los hombres.
Caso 7 **Derecho a la salud.** Recibir un trato digno, con respeto y calidad por parte del personal del servicio médico al que acudan, ya sea privado o público.	**Caso 8** **Derecho a la participación política:** en la toma de decisiones en los ámbitos comunitario y social; fomentar el liderazgo y participación comunitaria de las mujeres, a ser votadas y ejercer cargos de representación política.	**Caso 9** **Derecho al desarrollo**: a decidir y contar con las condiciones favorables y en igualdad de oportunidades; a la igualdad de oportunidades; a obtener bienes y propiedades y a garantizar una vida digna.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

	Derecho a un medioambiente sano: a la educación y capacitación en el manejo adecuado de los recursos naturales y en la conservación del medio ambiente.	
Caso 10 **Derecho a una vida libre de violencia:** nadie tiene derecho a ejercer violencia hacia las mujeres, agredirlas o lastimarlas física, verbal, sexual o psicológicamente.		

"Hoja de respuestas" de tarjetas color naranja referidas al "Pacto Internacional de los Derechos Civiles y Políticos".

Caso 1	**Caso 2**	**Caso 3**
Art. 25. Todos los ciudadanos gozarán, sin ninguna de las distinciones mencionadas en el artículo 2, y sin restricciones indebidas, de los siguientes derechos y oportunidades: a) Participar en la dirección de los asuntos públicos, directamente o por medio de representantes libremente elegidos; b) Votar y ser elegidos en elecciones periódicas, auténticas, realizadas por sufragio universal e igual y por voto secreto que garantice la libre expresión de la voluntad de los electores; c) Tener acceso, en condiciones generales de igualdad, a las funciones públicas de su país.	Art. 7. Nadie será sometido a torturas ni a penas o tratos crueles, inhumanos o degradantes. En particular, nadie será sometido sin su libre consentimiento a experimentos médicos o científicos.	Art. 9. Todo individuo tiene derecho a la libertad y seguridad personales. Nadie podrá ser sometido a detención o prisión arbitrarias.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Caso 4 Art. 25. Todos los ciudadanos gozarán, sin ninguna de las distinciones mencionadas en el artículo 2, y sin restricciones indebidas, de los siguientes derechos y oportunidades: a) Participar en la dirección de los asuntos públicos, directamente o por medio de representantes libremente elegidos; b) Votar y ser elegidos en elecciones periódicas, auténticas, realizadas por sufragio universal e igual y por voto secreto que garantice la libre expresión de la voluntad de los electores; c) Tener acceso, en condiciones generales de igualdad, a las funciones públicas de su país.	**Caso 5** Art. 17. Nadie será objeto de injerencias arbitrarias o ilegales en su vida privada, su familia, su domicilio o su correspondencia, ni de ataques ilegales a su honra y reputación.	**Caso 6** Art. 22. Toda persona tiene derecho a asociarse libremente con otras, incluso el derecho a fundar sindicatos y afiliarse a ellos para la protección de sus intereses.
Caso 7 Art. 12. Toda persona que se halle legalmente en el territorio de un Estado tendrá derecho a circular libremente por él y a escoger libremente en él su residencia.	**Caso 8** Art. 22. Toda persona tiene derecho a asociarse libremente con otras, incluso el derecho a fundar sindicatos y afiliarse a ellos para la protección de sus intereses.	**Caso 9** Art. 16. Todo ser humano tiene derecho, en todas partes, al reconocimiento de su personalidad jurídica.
Caso 10 Art. 24. Todo niño tiene derecho, sin discriminación alguna por motivos de raza, color, sexo, idioma, religión, origen nacional o social, posición económica o nacimiento, a las medidas de protección que su condición de menor requiere, tanto por parte de su familia como de la sociedad y del Estado.		

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Bibliografía

INMUJERES. (2002). Derechos humanos de las mujeres. Recuperado de http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/100850.pdf

Naciones Unidas. Oficina del Alto Comisionado. Derechos Humanos. (20 febrero 2020). Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos. Recuperado de https://www.ohchr.org/sp/professionalinterest/pages/ccpr.aspx

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Colección de Talleres

“Mujeres libres, solidarias y participativas”

Taller 2.
“Ciudadanía y mujeres en la Ciudad de México”

Ciudad de México

2021

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Índice

Presentación.....4

I. Marco general.....7

1.1 Cómo viven las mujeres en la actualidad.....7

1.2 Los desafíos en la "Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible".....9

1.3 Contribución del Instituto Electoral de la Ciudad de México para construir ciudadanía democrática.....11

1.4 Modelo de formación del IECM.....13

1.4.1 Perfil de las personas adultas.....14

1.4.2 Método "Ve que sí puedes".....15

1.4.3 Aprendizaje experiencial.....16

1.4.5 Lo lúdico como recurso didáctico del Modelo de formación del IECM.....19

1.4.6 Rol de las personas promotoras-facilitadoras ciudadanas.....19

1.4.7 Enfoques transversales en el modelo de formación del IECM.....21

II. Ciudadanía y mujeres.....25

2.1 Objetivos del taller.....25

2.2 ¿Qué es la ciudadanía?.....26

2.3 Marco jurídico que ampara la ciudadanía.....31

2.4 Tipos de ciudadanía.....44

2.5 Algunos aspectos clave que pueden contribuir a que las mujeres fortalezcan su ciudadanía.....48

2.6 Aportaciones de mujeres ejerciendo su ciudadanía en el mundo 57

I**II.Participación ciudadana** 58

3.1 ¿Qué es la participación ciudadana? 58

3.2 Tipos de participación ciudadana 60

3.3 Experiencias de participación ciudadana 64

IV. Desarrollo del taller 65

4.1 Objetivos del taller 66

4.2 Temas a abordar 67

4.3 Secuencia didáctica 68

4.4 Técnicas a utilizar 70

Fuentes de consulta 74

Anexo 81

Anexo 1. "Directorio de instituciones públicas que prestan algunos servicios a mujeres y hombres 81

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Presentación

El Instituto Electoral de la Ciudad de México (IECM) tiene la importante tarea de contribuir al desarrollo de la vida democrática en la Ciudad de México y promover la celebración de elecciones pacíficas, respetando el voto de la ciudadanía. Además, lleva a cabo acciones para la educación cívica, brindando apoyo, sobre todo, a personas que forman parte de los grupos de atención prioritaria ya que debido a la situación de desigualdad estructural que enfrentan, tienen mayores obstáculos para el pleno ejercicio de sus derechos político electorales, por lo que a través de estas acciones se busca su inclusión efectiva en la sociedad a partir de una participación ciudadana más activa.

Entre la población y grupos de atención prioritaria se encuentran las mujeres con quienes el IECM, en el cumplimiento de sus obligaciones, realiza acciones para que conozcan y ejerzan sus derechos humanos, enfocándose, sobre todo, a los civiles y políticos. En virtud de lo anterior, el IECM propone talleres formativos presenciales o en línea, como la Colección titulada “Mujeres libres, solidarias y participativas”, la cual tiene la finalidad de promover en las personas participantes el conocimiento, reconocimiento y la importancia del ejercicio de los derechos humanos, concretamente de los civiles y políticos, en cualquier ámbito de sus vidas como es con la pareja, familia, escuela, trabajo y/o comunidad, entre otros, para construir y fortalecer su ciudadanía activa. Dicha Colección está conformada por cinco talleres: 1) Derechos civiles y políticos: conócelos y ejércelos; 2) Ciudadanía y mujeres en la Ciudad de México; 3) Democracia en el hogar; 4) Democracia en las parejas y 5) Democracia y sexualidad y cada uno cuenta con su respectivo juego didáctico.

Esta Colección tiene como público meta en primera instancia, al personal que trabaja en el IECM y en otros Institutos Electorales, además de diferentes personas, grupos, organizaciones e instituciones públicas y privadas que llevan a cabo trabajo de formación y promoción en materia de educación cívica, democracia y ciudadanía; así como a las personas prestadoras de servicio social –que son las personas promotoras-facilitadoras ciudadanas- quienes también desempeñan una importante labor en el trabajo de

información, sensibilización y formación que lleva a cabo el IECM con la población. En segunda instancia, está el otro público meta final como son las mujeres y los hombres que forman parte de la población y grupos de atención prioritaria, de los estratos socioeconómicos "D", "E" y "C",[1] que se caracterizan porque su población cuenta con estudios de educación primaria o hasta secundaria en la mayoría de los casos; escaso o nulo acceso a internet en sus viviendas y limitados o muy limitados ingresos económicos que se destinan sobre todo a la alimentación y al transporte público.

El taller que se presenta a continuación se titula "**Ciudadanía y mujeres en la Ciudad de México**" y tiene el propósito de sensibilizar y formar a la población, sobre todo a las mujeres de la Ciudad de México, en la importancia de asumir y ejercer una ciudadanía activa para construir bienestar propio y común de forma corresponsable.

Los temas que aborda este taller son los siguientes: en el apartado I. Marco general que aplica para todos los talleres, en el cual se establece la situación que viven las mujeres en la actualidad; los desafíos que establece la Agenda 2030, en lo que se refiere a la igualdad de género y la reducción de las desigualdades, y la apuesta del modelo de formación que tiene el IECM para promover la educación cívica y democrática en la Ciudad de México, haciendo énfasis en cuatro enfoques transversales como son: el de derechos humanos, de género, inclusión y medioambiental. Luego está el apartado II en el que se aborda en primera instancia, qué es la ciudadanía, el marco jurídico que la ampara, las herramientas con las que cuenta, los tipos de ciudadanía que hay, así como algunos aportes destacados de

[1] El nivel socioeconómico es un parámetro económico y sociológico que combina la preparación laboral de una persona, la posición económica y social individual o familiar, en relación con otras personas, basada en sus ingresos, educación y empleo. Algunas de sus características son: Nivel socioeconómico "C" (Nivel Medio Emergente) son familias con escasos recursos para cubrir sus necesidades básicas; la persona jefa de familia tiene un nivel de estudios promedio de secundaria o preparatoria; el nivel de estudios de la persona jefa de familia puede tener estudios mayores a primaria; el principal ingreso viene del trabajo asalariado y del comercio formal o informal; casi la mitad de los hogares pueden contar con conexión a Internet fijo en la vivienda. El Nivel "D" son familias con una mala calidad de vida; tienen problemas para contar con lo básico para vivir, y regularmente pasan por condiciones sanitarias mínimas; su nivel de estudios de la persona jefa de familia es de secundaria y/o primaria; se emplean en empresa (s), fábrica (s) además de que pueden recibir ayudas del gobierno; sus principales gastos son: alimentos, transportación, pago de servicios y cuidado personal. En el caso del nivel "E" son familias que tienen escasez de todos los servicios y bienes; construyen sus hogares con materiales de desecho y tienen problemas permanentes y graves para subsistir; el nivel de estudios de la persona jefa de familia es menor a primaria; compran únicamente alimentos básicos y necesarios y pueden carecer de aparatos electrodomésticos que les faciliten las labores del hogar, entre otras características. Rankia. (12 de marzo 2021). *"Niveles socioeconómicos en México"*. España México. https://www.rankia.mx/blog/mejores-opiniones-mexico/3095882-niveles-socioeconomicos-mexico

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

mujeres practicando su ciudadanía en el mundo.

Posteriormente el apartado III. La participación ciudadana, qué es y los tipos que hay, así como algunas experiencias destacadas en el mundo y, por último, el apartado IV. Desarrollo del taller, en donde se establecen los objetivos del mismo, los temas a abordar, la secuencia didáctica y la explicación de las técnicas a utilizar.

Cabe destacar el reconocimiento al *expertise* y a las competencias establecidas tanto en el personal del IECM como en las personas prestadoras de servicio social, quienes tendrán en todo momento la posibilidad y libertad de adecuar y enriquecer los contenidos de este taller, es decir "tropicalizarlos,"[2] acorde al público meta final y a los territorios y condiciones en las que se trabaja en la Ciudad de México. Debido a esto, incluso la duración de cada taller puede ser corta por lo que no es posible pensar es que sólo porque una persona participe en éste ya ejercerá su ciudadanía activa, sin embargo, sí se puede aspirar a que estos talleres, brinden un espacio a partir del cual las personas salgan más informadas y, de ser posible, sensibilizadas en un tema tan importante como lo es el de ciudadanía y que ésta sea activa e integral.

Es así que se espera que con los contenidos de este taller "Ciudadanía y mujeres en la Ciudad de México" se logre sensibilizar y formar a la población, pero sobre todo a las mujeres, en el ejercicio de su ciudadanía, sus implicaciones, herramientas y en la importancia de aprovecharla para construir el bienestar propio y común, además de que con ello, se contribuye a crear una cultura cívica y democrática donde la ciudadanía sea tomada en cuenta, sea más incluyente y corresponsable en y de lo que acontece en la vida pública de su ciudad y de su país.

[2] Aunque es un término no aceptado por la Real Academia Española, se refiere a la acción de optimizar y producir contenidos relevantes dirigidos a determinadas audiencias. Concepto y Contenido. (9 marzo 2020). *¿Qué es tropicalizar al español mexicano?* [Mensaje en un blog]. Recuperado de https://conceptoycontenido.com/f/%C2%BFqu%C3%A9-es-tropicalizar-al-espa%C3%B1ol-mexicano.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Marco general

1.1 Cómo viven las mujeres en la actualidad

En México se ha ido transformando el papel tanto de las mujeres como de los hombres y se ha avanzado en el reconocimiento y ejercicio de los derechos humanos, sobre todo en aquellos que reconocen la igualdad entre las personas más allá de su condición física, económica, de género y educativa, entre otras. Sin embargo, esta transformación es paulatina y en momentos lenta, ya que aún prevalece un contexto desfavorable hacia las mujeres el cual se caracteriza por la violencia, los feminicidios, la falta de oportunidades educativas, económicas, laborales y políticas, así como por las desigualdades, además de la discriminación y el machismo, por mencionar algunos aspectos.

Entérate de algunas cifras

Se calcula que el 25.3% de las mujeres de 15 años y más, han experimentado **violencia en la escuela**; casi 3 mil mujeres fueron asesinadas en México en el 2019 y sólo 726 (24%) casos se investigan como **feminicidios;**[3] l**as mujeres indígenas** apenas alcanzan 5.7 años de escolaridad promedio y su desempeño en cargos de **representación política** en los Congresos Locales, es inferior en un 40% respecto a los hombres; el 21.9% de las mujeres han padecido **discriminación en el trabajo**; el 10.3% tiene menos oportunidades para ascender en este ámbito y el 5.7% cuenta con menos prestaciones que un hombre con el mismo nivel laboral, además de que 947 mil mujeres mayores de 15 años han sido forzadas a casarse.[4y5] En el mundo, las mujeres ganan 63% menos que los hombres y dedican el triple de horas a trabajos no remunerados.[6]

Como se puede ver las cifras son muy alarmantes y muestran parte de las condiciones de

[3] Animal Político. (25 de noviembre de 2019). Suman casi 3 mil mujeres asesinadas en México en 2019; sólo 726 se investigan como feminicidios. *Animal político.* Recuperado de https://www.animalpolitico.com/2019/11/3-mil-mujeres-asesinadas-mexico-2019-ocnf/

[4] INEGI. (2016). *Encuesta Nacional sobre Dinámica de las Relaciones en los Hogares 2016* (ENDIREH). Recuperado de https://www.inegi.org.mx/programas/endireh/2016/

[5] Comisión Española de Ayuda al Refugiado. (2019). *Situación de la mujer*. Comisión Española de Ayuda al Refugiado, pp. 6, 8 y 15. Recuperado de https://www.cear.es/wp-content/uploads/2019/05/Situaci%C3%B3n-de-la-mujer-en-M%C3%A9xico-2019.pdf

[6] Fondo Monetario Internacional. (2019). *Las mujeres y el crecimiento económico.* (Publicación trimestral Volumen 56 | Número 1. Finanzas y Desarrollo). Recuperado de https://www.imf.org/external/pubs/ft/fandd/spa/2019/03/pdf/fd0319s.pdf.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

vida en que han vivido y viven las mujeres, sobre todo en sociedades machistas en las cuales también prevalece el patriarcado y las construcciones de género,[7] las cuales determinan en mucho cómo es y lo que debe hacer una mujer.

Las Feminidades son atribuidas a las mujeres y a todos los cuerpos y personas que tienen rasgos, cualidades, comportamientos, actitudes, sentimientos, creencias, formas de pensamiento, lenguajes y formas de relacionarse entendibles dentro del estereotipo de lo que es "ser mujer". En la construcción de lo femenino, también prevalece la mentalidad de la mujer como el sexo débil, la que cuida, procura, es sensible además de ser "cosificadas" (es decir considerarse como "cosas") y objetos sexuales que "provocan" y "están para gustar" y dar placer, lo que "justifica" que se intercambian por dinero, animales o propiedades como la tierra o los inmuebles, tal cual sucede en localidades rurales y con la población indígena, aunque también se da en la población mestiza como sucede en los estados de Guerrero, Michoacán o Oaxaca.

Las Masculinidades son atribuidas a los hombres y a todos los cuerpos y personas que tienen rasgos, cualidades, comportamientos, actitudes, sentimientos, creencias, formas de pensamiento y comportamientos entendibles dentro del estereotipo de lo que es "ser hombre". Son otra de las construcciones culturales que predeterminan que lo masculino es lo opuesto a lo femenino, es decir lo que no es débil o emocional y que es más bien confiable, sólido, claro, comprensible, valiente, arrojado y firme. Los hombres tienen la necesidad de demostrar que lo son y requieren que otros les reconozcan. La sociedad patriarcal define al hombre como un ser potente con mandato, autoridad y con poder. Por ejemplo, en los perfiles sicológicos se identifica que la violencia sexual y doméstica son una demostración de la necesidad de confirmación y dominio y de ejercicio de poder de lo que es ser varón frente a una mujer.

Aunque los cambios son paulatinos, sí han sido significativos y han favorecido a la transformación de algunas de las condiciones adversas hacia las mujeres e incluso algunas de ellas han ido desapareciendo y se han ido modificando gradualmente, generando que exista mayor igualdad de género,[8] aunque aún no es suficiente.

---

[7] Patriarcado plantea un ejercicio autoritario del poder a quien lo ejerce, concentrado en una o en pocas personas. Este esquema de relación aleja a quien ejerce el poder, del grupo que domina y le impide tomar decisiones apropiadas y acordes con las necesidades y condiciones de aquellas personas a quienes representa. Esta situación genera desigualdad en el acceso al poder y limita la construcción de sociedades democráticas y sostenibles. Instituto Veracruzano de las Mujeres y Gobierno Federal. (2009). Cuadernillo. "Participación comunitaria de las mujeres: El papel de los agentes y agentas municipales con perspectiva de género". p. 10. Recuperado de http://www.ivermujeres.gob.mx/wp-content/uploads/sites/16/2015/10/30-Participaci%C3%B3n-Comunitaria-de-las-Mujeres-El-Papel-de-los-Agentes-y-Agentas-Municipales-con-Perspectiva-de-G%C3%A9nero.pdf

El género se refiere a los comportamientos, actividades, y atributos que una sociedad determinada, en una época determinada, considera apropiados para hombres y mujeres. Además, de los atributos sociales y las oportunidades asociadas con la condición de ser hombre y mujer, y las relaciones entre mujeres y hombres, y niñas y niños. Estos atributos, oportunidades y relaciones son construidos socialmente y aprendidos a través del proceso de socialización y son específicos al contexto/época y son cambiantes. El género ha desarrollado autocategorizaciones que incluyen rasgos de personalidad, actitudes y percepciones que derivan de características biológicas, físicas, económicas, sociales, psicológicas, eróticas, jurídicas, políticas y culturales que moldean y determinan qué se espera, se permite y se valora en una mujer (es decir lo femenino) o en un hombre (lo masculino) en un contexto determinado. Lagarde, Marcela (1996). *El género, fragmento literal: 'La perspectiva de género', en Género y feminismo. Desarrollo humano y democracia*, España, Horas y HORAS, pp. 13-38. Recuperado de https://catedraunescodh.unam.mx/catedra/CONACYT/08_EducDHyMediacionEscolar/Contenidos/Biblioteca/Lecturas-Complementarias/Lagarde_Genero.pdf.

[8] Por igualdad de género se entiende la igualdad de derechos, responsabilidades y oportunidades de todas las personas. La igualdad no significa que las mujeres y los hombres sean iguales, sino que los derechos, responsabilidades y oportunidades no dependen de si nacieron con determinado sexo. Implica que los intereses, necesidades y prioridades de mujeres y hombres se toman en cuenta, reconociendo la diversidad que existe entre ellas y ellos y en general entre todas las personas, y a que no es sólo un asunto de mujeres,

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Ahora bien, aunque hay aspectos favorables dado que hay mayor igualdad de género, también hay consecuencias negativas porque prevalece la desigualdad ya que, actualmente, las mujeres están asumiendo mayores cargas de trabajo, responsabilidades y obligaciones que se suman a las que ya tienen de por sí y que no siempre son remuneradas, valoradas ni reconocidas; e incluso llegan a afectar su salud física y emocional, incrementando la precarización de sus condiciones de vida. Actualmente las mujeres tienen que asumir dobles o triples jornadas de trabajo que se suman a las jornadas que ya de por sí tenían dentro del hogar, viven con más estrés y tienen que salir a trabajar fuera del hogar en condiciones desventajosas porque en ocasiones no reciben salarios justos ni son tratadas en igualdad con los hombres.

Por tanto, el reconocimiento, la adopción y el ejercicio de los derechos humanos, es imprescindible para que las mujeres -así como toda aquella otra población, grupos y sectores de atención prioritaria-[9] cuenten con las condiciones necesarias y favorables para que se puedan desarrollar, asumiéndose como ciudadanas con derechos y con poder de decisión tanto en su vida personal como en la vida pública. Por eso es tan importante que desde instituciones como el IECM, se trabaje por alinear y asumir compromisos establecidos por México en acuerdos internacionales como lo establecido en "Transformar nuestro mundo: la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible", la cual tiene entre sus planteamientos el "no dejar a nadie atrás", como se verá a continuación.

1.2 Los desafíos en la "Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible"

El documento para "Transformar nuestro mundo: la Agenda 2030 para el Desarrollo

sino que concierne e involucra tanto a ellas como a los hombres. La igualdad entre mujeres y hombres se considera una cuestión de derechos humanos y es un requisito como un indicador del desarrollo centrado en las personas. ONU Mujeres. Ibídem. *Profundicemos,* p. 46.

[9] Como son niñas, niños y adolescentes; personas jóvenes; personas adultas mayores; con discapacidad; quienes forman parte de la diversidad sexual; migrantes; víctimas; en situación de calle; privadas de la libertad; que residen en instituciones de asistencia social; afrodescendientes; indígenas y minorías religiosas, entre otras y otros, conforme lo mandata la Constitución local para que se garantice su atención preferente para que gocen del pleno ejercicio de sus derechos y se eliminen progresivamente las barreras que impiden la realización de sus derechos y alcancen su inclusión efectiva en la sociedad. Comisión de Derechos Humanos del Distrito Federal. Los derechos humanos de grupos de atención prioritaria. *Defensor (Número 9, año xvi, septiembre 2018).* https://cdhcm.org.mx/wp-content/uploads/2019/01/dfensor_09_2018.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Sostenible", conocido como la "Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible", fue aprobado el 25 de septiembre de 2015.[10] Dicha Agenda plantea 17 Objetivos del Desarrollo Sostenible (ODS) cuyo objetivo es poner fin a la pobreza, luchar contra la desigualdad y la injusticia, y hacer frente al cambio climático sin que nadie quede rezagado para el año 2030. Cabe destacar que México ha promovido en esta Agenda los temas de inclusión y equidad en un marco de derechos, además de seguir construyendo ciudadanía para las mexicanas y mexicanos.

La Agenda 2030 es considerada por los Estados como la expresión de una "visión de futuro ambiciosa y transformativa" y un compromiso para construir un mundo ambientalmente sostenible, socialmente justo y económicamente productivo, donde todas las personas disfruten del pleno respeto de sus derechos humanos. Sus 17 ODS son los siguientes:[11]

Fuente: Agenda 2030 para el desarrollo sostenible, disponible en: http://www.onu.org.mx/agenda-2030/

Aunque se trata de 17 ODS, destacan los objetivos 5, 8, 10, 13 y 16, vinculados a la igualdad de género y a la reducción de las desigualdades. (Para más información véase el contenido

[10] Es un acuerdo que, si bien no es un documento jurídicamente vinculante, sí está relacionado con Convenciones y Pactos de Derechos Humanos de carácter vinculante y es un marco referencial que orienta las políticas y programas públicos en todos los niveles (municipal, estatal, nacional e internacional) de los 193 países que la adoptaron -todos Estados Miembros de las Naciones Unidas-, entre ellos México. Naciones Unidas México. (20 de febrero 2020). *Agenda 2030.* Recuperado de http://www.onu.org.mx/agenda-2030/

[11] Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD). (2019). El enfoque de la agenda 2030 en planes y programas públicos en México. (PNUD), p. 16. Recuperado de https://www.undp.org/content/dam/mexico/docs/Publicaciones/PublicacionesGobernabilidadDemocratica/190305Gu%C3%ADaPlanear.pdf

de esta Agenda en http://www.onu.org.mx/agenda-2030/). Asimismo, dicha Agenda establece como enfoques transversales el de derechos humanos, de género, inclusión y medioambiental.[12]

1.3 Contribución del Instituto Electoral de la Ciudad de México para construir ciudadanía democrática

El IECM es la autoridad electoral depositaria de la función estatal para organizar las elecciones en la Ciudad de México y los procedimientos de participación ciudadana. Como organismo público autónomo, desde hace dos décadas, contribuye a fortalecer el régimen de partidos políticos y agrupaciones políticas locales, y trabaja en la **construcción de una ciudadanía más democrática y participativa** con el propósito de contribuir a generar una cultura cívica en la población y que ésta no sólo participe en procesos electorales específicos, sino que tenga un desempeño corresponsable en la vida pública de esta ciudad, del país y del mundo.

Por otro lado, para el IECM es estratégico promover a la **democracia** como una **forma de vida**; en la que las personas interactúan y se comportan respetando las leyes, ejerciendo **valores democráticos** como la tolerancia, la legalidad, el respeto, el diálogo, la pluralidad y la convivencia pacífica, entre otros, y en donde se reconoce la dignidad de las personas y la

[12] El enfoque de derechos humanos busca que las personas estén informadas, conozcan y ejerzan sus derechos humanos en cualquier ámbito de su vida y promueve que el Estado sea garante de los derechos humanos, los respete y los cumpla. El ejercicio de todos los derechos humanos conlleva la responsabilidad de su ejercicio. Por su parte, el enfoque de género promueve que en el mundo prevalezca el "respeto universal por los derechos humanos y la dignidad humana" y que "todas las mujeres y niñas gocen de la plena igualdad de género, y donde se hayan eliminado todos los obstáculos jurídicos, sociales y económicos que impiden su empoderamiento". Concretamente la Agenda 2030 promueve la igualdad de género no sólo como un derecho humano fundamental, sino como una base necesaria para lograr un mundo pacífico, próspero y sostenible. Respecto al enfoque de inclusión, demanda flexibilidad, hacer visibles la diferencias y asignar a cada persona lo que le corresponde, además de reconocer la pluralidad entre las personas, sobre todo con aquellas que forman parte de los grupos de atención prioritaria como pueden ser las niñas, niños, adolescentes, personas jóvenes, mujeres, personas que forman parte de la comunidad de lesbianas, gays, bisexuales, transexual, transgénero, travesti e intersexual, entre otras (LGBTTTI+), personas mayores, con discapacidad, indígenas, afromexicanas, migrantes y en situación de pobreza, entre otras. Y el enfoque medioambiental, el cual se interrelaciona con otras esferas como la social y la económica en pro del desarrollo sostenible y se denomina "Enfoque integrado para el desarrollo sostenible", aunque en el marco general de este taller se continuará llamando enfoque medioambiental. Este enfoque plantea la interdependencia entre el progreso social, el crecimiento económico y la protección ambiental y, por otro, la necesidad de asegurar beneficios simultáneos y de largo plazo en todos estos ámbitos (PNUMA, 2016). Por ello, la vinculación entre las esferas económica, social y ambiental. ONU Medio ambiente. (2018). *El Enfoque Integrado y la Dimensión Ambiental en la Agenda 2030.* Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente, p.6. Recuperado de https://wedocs.unep.org/bitstream/handle/20.500.11822/25644/dimension_ambiental_agenda2030.pdf?sequence=1&isAllowed=y y PNUD. (20 enero 2021). *Agenda 2030 Igualdad de Género para no dejar a nadie atrás*. Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD). Recuperado de http://americalatinagenera.org/newsite/index.php/es/igualdad-de-genero-y-agenda-2030

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

igualdad en la posesión y ejercicio de los derechos humanos, entre ellos los civiles y políticos.[13] La democracia está presente en la vida social, familiar, en la escuela, en la pareja, en el trabajo, es decir, en todos los ámbitos de la vida de una persona porque está conformada por un conjunto de valores que ayudan a convivir de forma pacífica y armónica.[14]

Así también, la democracia tiene que ver, tanto en lo político como en lo social, con las formas de participar e interactuar, es decir, con la posibilidad de coexistir de manera armónica e incluyente, gracias a actitudes y prácticas basadas en el respeto a las personas y a la ley, reconociendo su igualdad y dignidad así como con el ejercicio de la tolerancia y el diálogo como medios para conciliar las divergencias.[15] Otra tarea importante llevada a cabo por el IECM es la **educación cívica**, la cual tiene el propósito de contribuir al desarrollo de la **personalidad democrática**[16] con atributos y conductas orientadas al respeto y ejercicio de los derechos y valores humanos.

Asimismo, el IECM cuenta con la "***Estrategia Integral de Educación Cívica para la Ciudad de México 2017-2023***" (EI1723) cuyo propósito es generar las condiciones necesarias para el desarrollo de habilidades que permitan a la ciudadanía, la deliberación democrática y el uso de los mecanismos de exigencia para incidir en la solución de problemas públicos en su ciudad;[17] además de haber desarrollado, a lo largo de más de veinte años de existencia, un

[13] Rico, O. (2007). *Educación cívica y personalidad democrática*. *Educar para la convivencia con vivencia*. Manual para educadores. Recuperado de http://portal.iedf.org.mx/biblioteca/docentes/02_ECPD_Manual%20educadores_2007.pdf (p. 31).

[14] Fuentes y Covarrubias. (2016). Culturas familiares: hacia la construcción de familias democráticas. Guía para la implementación del taller. Recuperado de http://portal.iedf.org.mx/biblioteca/familia/culturas%20familiares_biblioteca%20e.pdf (p. 33).

[15] Rico, O. Ibídem, Educación cívica…p. 33.

[16] La personalidad democrática está conformada por un conjunto de capacidades y competencias cívicas que derivan del aprendizaje de diversos contenidos cognitivos, actitudinales y axiológicos, así como del desarrollo de habilidades como el diálogo, la autorregulación o la empatía que favorecen a una mejor convivencia. Por su parte las competencias cívicas implican lo que sabe una persona, lo que puede hacer (capacidades), lo que tiene la voluntad de hacer y lo que es (personalidad y actitud). Es el conjunto de nociones, conocimientos adquiridos y actitudes que permiten a las personas responder ante situaciones de su vida personal y social, en las que se involucra su perspectiva moral y cívica, así como su capacidad de resolver necesidades y conflictos tanto individuales como aquellos que se presentan en la interacción con las otras personas, estableciendo relaciones positivas. Conllevan diversas capacidades como: el auto reconocimiento y el auto cuidado de sí misma o mismo; el ejercicio responsable de algunos valores como la libertad.; el respeto y la pluralidad; el sentido de pertenencia a la comunidad, a la nación y la humanidad; el manejo y resolución de los conflictos; la participación social y política; el apego a la legalidad y al sentido de justicia, además del aprecio y la valoración de la democracia. Rico, O. Ibídem. *Educación cívica y personalidad democrática*…pp. 37-41.

[17] La EI1723 retoma tres ejes estratégicos para el fortalecimiento de la cultura cívica: Verdad, Diálogo y Exigencia, y propone procesos formativos para que la ciudadanía: a) Incremente el uso práctico de la información pública relacionada con la cultura cívica; b) Se apropie del valor del diálogo como medio para articular demandas, y c) Elabore soluciones como ente colectivo además de que exija congruencia del servicio público e incida en la solución de problemáticas públicas. Asimismo, la EI1723 cuenta con 3 ejes transversales: 1) Las alianzas

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

modelo de formación que busca promover la educación cívica y democrática en la Ciudad de México, haciendo énfasis en cuatro enfoques transversales como son: el de derechos humanos, género, inclusión y medioambiental, los cuales se abordarán más adelante.

1.4 Modelo de formación del IECM

Como ya se mencionó, el IECM ha desarrollado a lo largo de sus veinte años de existencia, un **Modelo de Formación Ciudadana** el cual pretende, entre otros aspectos, que las personas fortalezcan su ciudadanía y pasen del ejercicio de una ciudadanía pasiva a una activa. Por ciudadanía pasiva se entiende aquella en la que se tienen actitudes y comportamientos que muestran un nulo o escaso conocimiento y ejercicio de los derechos y valores democráticos; prevalece la apatía y se es indiferente a lo que acontece en la vida pública y en el entorno; sólo se busca el beneficio y bienestar individual, no tanto el bienestar común ni del medioambiente en donde se vive y se tienen actitudes más reactivas que proactivas, y su participación en la vida pública responde más bien a estímulos externos como pueden ser recibir dinero, camisetas, gorras, etcétera.

Por su parte la ciudadanía activa implica el conocimiento y ejercicio de los derechos y valores humanos y se manifiesta en las actitudes y acciones que emprende una persona para buscar el bienestar común y no sólo el propio; incluyendo el medioambiente que le rodea. La ciudadanía activa se informa, se forma, asume la corresponsabilidad de lo que acontece en la vida pública y aportar soluciones para crear mejores condiciones de vida para todas y todos,[18] sin esperar a que el gobierno "lo haga todo". Por ejemplo, una ciudadanía activa es aquella que cuida y procura su medioambiente inmediato, no lo contamina y trata de mantenerlo limpio sin esperar a que sus vecinas y vecinos limpien la calle o el gobierno mande el servicio de limpieza.

interinstitucionales, 2) La perspectiva de género e inclusión, el uso del lenguaje no sexista e incluyente y 3) Una ruta de seguimiento y evaluación en su implementación. Instituto Electoral del Distrito Federal. *Estrategia Integral de Educación Cívica para la Ciudad de México 2017-2023*. (EI1723), pp. 27 y 29. Recuperado de http://www.iedf.org.mx/www/sites/CapitalCivica/EI1723.pdf

[18]Instituto Nacional Electoral (INE). (2014). Ciudadanía en México ¿Ciudadanía activa?, p. 14. Recuperado de https://portalanterior.ine.mx/archivos2/s/DECEYEC/EducacionCivica/Ciudadania-Activa.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Ahora bien, el **Modelo de formación Ciudadana del IECM** está conformado por seis pilares y cuatro enfoques transversales:

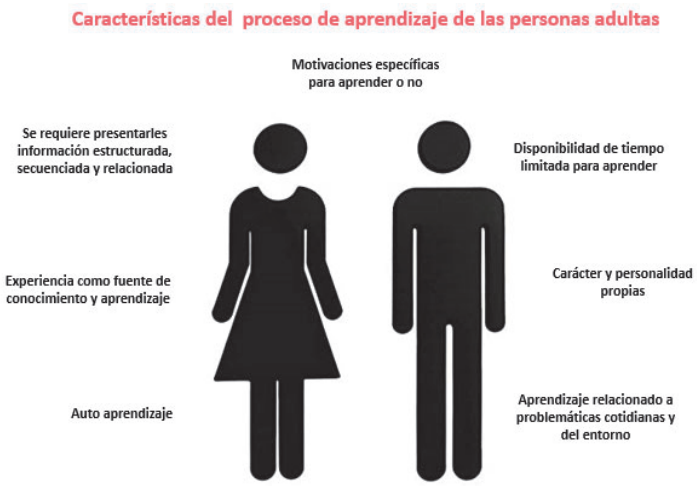
Fuente: elaboración propia con base en el modelo de formación del IECM.

1.4.1 Perfil de las personas adultas.- El proceso de aprendizaje en las personas adultas[19] implica la adquisición, confrontación, cuestionamiento, replanteamiento, reafirmación y enriquecimiento de información, conocimientos, valores y saberes, etcétera, que ya se poseen y que pueden contribuir a modificar sus percepciones, pensamientos, conocimientos, saberes, opiniones y comportamientos. Algunas de las características del proceso de aprendizaje en las personas adultas son:

[19] Las etapas tanto de la juventud como de la adultez, así como las capacidades físicas como la fuerza, la velocidad, la resistencia y la edad en las personas ya que estas capacidades entran en una etapa de plenitud entre los 20 y los 30 años, y pueden tener una reducción, en ocasiones significativa, durante la vejez del ser humano. Universidad de Educación a Distancia. (2000). Especificidad de la educación de adultos. Bases psicopedagógicas y señas de identidad. *Educación XX1. (ISSN: 1139-613X*), pp.9, 14-15. Recuperado de https://www.redalyc.org/pdf/706/70600304.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

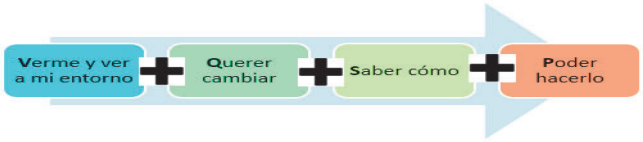
Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento



Fuente: elaboración propia con base en Universidad de Educación a Distancia. Ibídem. *Especificidad de la educación...* p. 110.

Algunos aspectos que pueden facilitar el proceso de aprendizaje en las personas adultas son: a) Realizar actividades que vinculen los contenidos abordados a su aplicación práctica; b) Analizar las situaciones y no sólo exponerlas; c) Visibilizar los resultados durante el proceso de aprendizaje y reforzar el aprendizaje deseado; d) Realizar ejercicios y repeticiones para corroborar y clarificar los contenidos; e) Motivar la comprensión, relevancia y aplicación de lo que se va a aprender y f) Tomar en cuenta el estado de salud, sobre todo si las personas se sienten fatigadas o enfermas, para recuperar su atención y ánimo.

1.4.2 Método "Ve que sí puedes": Dicho método atiende la necesidad de que las personas participantes en los talleres reflexionen, por un momento, y se motiven sobre el tipo de ciudadanía que están ejerciendo, comenzando por el auto reconocimiento de sí mismas y de su entorno a fin de identificar cómo se encuentran en este tema y valorar si desde su perspectiva, consideran conveniente modificar algunos aspectos para que ejerzan una ciudadanía más activa, de ser el caso. El método "Ve Que Sí Puedes" está compuesto por las iniciales de las palabras:



Fuente: elaboración propia con base en: Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. Ibídem. "Metodología PESA…"

Verme y ver mi entorno: Este auto reconocimiento es indispensable para comenzar a revisar "cómo estoy y me encuentro" al momento, así como observar cómo se encuentra mi entorno.	**Querer cambiar**: Se requiere el convencimiento y la voluntad de querer cambiar y pasar del pensamiento a la acción y no sólo quedarse en el plano del "así estoy bien" o el "sí quiero cambiar" pero en realidad no se hace nada.
Saber cómo: A partir de la información-conocimientos que una persona recibe, incorporarlos a fin de adquirir nuevas herramientas y habilidades y aplicarlos en el día a día para hacer las cosas de forma distinta y mejores.	**Poder hacerlo**: Tomar la decisión de actuar, modificar, mejorar, fortalecer y/o transformar aspectos personales con efectos en el entorno inmediato (pareja, familia, amistades, medio ambiente, etcétera).

1.4.3 Aprendizaje experiencial: Consiste en la interrelación entre la experiencia y la reflexión por parte de las personas adultas, donde no sólo basta con la experiencia para asegurar el aprendizaje, sino que éste debe estar íntimamente ligado a un proceso de reflexión personal, en el que se construyen significados a partir de experiencias vividas.[20] De ahí que sea tan importante que las personas a quienes se pretende formar, manifiesten sus conocimientos, valores propios, percepciones, fortalezas personales así como sus limitaciones, ya que todo en conjunto conforma los **saberes** que ya poseen. De ahí que sea tan importante cuidar tanto la forma como el fondo, para que las sesiones sean en la medida de lo posible, espacios informativos, pero también de sensibilización y reflexión con

[20] Universidad de Jaen. (2010). El aprendizaje experiencial y las nuevas demandas formativas. *Revista de Antropología Experimental* (*nº 10, 2010, especial educación 8)*, pp. 89-102. Recuperado de http://revista.ujaen.es/huesped/rae/articulos2010/edu1008pdf.pdf[21] Fuentes y Covarrubias. Ibídem. Culturas familiares…, p. 32.

Eliminado: ¶

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

nueva información y contenidos que aporten y enriquezcan los saberes que ya traen las personas.

1.4.4 Formación en valores de la democracia.- Otro de los pilares del Modelo de formación del IECM, es la formación en valores de la democracia.[21] Los valores son el conjunto de apreciaciones y opciones que afectan la conducta y configuran y moldean tanto ideas como formas de pensar, así como los sentimientos de las personas. Se trata de habilidades que se desarrollan mediante la práctica. De modo que formar en valores de la democracia implica que las personas reconozcan los beneficios, perjuicios y efectos que provocan su adopción y práctica en la interacción con las otras personas, con la finalidad de que, de manera consciente y responsable, se opte por ellos para crear ambientes de convivencia sanos donde prevalezca el beneficio mutuo y común y no solo el propio.

En la medida que se desarrollen capacidades en las personas para ejercer los valores de la democracia, esto ayudará, junto con otros aspectos, a construir sociedades que convivan de manera más armónica, respetuosa y pacífica, donde las personas se puedan desarrollar humanamente, sobre todo en sociedades actuales que se caracterizan por estar más bien "deshumanizándose", sin tejido social, individualizadas y empobrecidas en diversos aspectos, lo que ha llevado a contextos sociales, económicos y políticos donde prevalece la inseguridad, la violencia y el miedo, por mencionar algunas problemáticas. Los **valores democráticos** son los siguientes:[22]

[21] Fuentes y Covarrubias. Ibídem. Culturas familiares…, p. 32.
[22] IEDF. Ibídem. *Culturas familiares*… p. 34.[23] Asociación internacional de aprendizaje experiencial. Ibídem.

Eliminado: ¶

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Diálogo.- Es el intercambio de opiniones y sentimientos de manera tranquila, respetuosa y pacífica para convivir y entenderse mutuamente.

Igualdad.- Implica reconocer y respetar el valor de las personas por ser seres humanos, reconociendo sus derechos humanos y dignidad sin discriminar.

Legalidad.- Es actuar conforme a las reglas y normas establecidas y en el marco de la ley, evitando así dañar a terceras personas y respetando sus derechos humanos y dignidad.

Participación.- Es la acción de tomar parte de algo, junto con más personas, para alcanzar un objetivo común.

Respeto.- Es un valor social en el trato entre las personas y que se muestra también ante situaciones y/o circunstancias; parte del reconocimiento de que todas las personas tienen los mismos derechos y dignidad, evitando causar daños o perjuicios.

Libertad.- Es la posibilidad de pensar, elegir, decidir y actuar sin presiones externas, siendo responsable de asumir las consecuencias y/o resultados para la misma persona y para las demás.

Pluralidad.- Es el reconocimiento e inclusión de las distintas formas de pensar, ser y actuar, lo que implica la tolerancia y el respeto y permite que las personas convivan mejor.

Responsabilidad.-Prever y asumir las consecuencias de los propios actos, para las demás personas y para el entorno. Cuando alguien es responsable se compromete con su decisión y comunidad.

Tolerancia.- Es cuando se tiene la disposición de respetar a quienes tienen formas de pensar, ser y actuar distintas a la propia, siempre y cuando estas personas no cuestionen y/o vulneren la dignidad de las otras personas.

Sin embargo, para ejercer los valores democráticos se requiere desarrollar diversas capacidades para la convivencia las cuales contribuyen a que las personas adquieran a su vez competencias cívicas. De modo que uno de los retos en los talleres a impartir, es generar procesos de formación creando espacios en donde las personas participantes se auto

reconozcan y reflexionen, al menos por un momento, sus propios valores, identifiquen aquellos que son democráticos y se sensibilicen en la importante función que éstos tienen para formar y ejercer ciudadanía activa, contribuyendo así a desarrollar y fortalecer competencias cívicas en ellas y ellos.

1.4.5 Lo lúdico como recurso didáctico del Modelo de formación del IECM

"*Puedes aprender más de un individuo, durante una hora de juego, que en un año de conversación*" Platón.[23]

El juego es un recurso que en sí mismo es grato y relajante para quien lo practica; es una actividad que crea reglas, permite la interacción e integración y ayuda a "romper el hielo" entre quienes lo llevan a cabo. Las actividades lúdicas son también una estrategia educativa que favorece el desarrollo intelectual y afectivo en un proceso de aprendizaje. Suele ser repetitivo, placentero y tiene diversas finalidades (fomentar la cooperación, el diálogo, el debate, etcétera); también es factor de socialización y motivación.

La función del juego en los talleres es estimular la identificación y aplicación de los contenidos que se trabajen, pero también ayudar a que las personas se puedan enfrentar a situaciones y ejemplos ficticios, pero que se refieren a situaciones de la vida real en las que se puede aplicar lo aprendido. De ahí que el juego facilite la interacción, relaje a las personas, pero también las coloque ante situaciones donde pueden aplicar, repasar, reflexionar y decidir tomando como referentes tanto los saberes propios como lo que se está aprendiendo. De manera que, al echar mano del recurso lúdico, se genera un proceso de formación vivencial y se explotan al máximo las experiencias de la vida, enriqueciendo el aprendizaje individual y colectivo.

1.4.6 Rol de las personas promotoras-facilitadoras ciudadanas

"El aprendizaje es experiencia, todo lo demás es información" Albert Einstein.

[23] Asociación internacional de aprendizaje experiencial. Ibídem.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

En el modelo de formación del IECM hay dos tipos de actores básicos: por un lado, están las personas participantes en los talleres y por el otro las personas promotoras-facilitadoras. Las personas promotoras-facilitadoras tienen la función de facilitar y motivar el intercambio de ideas, experiencias y reflexiones entre quienes asisten a tomar el taller. Facilitar significa hacer posible o más sencilla determinada tarea; de modo que la persona promotora-facilitadora es aquella quien posee determinadas aptitudes, principios, conocimientos y habilidades, que le permiten motivar procesos de información, sensibilización y formación en las personas y en los colectivos.[24]

Las personas promotoras-facilitadoras deben tener la capacidad de realizar el trabajo de guías, escuchar, identificar, reconocer los saberes de las personas participantes en los talleres, además de manejarse con respeto hacia ellas y aplicar los valores democráticos y fomentarlos durante el desarrollo del taller. Es decir, deben propiciar en cada taller un ambiente de respeto, pluralidad, tolerancia, diálogo y convivencia, donde se construya una cultura democrática.

En todos estos puntos, es muy importante tratar de aprovechar al máximo el tiempo con las personas participantes en los talleres e identificar hasta qué nivel se pretende incidir en ellas, clarificando ¿qué se va a transmitir? ¿cómo se va a hacer y con qué herramientas se cuenta? ¿a qué meta (s) de información, sensibilización y/o formación se aspira llegar?, y ¿durante cuánto tiempo se va a trabajar con ellas?, entre otros aspectos ya que, si la persona promotora-facilitadora tiene claro todo esto, será más realista y asertiva en su proceso de formación.

[24] FAO y SADER. Ibídem. *Metodología*…p.16.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

1.4.7 Enfoques transversales en el modelo de formación del IECM

Como se mencionó anteriormente, el modelo de formación del IECM incorpora cuatro enfoques de forma transversal a fin de que se visibilicen y se promuevan en el trabajo de información, sensibilización y formación que se lleve a cabo en los talleres.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Enfoque de derechos humanos[25]	Enfoque de género	Enfoque de inclusión	Enfoque medioambiental
Este enfoque busca que las personas estén informadas, conozcan y ejerzan sus derechos humanos en cualquier ámbito de su vida y promueve que el Estado sea garante de los derechos humanos, los respete y los cumpla. Cabe destacar que el ejercicio de todos los derechos humanos conlleva la responsabilidad de su ejercicio. Algunas de las obligaciones del Estado en materia de derechos humanos son: ● Promover los derechos humanos para fortalecer una cultura de	Género se refiere a las identidades socialmente construidas, los atributos y los roles asignados a mujeres y hombres. "Género" no equivale sólo a las "mujeres" sino que se atribuye a las diferencias sexuales que generan relaciones jerárquicas entre hombres y mujeres y a la distribución de facultades y derechos en favor del hombre y en detrimento de la mujer. [26] Visibiliza la desigualdad con base en el sexo de las personas. El enfoque de género busca:	La inclusión es un proceso de identificación y comprensión de la diversidad en la sociedad que busca reducir las barreras que obstaculizan y discriminan el reconocimiento del "otro" y de su participación, lo que implica compartir las oportunidades y los bienes y servicios que están disponibles y que se generan en la sociedad. La inclusión demanda flexibilidad, hacer visibles la diferencias y asignar a cada persona lo que le corresponde, además de reconocer la pluralidad entre la población de atención prioritaria como pueden ser las niñas, niños, adolescentes, personas jóvenes, mujeres, personas que forman parte de la comunidad de lesbianas, gays,	Promueve que las personas se sensibilicen y sean responsables del medioambiente y del entorno en donde viven. Procurando el desarrollo sostenible (es decir, la satisfacción de las necesidades de la generación presente sin comprometer los recursos de las generaciones futuras para satisfacer las necesidades propias).[28] Una persona que es responsable de su medioambiente: • Respeta y protege todas las formas de vida; • Reconoce y asume los impactos y costos ambientales de sus acciones y

[25] Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA). (24 de febrero 2020). *El enfoque basado en los derechos humanos*. UNFPA. https://www.unfpa.org/es/el-enfoque-basado-en-los-derechos-humanos.

[26] Naciones Unidas Derechos Humanos. Oficina del Alto Comisionado. (2017). *Los derechos de la mujer son derechos humanos*. ISBN 978-92-1-354131-9, p. 43. https://www.ohchr.org/Documents/Publications/HR-PUB-14-2_SP.pdf

[28] Brundtland, Gro. (2018). *SOCIEDAD Brundtland, ¿Dónde está nuestro futuro común?* United Explanations. https://www.unitedexplanations.org/2012/04/02/brundtland-donde-esta-nuestro-futuro-comun/.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

derechos humanos en el quehacer cotidiano; ● Respetar los límites del poder público frente a los derechos humanos de las personas y no impedir su goce; • Asegurar el pleno goce y ejercicio de los derechos humanos; ● Prevenir, investigar, sancionar y reparar las violaciones a los derechos humanos.	● Reflexionar sobre las diferencias entre mujeres y hombres, basadas en aspectos culturales (machismos, discriminación, etcétera); ● Visibilizar cómo es que las diferencias biológicas entre los sexos se convierten en desigualdades sociales, económicas, culturales, educativas, etcétera, que limitan el acceso equitativo entre mujeres	bisexuales, transexual, transgénero, travesti e intersexual (LGBTTTI+),[27] personas mayores, con discapacidad, indígenas, afromexicanas, migrantes y en situación de pobreza, entre otras. Este enfoque promueve la igualdad y acceso a las oportunidades disponibles o aquellas que se vayan a crear, considerando las características, condiciones y diferencias en la población perteneciente a alguno de los grupos de	los de otras personas, en el desarrollo y bienestar actual y futuro; • Valora los saberes ancestrales y locales que son expresiones de una mejor relación humano-naturaleza; • Trabaja por el bienestar y seguridad de las personas en el presente y futuro; • Impulsa acciones a favor del desarrollo sostenible, y •

[27] LGBTTTI+: Lesbiana: mujer que se siente atraída erótica, física, afectiva y sexualmente por mujeres. Es una expresión alternativa a "homosexual", que puede ser utilizada por las mujeres para enunciar o reivindicar su orientación sexual; Gay: hombre que se siente atraído -en los mismos términos mencionados recientemente- por otro hombre. Es una expresión alternativa a "homosexual" (de origen médico); Bisexual: capacidad de una persona de sentir atracción erótico-afectiva hacia hombres y mujeres por igual, más allá de que el género de la otra persona sea el mismo o no que el suyo; Transexual: personas que se sienten y se conciben a sí mismas como pertenecientes al género y al sexo opuestos a los que social y culturalmente se les asigna en función de su sexo de nacimiento, y que pueden optar por una intervención médica —hormonal, quirúrgica o ambas— para adecuar su apariencia física y corporalidad a su realidad psíquica, espiritual y social; Transgénero: este término –que incluye la subcategoría transexualidad y otras variaciones- es utilizado para describir las diferentes variantes de la identidad de género, cuyo común denominador es la no conformidad entre el sexo biológico de la persona y la identidad de género que ha sido tradicionalmente asignada a éste. Una persona trans puede construir su identidad de género independientemente de intervenciones quirúrgicas o tratamientos médicos; Travesti: aquellas personas que gustan de presentar de manera transitoria o duradera una apariencia opuesta a la del género que socialmente se asigna a su sexo de nacimiento, mediante la utilización de prendas de vestir, actitudes y comportamientos; Intersexual: se refiere a las situaciones en las que la anatomía o fisiología sexual de una persona no se ajusta completamente a los estándares definidos para los dos sexos que culturalmente han sido asignados como masculinos y femeninos, es decir que hay características sexuales innatas en las personas pero con variaciones intersexuales que podrían corresponder, en diferente grado, a ambos sexos. También existen otras identidades y orientaciones sexuales como son: Queer: aquellas personas que crean y manifiestan experiencias y expresiones alternativas más que una identidad fija; Asexual: personas que no sienten atracción sexual hacia otras personas pero sí se pueden relacionar afectivamente con ellas; y Pansexual: capacidad de una persona de sentir atracción -erótica, física, afectiva y sexual- hacia otra persona, con independencia del sexo, género, identidad de género, orientación sexual o roles sexuales, así como la capacidad de mantener relaciones íntimas y/o sexuales con ella. Además, se puede considerar cualquier otra disidencia que no sea aceptada por la heteronorma y el binarismo tradicional. CONAPRED. (2016). *Glosario de la diversidad sexual, de género y características sexuales*. Recuperado de http://sindis.conapred.org.mx/investigaciones/glosario-de-la-diversidad-sexual-de-genero-y-caracteristicas-sexuales y Comité Jurídico Interamericano. (2013). *Informe preliminar sobre el tema Orientación sexual, identidad de género y expresión de género*, p.12. Recuperado de http://www.oas.org/es/sla/cji/docs/cji_agenda_actual_Orientacion_Sexual.pdf.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

● Garantizar los derechos humanos implica el deber de organizar el aparato gubernamental para que se puedan gozar y ejercer, plena y libremente estos derechos.	y hombres, a los recursos económicos, políticos y culturales, e ● Identificar vías y alternativas para modificar la desigualdad de género y promover la igualdad jurídica y la equidad entre mujeres y hombres.	atención prioritaria, así como sus necesidades individuales y/o colectivas.	• Promueve la consciencia de que sin un medioambiente sano y equilibrado no es posible la vida.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

II. Ciudadanía y mujeres

2.1 Objetivos del taller

Objetivo general

Sensibilizar y formar a la población, sobre todo a las mujeres de la Ciudad de México, en la importancia de asumir y ejercer una ciudadanía activa para construir bienestar propio y común de una forma corresponsable.

Objetivos específicos

- Dar a conocer en qué consiste el trabajo del IECM y específicamente el de educación cívica.
- Conocer y/o reconocer en qué consiste ser ciudadana o ciudadano, el marco jurídico que la ampara y las herramientas existentes para ejercer ciudadanía.
- Identificar los tipos de ciudadanía; algunos aspectos clave que pueden ayudar a fortalecerla en las mujeres y ciertos aportes destacados de mujeres practicando su ciudadanía en el mundo.
- Establecer la importancia de la participación ciudadana, los tipos que hay y algunas experiencias exitosas en esta materia.

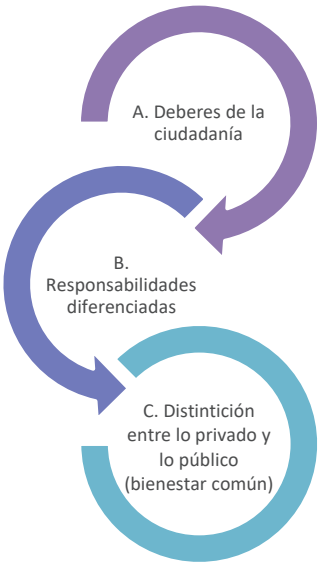
En este apartado se aborda en primera instancia qué es la ciudadanía, el marco jurídico que la ampara, las herramientas con las que cuenta, los tipos de ciudadanía que hay, algunos aspectos clave para fortalecerla en las mujeres, así como ciertos aportes destacados de mujeres ejerciéndola en el mundo.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

2.2 ¿Qué es la ciudadanía?

El ciudadano debe ser activo, pues de su acción depende el bienestar de la colectividad.[29]

Ciudadana o ciudadano es la persona que habita un poblado, ciudad, Estado y/o país y es una calidad que sustenta un conjunto de personas de una población o país que reúnen los requisitos para ser consideradas como tal y por lo tanto tienen derechos civiles-que protegen su seguridad individual y les permiten ser autónomas respecto del Estado, y políticos como elegir y ser elegidas para las funciones gubernamentales, así como las obligaciones correspondientes.[30] La ciudadanía está conformada por tres dimensiones:



Fuente: Murga-Menoyo, A. (16 abril 2018). La Formación de la Ciudadanía en el Marco de la Agenda 2030 y la Justicia Ambiental. *Revista Internacional de Educación para la Justicia Social* (RIEJS), p. 9. Recuperado de https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/682481/RIEJS_7_1_2.pdf?sequence=1&isAllowed=y

A. Deberes de la ciudadanía | **B. Responsabilidades diferenciadas** | **C. Distinción entre lo público y lo privado**

[29] Instituto Nacional Electoral (INE). (2019). *Ciudadanía y democracia*. (ISBN 978-607-8711-13-0), p. 72. Recuperado de https://www.ine.mx/wp-content/uploads/2020/02/cuaderno_27.pdf

[30] Instituto Nacional Electoral (INE). (2014). *Ciudadanía en México ¿Ciudadanía activa?,* p. 9. Recuperado de https://portalanterior.ine.mx/archivos2/s/DECEYEC/EducacionCivica/Ciudadania-Activa.pdf

Implica que la ciudadanía asuma compromisos y deberes (obligaciones) que tienen al ejercerla. Por ejemplo, en la Constitución Mexicana, art. 36., está establecido como obligación: votar en las elecciones y en las consultas populares, en los términos que señale la ley.	Implica que la ciudadanía asuma las responsabilidades al ejercerla. Son diferenciadas conforme el nivel de responsabilidad de cada persona. Por ejemplo, cuando una persona ejerce su derecho a ser votada y se adhiere a un partido político como candidata o candidato y gana, por lo que la forma en la que va a gobernar será su responsabilidad.	La ciudadanía se mueve en dos esferas: la privada y la pública, pero debe buscar el bien común y no sólo el propio. Por ejemplo, cuando una persona no saca la basura de su casa (espacio privado) para dejarla en la calle (espacio público) y espera a que pase el camión recolector para llevársela, procurando el bienestar común.

Como se puede ver, la ciudadanía conlleva tres dimensiones donde interactúa lo público con lo privado, ya que no se puede dejar de ser ciudadana o ciudadano en lo privado ni en lo público, es decir, cuando está con la familia, la pareja o con las amistades, sino que lo sigue siendo en cualquier ámbito donde se encuentre la persona. En el caso mexicano, son ciudadanas o ciudadanos las personas que: (conforme el artículo 34 de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos). [31]

- Tienen la nacionalidad mexicana o adquirirla;
- Más de 18 años, y
- Un modo honesto de vivir.

Para formar a la ciudadanía es necesario que las personas conozcan y se apropien de los derechos humanos y los ejerzan de forma integral, como son los económicos, sociales, culturales y ambientales (DESCA), establecidos en el "Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales de Naciones Unidas" y por el Instituto Interamericano de los Derechos Humanos. Los DESCA son derechos que procuran la realización del ser humano en condiciones de dignidad, mediante la satisfacción de mínimos esenciales que

[31] Gobierno de la República Mexicana. *Constitución Política...* Ibídem.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

salvaguardan esferas como su autonomía, identidad, así como sus necesidades básicas para vivir.[32]

Estos derechos consisten en:

Derechos económicos se refieren al acceso, generación, aprovechamiento, producción, distribución y al consumo de los recursos materiales, naturales y/o productivos de la sociedad, lo que permite que las personas puedan obtener sus fuentes de empleo e ingresos económicos. Por ejemplo, es el derecho al trabajo, a tener condiciones dignas en el mismo, así como contar con seguridad social y poder conformar y/o ser parte de sindicatos, etcétera.

Derechos sociales son netamente reivindicativos, es decir, protegen sobre todo a las personas o grupos que están en situación de pobreza y exclusión como pueden ser las personas indígenas, las niñas y niños, afrodescendientes, mujeres, personas con alguna discapacidad y otros grupos minoritarios. Garantizan las condiciones mínimas de la supervivencia y dignidad en condiciones de igualdad; algunos de estos derechos son: la educación, a la salud, a la alimentación y a una vivienda digna, por mencionar algunos.

Derechos culturales garantizan que las personas y las comunidades tengan la posibilidad de crear, acceder y disfrutar de la cultura y/o puedan formar parte de aquellas culturas que sean de su interés. El disfrute de la cultura que sea de interés para cada quién, debe ser en condiciones

Derechos medioambientales establecen todas las legislaciones, regulaciones y controles para conservar y preservar el medioambiente por considerárselo como el único espacio en el cual el ser humano puede llevar a cabo su existencia. Por ejemplo, el derecho a un medioambiente

[32] Paramio, L. y Revilla, M. (Agosto 2016). Una nueva agenda de reformas políticas en América Latina. *América Latina Hoy*. Recuperado de https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=30804308 (pp. 40-46). Naciones Unidas (UN). Oficina del Alto Comisionado. Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales (10 de marzo 2020). Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales. NU. La Agencia de las ONU para los refugiados (ACNUR). (Junio 2015). *¿Cuáles son los derechos sociales y qué aplicación tienen?* (ACNUR). https://eacnur.org/blog/cuales-los-derechos-sociales-aplicacion-tienen-tc_alt45664n_o_pstn_o_pst/ y Bembibre, C. Definición de derecho ambiental. [Mensaje en un blog]. Recuperado de https://www.definicionabc.com/derecho/derecho-ambiental.php.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

de igualdad y no ser discriminadas por ello. Por ejemplo, derecho a un patrimonio cultural; a los derechos de persona autora; a la producción cultural y artística.

sano para el desarrollo y bienestar de las personas.

Los DESCA son:[33]

Derecho al **agua**.- Derecho a disponer de agua suficiente, salubre, aceptable, accesible y asequible para el uso personal y doméstico. Debe ser adecuada y de calidad.	Derecho a la **alimentación**.- Acceso económico, físico, permanente y libre a una alimentación adecuada y suficiente, así como a la protección contra el hambre.	Derecho a la **Cultura.**- Derecho a tener una identidad constituida por costumbres y creencias, así como a participar en la vida cultural, a gozar de los progresos científicos y tecnológicos, a beneficiarse de la protección de los intereses morales y materiales que le correspondan como producto de la ciencia, las obras literarias o artísticas.
Educación.- Derecho humano intrínseco que requiere para su garantía, disponibilidad, accesibilidad, aceptabilidad	**Libertad sindical**.- Facultad individual de elegir asociarse o no, a una organización sindical, sin verse como persona limitada por alguna	**Medioambiente sano**.- Protege los componentes del medio ambiente, como intereses jurídicos en sí

[33] Instituto Interamericano de los Derechos Humanos. (16 de marzo 2020). *¿Qué son los DESCA?* https://iidh-jurisprudencia.ac.cr/index.php/que-es-desca.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

y adaptabilidad como características esenciales e interrelacionadas en todos los niveles educativos.	intervención de autoridades que alteren el fin común lícito para el que fueron creadas.	mismos, procurando la conservación y sustentabilidad de la naturaleza, en relación con el derecho a la vida digna.
Salud.- Entendido no solo como la ausencia de afecciones o enfermedades, sino también como un estado completo y del más alto nivel de bienestar físico, mental y social. Abarca la atención de salud oportuna y apropiada conforme a los principios de disponibilidad, accesibilidad, aceptabilidad y calidad.	**Seguridad Social**.- Derecho a prestaciones sociales como medio de protección del individuo en contingencias futuras que lo puedan afectar, tales como: la falta de ingresos como consecuencia de enfermedad, invalidez, maternidad, vejez; gastos excesivos en materia de salud, ausencia o insuficiente apoyo familiar, entre otros.	**Trabajo**.- Desempeño de una actividad lícita en condiciones dignas, libremente escogida o aceptada, con retribución justa, garantías para su permanencia y legalidad del despido.

Vivienda.- Derecho a vivir con seguridad, paz y dignidad en alguna parte. Requiere como características esenciales, la seguridad jurídica de la tenencia, la disponibilidad de servicios, materiales, instalaciones e infraestructura, asequibilidad, habitabilidad, accesibilidad, ubicación y adecuación cultural.

Una vez que se ha establecido que es la ciudadanía, así como los derechos económicos, sociales, culturales y ambientales que posee, se presenta el marco jurídico que ampara la ciudadanía en la Ciudad de México.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

2.3 Marco jurídico que ampara la ciudadanía

Existe un marco jurídico que contribuye a fortalecer el ejercicio de la ciudadanía en México y concretamente en la Ciudad de México, concretamente en la **Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos**,[34] se establece en el artículo 35, los **derechos de la ciudadanía**:

I. Votar en las elecciones populares;

II. Poder ser electa para todos los cargos de elección popular, teniendo las calidades que establezca la ley. El derecho de solicitar el registro como personas candidatas ante la autoridad electoral corresponde a los partidos políticos, así como a la ciudadanía que a su vez solicite su registro de manera independiente y cumpla con los requisitos, condiciones y términos que determine la legislación;

III. Asociarse individual y libremente para tomar parte en forma pacífica en los asuntos políticos del país;

IV. Tomar las armas en el Ejército o Guardia Nacional, para la defensa de la República y de sus instituciones, en los términos que prescriben las leyes;

V. Ejercer en toda clase de negocios el derecho de petición;

VI. Poder ser nombrada para cualquier empleo o comisión del servicio público, teniendo las calidades que establezca la ley;

VII. Iniciar leyes, en los términos y con los requisitos que señalen esta Constitución y la Ley del Congreso. El Instituto Nacional Electoral tendrá las facultades que en esta materia le otorgue la ley, y

VIII. Votar en las consultas populares sobre temas de trascendencia nacional.

En el Artículo 36, las **obligaciones de la ciudadanía** son:

I. Inscribirse en el catastro de la municipalidad, manifestando la propiedad que el mismo ciudadano tenga, la industria, profesión o trabajo de que subsista; así como también inscribirse en el Registro Nacional de Ciudadanos, en los términos que determinen las leyes. La organización y el funcionamiento permanente del Registro Nacional de Ciudadanas y Ciudadanos y la expedición del documento que acredite la ciudadanía mexicana son

[34] Gobierno de la República Mexicana. *Constitución Política*... Ibídem.

servicios de interés público y por tanto, responsabilidad que corresponde al Estado y a la ciudadanía en los términos que establezca la ley;
II. Alistarse en la Guardia Nacional;
III. Votar en las elecciones y en las consultas populares, en los términos que señale la ley;
IV. Desempeñar los cargos de elección popular de la Federación o de las entidades federativas, que en ningún caso serán gratuitos; y
V. Desempeñar los cargos concejiles del municipio donde resida, las funciones electorales y las de jurado.

Específicamente en el artículo 38, los derechos o prerrogativas de la ciudadanía **se suspenden** cuando:
I. Por falta de cumplimiento, sin causa justificada, de cualquiera de las obligaciones que impone el artículo 36. Esta suspensión durará un año y se impondrá además de las otras penas que por el mismo hecho señalare la ley;
II. Por estar sujeta o sujeto a un proceso criminal por delito que merezca pena corporal, a contar desde la fecha del auto de formal prisión;
III. Durante la extinción de una pena corporal;
IV. Por vagancia o ebriedad consuetudinaria, declarada en los términos que prevengan las leyes;
V. Por estar prófugo de la justicia, desde que se dicte la orden de aprehensión hasta que prescriba la acción penal; y
VI. Por sentencia ejecutoria que imponga como pena esa suspensión.

La ley fijará los casos en que se suspenden estos derechos o prerrogativas y la manera de hacer la rehabilitación.

Por su parte la **Constitución Política de la Ciudad de México,**[35] artículo 24, establece algunos aspectos que conciernen a la ciudadanía como son:

[35] Gobierno de la República Mexicana. *Constitución Política*... Ibídem.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

1. Se reconoce la ciudadanía como un vínculo existente entre las personas y la comunidad a la que pertenecen para el goce de los derechos reconocidos en esta Constitución, que se ejercerán en los casos y con los requisitos que determine la ley;
2. El sufragio es universal, efectivo, libre, secreto, directo y obligatorio tanto para la elección de autoridades como para el ejercicio de la democracia directa. La ley establecerá los mecanismos para garantizar la vinculación del derecho de la ciudadanía al voto efectivo, entre las plataformas electorales que dieron origen a las candidaturas triunfadoras y los planes, programas de gobierno, las políticas y los presupuestos;
3. La ley establecerá el derecho de las niñas, niños, adolescentes y personas jóvenes, como parte de su educación cívica, a participar en la observación electoral y en la toma de las decisiones públicas que se toman en los ámbitos familiar, escolar, social, comunitario o cualquier otro en el que se desarrollen, les afecten o sean de su interés, conforme a lo establecido en la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos;
4. La ley garantizará la creación de espacios de participación ciudadana y para la construcción de ciudadanía, los que se regirán bajo el principio de difusión. Se impulsará la democracia digital abierta basada en tecnologías de información y comunicación, y
5. La ciudadanía mexicana, por nacimiento o naturalización, tienen derecho a acceder a cualquier cargo público de la Ciudad, incluyendo los de elección.

Concretamente la "Ley de participación ciudadana de la Ciudad de México"[36] en su capítulo III, establece los derechos y deberes de la ciudadanía.

Los **derechos de la ciudadanía** son:
I. Participar en la resolución de problemas y temas de interés general;
II. Participar en el mejoramiento de las normas jurídicas a través de los mecanismos de democracia directa, los instrumentos de democracia participativa y de los instrumentos de control, gestión y evaluación de la función pública establecidos en la presente Ley;
III. Participar con voz y voto en la Asamblea Ciudadana;

[36] Gobierno de la Ciudad de México. Ibídem. "*Ley de participación…*", pp. 10-11.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

IV. Integrar las Comisiones de Participación Comunitaria;

V. Promover la participación ciudadana a través de los mecanismos e instrumentos que establece la presente Ley;

VI. Aprobar o rechazar mediante plebiscito los actos o decisiones de la persona titular de la Jefatura de Gobierno y de las Alcaldías que corresponda, que a juicio de éstas sean trascendentes para la vida pública de la Ciudad;

VII. Presentar iniciativas ciudadanas al Congreso sobre proyectos de creación, modificación, derogación o abrogación de leyes respecto de las materias que sean competencia legislativa de la misma y en los términos de esta Ley;

VIII. Aprobar mediante referéndum las reformas a la Constitución, así como a las demás disposiciones normativas de carácter general;

IX. Participar en las consultas sobre temas de trascendencia en sus distintos ámbitos temáticos o territoriales;

X. Ser informadas de manera periódica de la gestión de gobierno;

XI. Colaborar con la administración pública en los términos que al efecto se señalen en la presente Ley;

XII. Participar en la planeación, diseño, ejecución, seguimiento y evaluación de las decisiones de gobierno en términos de la presente Ley, la Ley de Planeación de la Ciudad de México y demás disposiciones que así lo contemplen;

XIII. Ejercer y hacer uso de los mecanismos de democracia directa, de instrumentos de democracia participativa, e instrumentos de control, gestión y evaluación de la función pública que podrán apoyarse en el uso de las tecnologías de información y comunicación, en los términos establecidos en esta Ley; y

XIV. Los demás que establezcan esta y otras leyes.

Los **deberes** de la ciudadanía son:

I. Participar en el mejoramiento de las normas que regulan las relaciones en la comunidad a través de los mecanismos de democracia directa e instrumentos de participación y de los instrumentos de control, gestión y evaluación de la función pública establecidos en la

presente Ley;

II. Cumplir con las funciones de representación ciudadana que se les encomienden;

III. Participar en la resolución de problemas y temas de interés general;

IV. Ejercer sus derechos; y

V. Las demás que establezcan ésta y otras Leyes

Aunado a los derechos y deberes de la ciudadanía, ésta también cuenta con 20 instrumentos, mecanismos y órganos de participación y representación ciudadana, los cuales están establecidos en la "***Ley de Participación Ciudadana de la Ciudad de México"***,[37] cuya última reforma fue el 12 de agosto de 2019, [38] se agrupan en:

a) **Mecanismos de democracia directa**, entre los que se encuentran: iniciativa ciudadana, referéndum, plebiscito, consulta ciudadana, consulta popular y revocación del mandato**;**

b) **Instrumentos de democracia participativa** entre los que están: colaboración ciudadana, asamblea ciudadana, comisiones de participación comunitaria, organizaciones ciudadanas, coordinadora de participación ciudadana y presupuesto participativo e,

c) I**nstrumentos de democracia representativa** que son de gestión, evaluación y control de la función pública, entre los cuales están: audiencia pública, consulta pública, difusión pública, rendición de cuentas, observatorios ciudadanos, recorridos barriales, red de contralorías ciudadanas y silla ciudadana , como lo muestra la siguiente infografía.

[37] Gobierno de la Ciudad de México. (2019). *Ley de participación ciudadana de la Ciudad de México*. Recuperado de http://www.contraloria.cdmx.gob.mx/docs/1908_LeyParticipacionCiudadanaN.pdf.

[38] Gobierno de la Ciudad de México. "Ley de participación…" Ibídem.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Infografía de la Ley de Participación Ciudadana de la Ciudad de México:[39y40]

Fuente: Instituto Electoral de la Ciudad de México (IECM).

[39] Instituto Electoral de la Ciudad de México (IECM). *Participación Ciudadana*. Ciudad de México. https://www.iecm.mx/participacionciudadana/plataforma-digital/esdeley/ y Gobierno de la Ciudad de México. "Ley de participación…" Ibídem.

[40] Instituto Electoral de la Ciudad de México (IECM). (16 de marzo 2021). Consulta ciudadana y consulta popular. https://www.iecm.mx/participacionciudadana/plataforma-digital/consulta-popular/ y https://www.iecm.mx/participacionciudadana/plataforma-digital/consulta-ciudadana/.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

a) **Los mecanismos de democracia directa son:**

1. **Iniciativa Ciudadana:** mecanismo mediante el cual la ciudadanía presenta al Congreso proyectos de creación, modificación, reforma, derogación o abrogación de leyes y/o decretos propios del ámbito de su competencia.

2. **Referéndum**: en el cual la ciudadanía aprueba las reformas a la Constitución Política de la Ciudad de México, así como las demás disposiciones normativas de carácter general que sean competencia del Congreso. El Congreso determinará la entrada en vigor de las leyes o decretos de su competencia, conforme al resultado del referéndum que pudiera celebrarse.

3. Plebiscito: gracias a este mecanismo, la ciudadanía tiene derecho a ser consultada para aprobar o rechazar decisiones públicas que sean competencia de las personas titulares de la Jefatura de Gobierno o de las Alcaldías. Dicho mecanismo podrá ser solicitado por:

I. La persona titular de la Jefatura de Gobierno;

II. Una tercera parte de las Diputadas y Diputados integrantes del Congreso;

III. Las dos terceras partes de las Alcaldías, y

IV. La ciudadanía, siempre y cuando la solicitud sea respaldada por el 0.4% de las personas ciudadanas inscritas en la lista nominal de electores en el ámbito territorial respectivo.

4. **Consulta Ciudadana**: A través de la Consulta, las autoridades someten a consideración de la ciudadanía, por medio de preguntas directas, foros o algún otro instrumento de consulta, cualquier tema que tenga impacto trascendental en los distintos ámbitos temáticos, sectoriales y territoriales en la Ciudad de México. La pueden solicitar las personas ciudadanas con el apoyo del 2% de las personas inscritas en la lista nominal del ámbito territorial correspondiente. El IECM emite la convocatoria al menos 30 días antes al día de su realización y tiene un carácter vinculante cuando participan al menos el 15% de personas inscritas en la lista nominal del ámbito respectivo.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

4. **Consulta Popular**: a través de este mecanismo, el Congreso somete a consideración de la ciudadanía en general, por medio de preguntas directas, cualquier tema que tenga impacto trascendental en todo el territorio de la Ciudad. Se realiza el mismo día de la jornada electoral local y no pueden ser objeto de consulta popular, las decisiones en materia de derechos humanos, penal, tributaria y fiscal. Pueden solicitar la consulta: la persona titular de la Jefatura de Gobierno; una tercera parte de las personas integrantes del Congreso local o de las Alcaldías; al menos el 2% de las personas inscritas en la lista nominal o el equivalente al 10% de las Asambleas ciudadanas o de los barrios y pueblos originarios y comunidades indígenas residentes.

5. **Revocación del mandato**: gracias a este mecanismo, la ciudadanía decide que una persona representante de elección popular termine o no de forma anticipada el ejercicio del cargo para el cual fue electa. El Instituto Electoral es la única instancia facultada para realizar el desarrollo de la revocación de mandato y no se podrá delegar en autoridad alguna. La ciudadanía tiene derecho a solicitar la revocación del mandato de personas representantes electas cuando así lo demande al menos el diez por ciento de la ciudadanía inscrita en la lista nominal de electores del ámbito geográfico respectivo.

b) **Los instrumentos de democracia participativa son:**

6. **Colaboración ciudadana**: con este instrumento, las personas que habitan la Ciudad, las organizaciones ciudadanas y/ o los sectores sociales pueden colaborar con las dependencias de la administración pública, en el ámbito central o en las demarcaciones, en la ejecución de una obra o la prestación de un

7. **Asamblea ciudadana**: es un instrumento donde pueden participar las y los habitantes y vecinas de una unidad territorial, de forma abierta y sin impedir la participación de ninguna persona que habite en el ámbito territorial que corresponda, y donde también pueden participar niñas, niños y personas jóvenes

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

servicio público, colectivo o comunitario, aportando para su realización recursos económicos, materiales o trabajo personal.

8. Comisiones de participación ciudadana: en cada unidad territorial se elegirá un órgano de representación ciudadana denominado "Comisión de Participación Comunitaria", conformado por nueve integrantes, cinco de distinto género a los otros cuatro, electos en jornada electiva, por votación universal, libre, directa y secreta. Tendrán un carácter honorífico, no remunerado y durarán en su encargo tres años.

11. Coordinadora de participación Comunitaria: es la instancia de coordinación ciudadana en cada una de las demarcaciones, entre las Comisiones de Participación Comunitaria, las Alcaldías y el Gobierno de la Ciudad. La Coordinadora se integra por la persona representante designada de cada Comisión de Participación Comunitaria de la

menores de 18 años con derecho a voz. Las personas ciudadanas que cuenten con credencial de elector actualizada, de dicho ámbito, tendrán derecho a voz y voto.

10. Organizaciones ciudadanas: son todas aquellas personas morales sin fines de lucro que cumplan con los siguientes requisitos:
a) Que su ámbito de actuación esté vinculado a los intereses de una de las colonias de la Ciudad de México, y

b) Tengan reconocido en sus estatutos, al menos, alguno de los siguientes objetivos: estimular la participación ciudadana en la vida pública, bien actuando como cauce, mecanismo o instrumento de dicha participación, o bien implantando y desarrollando dichos mecanismos; gestionar, representar y defender ante los órganos de gobierno de la Ciudad de México...continúa.

12. Presupuesto participativo: es el instrumento mediante el cual la ciudadanía ejerce el derecho a decidir sobre la aplicación del recurso que otorga el Gobierno de la Ciudad, para que sus habitantes optimicen su entorno, proponiendo proyectos de obras y servicios, equipamiento e infraestructura urbana, y, en general, cualquier mejora

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Demarcación correspondiente.

para sus unidades territoriales.

c) Los instrumentos de democracia representativa son: [41]

13. Audiencia pública: es el instrumento de participación por medio del cual las personas habitantes, las organizaciones ciudadanas y los sectores sociales hacen posible el diálogo con la persona titular de la Jefatura de Gobierno y las Alcaldías, respecto de la gestión de los servicios y la ejecución de los programas sociales de la Ciudad.

14. Consulta pública (el IECM brinda asesoría para su desarrollo): la autoridad titular de la Jefatura de Gobierno o de las Alcaldías, consulta de manera directa a las personas habitantes o vecinas de una determinada área geográfica a efectos de conocer su opinión respecto de cualquier tema específico que impacte en su ámbito territorial, tales como: la elaboración de los programas, planes de desarrollo; ejecución de políticas y acciones públicas territoriales; uso del suelo, obras públicas y la realización de todo proyecto de impacto territorial, social, cultural y ambiental en la demarcación. La autoridad convocante informará a la población los resultados de la consulta y la manera en la que será incorporada en la gestión del gobierno.

15. Difusión pública: la persona titular de la Jefatura de Gobierno y de las Alcaldías, así como las personas representantes de cargos de elección popular están obligadas a establecer un programa permanente de difusión pública acerca de las acciones y funciones a su cargo.

16. Rendición de cuentas (IECM recaba firmas mediante su plataforma): las personas habitantes de la Ciudad tienen el derecho de recibir de las autoridades mencionadas en esta Ley, los informes generales y específicos acerca de la gestión de éstas y, a partir de ellos, evaluar la

41

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

actuación de las personas servidoras públicas.

17. Observatorios ciudadanos: constituyen órganos plurales y especializados de participación que contribuyen al fortalecimiento de las políticas y las acciones de los órganos de gobierno en busca del beneficio social.

18. Recorridos barriales: las personas Titulares de las Alcaldías tienen la obligación de realizar recorridos barriales a fin de recabar opiniones y propuestas de mejora o solución a los problemas de la comunidad, sobre la forma y las condiciones en que se prestan los servicios públicos y el estado en que se encuentren los sitios, obras e instalaciones en que la comunidad tenga interés.

19. Red de contralorías ciudadanas: la ciudadanía en general, de forma voluntaria y honorífica, asume el compromiso de colaborar con la administración pública de la Ciudad, para vigilar y supervisar que el gasto público sea implementado de forma transparente, eficaz y eficiente.

20. Silla ciudadana: la ciudadanía puede intervenir con derecho a voz en las sesiones del Cabildo de la Ciudad de México y de los Concejos de las Alcaldías en las demarcaciones territoriales.

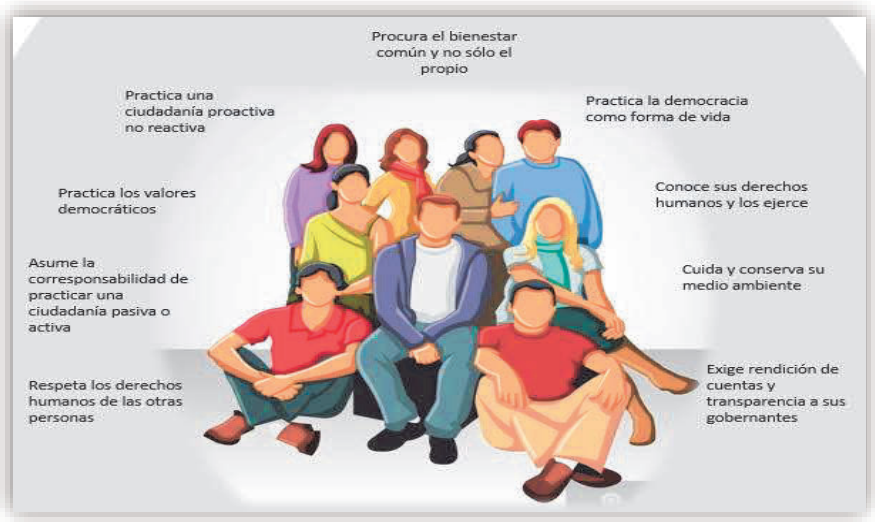
Asimismo, la Ciudad de México cuenta con siete autoridades encargadas de la democracia directa y participativa:

- Titular de jefatura de gobierno
- Congreso
- Alcaldías
- IECM
- Tribunal Electoral de la Ciudad de México
- Secretaría de la Contraloría General
- Sala Constitucional

Sin embargo, todos estos derechos, instrumentos y mecanismos con los que cuenta la ciudadanía son muy valiosos, pero de nada sirven si no se aprovechan y utilizan. De ahí que

sea tan importante trabajar porque las personas conozcan, asumen y practiquen la ciudadanía y que esta sea activa, para lo cual es indispensable que las personas conozcan y ejerzan tanto sus derechos humanos, entre ellos los civiles y políticos, pero también los valores democráticos; asuman lo que a cada una le toca hacer conforme su ámbito de responsabilidad y competencia; que se informen, demanden a sus autoridades y participen en la vida pública de su entorno para atender necesidades, intereses y dar soluciones a las diversas necesidades y problemáticas comunes y públicas y ejerzan cargos públicos (como personas representantes políticas, lideresas comunitarias, barriales, etcétera), además de que solicitan la transparencia y la rendición de cuentas a sus gobiernos. Lo contrario de la esta ciudadanía activa, es la ciudadanía pasiva, la cual se caracteriza por la apatía, la indiferencia y el individualismo, además del desconocimiento o el ejercicio precario de sus derechos humanos y de ser más reactiva que proactiva.

Características de la ciudadanía activa



Fuente: elaboración propia.

Para que las personas logren adaptar y practicar la ciudadanía activa, es importante que

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

desarrollen competencias cívicas y democráticas.[42] Sin duda esta ciudadanía es indispensable promoverla y fortalecerla en, desde y con las mujeres y trabajar porque, como sociedad y de forma corresponsable, se respete y garantice que puedan ejercer su ciudadanía activa sin impedimentos, bloqueos, amenazas, violencia, discriminación, desigualdades o inequidades, lo cual implica también que ellas mismas la asuman, la conozcan, se apropien de ella y vigilen y denuncien a aquellas personas, colectivos e instituciones cuando impidan o atenten contra ésta.

Algunos ejemplos de la práctica de la ciudadanía activa son los siguientes:

Cuando una persona tiene como vecina o vecino a una familia indígena la cual vive acorde a sus usos y costumbres y los respeta sin discriminarles.

Cuando cerca de su casa identifica que está surgiendo un nuevo basurero en la calle, y en vez de dejar que más y más gente tire su basura en éste, lo reporta y está al pendiente de que las autoridades recojan la basura y prohíban tirarla en ese lugar.

Cuando participa en los ejercicios de participación ciudadana como las consultas de presupuesto participativo, y se informa previamente sobre las iniciativas para que el día de la Consulta, ya vaya informada.

Cuando ante la inseguridad en su colonia, se suma a la iniciativa de crear un comité de vigilancia de vecinas y vecinos, para identificar las calles menos iluminadas y reportarlas oportunamente a la autoridad y

[42] Las competencias cívicas y democráticas son el resultado de la interacción de conocimientos, capacidades, habilidades y motivaciones (disposiciones afectivas), que se manifiestan en acciones, comportamientos y actitudes para ser una ciudadana o ciudadano. Las competencias concretamente son lo que sabe una persona, lo que puede hacer (capacidades), lo que tiene la voluntad de hacer y lo que es (personalidad y actitud). Las competencias cívicas son el conjunto de nociones, conocimientos adquiridos y actitudes que permiten a las personas responder ante situaciones de su vida personal y social, en las que se involucra su perspectiva moral y cívica, así como su capacidad de resolver necesidades y conflictos tanto individuales como aquellos que se presentan en la interacción con las otras personas, estableciendo relaciones positivas. Conllevan diversas capacidades como: el auto reconocimiento y el auto cuidado de sí misma o mismo; el ejercicio responsable de algunos valores como la libertad; el respeto y la pluralidad; el sentido de pertenencia a la comunidad, a la nación y la humanidad; el manejo y resolución de los conflictos; la participación social y política; el apego a la legalidad y al sentido de justicia, además del aprecio y la valoración de la democracia, todas estas competencias, en conjunto, contribuyen a que las personas ejerzan una ciudadanía activa. Murga-Menoyo, A. Ibídem. *Formación de la Ciudadanía*…,p.7 y Rico, O. Ibídem. *Educación*…p. 56 y Conde, S. Construcción de ciudadanía desde una pedagogía por competencias. Educación para la Ciudadanía. *Transatlántica de educación. Vol. IV. Sala de Máquinas,* p. 80. http://www.iepcjalisco.org.mx/sites/default/files/construcciondeciudadaniadesdeunapedagogia_1.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

	dar seguimiento hasta que atienda la demanda.
Cuando comente alguna infracción y evita dar mordida y sí pagar la multa.	**Cuando** educa en valores democráticos a sus hijas e hijos procurando que todas y todos participen en las tareas del hogar y no solo lo hagan las mujeres.

Preguntas detonadoras para la reflexión grupal

¿Qué opinas de estos ejemplos? ¿has estado en situaciones similares? ¿cómo has reaccionado? ¿consideras viable que puedas ejercer una ciudadanía integral de forma responsable? ¿qué limitantes u obstáculos crees que pueda haber para ello? ¿te gustaría ejercer una ciudadanía integral?, y ¿en qué espacios crees que lo puedas hacer?

A continuación, se abordan algunos de los tipos de ciudadanía que existen, conforme algunas de las causas, temas específicos y prioridades que adoptan las personas, grupos, colectivos y la población al practicarla.

2.4 Tipos de ciudadanía

Ciudadanía capaz de resolver activamente los desafíos mundiales y contribuir a un mundo más pacífico, tolerante, inclusivo y seguro; una ciudadanía que asume un rol activo, tanto local como globalmente. UNESCO.[43]

Algunos tipos de ciudadanía son:

Ciudadanía social:[44] La ciudadanía social es aquella que identifica, visibiliza, atiende y trabaja -respetando la igualdad de derechos humanos y de ser ciudadanas y ciudadanos-, en la creación, mantenimiento y acceso a condiciones dignas y favorables tanto sociales, económicas, educativas, políticas, laborales como culturales, entre otras, para que todas las personas gocen de las mismas y en pleno ejercicio de sus derechos humanos. Esta

[43] Murga-Menoyo, A. *La Formación de la Ciudadanía*… Ibídem, p. 9.

[44] Freijeiro, M. (febrero 2008). ¿Hacia dónde va la ciudadanía social? (de Marshall a Sen). *SCielo México*. Recuperado de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-00632008000200008.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

ciudadanía también apela por crear y mantener la atención en las demandas, necesidades y problemáticas de la sociedad, procurando que todas las personas sean incluidas y beneficiadas para tener una calidad de vida digna, acceso a servicios públicos, oportunidades laborales, etcétera, en igualdad de condiciones y sin discriminación alguna por su sexo, género, edad, condición socioeconómica, nivel educativo y/o religión que tengan, entre otros aspectos.

En la ciudadanía social las mujeres deben, por ende, ser incluidas y visibilizadas en sus necesidades, oportunidades, problemáticas y derechos humanos, como el resto de la población, y también tienen el derecho a tomar decisiones, ejercer cargos públicos y liderazgos, a representarse a sí mismas y a otras personas y ser partícipes también en la generación de soluciones a demandas y atención a problemáticas, que les beneficie a sí mismas pero también al resto de la población, sin ser sujetas a obstáculos, discriminaciones, violencia y otras acciones que les impidan ejercer este tipo de ciudadanía social. En esta ciudadanía se conjugan algunos de los derechos civiles, políticos y sociales que ya se han abordado.

Ciudadanía ecológica:[45] es la ciudadanía que pone énfasis en el medioambiente, en la relación que existen entre las personas y su entorno; los equilibrios y desequilibrios, los efectos que trae en las personas y en el medio ambiente cuando éste está dañado, desgastado, sobre explotado y cuando se le pide dar más y más pero no se le devuelve un manejo y cuidado adecuados, generando daños, algunos irreversibles, como sucede con el cambio climático que afecta a todas las sociedades en el mundo, más allá de que contaminen o no. En este tipo de ciudadanía, las mujeres también, al igual que el resto de la población, tienen el derecho de tomar decisiones, llevar a cabo acciones y ser copartícipes de iniciativas, demandas y soluciones para la

[45] Murga-Menoyo, A. (16 abril 2018). La Formación de la Ciudadanía…. Ibídem, p.10.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

atención, cuidado y conservación del medio ambiente, sin que por ello sean violentadas, agredidas, discriminadas, amenazadas e incluso hasta les cueste la vida, como ha sucedido con muchas defensoras y lideresas medio ambientales tanto a nivel local, nacional como internacional.

Ciudadanía cultural:[46] es la ciudadanía que pone su atención en el reconocimiento de la cultura que existe en su entorno, pero no solo la reconoce sino también lleva a cabo acciones para su creación, mantenimiento, rescate, fortalecimiento y sobrevivencia de las expresiones culturales y de su diversidad. El fomento de la cultura –en todas sus expresiones ya sea indígena, juvenil, de grupos sociales específicos como pueden ser las personas migrantes, refugiadas o desplazadas o afrodescendientes, entre otras- también juega un papel clave porque contribuye a la cohesión social, a la unificación y a la identificación entre las personas, es decir, puede ayudar a formar comunidad.

En este tipo de ciudadanía, las mujeres históricamente han sido discriminadas y violentadas no sólo por ser mujeres, sino también por ser indígenas, afrodescendientes y/o refugiadas, etcétera, por lo que han padecido doble o triple discriminación al no ser respetados sus derechos de formar parte, adoptar y manifestar libremente cualquier expresión cultural, por lo que también se requiere visibilizar y como sociedad, promover la conciencia y corresponsabilidad por el respeto al libre ejercicio de sus derechos culturales y que los adopten y manifiesten libre y dignamente en la sociedad.

Preguntas detonadoras para la reflexión grupal

¿Cómo ejerces tu ciudadanía? ¿con qué tipo de ciudadanía te identificas más? ¿cuál te

[46] Zapata, R. (4 enero 2016). La ciudadanía cultural como enfoque para políticas de inclusión. *GRITIM-UPF Policy Series.* Recuperado de https://www.upf.edu/documents/3329791/3455370/PS4.pdf/c029ef73-0b4f-4599-975b-e08e0ced7a71, p.23.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

gustaría ejercer?¿crees que podrías ejercer y/o fortalecer la ciudadanía activa? ¿qué características consideras que tienes tanto de una como de la otra?

Ahora se presentan algunos ejemplos de experiencias ciudadanas, en las cuales se practican algunos de los tipos de ciudadanía recién mencionados y que tienen lugar en diversos países, como son: el ahorro, el desarrollo de radios alternativas, de mercados artesanales y agroecológicos y para la construcción de paz:

Experiencias de grupos de ahorro comunitario. Ruanda.

El grupo de Marie Claire tiene 30 integrantes (20 mujeres), con un ahorro total colectivo de 470.000 francos ruandeses (unos 650 dol.). El monto promedio de los préstamos es de 8.000 francos ruandeses (11 dol.). La suma es pequeña, pero hace una gran diferencia en sus vidas. Marie Claire es una de las 30 integrantes de su grupo de ahorro comunitario. “Mi primer préstamo lo invertí en el cultivo de frijoles”, cuenta. “Tres meses después, recolecté y vendí mi cosecha. Después de pagar el préstamo compré planchas de metal para mi techo. El segundo trimestre, pedí otro préstamo e invertí el dinero en el cultivo de maíz. El trimestre siguiente obtuve acciones y tuve la oportunidad de construir mi propia

Experiencias de radios comunitarias. La Palabra Verdadera, Uan Milauak Tlajtoli 94.1 FM. México.

Esta radio comunitaria de Chilapa en Guerrero, es un proyecto en el cual las nuevas generaciones utilizan la oralidad con un lenguaje fresco para dignificar la vida de los pueblos: naua, na savi (mixteco), me’phaa (tlapaneco) y nn’anncue ñomndaa (amuzgo), los cuales se han organizado para trabajar y buscar mejorar sus condiciones de vida y preservar su cultura, territorio y medio ambiente, promoviendo y defendiendo sus derechos humanos.

En la actualidad hay jóvenes participando de manera voluntaria en la radio, incluso los días viernes ya se están quedando hasta las 12 de la noche. Uno de ellos nos decía “antes yo las tardes las ocupaba para ir a jugar billar y tomarme unas cervezas; hoy

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

casa”.

Experiencias de mercados artesanales y agroecológicos. “Comida sana y cercana en San Cristóbal de las Casas (SCLC)”. México

En SCLC se viene desarrollando un proyecto que nació hace nueve años de la iniciativa de cuatro mujeres preocupadas por la calidad y los efectos en la salud de los alimentos regados con aguas negras (situación recurrente principalmente en centros urbanos) y el uso intensivo de pesticidas. De esta inquietud nació la Canasta Orgánica, antecedente de lo que después fue el Tianguis Red de Comida Sana y Cercana y hoy el Mercado Artesanal y Agroecológico Comida Sana y Cercana.

las tardes las ocupo para estar aquí en la radio”. Esto es algo importantísimo.

Experiencia de reforestación. Costa Rica

Janine y su amiga Aislin tenían sólo 9 años cuando decidieron montar su propio negocio. Vendían las piezas de artesanía que ellas mismas creaban. Aunque al principio no sabían qué hacer con sus ganancias, no tardaron en encontrar un destino para el dinero: ayudar a salvar la selva de Costa Rica, el país en el que vivían. Ambas fundaron, en 1999, *Kids Saving the Rainforest*, donde se trabaja por concientizar a la gente sobre la importancia ecológica de la selva tropical y promueve su conservación a través de programas de reforestación y rehabilitación de la vida silvestre.

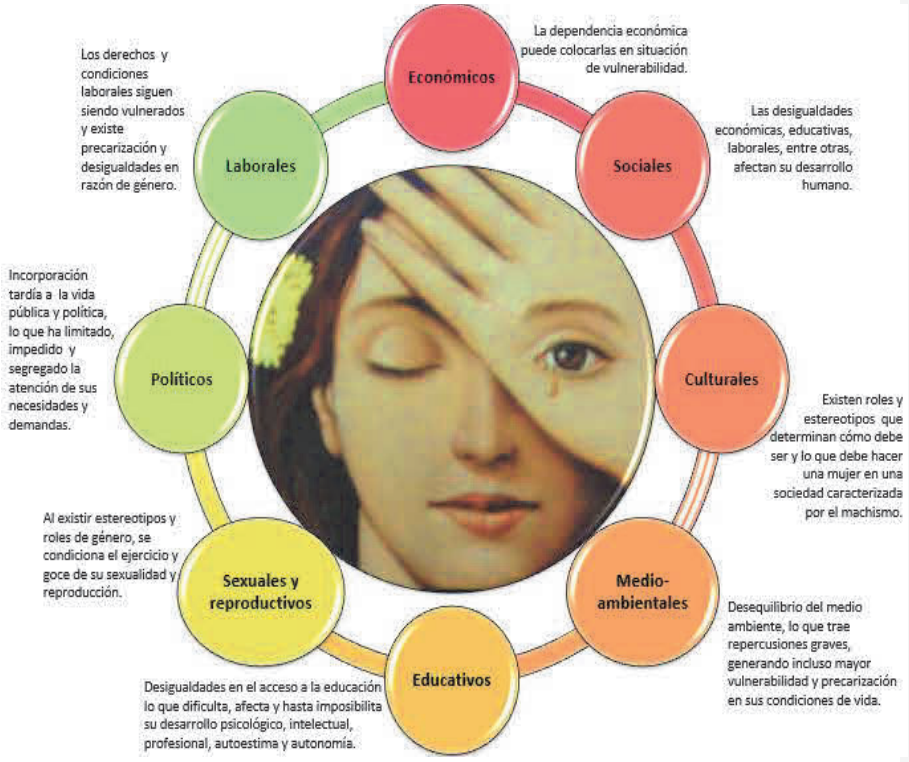
Ahora que se ha abordado qué es la ciudadanía, el marco jurídico que la abriga, las características de la ciudadanía activa, los tipos que hay así como algunas experiencias ciudadanas, se mencionan en seguida algunos aspectos clave que pueden contribuir a que las mujeres la fortalezcan.

2.5 Algunos aspectos clave que pueden contribuir a que las mujeres fortalezcan su ciudadanía activa

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Históricamente las mujeres han sido segregadas, discriminadas, violentadas y desvalorizadas, sin siquiera ser consideradas como ciudadanas, hasta hace apenas 64 años que finalmente se logró y pudieron votar en unas elecciones. Sin embargo, a pesar de ser reconocidas como ciudadanas, han persistido las desigualdades e inequidades que imposibilitan el pleno disfrute y ejercicio de su ciudadanía, debido a diversos factores estructurales como son los siguientes:



Fuente: elaboración propia con base en Organización Panamericana de la Salud (OPS) y Organización Mundial de la Salud (OMS). (2019). *Masculinidades y salud en las Américas*. 7-16 pp. Recuperado de https://www.paho.org/es/publicaciones/masculinidades-salud-region-americas.

Aunado a que es indispensable visibilizar, atender y corregir estos factores estructurales en la sociedad para que las mujeres se apropien y ejerzan su ciudadanía en igualdad de condiciones; también se requiere visibilizar, sensibilizar y trabajar como sociedad, y no sólo las mujeres, en los siguientes pilares: 1) En el auto reconocimiento de las mujeres como

sujetas de derechos; 2) En el fortalecimiento de su autoestima y autonomía; 3) Cambios en la percepción, actitudes y comportamientos hacia las mujeres; 4) En el ejercicio equitativo del poder y 5) Educación cívica y construcción de ciudadanía con perspectiva de género y derechos humanos desde la infancia, entre algunos otros.

1) Auto reconocimiento de las mujeres como sujetas de derechos.- Una persona que se auto reconoce como sujeta de derechos significa que los posee, se apropia y los ejerce, pero también asume las responsabilidades que implican dicho ejercicio. Cabe mencionar que más allá de que una persona se auto reconozca o no como sujeta de derechos, éstos no los pierde, ya que los posee por el hecho de ser persona, de ahí la importancia de que todas y todos los conozcan, adopten y ejerzan en igualdad de condiciones. Concretamente en el caso de las mujeres, el auto reconocimiento como sujetas de derechos implica también romper con los "techos de cemento",[47] es decir, aquellas barreras internas que las propias mujeres se imponen, a veces de manera inconsciente, cuando laboran y ascienden en su carrera profesional a cargos de mayor responsabilidad y poder, pero sienten que no podrán hacerlo por miedo, inseguridad y temor a no poder, a no sentirse merecedoras, a no poder conciliar la vida privada con la pública y/o enfrentarse a estructuras patriarcales y comportamientos machistas, lo cual también conlleva roles y estereotipos de género que también limitan el ejercicio de sus derechos.

Otro ejemplo en el proceso que le lleva a una mujer al auto reconocerse como sujeta de derechos que vive en una ciudad, que ha tenido la oportunidad de ir a la escuela, que trabaja, que es económicamente independiente y que va logrando atender sus necesidades e intereses frente a otra mujer indígena, de la misma edad, pero que vive en una zona rural, a la que no le fue posible ir a la escuela, carece de servicios básicos en el lugar donde vive y a quien es posible que hasta la vendan para que sus padres cobren con dinero o animales; porque los contextos y condiciones de vida de una y otra mujer no son iguales y los factores

[47] PNUD, INE, ONU Mujeres e IECM. (2020). "*Prevención y mecanismos de atención de la violencia política contra las mujeres en razón de género. Módulo 1. Derechos político-electorales de las mujeres: definición, antecedentes y contexto actual*", p. 25. Disponible en file:///C:/Users/Usuario/Desktop/2021/Curso%20INE%20PNUD/Modulo%201/Curso%20Modulo%201..pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

educativos, sociales, económicos, familiares, culturales y psicológicos estructurales, jugarán a favor o en contra para hacer posible o no este auto reconocimiento como sujeta de derechos.

Otros factores clave para que las mujeres fortalezcan y practiquen una ciudadanía activa son la autoestima y la autonomía, los cuales se abordan brevemente en este taller, pero también, se pueden ver con mayor amplitud en el "Taller 1. Derechos civiles y políticos: conócelos y ejércelos".

2) Fortalecimiento de la autoestima y la autonomía.- La autoestima es la apreciación del Yo. Es el amor o desamor a sí misma o mismo, la confianza y el respeto que tiene una persona. Está conformada por las intuiciones, las dudas, las creencias, los conocimientos e interpretaciones que se elaboran a partir de las experiencias y de las cosas que suceden. También se ve determinada por la forma en la que se ve y perciben las cosas, de modo que es como un filtro a través del cual, se interpretan las situaciones que se viven. Incluye el autoconocimiento, el auto concepto, la autoevaluación, la auto aceptación y el auto respeto. La autoestima de las mujeres se puede ver predeterminada, en parte, por el género, ya que si una mujer ha sido educada en función y para el "otro", es decir, sus hijas e hijos, su pareja, su casa, madre y/o padre y/o hermanas y hermanos; ha crecido en condiciones de vida de desigualdad; en situación de pobreza; con escasas oportunidades educativas, económicas y profesionales, y carece de un proyecto propio de vida, entonces muy posiblemente su autoestima esté afectada porque ha sido atravesada por todos estos aspectos. [48]

De ahí que sea tan importante hacer un alto y revisar cómo está la autoestima en cada persona. Para trabajar una buena autoestima, enseguida, se presentan once *tips*:

[48] Lagarde, Marcela. Ibídem. *Claves feministas…,* p.185.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Fuente: elaboración propia con base en: *Desarrollo de la autoestima*, cita a Rojas, E. (2001), *¿Quién eres?,* p.2. Recuperado de https://www.gitanos.org/publicaciones/guiapromocionmujeres/pdf/04.pdf.

Como se puede ver, es muy importante revisar el estado actual de la autoestima en cada persona, ya que puede derivar en asumirse o no como persona sujeta de derechos y lo más importante, ejercerlos a fin de fortalecer y practicar una ciudadanía activa.

Otro factor muy importante es la autonomía la cual significa la capacidad de las personas para tomar decisiones libres e informadas sobre sus vidas y poder ser y hacer en función de

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

sus propias aspiraciones y deseos en el contexto histórico que las hace posibles" (CEPAL, 2011). Es un factor fundamental para garantizar el ejercicio de sus derechos humanos en un contexto de plena igualdad y una condición para la superación de las injusticias de género. Concretamente para contribuir a que las mujeres fortalezcan su autonomía de manera integral, se deben considerar tres dimensiones[49] las cuales se deben trabajar y tanto de manera individual pero también como sociedad:

Autonomía física	Autonomía económica	Autonomía en la toma de decisiones
Implica el derecho al disfrute y goce de los cuerpos de cada persona, entre ellos los de las mujeres, y a construir y definir su apariencia física y personalidad. La autonomía física se expresa también en dos dimensiones: en el respeto a los derechos sexuales y reproductivos y a una vida libre de violencia de género.	Es la capacidad de generar ingresos propios, el derecho a la propiedad de bienes y a generar y disfrutar de los propios recursos mediante el acceso al trabajo remunerado y en igualdad de condiciones, más allá del género de cada persona. Considera el uso del tiempo y la contribución que hace cada quién, a la economía familiar, personal y de la sociedad en general.	Se refiere a la presencia de las mujeres en los distintos niveles y ámbitos de actuación de los poderes del Estado (Ejecutivo, legislativo y judicial) y a las medidas orientadas a promover su participación plena para que su presencia, voces, decisiones y opiniones sean tomadas en cuenta, escuchadas y atendidas, en igualdad de condiciones, así como en los distintos ámbitos de la vida pública y privada.

Es así que tanto la autoestima como la autonomía pasan forzosamente por la creación y el acceso a condiciones y contextos estructurales favorables – que abarcan lo familiar, lo educativo, económico, cultural, social, político y en la salud-, ya que todo esto en conjunto,

[49] Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). Ibídem. *Autonomía...*

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

contribuye al fortalecimiento efectivo de la ciudadanía de las mujeres, así como a su empoderamiento. Entendiendo por empoderamiento[50] el proceso y el resultado del ejercicio de poder y el control de las personas sobre sus propias vidas, lo que implica la concientización, desarrollar la autoestima, tener acceso y control de los recursos materiales, económicos, educativos, técnicos y tecnológicos, así como el acceso y la propiedad de los medios como la tierra, además de tener la posibilidad de desarrollar capacidades económicas, educativas, en salud, políticas y culturales que contribuyan a su desarrollo humano en igualdad de condiciones que el resto de las personas en la sociedad.

3) Cambios en la percepción, actitudes y comportamientos hacia las mujeres.-[51] En la sociedad prevalecen comportamientos y actitudes que muestran la desvalorización que se tiene hacia las mujeres, al no ser reconocidas como sujetas de derechos humanos o sólo de algunos; lo que explica por qué se perciben como una parte de la población "fácilmente" manipulable, a quién se le pueden violentar sus derechos humanos, darles servicios de mala calidad, incompletos o incluso negárselos, son bloqueadas, segregadas, discriminadas, e incluso se ve "normal" que suceda así. Cuando por ejemplo a una mujer -sobre todo en población rurales e indígenas- se le coloca un dispositivo intrauterino, como método de planificación, pero sin su consentimiento informado, y se cree que se actúa "correctamente" para que ya no tengan más descendencia.

Este tipo de tratos, comportamientos y actitudes como muchos otros, pasan desapercibidos y se ven incluso hasta "normales" en sociedades patriarcales y machistas que ven "menos a las mujeres", como sujetas pasivas, calladas y sumisas. Los cambios en la percepción, comportamientos y actitudes hacia las mujeres pasan también por visibilizar y romper los techos de cristal,[52] es decir, todo aquello que limita, por ejemplo, las carreras profesionales de las mujeres y les impide avanzar, y que les bloquean, acosan, amenazan y/o despiden,

[50] ONU Mujeres. *Profundicemos en términos de género. Guía de terminología del lenguaje no sexista para periodistas y comunicadoras y comunicadores*, pp. 33-34. Recuperado de file:///C:/Users/Usuario/AppData/Local/Temp/Guia-lenguaje-no-sexista_onumujeres.pdf
[51] Sánchez, A. "El Feminismo en la construcción de la ciudadanía de las mujeres en México", p. 4. Recuperado de https://catedraunescodh.unam.mx//catedra/CONACYT/03_Curso_PGJ/Contenidos/contenidos/Modulo_4/2_Alma%20Rosa%20Sanchez.pdf
[52] PNUD, INE, ONU Mujeres e IECM. Ibídem. "*Prevención y mecanismos…"*, p.26.

para impedir que avancen en su carrera profesional hacia puestos de mayor decisión sin que ello sea mal visto, visibilizado ni denunciado.

4) Distribución equitativa del ejercicio de poder.- En las sociedades patriarcales como la mexicana, y machistas, las relaciones de poder pueden ser profundamente desiguales y asimétricas, generando actitudes y comportamientos de discriminación, violencia, maltrato y vejaciones, y que incluso socialmente son "normalizados" sin que "nada suceda". En ocasiones a las mujeres se les ve como ciudadanas de "segunda categoría", a quienes se les pueden o no respetar sus derechos humanos (como la libre expresión, la toma de decisiones, la representación política y el asumir cargos públicos así como el acceso a servicios como la educación, la salud, el trabajo digno, entre otros) sin que se haga nada, o peor aún, cuando se denuncia y se hacen visibles las violaciones a sus derechos, tampoco pasa nada, se les da "carpetazos a sus expedientes" o incluso, son revictimizadas durante dichos procesos de denuncia.

Por tanto, es indispensable que las mujeres asuman el poder que detentan como ciudadanas y demanden, en cualquier espacio ya sea público o privado, los derechos humanos que poseen, y los defiendan y denuncien cuando estos no son respetados ni garantizados, ya sea por una persona, grupos de personas, colectivo y/o instituciones; como por ejemplo, cuando a una mujer candidata de un partido político, se le limita financieramente durante su campaña a fin de afectar, minimizar y obstaculizar los resultados de la misma y que gane una contienda, a lo que se le denomina "techo de billetes".[53] Aunque afortunadamente han ido incorporando cada vez más los marcos jurídicos, regulatorios y programáticos la atención, prevención, castigo y reparación del daño que se lleva a cabo en contra de las mujeres por razón de género, como es el caso de la violencia política, es indispensable que se continúe avanzando en visibilizar y continuar incorporando y fortaleciendo dichos marcos para asegurar y garantizar que las mujeres

[53] PNUD, INE, ONU Mujeres e IECM. Ibídem. "*Prevención y mecanismos…"*, p.26.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

ejerzan su poder individual y ciudadano de manera responsable, sin que ello les cueste la dignidad, integridad y hasta la vida.

5) Educación cívica y democrática con perspectiva de género y derechos humanos desde la infancia.- Es indispensable que desde la infancia se forme en valores democráticos y en el conocimiento y ejercicio de los derechos humanos, pero también, es indispensable hacerlo con enfoques de género, derechos humanos y medioambiental, dado que estos tres temas son medulares en el conocimiento, adopción y práctica de la ciudadanía de las mujeres y de toda la población en general. De igual modo que se eduque desde edades tempranas en la identificación, sensibilización y toma de conciencia de no mantener ni reproducir los patrones, modelos, comportamientos y actitudes de las estructuras patriarcales y los comportamientos machistas ante los graves efectos de desigualdad, inequidades, discriminación e incluso hasta de violencia hacia las mujeres; lo que las vulnera y genera también precarización en sus condiciones de vida.

Llevar a cabo acciones educativas -tanto en espacios formales como informales- puede contribuir a que las nuevas generaciones vayan modificando paulatinamente para que esos efectos negativos, desiguales y grandes daños que ha traído la cultura patriarcal y machista a una parte de la población -casualmente más de la mitad en México que son las mujeres-, se terminen y realmente exista una igualdad sustantiva entre hombres y mujeres.[54]

> *…la igualdad sustantiva entre hombres y mujeres es la que se encuentra en los hechos y en las prácticas, en la efectividad que se materializa en cerrar la brecha socioeconómica, por ejemplo, entre mujeres y hombres a través del tiempo, y de las diferentes sociedades. Estar a favor de la igualdad sustantiva entre hombres y*

[54] Se refiere al ejercicio pleno y universal de los derechos humanos, en congruencia con los derechos asentados en las normas jurídicas. Para alcanzarla, es necesario que las leyes y políticas garanticen que las mujeres tengan las mismas oportunidades que los hombres en todas las esferas de la vida, lo que implica que el Estado tiene la obligación de garantizar las condiciones para ello y de remover todos los obstáculos para que la igualdad se alcance en los hechos. "Ley de igualdad sustantiva entre mujeres y hombres en el distrito federal". Recuperado de https://www.cndh.org.mx/sites/all/doc/programas/mujer/5_legislacionnacionalinternacional/legislacion/estatal/distrito%20federal/a/ley%20de%20igualdad%20sustantiva%20distrito%20federal.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

mujeres, nos invita a jugar un papel muy importante para generar un cambio social: lograr la igualdad de género en las generaciones futuras sembrando hoy el presente. Por ello, necesitamos romper los paradigmas en educación y cultura donde las labores del hogar, el cuidado de los hijos, la cocina, el trabajo profesional y otras tantas actividades más, no correspondan a un género por tradición, sino por acuerdo entre los géneros integrando circunstancias de igualdad. Hoy en día, no solo se trata de hacer visible lo invisible, se trata de disminuir, sanear y aliviar la dramática sustantiva de género en cuatro brechas de desigualdad que se viven en nuestro país; ingreso, empleo y ocupación, seguridad social y toda forma de discriminación socioeconómica en lo individual, así como en los Poderes Ejecutivos en lo municipal, estatal y nacional."[55]

Ahora se presentan algunas valiosas aportaciones concretamente de mujeres ejerciendo su ciudadanía en el mundo.

2.6 Aportaciones de mujeres ejerciendo su ciudadanía en el mundo[56]

"Se debe cambiar el papel de la mujer en la sociedad y aceptar que a medida que se avance en los lugares de trabajo, las empresas necesitarán abrir sus horizontes y derribar las barreras [que dificultan la igualdad de género en sus niveles directivos]."
Directora de la Oficina de Actividades para los Empleadores de la OIT, Deborah France-Massin.[57]

Sandra Mendoza. Agricultora y ganadera en Colombia.

Fundó una asociación de mujeres cafeteras en San Antonio. Así conoció la iniciativa Bancamía, que les

Ruth Pelaiza. **Promotora del ahorro en el Perú**.

Empezó a trabajar como asesora en el programa "Ahorro para todos" de la Fundación Microfinanzas

Christina García. Conservacionista ambiental en Belice.

"El trabajo más gratificante aquí para mí, es que desarrollamos la capacidad de

[55] Díaz, F. (18 febrero 2021). "Igualdad Sustantiva entre mujeres y hombres en México". *El Universal.* Recuperado de https://www.eluniversal.com.mx/opinion/fernando-diaz-naranjo/igualdad-sustantiva-entre-mujeres-y-hombres-en-mexico
[56] Noticias ONU. (25 abril 2019). Cuando *una mujer se decide, puede con todo*. ONU. https://news.un.org/es/story/2019/04/1454911, Noticias ONU. (8 marzo 2019). *Las mujeres, la fuerza que el medio ambiente necesita*. ONU. https://news.un.org/es/story/2019/03/1452431. Noticias ONU. (18 marzo 2019). *Gracias a nuestra labor, nuestros empleadores pueden trabajar para el desarrollo económico de los países*. https://news.un.org/es/story/2019/03/1452821.
[57] Noticias ONU. (22 mato 2019). *Las mujeres en puestos directivos aumentan hasta un 20% las ganancias de las empresas*. ONU. https://news.un.org/es/story/2019/05/1456451.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

presentó 40 medidas para luchar contra el cambio climático. “Me gustó el biodigestor. Es algo que produce gas por medio de estiércol de cerdo”, explica. Ella quería arreglar las cocheras de sus cerdos y comprar uno, pero no tenía el dinero. “Bancamía me prestó cinco millones de pesos e hice la cochera y el biodigestor.

Hoy en día tengo gas y la cochera nueva. Empecé con una marranita y actualmente tengo cinco y la cerda está embarazada otra vez”.

BBVA, enseñando a otras personas, de zonas rurales aisladas, cómo ahorrar. En sus charlas, conoció a mujeres que invertían sus ahorros en la compra de animales, otras que lo guardaban en “una latita de leche Gloria”.

Ruth tiene un método de enseñanza muy particular: utiliza unas muñequitas de trapo. “Para llegar a la gente y que me entiendan mejor. **Con el teatro con muñecas me prestan más atención y hago mis capacitaciones en quechua**”, explica.

nuestro equipo para que se conviertan en pequeños científicos. También **es gratificante para mí haber sido pionera en la primera concesión agroforestal en la reserva forestal Maya Monte en Belice**. Me complace ver que cada vez más agricultores en el Paisaje Dorado Maya, el lugar donde trabajamos, cambian en sus actitudes y comportamientos hacia la adopción de prácticas agrícolas inteligentes como la agroforestería y en usar esas prácticas para mejorar sus vidas y la de su familia”, asegura Christina.

Marcelina Bautista, Defensora de los derechos de las trabajadoras del hogar en México.

“Nuestro papel en un hogar es muy importante. Gracias a nuestro trabajo, nuestros empleadores pueden ser profesionales y pueden trabajar para el desarrollo económico de nuestros países.” Por eso, “es bastante necesario que las trabajadoras del hogar empecemos a contar con las mismas condiciones que tienen otros tipos de trabajadores”. Por ello creó el Sindicato Nacional de Trabajadores y Trabajadoras del Hogar (CACEH). “En el camino fuimos capacitándonos como trabajadoras del hogar y empoderando a otras trabajadoras, que hoy son líderes del sindicato”.

A continuación, se aborda la participación ciudadana como una expresión y una manifestación de lo que implica la ciudadanía.

III.Participación ciudadana

3.1 ¿Qué es la participación ciudadana?

La participación ciudadana es entendida como el derecho y la oportunidad, individual o colectiva, que tienen la ciudadanía de manifestar directamente sus intereses y demandas a través de actos y actitudes legales para influir en la formulación y toma de decisiones

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

gubernamentales en los diferentes niveles: nacional, estatal o local; contribuyendo de esa manera a mejorar la gestión pública y la calidad de vida.[58] Participar en la vida pública implica apropiarse de este espacio, es hacerlo propio porque en él se vive, convive, se camina, se come y se transita. Puede ser una apropiación de forma individual o colectiva, y atiende a la voluntad y la toma de decisión de cada persona, pero sobre todo a sobre pasar el yo individual, es decir, el solo ver por sí misma. Lo contrario de la participación ciudadana es la ciudadanía pasiva, reactiva, que es indiferente, individualista, que tiene desinterés por el bienestar común y sólo le interesa el bienestar propio. Es cuando sólo se reacciona por conveniencia por lo que "*si me afecta reacciono y participo, pero si no me afecta entonces no reacciono y dejo que las cosas sigan igual*".

Por ejemplo, cuando en la calle se comienzan a tapar las coladeras porque la gente arroja basura en ellas, pero nadie hace nada, sin embargo, cuando comienza las temporadas de lluvia y cerca de la casa donde se vive hay una coladera, entonces la ciudadana o ciudadano comienza a limpiarla para que no se vaya a tapar y se corra el riesgo de que se meta el agua a la casa, sin embargo, si no fuera por esta situación, se le dejaría igual sin tener ningún cuidado. Por tanto, depende de la voluntad propia, de ahí que sea tan importante aplicar el Método Ve que sí se puede, verme y ver mi entorno, identificando las necesidades y problemáticas e identificar qué puede aportar cada quién para atenderlas, desde el ámbito de actuación que cada persona tiene y querer cambiar, es decir, tener la voluntad de hacer algo y de participar, valorar cómo se puede hacerlo y pasar a hacerlo.

Por ejemplo, si en el lugar donde se vive pasa un canal o río contaminado, será muy difícil que una sola persona lo limpiara y menos si las industrias y otras colonias vierten desperdicios y basura; sin embargo, en el ámbito que le toca a cada persona, se puede tomar la iniciativa de invitar a las vecinas y vecinos para

[58] Sánchez, F. y Leyva O. Capítulo 4. Participación política y el ejercicio del poder. Universidad Autónoma de Nuevo León. http://eprints.uanl.mx/8474/1/Documento3.pdf (p.7).

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

organizar brigadas de limpieza del tramo que pasa cerca de donde se vive, además de evitar arrojar basura y/o solicitar a las autoridades que den mantenimiento al mismo, ya que todas estas son formas de participación ciudadana y muestra la ciudadanía activa. Lo contrario sería la ciudadanía pasiva en la que, ante la misma situación, es decir, un canal o río contaminado, la ciudadanía se queja todo el tiempo, no hace nada y peor aún, arroja más basura de su casa en este río.

Ahora bien, se abordan los tipos de participación ciudadana que existen.

3.2 Tipos de participación ciudadana[59]

Participación política.- Son las acciones con las cuales la ciudadanía trata de influir en las decisiones que toman las personas representantes públicos, e introducir nuevos temas en la agenda. Es una participación mediada por los mecanismos de la representación política e intervienen las instituciones encargadas de organizar los procesos electorales y de participación ciudadana, como en este caso el IECM u otros institutos electorales como el Nacional o los estatales.

Afortunadamente la participación política de las mujeres en México ha ido incrementando paulatinamente y, a pesar de que han sido históricamente bloqueadas, obstaculizadas, perseguidas e incluso hasta asesinadas al intentar o ejercer su derecho de participar en la vida política como precandidatas, candidatas, representantes políticas y/o ejercer cargos públicos, lograron que, junto con diversas personas, grupos sociales, organizaciones, movimientos e instituciones, además del impulso que han dado diversos marcos regulatorios internacionales, aunado a más de 40 iniciativas presentadas ante el Congreso de la Unión, el 13 de abril 2020, se publicara en el Diario Oficial de la Federación, el Decreto

[59] Sánchez, F. y Leyva O. Capítulo 4. Participación…Ibídem, p. 8.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

de Reforma a 8 leyes[60] para regular y sancionar concretamente la violencia política contra las mujeres en razón de género, la cual es entendida como…

> "*Toda acción u omisión, incluida la tolerancia, basada en elementos de género y ejercida dentro de la esfera pública o privada, que tenga por objeto o resultado limitar, anular o menoscabar el ejercicio efectivo de los derechos políticos y electorales de una o varias mujeres, el acceso al pleno ejercicio de las atribuciones inherentes a su cargo, labor o actividad, el libre desarrollo de la función pública, la toma de decisiones, la libertad de organización, así como el acceso y ejercicio a las prerrogativas, tratándose de precandidaturas, candidaturas, funciones o cargos públicos del mismo tipo. Se entenderá que las acciones u omisiones se basan en elementos de género, cuando se dirijan a una mujer por su condición de mujer; le afecten desproporcionadamente o tengan un impacto diferenciado en ella*." "Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia" (LGAMVLV). (Art. 20).

Sin duda alguna, el reconocimiento de este tipo de violencia que pretende sesgar, condicionar, impedir, acotar o restringir la participación y representación política y pública de las mujeres, así como la toma de decisiones en contra de su voluntad o contrarias al interés público, ya sea individualmente y/o como grupo, es un gran logro tanto para ellas como para la sociedad en el afán de crear sociedades más democráticas, incluyentes y respetuosas de los derechos humanos de todas y todos.

Participación social.- Puede ser individual o colectiva, a través de grupos, organizaciones e instituciones tanto públicas como privadas, entre otras, para atender, gestionar e incidir en los ámbitos sociales y comunitarios, en el respecto y manejo adecuado de los recursos y las acciones que tienen un impacto en el desarrollo de sus comunidades. Además de

[60] Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia; Ley General de Instituciones y Procedimientos Electorales; Ley General del Sistema de Medios de Impugnación en Materia Electoral; Ley General de Partidos Políticos; Ley General en Materia de Delitos Electorales; Ley Orgánica de la Fiscalía General de la República; Ley Orgánica del Poder Judicial de la Federación y la Ley General de Responsabilidades Administrativas.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

buscar que existan (en cobertura, cantidad y calidad) para todas y todos los servicios de salud, educativos, de esparcimiento, así como eventos culturales, deportivos, etcétera, sin discriminación alguna, demandando la rendición de cuentas y la transparencia por parte de los gobiernos.[61]

En la participación social es indispensable que se involucren y organicen todas y todos -aprovechando los diversos mecanismos e instrumentos de participación ciudadana y representativa- tanto de forma individual como colectiva, así como a las instituciones públicas como privadas (sea la familia, la escuela, iglesia, partidos políticos, agrupaciones y movimientos sociales, etcétera) y hacer que su voz, posturas y opiniones sean escuchadas y atendidas por los gobiernos y por la sociedad. En este sentido, destaca la importante participación de las mujeres, además de otras personas e instituciones, quiénes desde sus distintos espacios, posibilidades y condiciones, han contribuido a que gradualmente se vayan visibilizando sus demandas, necesidades, inequidades y desigualdades en la sociedad, logrando que se vayan modificando e incluyendo gradualmente en las agendas públicas, las políticas y programas públicos, tanto los enfoques de género y derechos humanos en un intento por visibilizar y asegurar que sean incluidas, consideradas en sus necesidades específicas y en el respeto por sus derechos humanos y dignidad humana.

Aunque los cambios y resultados son lentos y no tan visibles porque se desearía, sí se ha logrado que se llevan a cabo y promueva la incorporación de diversos principios, acciones e iniciativas como las afirmativas, los principios de paridad, "pro persona", se busque la igualdad sustantiva y que sean reconocidas como ciudadanas en igualdad de condiciones y derechos como el resto de las personas, además de los importantes marcos jurídicos y regulatorios intentan prever, procurar, sancionar y reparar el daño cuando se intenta o se cometen atropellos, agresiones y violaciones a los derechos de las mujeres.

[61] Delgado, L. (27 abril 2017). Participación Social. *Milenio 2020*. Recuperado de https://www.milenio.co/opinion/luis-rey-delgado-garcia/para-reflexionar/participacion-social.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Participación comunitaria.- Representa un componente esencial de la realización humana, en tanto que es un medio para relacionarse con el resto de la sociedad, permite satisfacer inquietudes personales, como también reivindicar necesidades. Va más allá del Estado ya que consiste en la apropiación del espacio público, de la calle, de la colonia, del lugar donde se vive para mejorarlo, arreglarlo, darle mantenimiento y/o reconstruirlo, ya que el espacio público es de todas y todos y es su corresponsabilidad el cómo se mantiene y lo que se vive en él.

Concretamente la participación comunitaria de las mujeres[62] implica asegurar que tienen el acceso a los recursos y servicios públicos, a que tenga las mismas oportunidades en la toma de decisiones y sean tomadas en cuenta en la identificación, gestión y atención de las necesidades, demandas y problemáticas del entorno donde viven. La intervención de las mujeres en la vida pública, puede contribuir a que los logros y resultados sean a largo plazo, razonables y sustentables, sin dejar a nadie fuera; lo que implica la creación, establecimiento y mantenimiento de relaciones de poder y de convivencia igualitarias, incluyentes y equitativas entre hombres y mujeres, donde prevalezca el respeto y ejercicio de los derechos humanos, entre otros aspectos.

Cuando las mujeres participan en la vida comunitaria, se organizan, asumen cargos, hacen gestiones, son lideresas, toman la palabra y decisiones y actúan tanto de forma individual como colectiva, ejercen sus derechos como ciudadanas, pero también se hacen visibles ya que hacer lo contrario las acalla, las desdibuja y vulnera, permitiendo que sean otras personas quienes tomen su lugar y su voz, de ahí que este tipo de participación sea tan importante.

Enseguida, se abordan algunos ejemplos de participación ciudadana en el mundo.

[62] Instituto Veracruzano de las Mujeres y Gobierno Federal. (2009). Cuadernillo. "Participación comunitaria de las mujeres: El papel de los agentes y agentas municipales con perspectiva de género". p. 14. Recuperado de http://www.ivermujeres.gob.mx/wp-content/uploads/sites/16/2015/10/30-Participaci%C3%B3n-Comunitaria-de-las-Mujeres-El-Papel-de-los-Agentes-y-Agentas-Municipales-con-Perspectiva-de-G%C3%A9nero.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

3.3 Experiencias de participación ciudadana

Enseguida, se presentan algunas experiencias de participación ciudadana en distintos países, con la finalidad de ilustrar las iniciativas mediante de las cuales se ejerce, promueve, construye y/o se fortalece la ciudadanía.

"CÓNSUL". Ayuntamiento de Madrid, España.[63]

Se trata de una iniciativa completa la cual, a través de una plataforma, hace posible la participación de la ciudadanía en temas referidos al presupuesto participativo y la manera bajo la cual deberá ser invertido. Además de involucrarse en la legislación colaborativa y permitir que cualquier persona puede tener la potestad de comentar cualquier texto legislativo, haciendo que la participación ciudadana tenga mucha relevancia y lograr un amplio contexto de democracia directa, inclusiva y abierta.

Cualquier persona puede crear su propuesta y subirla a la plataforma para que sea analizada por los demás, las que tengan mayor apoyo serán seleccionadas. Después de este paso las propuestas seleccionadas que fueron presentadas pasarán posteriormente ya en la plataforma a ser sometidas a un proceso de votación. (Más información en http://consulproject.org/es/#)

"COLIBRÍ", plataforma interactiva para el seguimiento a compromisos entre ciudadanía y entidades públicas en Bogotá, Colombia.[65]

***Citizen Initiative Review* en Oregon, Estados Unidos de Norteamérica.[64]**

En "Citizens Iniciativa de Revisión" (CIR) se conforma un grupo de 24 personas (previamente registradas) de todo el Estado de Oregon quienes son invitadas a estudiar una medida electoral vigente.

Las personas panelistas deliberan sobre la información a la que tienen acceso, así como identifican las ventajas y desventajas de la medida vigente (política). Se usa una combinación de técnicas de votación y de consenso a fin de producir una declaración que contiene las valoraciones clave, las mejores razones para votar a favor o en contra de la medida.

Dicha declaración se distribuye previo a que la ciudadanía emita su voto.

(Más información en https://healthydemocracy.org/cir/)

Proyecto escuelas sostenibles,[66] municipio de Águeda, Portugal.

El Proyecto de Escuelas Sustentables integra dos iniciativas paralelas: las

[63] Observatorio Internacional de la Democracia Participativa. (OIDP). *Experiencias*. OIDP. https://oidp.net/es/experience.php?id=1229.
[64] Healthy Democracy. (17 de marzo 2020). *Citizens' initiative review*. Estados Unidos de Norteamérica. https://healthydemocracy.org/cir/.
[65] Observatorio Internacional de la Democracia Participativa. (OIDP). *Experiencias*. OIDP. https://oidp.net/es/experience.php?id=1246.
[66] Observatorio Internacional de la Democracia Participativa. (OIDP). Ibídem. https://oidp.net/es/experience.php?id=1209.

La plataforma es una herramienta que permite realizar seguimiento permanente al avance y cumplimiento de los compromisos que suscribe la ciudadanía y la Administración Distrital en espacios de participación ciudadana en Bogotá, con el propósito de fortalecer el acceso a la información, la rendición de cuentas y el control social para el mejoramiento de la gestión pública de la ciudad y de la calidad de vida de sus habitantes.

COLIBRÍ, agrupa en un mismo lugar compromisos pactados por entidades públicas y ciudadanía en diferentes espacios de participación ciudadana organizada y no organizada. Por lo que la ciudadanía puede revisar las acciones realizadas por las entidades públicas para darle cumplimiento a lo pactado con las comunidades. Esta información registrada por las entidades públicas es comentada y retroalimentada permanentemente por la ciudadanía.

(Más información en http://colibri.veeduriadistrital.gov.co/)

sesiones de educación y conciencia para la sostenibilidad (implementadas en 55 escuelas de la Región de Aveiro) y la gamificación –técnica a través del juego-, implementada en 51 escuelas. Está basado en la corresponsabilidad de diversos actores, entidades, comunidades y ciudadanos. Los estudiantes fueron los principales actores del proyecto, así como 55 escuelas y 3 mil estudiantes quienes formaron parte y se realizaron casi mil acciones de sostenibilidad.

El estudiantado promovió auditorías energéticas y monitoreo semanal, implementando acciones e iniciativas creativas para mejorar la sostenibilidad local y reducir la huella de carbono escolar, y evaluar los resultados. Aplicando los principios y elementos de la gamificación, es decir, del juego, las comunidades fueron premiadas por los resultados obtenidos, y la reducción conseguida se convirtió en un premio monetario que el municipio envió a la escuela para el desarrollo de más programas educacionales y actividades en el área.

Dicho proyecto, promocionado inicialmente por Águeda, se integró en la comunidad intermunicipal en la que opera la región de Aveiro, integrando a 11 municipios.

(Más información en https://oidp.net/es/experience.php?id=1209).

IV. Desarrollo del taller

Para el desarrollo del taller “Ciudadanía y mujeres en la Ciudad de México”, se presenta a continuación una propuesta que busca orientar en los contenidos y en el cómo se pueden abordar, pero en ningún caso pretenden ser limitativos ni en fondo ni en forma, sino que más bien, se sugiere que el personal del IECM, así como las personas prestadoras de servicio

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

social se sientan en la libertad de adecuarlos y adaptarlos acorde al tipo de público participante en los talleres, así como a las condiciones de tiempo, espacio y recursos disponibles en los territorios donde se trabaja. Además, es importante que se tomen en cuenta los contenidos abordados en el Marco general ya que pueden complementar y dar sustento al proceso de información, sensibilización y formación de las personas participantes.

Por otro lado, este taller cuenta con un juego didáctico llamado "Y tú ¿ya cachaste?" (material adjunto), el cual se puede jugar en el marco de dicho taller, acorde a la disponibilidad de tiempo y otras condiciones favorables, pero también se puede hacer uso de éste en otros espacios de difusión y formación conforme se valore conveniente.

Así también, se adjunta un "Directorio de instituciones públicas y privadas que prestan algunos servicios a mujeres y hombres en la Ciudad de México" (Anexo 1) para su consulta.

4.1 Objetivos del taller

Objetivo general

Sensibilizar y formar a la población, sobre todo a las mujeres de la Ciudad de México, en la importancia de asumir y ejercer una ciudadanía activa para construir bienestar propio y común de una forma corresponsable.

Objetivos específicos

- Dar a conocer en qué consiste el trabajo del IECM y específicamente el de educación cívica.
- Conocer y/o reconocer en qué consiste ser ciudadana o ciudadano, el marco jurídico que la ampara y las herramientas existentes para ejercer ciudadanía.
- Identificar los tipos de ciudadanía; algunos aspectos clave que pueden ayudar a fortalecerla en las mujeres y ciertos aportes destacados de mujeres practicando su ciudadanía en el mundo.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

- Establecer la importancia de la participación ciudadana, los tipos que hay y algunas experiencias exitosas en esta materia.

4.2 Temas a abordar

I. Ciudadanía y mujeres

1.1 ¿Qué es ser ciudadana o ciudadano?

1.2 Herramientas para ejercer la ciudadanía

1.3 Tipos de ciudadanía

1.4 Algunos aspectos clave para que las mujeres fortalezcan su ciudadanía activa

1.5 Algunos aportes de mujeres ejerciendo su ciudadanía en el mundo

II. Participación ciudadana

2.1 ¿Qué es la participación ciudadana?

2.2 Tipos de participación ciudadana

2.3 Experiencias destacadas de participación ciudadana.

Duración: 2 horas aproximadamente.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

4.3Secuencia didáctica

Tema	Objetivo	Dinámica	Actividad	Tiempo	Material
Presentación institucional del IECM	Dar a conocer brevemente en qué consiste el trabajo del IECM, específicamente en educación cívica.	Exposición	Exposición en plenaria	5 min	Rotafolio y/o computadora con cañón para proyectar en pared.
Propósito del taller	Presentar a las personas participantes el propósito y contenidos del taller, destacando la importancia y el valor de uso al ejercer una ciudadanía activa.	Exposición en plenaria	Exposición en plenaria	10 min	Rotafolio y/o computadora con cañón para proyectar en pared.
Apertura	Generar la socialización entre las personas participantes del taller y "rompan el hielo", que se sientan más en confianza y relajadas.	**"***Me pica aquí…***"** Dinámica donde todas y todos participan	Todos participan a través del juego	10 min	
Presentación del tema: **I. Ciudadanía y mujeres** 1.1 ¿Qué es ser ciudadana o ciudadano? 1.2 Herramientas para ejercer la	Que las personas participantes reconozcan qué es ser ciudadana o ciudadano, sus herramientas, los tipos que hay, así como algunos aspectos clave para que las mujeres fortalezcan su ciudadanía activa con	La que se valore más conveniente	La que se valore más conveniente	25 min	El que se requiera conforme la actividad elegida. Importante dejar visibles los derechos civiles y políticos durante los ejercicios

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

ciudadanía 1.3 Tipos de ciudadanía 1.4 Algunos aspectos clave para que las mujeres fortalezcan su ciudadanía activa 1.5 Algunos aportes de mujeres practicando su ciudadanía en el mundo	algunos aportes de mujeres practicando su ciudadanía en el mundo				posteriores a realizar.
Dinámica	Que las personas participantes identifiquen con ejemplos el ejercicio de una ciudadanía activa y pasiva a fin de distinguir las diferencias y reflexionar y proponer en equipo, cómo se puede ser ciudadana o ciudadano a partir de dichos ejemplos.	"*Échame la mano*" Se conforman dos equipos y socializan en plenaria.	Se conforman dos equipos y en equipos revisan y reflexionan para socializar en plenaria.	30 min	Papel rotafolio y plumones. Marcadores y masking tape o diurex para colocarlos en la pared.
Tema II. Participación ciudadana. 2.1 ¿Qué es la participación ciudadana? 2.2 Tipos de participación ciudadana	Que las personas participantes identifiquen en qué consiste y para qué sirve la participación ciudadana y conozcan algunas experiencias exitosas en el mundo.	La que se valore más conveniente	La que se valore más conveniente	25 min	El que se requiera conforme la actividad elegida. Importante dejar visibles los derechos civiles y políticos durante los ejercicios

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

2.3 Experiencias destacadas de participación ciudadana.					posteriores a realizar.
Reflexión final.	Que las personas participantes socialicen qué aprendieron en el taller, el valor de uso de lo aprendido y los espacios en los que consideran pueden aplicarlo.	Plenaria	Plenaria	15 min	
Aplicación de valoración final.		Aplicación individual	Aplicación individual	5 min	Aplicación individual
			Total	125 min (2:05 minutos)	

4.4 Técnicas a utilizar

Nombre de la actividad	Descripción
"*Me pica aquí…*"	**Propósito**.- Generar la socialización entre las personas participantes del taller y "romper el hielo" para que se sientan en confianza y relajadas, previo a comenzar el taller. **Descripción**.- Se colocan las personas participantes en un círculo y cada persona va diciendo su nombre: "*Me llamo…y me pica aquí*" (rascándose la parte del cuerpo que simule le da "comezón"). Luego la persona del al lado, debe decir "se llama… y le pica allí

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

	(rascando la parte del cuerpo que la persona eligió) y luego decir “yo me llamo…, y me pica aquí" (igualmente rascándose la parte que elija). Así todas y todos van repitiendo el nombre de las personas participantes que le antecedieron inmediatamente hasta terminar el círculo. **Indicaciones.-** 1. Se colocan las personas participantes en un círculo y cada persona va diciendo su nombre: “*Me llamo…y me pica aquí*” (rascándose la parte del cuerpo que elige que le da “comezón”). 2. La persona del al lado, debe decir “se llama… y le pica allí (rascando la parte del cuerpo que la persona eligió) y luego decir “*yo me llamo…, y me pica aqui*" (igualmente rascándose la parte que elija). 3. Todas y todos van repitiendo solo el nombre de las personas participantes que le antecedieron inmediatamente hasta terminar el círculo. **Reflexión final.-** Al final del ejercicio, las personas participantes comentan en plenaria cómo se sintieron con esta dinámica. Preguntas detonadoras ¿Qué sentiste cuando la otra persona decía tu nombre y dónde “te pica”? ¿Qué emociones te provocó ver a las personas reír? ¿Cómo te sientes ahora para comenzar el taller? ¿Cómo te sientes ahora respecto a las otras personas participantes y que quizá no conocías?
“***Échame la mano***”	**Propósito**.- Que las personas participantes identifiquen con ejemplos el ejercicio de una ciudadanía activa y pasiva a fin de distinguir las diferencias y reflexionar y proponer en equipo cómo se puede ejercer ciudadanía activa a partir de dichos ejemplos.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

	Descripción.- Se conforman dos equipos, con el mismo número de integrantes en la medida de lo posible. Se reparten dos papelógrafos por equipo con plumones y se le solicita a cada equipo que identifiquen 10 ejemplos de la vida cotidiana, cinco que ilustren el ejercicio de una ciudadanía activa e integral y cinco de ciudadanía pasiva; se escriben en cada uno de los papelógrafos y al terminar, se intercambian los papelógrafos con el otro equipo a fin de que cada equipo revise los ejemplos escritos y reflexionen si están de acuerdo o no con cada uno. Luego de esto, revisarán los 5 ejemplos de ciudadanía pasiva y discutirán con qué actividades, actitudes y/o comportamientos se pueden transformar estos ejemplos para ser de ciudadanía activa. Posteriormente, cada equipo expone los 10 ejemplos que el otro equipo escribió y exponen los acuerdos o desacuerdos con cada ejemplo; luego de esto, socializan las actitudes, comportamientos y/o actividades que consideran necesarias y que podrían ayudar a que los 5 ejemplos de ciudadanía pasiva se puedan transformar en ciudadanía activa/integral. **Indicaciones.-** 1. Se conforman dos equipos, con el mismo número de integrantes en la medida de lo posible. 2. Se reparten dos papelógrafos por equipo con plumones y se le solicita a cada equipo que identifiquen diez ejemplos de la vida cotidiana, cinco que ilustren el ejercicio de una ciudadanía activa/integral y cinco de pasiva, cada grupo de ejemplos se escribe en uno de los papelógrafos. 3. Se intercambian los papelógrafos con el otro equipo a fin de que cada equipo revise los ejemplos y reflexionen si están de acuerdo o no con cada integrante. 4. Se revisan los 5 ejemplos de ciudadanía pasiva y discuten como equipo con qué actividades, actitudes y/o comportamientos se pueden transformar en ciudadanía activa. 5. Cada equipo expone los 10 ejemplos que el otro equipo escribió y socializan sus acuerdos o desacuerdos; luego de esto, exponen las actitudes, comportamientos y/o actividades que consideran necesarias para ayudar a que los 5 ejemplos de ciudadanía pasiva se puedan transformar en ciudadanía activa e integral.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

	Reflexión final.- Al final en plenaria, las personas participantes socializan cómo se sintieron con este ejercicio. Preguntas detonadoras: 1. ¿Qué ejemplos son los que más te llamaron la atención?, ¿por qué? 2. ¿Con qué ejemplos de sentiste más identificada o identificado? 3. A partir de estos ejemplos ¿con qué tipo de ciudadanía te identificas más con la activa e integral o con la pasiva? 4. ¿Qué utilidad le ves a la ciudadanía activa?

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Fuentes de consulta

Páginas web:

Agencia de las ONU para los Refugiados (ACNUR). (Junio 2015). ¿Cuáles son los derechos sociales y qué aplicación tienen? (ACNUR). https://eacnur.org/blog/cuales-los-derechos-sociales-aplicacion-tienen-tc_alt45664n_o_pstn_o_pst/.

Aguilar, M. (1998). *Las tres generaciones de los derechos humanos, Derechos Humanos*. Órgano informativo de la Comisión de Derechos Humanos del Estado de México (Año 6, núm. 30). http://historico.juridicas.unam.mx/publica/librev/rev/derhum/cont/30/pr/pr20.pdf.

Brundtland, G. (2018). *Sociedad Brundtland, ¿Dónde está nuestro futuro común? UnitedExplanations.* https://www.unitedexplanations.org/2012/04/02/brundtland-donde-esta-nuestro-futuro-comun/.

Comisión de los Derechos Humanos del Estado de Coahuila (CDHEC). (20 de febrero 2020). *Clasificación de los Derechos Humanos. México*. CDHEC. http://cdhec.org.mx/clasificacion-de-los-derechos-humanos/.

Comisión Nacional de los Derechos Humanos (CNDH). (2015). *Panorama general de los DESCA en el derecho internacional de los derechos humanos. Colección CNDH. Concepto y seguimiento de los DESCA*. CNDH. https://archivos.juridicas.unam.mx/www/bjv/libros/10/4891/4.pdf.

Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). *Participación ciudadana en la gestión pública.* Chile. CEPAL. https://comunidades.cepal.org/ilpes/es/grupos/discusion/participacion-ciudadana-en-la-gestion-publica.

Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA). (24 de febrero 2020). *El enfoque basado en los derechos humanos*. UNFPA. https://www.unfpa.org/es/el-enfoque-basado-en-los-derechos-humanos.

Gobierno de la Ciudad de México. (2019). *Ley de participación ciudadana de la Ciudad de México*. http://www.contraloria.cdmx.gob.mx/docs/1908_LeyParticipacionCiudadanaN.pdf.

Instituto Interamericano de los Derechos Humanos. (16 de marzo 2020). *¿Qué son los DESCA?* https://iidh-jurisprudencia.ac.cr/index.php/que-es-desca

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Instituto Electoral de la Ciudad de México (IECM). Participación Ciudadana. Ciudad de México. https://www.iecm.mx/participacionciudadana/plataforma-digital/esdeley/; https://www.iecm.mx/participacionciudadana/plataforma-digital/consulta-popular/; https://www.iecm.mx/participacionciudadana/plataforma-digital/consulta-ciudadana/ y https://www.iecm.mx/participacionciudadana/plataforma-digital/consulta-publica/

Instituto Veracruzano de las Mujeres y Gobierno Federal. (2009). Cuadernillo. "Participación comunitaria de las mujeres: El papel de los agentes y agentas municipales con perspectiva de género". p. 14. Recuperado de http://www.ivermujeres.gob.mx/wp-content/uploads/sites/16/2015/10/30-Participaci%C3%B3n-Comunitaria-de-las-Mujeres-El-Papel-de-los-Agentes-y-Agentas-Municipales-con-Perspectiva-de-G%C3%A9nero.pdf

Naciones Unidas. Oficina del Alto Comisionado. *La Declaración Universal de los Derechos Humanos.* Naciones Unidas. https://www.standup4humanrights.org/es/declaration.html
INMUJERES. (2002). *Derechos humanos de las mujeres*. http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/100850.pdf.

Lam, E. *Dignidad Humana*. Organización Mundial de la Salud. http://www.salud.gob.ar/dels/entradas/la-dignidad-humana.

Mayorga, F. (2007). *Gobernabilidad y gobernanza en América Latina*. Institut de Recherche et Débat sur la Gouvernance. http://www.institut-gouvernance.org/es/analyse/fiche-analyse-334.html.

Naciones Unidas (UN). Oficina del Alto Comisionado. (10 de marzo 2020). *Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales*. https://www.ohchr.org/sp/professionalinterest/pages/cescr.aspx.

Naciones Unidas. Oficina del Alto Comisionado. (19 febrero 2020). *La Declaración Universal de los Derechos Humanos. Naciones Unidas*. https://www.standup4humanrights.org/es/declaration.html.

Observatorio Internacional de la Democracia Participativa. (OIDP). *Experiencias*. OIDP. https://oidp.net/es/experience.php?id=1246.

Experiencias. OIDP. https://oidp.net/es/experience.php?id=1209.

(17 marzo 2020). *Experiencias*. Barcelona, España. (OIDP). https://oidp.net/es/experiences.php.

OTC. (3 marzo 2020). Aprendizaje experiencial. Certificación de facilitadores experienciales. http://www.aprendizajeexperiencial.com/

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD). (10 de marzo 2020). *Rwanda: grupos de ahorro comunitarios ayudan a superar la pobreza*. PNUD. https://www.undp.org/content/undp/es/home/ourwork/ourstories/community-based-saving-groups-drive-vulnerable-rwandan-household.html.

PNUD, INE, ONU Mujeres e IECM. (2020). "Prevención y mecanismos de atención de la violencia política contra las mujeres en razón de género. Módulo 1. Derechos político-electorales de las mujeres: definición, antecedentes y contexto actual", p. 25. Disponible en file:///C:/Users/Usuario/Desktop/2021/Curso%20INE%20PNUD/Modulo%201/Curso%20Modulo%201..pdf

Sánchez, A. "El Feminismo en la construcción de la ciudadanía de las mujeres en México", p. 4. Recuperado de https://catedraunescodh.unam.mx//catedra/CONACYT/03_Curso_PGJ/Contenidos/contenidos/Modulo_4/2_Alma%20Rosa%20Sanchez.pdf

Sistema Iberoamericano de Responsabilidad Social Empresarial (SIRSE). (21 de septiembre 2019). *Primer bono de género en América Latina, así funciona*. España. SIRSE. http://sirse.info/primer-bono-de-genero-en-america-latina-asi-funciona/.

Tello, L. (2015). *Panorama general de los DESCA en el derecho internacional de los derechos humanos. Concepto y seguimiento de los DESCA*. https://archivos.juridicas.unam.mx/www/bjv/libros/10/4891/4.pdf.

Universidad Cooperativa de Colombia. (21 Junio 2019). *Experiencias comunitarias para la construcción de paz en el suroccidente colombiano*. Colombia. https://www.ucc.edu.co/noticias/prensa/academia/experiencias-comunitarias-para-la-construccion-de-paz?fbclid=IwAR1mGUE8apqIylZZQM_iCCRr4JJf5fTH9m9i_mbIOZOfNw4yeLrn4UsYde0.

Documentos en línea:

Desarrollo de la autoestima, cita a Rojas, E. (2001), ¿Quién eres? (p.2). Recuperado de https://www.gitanos.org/publicaciones/guiapromocionmujeres/pdf/04.pdf.

Healthy Democracy. (17 de marzo 2020). Citizens' initiative review. Estados Unidos de Norteamérica. Recuperado de https://healthydemocracy.org/cir/.

Instituto Nacional Electoral (INE). (2019). *Ciudadanía y democracia*. (ISBN 978-607-8711-13-0). Recuperado de https://www.ine.mx/wp-content/uploads/2020/02/cuaderno_27.pdf.

Instituto Nacional Electoral (INE). (2014). *Ciudadanía en México ¿Ciudadanía activa?* Recuperado de

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

https://portalanterior.ine.mx/archivos2/s/DECEYEC/EducacionCivica/Ciudadania-Activa.pdf.

Lagarde, M. (2000). *Claves feministas para la autoestima de las mujeres*. Recuperado de https://www.gitanos.org/publicaciones/guiapromocionmujeres/pdf/04.pdf (p.5) y https://www.traficantes.net/libros/claves-feministas-para-la-autoestima-de-las-mujeres.

Naciones Unidas Derechos Humanos. Oficina del Alto Comisionado. (2017). *Los derechos de la mujer son derechos humanos.* ISBN 978-92-1-354131-9. https://www.ohchr.org/Documents/Publications/HR-PUB-14-2_SP.pdf.

Organización Internacional del Trabajo (OIT). (2015). *Informe Mundial sobre Salarios 2014/2015: Salarios y desigualdad de ingresos.* 978-92-2-328664-4[ISBN]. Recuperado de http://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/@dgreports/@dcomm/@publ/documents/publication/wcms_343034.pdf.

Organización de las Naciones Unidas (ONU) Mujeres. (2019). *El progreso de las mujeres en el mundo 2019–2020.* ISBN: 978-1-63214-156-9. Recuperado de https://www.unwomen.org/-/media/headquarters/attachments/sections/library/publications/2019/progress-of-the-worlds-women-2019-2020-es.pdf?la=es&vs=2757.

Observatorio Internacional de la Democracia Participativa. (OIDP). *Experiencias*. OIDP. https://oidp.net/es/experience.php?id=1229.

ONU Mujeres. Profundicemos en términos de género. Guía de terminología del lenguaje no sexista para periodistas y comunicadoras y comunicadores, pp. 33-34. Recuperado de file:///C:/Users/Usuario/AppData/Local/Temp/Guia-lenguaje-no-sexista_onumujeres.pdf

Paramio, L. y Revilla, M. (Agosto 2016). Una nueva *agenda de reformas políticas en América Latina. América* Latina Hoy. Recuperado de https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=30804308.

Notas periodísticas y revistas en línea:

Centro de Derechos Humanos de la Montaña Tlachinollan. (Octubre 2011). Desde el agua y la montaña los pueblos tejen sus voces entre las nubes Radios comunitarias en la Montaña y Costa Chica de Oaxaca. Defensor. *Revista de Derechos Humanos*. Recuperado de https://cdhcm.org.mx/wp-content/uploads/2014/05/dfensor_10_2011.pdf.

Chauliac, S. (Junio 2017). *Grupos de Ahorro Comunitario y Empoderamiento Económico de Mujeres en Zonas Rurales*. OXFAM. Recuperado de

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

https://www.oxfamamerica.org/static/media/files/IADB_Final_Evaluation_of_SfC_in_El_Salvador_-_Spanish.pdf.

Delgado, L. (27 abril 2017). Participación Social. *Milenio 2020*. Recuperado de https://www.milenio.co/opinion/luis-rey-delgado-garcia/para-reflexionar/participacion-social.

El Tiempo. (6 marzo 2019). El microcrédito, el impulso que necesitan las mujeres emprendedoras. *El Tiempo*. Recuperado de https://www.eltiempo.com/vida/mujeres/microcreditos-para-mujeres-emprendedoras-en-colombia-334836.

El Economista. (27 mayo 2017). El aporte oculto de las mujeres a la economía. *El Economista*. Recuperado de https://www.eleconomista.com.ar/2019-05-el-aporte-oculto-de-las-mujeres-a-la-economia/.

Freijeiro, M. (febrero 2008). ¿Hacia dónde va la ciudadanía social? (de Marshall a Sen). *SCielo México*. Recuperado de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-00632008000200008.

Gómez, T. (2 de marzo 2020). ¿Cómo conservar los bosques? La respuesta está en el manejo forestal comunitario | Entrevista. *Mongabay Latam. Periodismo Ambiental Independiente*. https://es.mongabay.com/2019/11/mexico-manejo-forestal-comunitario-entrevista/.

Marín, N. (26 abril 2019). Cómo dar el salto para obtener el bono de género. *Forbes México*. Recuperado de https://www.forbes.com.mx/como-dar-el-salto-para-obtener-el-bono-de-genero/.

Murga-Menoyo, A. (16 abril 2018). La Formación de la Ciudadanía en el Marco de la Agenda 2030 y la Justicia Ambiental. *Revista Internacional de Educación para la Justicia Social* (RIEJS). Recuperado de https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/682481/RIEJS_7_1_2.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

Notimex. (5 de diciembre 2019). "OIT pide aplicar bono de género en México para incorporar a las mujeres al ámbito laboral". *El Economista*. Recuperado de https://www.eleconomista.com.mx/empresas/OIT-pide-aplicar-bono-de-genero-en-Mexico-para-incorporar-a-las-mujeres-al-ambito-laboral-20191205-0054.html.

Noticias ONU. (22 mato 2019). Las mujeres en puestos directivos aumentan hasta un 20% las ganancias de las empresas. ONU. https://news.un.org/es/story/2019/05/1456451.

(25 abril 2019). Cuando una mujer se decide, puede con todo. ONU. https://news.un.org/es/story/2019/04/1454911.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

(8 marzo 2019). Las mujeres, la fuerza que el medio ambiente necesita. ONU. https://news.un.org/es/story/2019/03/1452431.

(18 marzo 2019). Gracias a nuestra labor, nuestros empleadores pueden trabajar para el desarrollo económico de los países. https://news.un.org/es/story/2019/03/1452821.

Roldán, N., y et.al. (2016). Repensar lo orgánico. La experiencia del Mercado Artesanal y Agroecológico Comida Sana y Cercana en San Cristóbal de las Casas (SCLC). *Polis Revista Latinoamericana*. Recuperado de https://journals.openedition.org/polis/11768#tocto2n7.

Sánchez, F. y Leyva O. Capítulo 4. Participación política y el ejercicio del poder. *Universidad Autónoma de Nuevo León*. http://eprints.uanl.mx/8474/1/Documento3.pdf.

Serrano, A. (Ene-abr. 2015). La participación ciudadana en México. *México. Scielo*. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-16162015000100005.

Sistema Iberoamericano de Responsabilidad Social Empresarial (SIRSE). 21 de septiembre 2019). Primer bono de género en América Latina, así funciona. España. *SIRSE*. Recuperado de http://sirse.info/primer-bono-de-genero-en-america-latina-asi-funciona/.

Zapata, R. (4 enero 2016). La ciudadanía cultural como enfoque para políticas de inclusión. *GRITIM-UPF Policy Series*. Recuperado de https://www.upf.edu/documents/3329791/3455370/PS4.pdf/c029ef73-0b4f-4599-975b-e08e0ced7a71.

Blogs:

Bembibre, C. Definición de derecho ambiental. [Mensaje en un blog]. Recuperado de https://www.definicionabc.com/derecho/derecho-ambiental.php.

Díaz, C. (17 de marzo 2020). Proyectos sorprendentes que combaten la deforestación. [Mensaje en un blog]. Recuperado de http://www.mondorino.com/proyectos-sorprendentes-que-combaten-la-deforestacion/.

Escobar, C. ¿Qué tipos de redes sociales existen? (Y cómo aprovecharlas para tu negocio). [Mensaje en un blog]. Recuperado de https://sproutsocial.com/insights/tipos-de-redes-sociales/.

Gobierno de México. (12 de marzo 2020). Comisión Nacional para Prevenir y Erradicar la Violencia Contra las Mujeres. ¿Por qué es importante el empoderamiento de las mujeres para el desarrollo? [Mensaje en un blog]. Recuperado de

https://www.gob.mx/conavim/es/articulos/por-que-es-importante-el-empoderamiento-de-las-mujeres-para-el-desarrollo?idiom=es.

Self Bank. (3 febrero 2017). ¿Qué son y qué características tienen los países emergentes? [Mensaje en un blog]. Recuperado de https://blog.selfbank.es/caracteristicas-tienen-los-paises-emergentes/.

World Bank Data Team. (1 julio 2017). Nuevas clasificaciones de los países según su nivel de ingreso: 2017-18 [Mensaje en un blog]. Recuperado de https://blogs.worldbank.org/es/opendata/nuevas-clasificaciones-de-los-pa-ses-seg-n-su-nivel-de-ingreso-2017-18.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Anexo

Anexo 1. "Directorio de instituciones públicas que prestan algunos servicios a mujeres y hombres en la Ciudad de México"*

<table>
<tr><th colspan="2">Servicios de atención y orientación sobre todo para mujeres y las familias</th></tr>
<tr><td>Secretaría de las Mujeres
Oficina central.
Atención ciudadana
Dirección: Avenida Morelos 20
Colonia Centro, Alcaldía Cuauhtémoc, C.P. 06000, Ciudad de México
Teléfono: 5555122836
Horarios: Lunes a jueves 9:00 a 17:00 y Viernes 9:00 a 15:00
https://www.semujeres.cdmx.gob.mx/secretaria/acerca-de

La Secretaría cuenta con "27 Lunas" y oficinas en las 16 Alcaldías de la Ciudad de México.
https://www.semujeres.cdmx.gob.mx/asesorias/lunas</td><td>Servicios que ofrece:
• Asesorías
Brindamos a todas las mujeres una atención libre de prejuicios con perspectiva de género, a través de la cual proporciona las opciones, alternativas y/o herramientas para enfrentar y resolver su situación.
• Atención Inicial
Brindamos a todas las mujeres que acuden por primera vez a la Secretaría de las Mujeres de la Ciudad de México una atención con perspectiva de género y libre de prejuicios.
• Atención de mujeres víctimas de violencia sexual en el transporte público. Brindamos atención a víctimas por violencia sexual en el transporte público a través de los módulos "Viaja Segura". Brindamos protección, asesoría y acompañamiento jurídico gratuito a través del personal especializado.
• Capacitación
Programa Institucional de Capacitación, se brindan talleres y cursos gratuitos en 27 LUNAS.
• Corresponsabilidad Social para Beneficio de las Mujeres
• Autonomía económica
• Ciudadanía y Liderazgo
• Juventudes
• Salud emocional
https://www.semujeres.cdmx.gob.mx/asesorias/talleres-y-cursos</td></tr>
<tr><th colspan="2">Oficinas "27 Lunas" de la Secretaría de la Mujer CDMX</th></tr>
<tr><td>LUNA 1. Alcaldía Álvaro Obregón "Alaíde Foppa".</td><td>LUNA 2. Alcaldía Álvaro Obregón.
Dirección: Calle 22 y Av. Hidalgo esq. Calle 17, colonia Pre concreto, C.P. 01400.</td></tr>
</table>

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Dirección: Prolongación Calle 4, colonia Tolteca, dentro del Parque de la Juventud, alcaldía Álvaro Obregón, C.P. 01150. Teléfono: 55 5276-68 87 / 55 5276-68 89	Teléfono 55 1857 7510 / 55 1857 7513
LUNAS Alcaldía Azcapotzalco "Marcela Lagarde". Dirección: Av. 22 de febrero 421, colonia Barrio de San Marcos, C.P. 02020. Teléfono: 55171 60998 / 55 1716 0848	**LUNAS Alcaldía Benito Juárez "Benita Galeana**". LUNA 1 Dirección: Eje Central Lázaro Cárdenas 695, piso 1, colonia Narvarte, alcaldía Benito Juárez, C.P. 03020. Teléfono 55 5160-0039
LUNA 2 Alcaldía Benito Juárez. Dirección: Eje 5 Sur Ramos Millán 95, colonia Niños Héroes de Chapultepec, C.P. 03440. Teléfono: 55 5590-4817	**LUNAS Alcaldía Coyoacán "Tina Modotti".** LUNA 1 Dirección: Leopoldo Salazar s/n, casi esq. Carlos González Peña, colonia Copilco el Alto, C.P. 04360. Teléfono 55 1545 4578 / 55 1545 4572
LUNA 2 Alcaldía Coyoacán. Dirección: Av. Rey Nezahualcóyotl, s/n esq. Yaquis, colonia Ajusco Huayamilpas, C.P. 04300 (interior del Parque Ecológico Huayamilpas). Teléfono: 55 1735 7469 / 55 1735 7467	**LUNAS Alcaldía Cuajimalpa de Morelos, "Amparo Ochoa".** LUNA 1. Dirección: Prolongación 16 de septiembre s/n casi esquina Av. Veracruz, colonia Contadero, C.P. 05500. Teléfonos: 55 1735 5998 / 55 1735 5968
LUNA 2. Alcaldía Cuajimalpa de Morelos. Dirección: José María Castorena 187, colonia Cuajimalpa, C.P. 05000. Teléfono: 55 1735 5999 / 55 1735 5997	**LUNAS Alcaldía Cuauhtémoc "Juana de Asbaje".** LUNA 1 Dirección: Aldama, Violeta y Mina s/n, sótano edificio de la alcaldía, colonia Buenavista, C.P. 06350. Teléfonos: 55 1707 6094 / 55 1707 6100
LUNA 2. Alcaldía Cuauhtémoc. Dirección: Lucas Alamán 122, colonia Obrera, alcaldía Cuauhtémoc, C.P. 06800. Teléfono: 55 2230 1573 / 55 2230 1557	**LUNAS Alcaldía Gustavo A. Madero "Nahui Ollín".** LUNA 1 Dirección: Av. Fray Juan de Zumárraga s/n, colonia Aragón la Villa, C.P. 07050. Teléfonos: 55 1549 0406 / 55 1549 0407

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

LUNA 2. Alcaldía Gustavo A. Madero. Dirección: Camellón de Oriente 95 y Norte 50, colonia La Joyita, C.P. 07860. Teléfono: 55 5537 0535	**LUNAS Alcaldía Iztacalco "Coatlicue".** LUNA 1 Dirección: Av. Santiago s/n esq. Playa Rosarito, colonia Barrio Santiago (dentro del centro social Josefina Díaz), C.P. 08800. Teléfonos: 55 1104 9226 / 55 1545 8172
LUNA 2. Alcaldía Iztacalco. Dirección: Av. Sur 8, s/n, casi con Av. Javier Rojo Gómez (atrás del deportivo Leandro Valle), colonia Agrícola Oriental, C.P. 08500. Teléfono: 55 5162 8122 / 55 5206 2601	**LUNAS Alcaldía Iztapalapa "Elena Poniatowska".** LUNA 1 y 2 Dirección: Centro Social Villa Estrella Módulo 4, Camino Cerro de la Estrella s/n, colonia el Santuario Aculco, C.P. 09009. Teléfonos: 55 2236 1593 / 55 2236 1595
LUNAS Alcaldía La Magdalena Contreras, "Cristina Pacheco". LUNAS 1 y 2 Dirección: Centro Social Atacaxco: Calle Piaztic s/n (frente a secundaria 262), colonia San José Atacaxco, C.P. 10378. Teléfonos: 55 5085 3832 / 55 5085 3851/5555959247	**LUNAS Alcaldía Miguel Hidalgo "Frida Kahlo".** LUNA 1 Dirección: Av. Parque Lira 128, colonia Ampliación Daniel Garza, C.P. 11840. Teléfonos: 55 5272 2630 / 55 2614 2564
LUNA 2. Alcaldía Miguel Hidalgo. Dirección: Av. Observatorio s/n esq. General José María Mendivil, colonia Daniel Garza, C.P. 11830. Teléfono: 55 2614-3582	**LUNAS Alcaldía Milpa Alta "Cihual in Calli".** LUNA 1 Dirección: Calle Yucatán s/n esq. Calle Constitución, colonia Centro en Villa Milpa Alta, (arriba del mercado Benito Juárez), C.P. 12000. Teléfonos: 55 1549 1743 / 55 1549 1512
LUNA 2 Alcaldía Milpa Alta. Dirección: Av. Puebla 250, esq. Av. Nuevo León, colonia Villa Milpa Alta, (interior Casa de Cultura CALMECAC), C.P. 12000. Teléfono: 55 1549 1472 / 55 1549 1500	**LUNAS Alcaldía Tláhuac "Rosario Castellanos"** LUNA 1 y 2 Dirección: Margarita 5 entre Geranio y Jacaranda, colonia Quiahuatla, C.P. 13090. Teléfono 55 5842 6573 / 55 5842 4934

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

LUNAS Alcaldía Tlalpan "Yaocíhuatl Tlalpan". LUNA 1 Dirección: Carretera Federal a Cuernavaca No. 2, colonia La Joya, C.P. 14090. Teléfono: 55 1712 0492 / 55 1707 6599	**LUNA 2. Alcaldía Tlalpan.** Dirección: Camino a Santa Úrsula 24, esq. Textitlán, colonia Santa Úrsula Xitla, C.P. 14420. Teléfonos: 55 1707 6591 / 55 1707 6590
LUNAS Alcaldía Venustiano Carranza "Esperanza Brito de Martí". Dirección: Prolong. Lucas Alamán 11, piso 1, colonia Del Parque, C.P. 15960. Teléfono 55 1673 1905 / 55 1673 1912	**LUNAS Alcaldía Xochimilco "Laureana Wright González".** LUNA 1 Dirección: Francisco I. Madero 11, colonia Barrio el Rosario, C.P. 16070. Teléfonos: 55 9154 9156/ 5556769612 y 555676751188
LUNA 2 Alcaldía Xochimilco. Dirección: Dalia s/n, Plaza San Cristóbal, colonia Barrio San Cristóbal, C.P. 16080. Teléfonos: 55 2208 5569 / 5556758270	
Sistema integral para la familia (DIF) Ciudad de México. Avenida San Francisco 1374 Colonia Tlacoquemécatl, Alcaldía Benito Juárez C.P. 03200, Ciudad de México. Teléfono: 5555591919 Web: http://www.cdmx.gob.mx/atencion-ciudadana-jefatura https://www.dif.cdmx.gob.mx/busqueda?etiqueta=mujeres	• **Cartilla de Servicios primera infancia.** Servicio por el cual se brinda la cartilla de servicios a niñas y niños de 0 a 6 años para acceder a servicios correspondientes al desarrollo. • **Estancia Infantil en los Centros Asistenciales de Desarrollo Infantil.** Servicio por el que madres, padres o tutores realizan la inscripción de las niñas y niños de 6 meses de nacidos a 5 años 11 meses de edad. • **Atención re-educativa a hombres que ejercen violencia.** Servicio mediante el cual se proporciona atención re-educativa a hombres que ejercen violencia a fin de construir relaciones más equitativas. • **Prevención al maltrato infantil en la familia.** Servicio mediante el cual se proporcionan las herramientas necesarias para identificar y prevenir el maltrato infantil. **Orientación alimentaria.** Servicio por el que la población solicitante, recibe pláticas, talleres, cápsulas informativas y actividades lúdicas.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

	• **Solicitud de convivencia o reintegración de una niña, niño o adolescente** (NNA), a un ambiente familiar libre de violencia.
Centros de Justicia para las Mujeres. **Alcaldía Azcapotzalco**. 55 5346 8370/ 55 5346 8394 maria_lopeza@pgjcdmx.gob.mx **Alcaldía Iztapapala** Centro 1. Avenida San Pablo Xalpa No. 396 casi esquina Eje 5 Norte, Col. San Martin Xochinahuac, C.P. 02920, Ciudad de México. Teléfono: 55 5345 5736 ext. 5736 dirgeneralcjm@gmail.com **Alcaldía Tlalpan** Centro 3. Calle Manuel Constanzo No. 43 Mza. 63, Lote. 10, (antes San Luis de la Paz No. 63 Col. Miguel Hidalgo, C.P. 14250 Ciudad de México Teléfono: 55 5200 9280 https://www.gob.mx/conavim/documentos/centros-de-justicia-para-las-mujeres-23094 nancya_gomez@pgj.cdmx.gob.mx	Servicios multidisciplinarios tales como: a) Atención psicológica, jurídica y médica; b) Albergues temporales; c) Ludoteca con expertas/os en temas de desarrollo infantil, y d) Talleres de empoderamiento social y económico para apoyar a las mujeres a salir del círculo de violencia.
Comisión de Derechos Humanos de la Ciudad de México. Avenida Universidad 1449, Colonia Pueblo Axotla, Alcaldía Álvaro Obregón, 01030 Ciudad de México. Teléfono: 52295600	Puede acudir cualquier persona que considere que a ella o a un tercero le ha sido violado alguno de sus derechos humanos, independientemente de su condición social, nacionalidad, raza, religión, sexo, edad, estado civil, etcétera. La atención a las personas es directa. Para la formulación de una queja no se requiere de una abogada o abogado o persona gestora. Todos los servicios son gratuitos. Atiende todos los días del año, las 24 horas del día.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Web: https://cdhcm.org.mx y http://cdhdfbeta.cdhdf.org.mx/ e-mail: cdhdf@cdhcm.org.mx	
Fiscalía General de Justicia de la Ciudad de México	
Centro de Apoyo Sociojurídico a Víctimas del Delito Violento (ADEVI). Horario: 9:00 a 19:00 horas de lunes a viernes Calle José Ma. Izazaga No. 89, 4º piso, Col. Centro. Alcaldía Cuauhtémoc. Teléfonos: 5200 9196, 9197, 9200 y 9215. Costo Gratuito. https://www.fgjcdmx.gob.mx/nuestros-servicios/ADEVI	Terapia psicológica en crisis, familiar y grupal; terapia para niños y niñas ante el duelo; gestión de servicios de asistencia social, salud, servicios funerarios, pasajes, hospedajes y medicamentos; acompañamiento, asesoría y representación jurídica a la víctima directa e indirecta en la Coordinación Territorial correspondiente; inconformidades y escritos para presentar pruebas que ayuden al esclarecimiento de los hechos que se investigan.
Centro de Investigación victimológica y de Apoyo Operativo (CIVA). Calzada de la Viga N°11175, Colonia el Triunfo, Alcaldía Iztapalapa, Código Postal 9430, 2do y 3er piso. Días y Horario de servicio: De lunes a viernes, en un horario de 9:00 a 19:00 horas. Teléfonos: 5200 9188 y 5200 9189. Los servicios del Centro son gratuitos. https://www.fgjcdmx.gob.mx/civa	Atención Psicológica a víctimas de amenazas y personas generadoras de violencia familiar
Centro de Apoyo a la Violencia Intrafamiliar (CAVI). General Gabriel Hernández número 56, planta baja, Col. Doctores, entre Dr. Lavista y Río de la Loza, C.P. 06720. En un horario de 9:00 a 19:00 horas de lunes	Asistencia social, atención psicológica, asesoría legal, seguimiento jurídico en materia penal, atención médica de emergencia, tramitación de medidas de protección de emergencia previstas en

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

a domingo. Teléfonos: 53 45 52 48, 53 45 52 28, 53 45 52 29. https://www.fgjcdmx.gob.mx/cavi	la Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia de la Ciudad de México y como auxiliares de la autoridad ministerial y/o judicial, la elaboración de dictámenes psicológicos victimales.
Centro de Atención a Riesgos Victimales y Adicciones (CARIVA). Av. José Ma. Izazaga No. 86, 5º piso. Colonia Centro. En un horario de lunes a viernes de 09:00 a 19:00 horas. Teléfonos. 5200 9166, 9171 y 9172 https://www.fgjcdmx.gob.mx/CARIVA	
Centro de Estancia Transitoria para Niñas y Niños. Dr. Lavista 78, Doctores, Cuauhtémoc, 06720 Ciudad de México, CDMX. Horario de cierre: 18:00. Teléfono: 55 5242 6270. https://www.fgjcdmx.gob.mx/centro-de-estancia-transitoria	En colaboración con la autoridad ministerial, el Centro de Estancia Transitoria realiza acciones tendentes a favorecer la reintegración o integración de las niñas y niños a una familia de origen o alterna. En los casos de las personas menores de edad en calidad de expósitos, se garantiza su derecho a la familia por medio de la adopción.
Tandas para el bienestar. **Secretaria de Economía.** 01 (800) 08 32-666	El programa consiste en un apoyo, mediante financiamiento sin intereses, de $6 mil pesos que se entregan de forma individual a las personas que cumplan con los criterios de elegibilidad. Asimismo, quienes reintegren en su totalidad el primer apoyo, podrán acceder a un segundo financiamiento sin intereses por $10 mil pesos. En caso de reembolsarlo en su totalidad mediante entregas mensuales, se podrá tener acceso a un tercer apoyo mediante financiamiento sin intereses por $15 mil pesos.
Financiamiento de Microcréditos para Mujeres Emprendedoras (FONDESO).	Busca impulsar la autonomía económica de las mujeres y contribuir a reducir la brecha de género en materia de desarrollo económico a través del crédito para el emprendimiento, para la creación o

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Dirección: Calle Tepozteco 36, Colonia Narvarte Poniente, Alcaldía Benito Juárez C.P. 03020, Ciudad de México. Teléfonos: 91 80 07 79, 56 98 90 60 Correo electrónico: fondeso@fondeso.cdmx.gob.mx Horarios: Lunes a jueves de 09:00 a 14:30 y de 16:00 a 17:30. Viernes 09:00 a 14:00 https://www.fondeso.cdmx.gob.mx/index.php/programas/programa/financiamiento-de-microcreditos-para-mujeres-emprendedoras	consolidación de micronegocios o para la ampliación de activos y el mayor acceso a la tecnología por parte de mujeres empresarias.
Financiamiento para Mujeres Empresarias. Dirección: Calle Tepozteco 36, Colonia Narvarte Poniente, Alcaldía Benito Juárez C.P. 03020, Ciudad de México. Teléfonos: 91 80 07 79, 56 98 90 60 Correo electrónico: fondeso@fondeso.cdmx.gob.mx Horarios: Lunes a Jueves de 09:00 a 14:30 y de 16:00 a 17:30, viernes 09:00 a 14:00 https://www.fondeso.cdmx.gob.mx/index.php/programas/programa/financiamiento-de-microcreditos-para-mujeres-emprendedoras	Esta Estrategia tiene como fin impulsar la autonomía económica de las mujeres y contribuir a reducir la brecha de género en materia de desarrollo económico a través del crédito para el emprendimiento, para la creación o consolidación de micronegocios o para la ampliación de activos y el mayor acceso a la tecnología por parte de mujeres empresarias.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Instituto de Capacitación para el Trabajo. Dirección: Calle Dr. Lucio 220 Colonia Doctores, Alcaldía Cuauhtémoc C.P. 06720, Ciudad de México. Teléfono: 5740 0237 Horarios: Lunes a Jueves 9:00 a 18:00 y viernes 9:00 a 15:00. Para más información llamar al teléfono (55) 5740 0237 ext. 1029. https://www.icat.cdmx.gob.mx/servicios/servicio/2-capacitacion-para-y-en-el-trabajo Correo electrónico: icat@cdmx.gob.mx	• Personas que se encuentran trabajando actualmente y que buscan incrementar sus conocimientos o mejorar sus habilidades. • Personal de RRHH de las empresas que requieren cumplir con sus obligaciones en materia de capacitación y adiestramiento. • Personas que se encuentran desempleadas y que buscan adquirir nuevos conocimientos ya sea para encontrar un trabajo remunerado o para emprender su propio negocio. La certificación de competencias busca reconocer el conocimiento y las habilidades que has adquirido a través de tu experiencia laboral. • El certificado de competencia es un documento oficial, expedido por la Secretaría de Educación Pública, que asegura que puedes desempeñarte en una ocupación (por ejemplo, como mesera o mesero o como recamarera o recamarero) según los requerimientos de las empresas y las instituciones.
Secretaria del Trabajo y Fomento al Empleo Servicio Nacional del Empleo. Calz. San Antonio Abad No. 32, Col. Tránsito, Alcaldía Cuauhtémoc, C.P. 06820. Ciudad de México. Horarios de atención L a V de 9 a 15 hrs. Teléfono(s) y extensión: 5709 3233 Ext. 3042. https://www.empleo.gob.mx/sne/directorio-de-oficinas-sne Correo electrónico subdireccion.snyco@gmail.com	• Capacitación Mixta. Para quienes aspiren a ser personas contratadas por una empresa que requiera personal capacitado de acuerdo a los requerimientos de sus vacantes disponibles. • Capacitación en la práctica laboral. Para quienes deseen adquirir o fortalecer sus competencias laborales capacitándose directamente en el proceso productivo de una empresa. • Capacitación para el autoempleo. Para quienes no logran vincularse a un puesto de trabajo y deseen desarrollar una actividad productiva por cuenta propia. • Vales de capacitación. Para quienes necesitan actualizar, mejorar y/o reconvertir sus competencias, habilidades y/o destrezas laborales con la finalidad de incrementar sus posibilidades de contratación.
Servicios de atención y orientación sobre todo para hombres	
Centro Mhoresvi	Se trata de una organización que trabaja con hombres que necesitan y/o están dispuestos a cambiar

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Teléfono: +52 (55) 9180-4168. https://mhoresvi.wordpress.com/servicios/ Mail: mhoresvi@yahoo.com.mx	sus conductas de violencia con su pareja y su familia y cambiarlas por conductas de respeto, equidad, cercanía afectiva, responsabilidad y buen trato. Se imparten pláticas, conferencias, talleres de sensibilización, talleres de capacitación y participaciones en eventos públicos y ferias, siempre tocando los temas de la masculinidad, violencia de género, violencia de género de los hombres en la familia, alternativas para transitar de la violencia de género a la equidad, respeto y buen trato.
Colectivo de Hombres para Relaciones Igualitarias A.C. (CORIAC) Diego Arenas Guzmán N°189 Col. Iztaccíhuatl, a una cuadra del metro Villa de Cortés. Ciudad de México, México. Teléfono: 56 963498 - Fax: 56 963498 http://www.gloobal.net/iepala/gloobal/fichas/ficha.php?id=2831&entidad=Agentes&html=1 Mail: colectivo@coriac.org.mx	Se trata de un colectivo de hombres que elabora propuestas transformadoras en las relaciones de género. Se trabaja por cambiar actitudes y comportamientos masculinos que empobrecen las relaciones humanas y someten a las mujeres e investigan, promueven y desarrollan acciones de cambio personal, institucional y social basadas en relaciones de igualdad para ambos sexos. Sus acciones se dirigen a hombres de diversas clases sociales, etnia, y nacionalidad interesados en construir formas diferentes de ser hombres desde un punto de vista crítico y propositivo. Se aborda la problemática de las masculinidades en espacios públicos y privados.
Sistema de Atención Integral para la Familia DIF Servicio de Atención Psicológica y Reeducativa a Hombres que Ejercen Violencia de Género. Dirección de Programas a NNA Zona B Xochicalco 1000 2° Piso, edificio “A”. Teléfono 5556040127 ext. 4001 y 4309. https://dif.cdmx.gob.mx/comunicacion/nota/servicio-de-atencion-psicologica-y-reeducativa-hombres-que-ejercen-violencia-de-genero	Se ofrecen: • Talleres • Pláticas • Cine debates • Ferias educativas Requisitos: Mínimo 10 personas, en un horario de 9 am a 15 horas.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Mail: erradicandolaviolencia@dif.cdmx.gob.mx	

*Directorio en proceso de actualización ante la pandemia.

Otros servicios, se pueden consultar en el “Directorio de canalización Guardianes, Ciudad de México”:
http://guardianes.org.mx/wp-content/themes/guardianes/pdf/Directorio_canalizacion_Guardianes_VF%2005062018%20CDMX.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Taller 2. “Ciudadanía y mujeres en la Ciudad de México”

Juego didáctico

“Y tú, ¿ya cachaste?”

Presentación

El juego didáctico “Y tú ¿ya cachaste?” es un instrumento elaborado por el Instituto Electoral de la Ciudad de México (IECM) para orientar y sensibilizar a la población en torno al tipo de ciudadanía que cada persona ejerce en la vida cotidiana. Para ello se creó este juego de serpientes y escaleras acompañado de 30 fichas que muestran ejemplos de cómo se ejerce la ciudadanía pasiva o la activa en la vida cotidiana y así motivar a la empatía y la reflexión en las personas jugadoras.

Este juego se puede desarrollar en el marco del taller “Ciudadanía y mujeres en la Ciudad de México” o bien de manera independiente, en diferentes espacios de difusión y formación o en otros como con la familia y/o con las amistades.

Descripción del juego

El Juego didáctico “Y tú ¿ya cachaste?”, se trata de una tabla con serpientes y escaleras acompañado de 30 fichas de diversos colores (enumeradas) las cuales contienen diversos ejemplos de cómo se ejerce la ciudadanía activa o pasiva en la vida cotidiana.

Cada una/uno de los participantes cuentan con un botón de distintos colores e irá tirando un dado para avanzar en las casillas a lo largo del juego, algunas de las casillas tienen la frase “toma una ficha”, por lo que la persona jugadora tomará una de las 30 fichas y responderá qué tipo de ejemplo es, de ciudadanía activa o pasiva, en caso de acertar, puede volver a tirar el dado y seguir avanzando pero en caso de que no, tendrá que esperar una ronda de juego de todas las personas jugadoras, para volver a tirar el dado. La persona que llega primero a la meta es quien gana.

Cada ficha tiene en la cara “A” un color y en la cara “B” un ejemplo de ciudadanía activa o pasiva y el juego cuenta con una pequeña hoja de respuestas para corroborar los aciertos o desaciertos de las respuestas de cada persona participante en el juego.

Partes del juego:

1. 1 tablero de serpientes y escaleras.
2. 8 botones de colores para cada persona jugadora o en parejas.
3. 1 par de dados.
4. 30 fichas con ejemplos de ciudadanía activa o pasiva.
5. Una pequeña hoja con las respuestas correctas por ficha.

Indicaciones

1.- Tanto la tabla con las serpientes y escaleras como las fichas se colocan en una superficie plana y todas las fichas se ponen revueltas con la cara “A” hacia arriba y la cara “B” hacia abajo, ocultando el ejemplo de ciudadanía pasiva o activa.

2.- Las personas participantes se colocan en círculo con el tablero y las fichas en el centro y cada una, o en parejas, toma (n) un botón de cada color y acuerdan quién comienza el juego.

3.- Se asigna a una persona para que corrobore en la hoja de respuestas, si lo que contesta cada persona jugadora o en parejas es un acierto o desacierto.

4.-Las personas jugadoras comienzan a tirar el dado el cual irá indicando el avance de cada una conforme a las casillas, si se cae en una casilla que indique “tomar una ficha”, se toma y se lee en voz alta el ejemplo que viene y se contesta si se trata de ciudadanía activa o pasiva.

5.- La persona encargada de revisar las respuestas, corrobora si se acertó o no en la respuesta.

6.- En caso de acertar se continúa tirando dados y avanza, en caso de que no, la persona jugadora no podrá avanzar y tendrá que esperar una ronda de juego de todas las personas jugadoras para volver a tirar el dado.

6.- Gana la persona que primero llegue a la meta.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Reflexión al final del juego

Al finalizar el juego, las personas participantes socializan en plenaria cómo se sintieron, qué aprendieron y con qué tipo de ciudadanía se identifican más, reflexionando en torno a las diferencias, ventajas y desventajas de ejercer una u otra y qué valor de uso le ven, en caso de considerarlo conveniente, a cambiar sus actitudes, comportamientos y acciones hacia una ciudadanía activa.

Preguntas detonadoras

1. ¿Cómo me sentí al jugar este juego?
2. ¿Qué aprendizajes y reflexiones me generó?
3. ¿Qué ventajas y desventajas identifico entre ejercer una ciudadanía pasiva vs una activa?
4. ¿Qué puedo identificar que podría transformar en mi (comportamientos, actitudes y/o acciones) que podrían ayudarme a ejercer una ciudadanía activa?

Contenido de las 30 fichas en la cara "B"

Ejemplos de ciudadanía pasiva	Ejemplos de ciudadanía activa
Ficha 1. Cuando saco a tirar la basura de mi casa a la calle, para no esperar hasta que pase el camión recolector de basura y así "*ya me deshago del problema*".	Ficha 2. Cuando barro periódicamente al menos el área de enfrente de mi casa y no dejo que se acumule la basura, y la saco de mi casa sólo cuando pasa el camión recolector de la misma.
Ficha 3. Cuando voy en el transporte público y voy sentada o sentado y se sube una persona de la tercera edad y ya no hay más lugares vacíos, pero yo me volteo del otro lado y dejo que "alguien más le dé el lugar", total si no se lo dan pues "ya ni modo".	Ficha 4. Cuando veo que alguna persona adulta mayor va a travesar una calle e identifico que le cuesta trabajo caminar, por lo que le ofrezco ayudarle para que atraviese sin problema.
Ficha 5. Cuando entro a una tienda y compro algo pero al pagar, me doy cuenta que me están dando cambio de más pero	Ficha 6. Cuando cedo el lugar en el transporte público a alguna persona mayor, mujeres embarazadas y/o con hijas

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

en vez de devolvérselo a quien me atiende, me lo quedo, “total si ya se equivocó es su problema”.	e hijos o con alguna discapacidad, sin esperar a que alguien más lo haga.
Ficha 7. Cuando voy en la calle y veo que a la persona que va caminando delante de mí, se le cae un billete de $50.00 pesos, pero en vez de devolvérselo, me lo quedo.	Ficha 8. Cuando compro alguna artesanía, bordado o alguna cosa a una persona vendedora y no le regateo y le pago lo que me pide.
Ficha 9. En la salida de la escuela están regalando droga al estudiantado para que la probemos, sin embargo en la clase cuando nos pregunta la persona docente si alguien sabe algo al respecto, nadie decimos ni hacemos nada, aun así nos pide que denunciemos, aunque sea de forma anónima, para combatir este problema.	Ficha 10. Cuando voy a hacer un trámite a una oficina de gobierno y me dicen que me falta un documento y me ofrecen sacarlo rápido si “doy mordida”, pero me niego a hacerlo y prefiero volver otro día ya con todos los documentos completos.
Ficha 11. Cuando vamos en la calle y mis hijas e hijos pequeños van tirando en ésta las cáscaras de la fruta que recién les di, pero como me da flojera guardárselas, pues dejo que la sigan tirando, “total yo por ahí no vivo”.	Ficha 12. Cuando hacen alguna jornada de limpieza comunitaria en mi colonia/barrio y decido sumarme para mejorar las condiciones de limpieza.
Ficha 13. Cuando voy en auto y resulta que me paso un semáforo y me detiene una persona de tránsito y me comenta que tiene que levantarme la multa y yo le digo “¿y no hay manera de que me ayude para que no tenga que pagarla?”.	Ficha 14. Cuando en mi colonia/barrio invitan a un recorrido barrial para informar lo que la Alcaldía está haciendo en beneficio de ésta y acudo para mantenerme informada o informado y manifestar los acuerdos y/o desacuerdos que tengo y así “hago escuchar mí voz”.
Ficha 15. Cuando durante periodos de campañas pasan por mi colonia integrantes de partidos políticos a informarnos que están regalando tinacos y acudo para que me den uno, a cambio les doy copia de mi credencial para votar, pero ya luego cuando se elige a alguien y pasa a realizar recorridos barriales, ya me desentiendo porque ya no me ofrecen nada.	Ficha 16. Cuando me detiene una persona de tránsito porque me di una vuelta en una calle en la cual estaba prohibido hacerlo, por lo que acepto que me ponga la multa correspondiente.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Ficha 17. He escuchado en medios de información que hay que usar menos plástico sin embargo cuando voy al mercado, por la flojera de no cargar bolsas de tela o reciclables, sigo pidiendo que me den las cosas en bolsas de plástico.	Ficha 18. Cuando previo a una elección, tomo la decisión de informarme sobre las propuestas de trabajo de al menos una persona candidata, la que más me interesa, para que así mi voto sea más informado en el día de la elección.
Ficha 19. Cuando voy con mi hijo adolescente al parque y encontramos unos juegos para niñas y niños pequeños y dejo que mi hijo se suba, a pesar de que me doy cuenta de que los juegos ya no lo aguantan porque él está grande, pero digo "qué me importa si mi hijo se la está pasando bien".	Ficha 20. Cuando se hacen consultas de presupuesto participativo y decido informarme previamente en torno a la propuesta que se va a consultar, por lo que el día de la Consulta salgo a participar, pero ya siendo una persona informada.
Ficha 21. Cuando mi vecina o vecino enciende la bomba para llenar el tinaco de su casa, pero no se da cuenta de que ya se le está cayendo el agua. Ya pasaron cinco minutos y sigue igual, pero yo decido ser indiferente y dejar las cosas así sin avisarle, total "es su agua no la mía".	Ficha 22. Cuando procuro mantener limpia la coladera de la calle que está cerca de mi casa y cuando veo que alguna vecina o vecino tira su basura en ésta, procuro pedirle que no lo haga y que la recoja, explicando los efectos negativos que trae cuando venga la temporada de lluvias.
Ficha 23. Cuando hice una reparación en mi casa y se generó cascajo y espero que llegue la noche para irlo a dejar al camellón que está cerca en mi colonia, y digo "al fin que aquí no le molesta a nadie".	Ficha 24. Cuando explico a mis hijas e hijos en familia la importancia de votar en las jornadas electorales, incluso para anular el voto, ya que lo importante es participar y cumplir con esta obligación de toda la ciudadanía.
Ficha 25. Cuando me pasan a invitar las vecinas y vecinos de mi colonia/barrio ya que van a realizar una jornada de limpieza y mantenimiento de las áreas verdes el siguiente fin de semana, sin embargo, les contesto que no podré porque voy a salir ese fin, aunque sé que lo que haré en realidad, es levantarme tarde y ver televisión.	Ficha 26. Cuando saco a pasear a mi perro a la calle y levanto sus heces sin dejar que contaminen.
Ficha 27. Cuando va a haber elecciones y decido no salir a votar, pero luego de la jornada electoral y dicen cuánto cuesta el voto por persona, digo que esto sale "muy	Ficha 28. Cuando sucede alguna emergencia ciudadana por algún temblor o catástrofe y acudo al llamado de la ciudadanía, haciendo donativos en especie

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

caro” y que ya ni debería haber elecciones porque la gente “ni participa”.	(sopa, frijol, etcétera) para así ayudar y no me muestro indiferente ante la desgracia colectiva.
Ficha 29. Cuando estoy en la fila para verificar mi auto, pero veo que es muy larga, y decido ofrecerle una “lana” a la persona que da los accesos al Verificentro para que me dé chance de pasar “más rápido” que las demás personas formadas.	Ficha 30. Cuando en mi hogar coloco cubetas dentro de la regadera para que cuando nos bañemos, el agua que se acumule luego la podamos reutilizar para trapear y/o lavar el piso o la ropa.

Hoja de respuestas

Fichas: 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15 17, 19, 21, 23, 25, 27 y 29. Ciudadanía pasiva	Fichas: 2, 4, 6, 8, 10, 12 ,14, 16, 18, 20, 22, 24, 26, 28 y 30. Ciudadanía activa /integral

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Taller 3. “La democracia en el hogar”

Juego didáctico

“Ruleta de la democracia”

Presentación

El juego didáctico “Ruleta de la democracia” es un instrumento elaborado por el Instituto Electoral de la Ciudad de México (IECM) para orientar y sensibilizar a la población en torno a la importancia de practicar la democracia como una forma de vida y como una herramienta accesible e inmediata en cualquier ámbito de la vida como es el hogar. Dicha práctica puede contribuir a una convivencia pacífica, respetuosa e incluyente de todas y todos, más allá de los vínculos familiares que existan o no y de la condición de vida (física, psicológica, económica, de género y/o social, entre otras) de las personas.

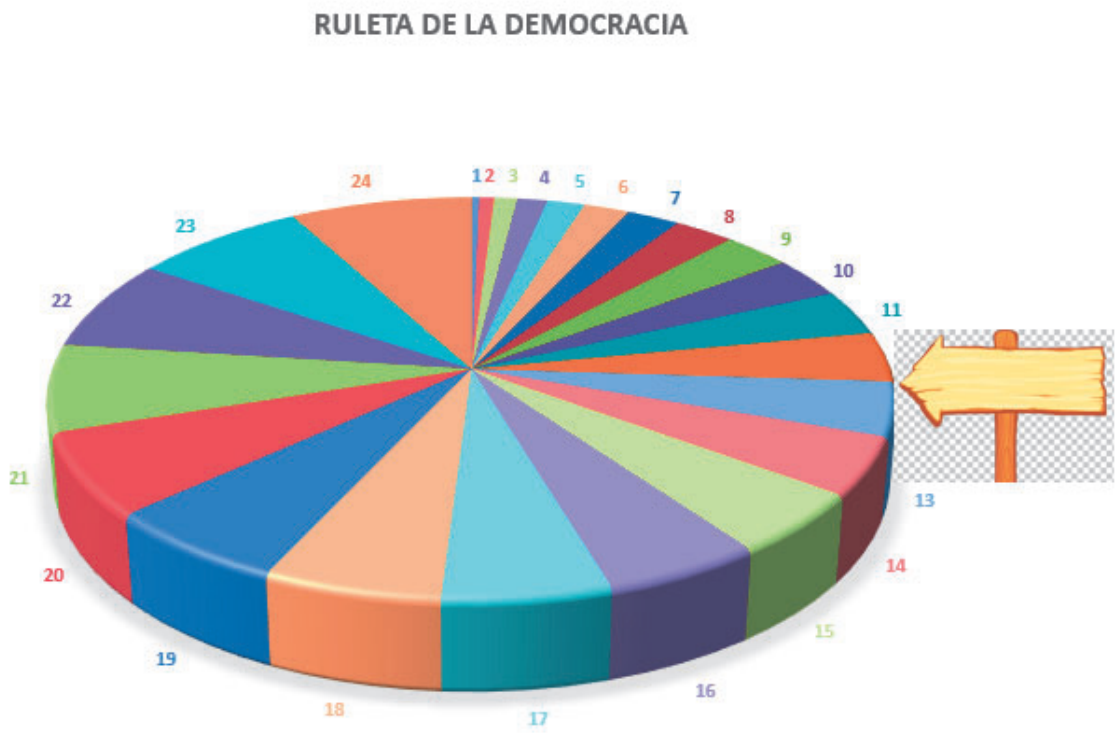
Este juego se puede desarrollar en el marco del taller “Democracia en el hogar” o bien de manera independiente, en diferentes espacios de difusión y formación o en otros como con la familia y/o con las amistades.

Descripción del juego

La ruleta de la democracia consiste en un tablero en forma de círculo conformado por veinticuatro (24) rebanadas, cada una de las rebanadas está enumerada de forma consecutiva y refiere a un valor democrático, un derecho y/o un ejemplo enunciados en una hoja, para que las personas participantes en el juego los adivinen.

Para jugar la ruleta de la democracia, las personas participantes deberán girar el tablero circular, como una ruleta, y luego de contar hasta cinco (5) segundos, pararlo y en donde quede la flecha, checar el número indicado para que la persona ruletera lea el valor, derecho y/o ejemplo que le va a tocar adivinar; una vez que la persona jugadora contesta, entre todos discuten si la respuesta que emitió es correcta. El juego viene acompañado de

una hoja con los contenidos de cada rebanada (valor democrático, derecho humano o ejemplo) y una hoja de respuestas para corroborar que sea correcto lo que contesta la persona participante. La persona ruletera contabiliza los aciertos de cada persona jugadora y al finalizar el juego, se define quién es la ganadora.



Partes del juego:

a) Una ruleta de la democracia
b) Dos pliegos con los derechos de las mujeres y con los valores democráticos
c) Una hoja con los contenidos de cada rebanada enumerada
d) Una hoja de respuestas

Indicaciones

1. La ruleta de la democracia se coloca en una superficie plana y las personas participantes se colocan en círculo con la ruleta al centro.
2. Se coloca en una parte visible en la pared, el pliego con los derechos de las mujeres y con los valores democráticos

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

3. Todas las personas participantes acuden a leer con atención los pliegos con los derechos de las mujeres y los valores democráticos.
4. Se asigna a una persona “ruletera” quien tendrá la hoja con los contenidos de cada rebana enumerada y los leerá cuando le toque participar a cada persona jugadora conforme su turno. También tendrá la hoja de respuestas para verificarlas y checar si es correcta; e irá apuntando los aciertos de cada persona jugadora para indicar al final del juego quién gana.
5. Las personas jugadoras acuerdan quién comienza el juego y el orden de su participación para girar la ruleta, cuando lo hacen, deberán girarla por cinco segundos y detenerla para verificar en qué número cae.
6. La persona ruletera lee el número que le tocó a la persona jugadora en turno quien contesta la pregunta. Luego las otras personas jugadoras discuten si está bien o mal contestado. De ser necesario, la persona ruletera verifica si es correcta la respuesta en la hoja de respuestas.
7. Una vez que se da por terminado el juego, la persona ruletera indica quién gana.

Reflexión al final del juego

Al finalizar el juego, las personas participantes pueden reflexionar en torno a la forma en la que este juego contribuye a modificar su percepción sobre la democracia, su valor de uso y los espacios en los que se puede practicar como es en el hogar, así como los beneficios, ventajas y retos que les representa hacerlo en sus respectivos hogares.

Preguntas detonadoras

1. ¿Cómo me sentí al jugar este juego?
2. ¿Qué aprendizajes y reflexiones me generó?
3. ¿En qué cambió mi percepción en torno a la democracia?
4. ¿Considero viable poderla practicar en mi hogar?, ¿por qué sí o no?
5. ¿Qué ventajas y retos que me significa practicar la democracia en mi hogar?

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Pliego con los derechos de las mujeres

Derecho a la educación: a recibir educación sin ser discriminadas por ningún aspecto (condición social, de clase, orientación sexual, origen étnico, entre otros).

Derecho a la salud: a recibir servicios de salud dignos, con respeto y calidad, ya sea privados o públicos, y con una atención integral.

Derechos sexuales y reproductivos: a recibir una educación sexual clara, oportuna, científica y laica; ejercer la sexualidad de forma responsable e informada y libre de violencia; a decidir libremente sobre las opciones de reproducción como la maternidad y el uso de anticonceptivos.

Derecho a una vida libre de violencia: nadie tiene derecho a ejercer violencia hacia las mujeres, agredirlas o lastimarlas física, verbal, sexual o psicológicamente.

Derecho al trabajo: a recibir un salario justo así como las mismas oportunidades en igualdad que los hombres y a no ser despedidas por estar embarazadas.

Derecho al desarrollo: a decidir y contar con las condiciones favorables y en igualdad de oportunidades; a la igualdad de oportunidades; a obtener bienes y propiedades y a garantizar una vida digna.

Derecho a la participación: en la toma de decisiones en los ámbitos comunitario y social; fomentar el liderazgo y participación comunitaria de las mujeres, a ser votadas y ejercer cargos de representación política.

Derecho a un medioambiente sano: a la educación y capacitación en el manejo adecuado de los recursos naturales y en la conservación del medio ambiente.

Derecho a la información: al uso democrático de los medios de comunicación con acceso a información, a la libre expresión y a tener las mismas oportunidades que los hombres.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Pliego con los valores democráticos

Diálogo.- Es el intercambio de opiniones y sentimientos de manera tranquila, respetuosa y pacífica para convivir y entenderse mutuamente.

Igualdad.- Implica reconocer y respetar el valor de las personas por ser seres humanos, reconociendo sus derechos humanos y dignidad sin discriminar.

Legalidad.- Es actuar conforme a las reglas y normas establecidas y en el marco de la ley, evitando así dañar a terceras personas y respetando sus derechos humanos y dignidad.

Libertad.- Es la posibilidad de pensar, elegir, decidir y actuar sin presiones externas, siendo responsable de asumir las consecuencias y/o resultados para la misma persona y para las demás personas.

Participación.- Es la acción de tomar parte de algo, junto con más personas, para alcanzar un objetivo común.

Pluralidad.- Es el reconocimiento e inclusión de las distintas formas de pensar, ser y actuar, lo que implica la tolerancia y el respeto y permite que las personas convivan mejor.

Respeto.- Es la manera de tratar a las personas y parte del reconocimiento de que todas tienen los mismos derechos y dignidad por ser seres humanos.

Responsabilidad.- Prever y asumir las consecuencias de los propios actos, para las demás personas y para el entorno. Cuando alguien es responsable se compromete con su decisión y comunidad.

Tolerancia.- Es cuando se tiene la disposición de respetar a quienes tienen formas de pensar, ser y actuar distintas a la propia, lo que puede resultar confrontante, incómodo y/o enriquecer la propia forma de ser y pensar.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Hoja con contenidos de las rebanadas enumeradas de la ruleta de la democracia

1	**Valor democrático**.- Se practica este valor en el hogar cuando se reconocen los derechos de todas y todos más allá de su género. Este valor es…
2	**Derecho de las mujeres**.- La democracia en el hogar se practica cuando una mujer sale del hogar para trabajar porque así lo desea y quiere obtener ingresos propios y su pareja la apoya. ¿De qué derecho se habla?
3	**Ejemplo**.- Cuando una madre o padre pide a sus hijas e hijos que escuchen a su hermana menor, reconociendo su derecho a expresarse. ¿Qué valor democrático se está ejerciendo?
4	**Valor democrático**.- Se practica este valor en el hogar cuando en vez de discutir incluso hasta ejercer violencia, se opta por hablar y tratar de escuchar a la otra persona para intentar llegar a un acuerdo. Este valor es…
5	**Derecho de las mujeres**.- La democracia en el hogar se practica cuando las hijas son enviadas a estudiar a la escuela, al igual que sus hermanos, y no se les coarta este derecho por ser mujeres. ¿De qué derecho se habla?
6	**Ejemplo**.- Cuando una hija o hijo pide que se respete su habitación y que "nadie se meta" en ésta, pero cuando se le solicita que la mantenga limpia contesta "¿y esto por qué lo tengo que hacer yo?". ¿Qué valor democrático no se está ejerciendo?
7	**Valor democrático**.- Se practica este valor en el hogar cuando se respeta a todas y todos sus integrantes más allá de su género, orientación sexual y forma de ser. Este valor es...
8	**Derecho de las mujeres**.- La democracia en el hogar se practica cuando se procura que todas y todos sus integrantes, en la medida de las posibilidades, cuenten con las condiciones favorables y adecuadas para su propio desarrollo humano, sin coartar este derecho. ¿De qué derecho se habla?
9	**Ejemplo**.- Cuando se trata dignamente tanto a la madre como al padre reconociendo las actividades que desarrollan durante el día, ya sea que

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

	trabajen dentro o fuera del hogar. ¿Qué valor democrático se está ejerciendo?
10	**Valor democrático**.- Se practica este valor en el hogar cuando se practica con el ejemplo y se respetan las normas y reglas tanto en el hogar como fuera de éste. Este valor es…
11	**Derecho de las mujeres.**- Cuando en un hogar tanto la madre como el padre o quien esté a cargo de las hijas e hijos, ante su desobediencia, optan por practicar el diálogo, la negociación y la toma de acuerdos en vez de ejercer violencia sobre ellas y ellos. ¿De qué derecho se habla?
12	**Ejemplo**.- Cuando los padres de familia promueven el cuidado del medioambiente, inculcando en las hijas e hijos su respeto y conservación, así como el buen trato a los animales. ¿Qué derecho se está promoviendo?
13	**Valor democrático**.- Se practica este valor en el hogar cuando se reparten las actividades y cada integrante asume alguna tarea para mantener el hogar limpio y en orden. Este valor es…
14	**Derecho de las mujeres**.- La democracia en el hogar se practica cuando una mujer le comenta a su pareja cuándo quiere o no tener relaciones sexuales y la otra parte le respeta. ¿De qué derecho se habla?
15	**Ejemplo**.- Cuando los padres de familia promueven este valor a fin de evitar que las hijas e hijos se descalifiquen entre sí al tener distintas creencias religiosas. ¿Qué valor democrático se está ejerciendo?
16	**Valor democrático**.- Se practica este valor en el hogar cuando cada integrante ejerce sus derechos humanos, pero siempre lo hace asumiendo las consecuencias de este ejercicio y procura no dañar a terceros. Este valor es…
17	**Derecho de las mujeres**.- Cuando en un trabajo una mujer compite -en igualdad de condiciones que sus compañeros hombres- por ser la titular de un noticiero y aparecer en televisión, y lo logra porque se reconocen sus capacidades intelectuales y profesionales. ¿De qué derecho se trata?
18	**Ejemplo.**- Cuando en pareja, las dos partes colaboran en las labores del hogar y piden a las hijas e hijos que hagan lo mismo, evitando que sólo las realicen quienes son del género femenino. ¿Qué valor democrático se está ejerciendo?

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

19	**Valor democrático**.- Cuando quienes integran un hogar, se sienten apoyados para expresar la orientación sexual que deseen. ¿Qué valor democrático se está ejerciendo?
20	**Derecho de las mujeres.**- La democracia en el hogar se practica cuando se respetan los derechos sexuales y reproductivos de las personas y no se les obliga a hacer nada que esté en contra de su voluntad y/o atente contra su dignidad como persona. ¿De qué derecho se habla?
21	**Ejemplo**.- Cuando en el hogar se apoya y motiva a la madre, quien tiene interés por ejercer un cargo político, reconociéndole sus capacidades y derechos. ¿De qué derecho se habla?
22	**Valor democrático**.- Se practica este valor en el hogar cuando cada integrante reconoce y respeta el derecho de cada quién a elegir la pareja sentimental o sexual que se desee, sin que esto genere discriminación o rechazo. Este valor es…
23	**Derecho de las mujeres**.- Cuando una mujer es motivada y apoyada por su pareja para que sea propietaria e inicie su propio negocio, lo que le ayudará a obtener sus propios ingresos económicos. ¿Qué derecho se está ejerciendo?
24	**Ejemplo**.- Cuando se procura, en igualdad de condiciones, que todas y todos en el hogar atiendan su salud de manera oportuna y adecuada, conforme sus distintas etapas de vida. ¿Qué derecho se está ejerciendo?

Hoja de respuestas

1	Igualdad
2	Derecho al trabajo
3	Respeto
4	Diálogo
5	Derecho a la educación
6	Responsabilidad

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

7	Tolerancia
8	Derecho al desarrollo
9	Respeto
10	Legalidad
11	Derecho a una vida libre de violencia
12	Derecho a un medio ambiente sano
13	Participación
14	Derechos sexuales y reproductivos
15	Tolerancia
16	Responsabilidad
17	Derecho a la información
18	Participación
19	Libertad
20	Derechos sexuales y reproductivos
21	Derecho a la participación
22	Pluralidad
23	Derecho al desarrollo
24	Derecho a la salud

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Colección de Talleres

“Mujeres libres, solidarias y participativas”

Taller 3.
“Democracia en el hogar”

Ciudad de México

2021

Índice

Contenido

Presentación.....4

I.I Marco general de la colección de talleres "Mujeres libres, solidarias y participativas" 7

1.1 Cómo viven las mujeres en la actualidad 7

1.2 Los desafíos en la "Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible" 9

1.3 Contribución del Instituto Electoral de la Ciudad de México para construir ciudadanía democrática 11

1.4 Modelo de formación del IECM.....13

1.4.1 Perfil de las personas adultas.....14

1.4.2 Método "Ve que sí puedes" 15

1.4.3 Aprendizaje experiencial 16

1.4.4 Formación en valores de la democracia.....17

1.4.5 Lo lúdico como recurso didáctico del Modelo de formación del IECM 19

1.4.6 Rol de las personas promotoras-facilitadoras ciudadanas 19

1.4.7 Enfoques transversales en el modelo de formación del IECM.....20

II. Acercándonos a la democracia.....24

2.1 ¿Qué es la democracia?.....24

2.2 Principios de la democracia.....30

2.3 Ventajas y retos al practicar la democracia.....32

2.4 ¿En dónde se puede practicar la democracia?.....36

III. Democracia en el hogar.....40

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

3.1 Una mirada a las mujeres en el espacio hogar 40

3.2 La importancia de la práctica de la democracia en el hogar 48

3.3 Ejemplos de la práctica de la democracia en el hogar 51

IV. Desarrollo del taller 52

4.1 Propósitos del taller 52

4.2 Temas a desarrollar 53

4.3 Secuencia didáctica 54

4.4 Técnicas a utilizar en el taller 56

Fuentes de consulta 60

Anexo 65

Anexo 1. "Directorio de instituciones públicas que prestan algunos servicios a mujeres y hombres 65

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Presentación

El Instituto Electoral de la Ciudad de México (IECM) tiene la importante tarea de contribuir al desarrollo de la vida democrática en la Ciudad de México y promover la celebración de elecciones pacíficas, respetando el voto de la ciudadanía. Además, lleva a cabo acciones para la educación cívica, brindando apoyo, sobre todo, a las personas que forman parte de los grupos de atención prioritaria ya que, debido a la situación de desigualdad estructural, enfrentan mayores obstáculos para el pleno ejercicio de sus derechos humanos, entre ellos los civiles y políticos, por lo que a través de estas acciones se busca su inclusión efectiva en la sociedad mediante el ejercicio de una ciudadana activa.

El IECM ha trabajado con las mujeres en cumplimiento de sus obligaciones, realiza acciones para que conozcan y ejerzan sus derechos humanos, enfocándose, sobre todo, a los civiles y políticos. En virtud de lo anterior, el IECM tiene una oferta formativa a través de talleres, ya sea presenciales o en línea, como la Colección titulada "Mujeres libres, solidarias y participativas" la cual tiene la finalidad de que las mujeres conozcan y ejerzan sus derechos humanos, fortalezcan su ciudadanía y desarrollen una personalidad democrática en cualquier ámbito de sus vidas. Dicha Colección está conformada por cinco talleres: 1) Derechos civiles y políticos: conócelos y ejércelos; 2) Ciudadanía y mujeres en la Ciudad de México; 3) Democracia en el hogar; 4) Democracia en las parejas y 5) Democracia y sexualidad y cada uno cuenta con su respectivo juego didáctico.

La Colección tiene como público meta en primera instancia, al personal que trabaja en el IECM y en otros Institutos Electorales, además de diferentes personas, grupos, organizaciones e instituciones públicas y privadas que llevan a cabo trabajo de formación y promoción en materia de educación cívica, democracia y ciudadanía; así como a las personas prestadoras de servicio social –que son las personas promotoras-facilitadoras ciudadanas- quienes también desempeñan una importante labor en el trabajo de información, sensibilización y formación que lleva a cabo el IECM con la población. Por otro lado, está el público meta final que son las mujeres y los hombres que forman parte

de los grupos de atención prioritaria, de los estratos "C", "D" y "E",[1] quienes se caracterizan por contar con estudios de educación primaria en la mayoría de los casos; escaso o nulo acceso a internet en sus viviendas y limitados o muy limitados ingresos económicos que se destinan sobre todo a la alimentación y al transporte público.

El taller que se presenta a continuación se titula "**Democracia en el hogar"** y tiene el propósito de promover y sensibilizar en la importancia de practicar la democracia como una forma de vida, entre otros aspectos, y como una herramienta accesible e inmediata en cualquier ámbito de la vida como es el hogar, para contribuir a una convivencia pacífica, respetuosa e incluyente entre quienes lo integran.

Los temas que aborda este taller son los siguientes: en el apartado I. Marco general que aplica para todos los talleres, en el cual se establece la situación que viven las mujeres en la actualidad; los desafíos que establece la Agenda 2030, en lo que se refiere a la igualdad de género y la reducción de las desigualdades, y la apuesta del modelo de formación que tiene el IECM para promover la educación cívica y democrática en la Ciudad de México, haciendo énfasis en cuatro enfoques transversales como son: el de derechos humanos, género, inclusión y medioambiental. Posteriormente se aborda el apartado II. Acercándonos a la democracia donde se presenta qué es, sus principios, la pertinencia y ventajas al practicarla y los ámbitos en los cuáles se puede ejercer como es en el hogar.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

[1] El nivel socioeconómico es un parámetro económico y sociológico que combina la preparación laboral de una persona, la posición económica y social individual o familiar, en relación con otras personas, basada en sus ingresos, educación y empleo. Algunas de sus características son: Nivel socioeconómico "C" (Nivel Medio Emergente) son familias con escasos recursos para cubrir sus necesidades básicas; la persona jefa de familia tiene un nivel de estudios promedio de secundaria o preparatoria; el nivel de estudios de la persona jefa de familia puede tener estudios mayores a primaria; el principal ingreso viene del trabajo asalariado y del comercio formal o informal; casi la mitad de los hogares pueden contar con conexión a Internet fijo en la vivienda. El Nivel "D" son familias con una mala calidad de vida; tienen problemas para contar con lo básico para vivir, y regularmente pasan por condiciones sanitarias mínimas; su nivel de estudios de la persona jefa de familia es de secundaria y/o primaria; se emplean en empresa (s), fábrica (s) además de que pueden recibir ayudas del gobierno; sus principales gastos son: alimentos, transportación, pago de servicios y cuidado personal. En el caso del nivel "E" son familias que tienen escasez de todos los servicios y bienes; construyen sus hogares con materiales de desecho y tienen problemas permanentes y graves para subsistir; el nivel de estudios de la persona jefa de familia es menor a primaria; compran únicamente alimentos básicos y necesarios y pueden carecer de aparatos electrodomésticos que les faciliten las labores del hogar, entre otras características. Rankia. (12 de marzo 2021). *"Niveles socioeconómicos en México".* España México. https://www.rankia.mx/blog/mejores-opiniones-mexico/3095882-niveles-socioeconomicos-mexico

Luego se plantea el apartado III. Democracia en el hogar en el cual se plantea una mirada a la situación que viven las mujeres en éstos y algunos factores que pueden contribuir a su empoderamiento, así como la importancia de practicar la democracia en este ámbito y algunos ejemplos. Finalmente, en el apartado V. Desarrollo del taller, se establecen sus objetivos, los temas a abordar, la secuencia didáctica y la explicación de las técnicas a utilizar.

Cabe destacar el reconocimiento al *expertise* y a las competencias establecidas tanto en el personal del IECM como en las personas prestadoras de servicio social, quienes tendrán en todo momento la posibilidad y libertad de adecuar y enriquecer los contenidos de este taller, es decir "tropicalizarlos,"[2] acorde al público meta final y a los territorios y condiciones en las que se trabaja en la Ciudad de México.

Es así que con este taller "Democracia en el hogar" se pretende crear una noción de la democracia más amplia y a la vez más cercana a las personas, a fin de que se le reconozca como una forma de vida y como una herramienta que contribuye a crear ambientes para la mejor convivencia y el entendimiento como es en el hogar, más allá de que exista o no un vínculo familiar; lo que puede traer beneficios a las personas en la medida que la practican.

[2] Aunque es un término no aceptado por la Real Academia Española, se refiere a la acción de optimizar y producir contenidos relevantes dirigidos a determinadas audiencias. Concepto y Contenido. (9 marzo 2020). *¿Qué es tropicalizar al español mexicano?* [Mensaje en un blog]. Recuperado de https://conceptoycontenido.com/f/%C2%BFqu%C3%A9-es-tropicalizar-al-espa%C3%B1ol-mexicano.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

I.I Marco general de la colección de talleres "Mujeres libres, solidarias y participativas"

1.1 Cómo viven las mujeres en la actualidad

En México se ha ido transformando el papel tanto de las mujeres como de los hombres y se ha avanzado en el reconocimiento y ejercicio de los derechos humanos, sobre todo en aquellos que reconocen la igualdad entre las personas más allá de su condición física, económica, de género y educativa, entre otras. Sin embargo, esta transformación es paulatina y en momentos lenta, ya que aún prevalece un contexto desfavorable hacia las mujeres el cual se caracteriza por la violencia, los feminicidios, la falta de oportunidades educativas, económicas, laborales y políticas, así como por las desigualdades, además de la discriminación y el machismo, por mencionar algunos aspectos.

Entérate de algunas cifras

Se calcula que el 25.3% de las mujeres de 15 años y más, han experimentado **violencia en la escuela**; casi 3 mil mujeres fueron asesinadas en México en el 2019 y sólo 726 (24%) casos se investigan como **feminicidios;**[3] **las mujeres indígenas** apenas alcanzan 5.7 años de escolaridad promedio y su desempeño en cargos de **representación política** en los Congresos Locales, es inferior en un 40% respecto a los hombres; el 21.9% de las mujeres han padecido **discriminación en el trabajo**; el 10.3% tiene menos oportunidades para ascender en este ámbito y el 5.7% cuenta con menos prestaciones que un hombre con el mismo nivel laboral, además de que 947 mil mujeres mayores de 15 años han sido forzadas a casarse.[4y5] En el mundo, las mujeres ganan 63% menos que los hombres y dedican el triple de horas a trabajos no remunerados.[6]

[3] Animal Político. (25 de noviembre de 2019). Suman casi 3 mil mujeres asesinadas en México en 2019; sólo 726 se investigan como feminicidios. *Animal político*. Recuperado de https://www.animalpolitico.com/2019/11/3-mil-mujeres-asesinadas-mexico-2019-ocnf/

[4] INEGI. (2016). *Encuesta Nacional sobre Dinámica de las Relaciones en los Hogares 2016* (ENDIREH). Recuperado de https://www.inegi.org.mx/programas/endireh/2016/

[5] Comisión Española de Ayuda al Refugiado. (2019). *Situación de la mujer*. Comisión Española de Ayuda al Refugiado, pp. 6, 8 y 15. Recuperado de https://www.cear.es/wp-content/uploads/2019/05/Situaci%C3%B3n-de-la-mujer-en-M%C3%A9xico-2019.pdf

[6] Fondo Monetario Internacional. (2019). *Las mujeres y el crecimiento económico*. (Publicación trimestral Volumen 56 | Número 1. Finanzas y Desarrollo). Recuperado de https://www.imf.org/external/pubs/ft/fandd/spa/2019/03/pdf/fd0319s.pdf.

Como se puede ver las cifras son muy alarmantes y muestran parte de las condiciones de vida en que han vivido y viven las mujeres, sobre todo en sociedades machistas en las cuales también prevalece el patriarcado y las construcciones de género,[7] las cuales determinan en mucho cómo es y lo que debe hacer una mujer.

Las Feminidades son atribuidas a las mujeres y a todos los cuerpos y personas que tienen rasgos, cualidades, comportamientos, actitudes, sentimientos, creencias, formas de pensamiento, lenguajes y formas de relacionarse entendibles dentro del estereotipo de lo que es "ser mujer". En la construcción de lo femenino, también prevalece la mentalidad de la mujer como el sexo débil, la que cuida, procura, es sensible además de ser "cosificadas" (es decir considerarse como "cosas") y objetos sexuales que "provocan" y "están para gustar" y dar placer, lo que "justifica" que se intercambian por dinero, animales o propiedades como la tierra o los inmuebles, tal cual sucede en localidades rurales y con la población indígena, aunque también se da en la población mestiza como sucede en los estados de Guerrero, Michoacán o Oaxaca.

Las Masculinidades son atribuidas a los hombres y a todos los cuerpos y personas que tienen rasgos, cualidades, comportamientos, actitudes, sentimientos, creencias, formas de pensamiento y comportamientos entendibles dentro del estereotipo de lo que es "ser hombre". Son otra de las construcciones culturales que predeterminan que lo masculino es lo opuesto a lo femenino, es decir lo que no es débil o emocional y que es más bien confiable, sólido, claro, comprensible, valiente, arrojado y firme. Los hombres tienen la necesidad de demostrar que lo son y requieren que otros les reconozcan. La sociedad patriarcal define al hombre como un ser potente con mandato, autoridad y con poder. Por ejemplo, en los perfiles sicológicos se identifica que la violencia sexual y doméstica son una demostración de la necesidad de confirmación y dominio y de ejercicio de poder de lo que es ser varón frente a una mujer.

Aunque los cambios son paulatinos, sí han sido significativos y han favorecido a la transformación de algunas de las condiciones adversas hacia las mujeres e incluso algunas de ellas han ido desapareciendo y se han ido modificando gradualmente, generando que exista mayor igualdad de género,[8] aunque aún no es suficiente.

[7] Patriarcado plantea un ejercicio autoritario del poder a quien lo ejerce, concentrado en una o en pocas personas. Este esquema de relación aleja a quien ejerce el poder, del grupo que domina y le impide tomar decisiones apropiadas y acordes con las necesidades y condiciones de aquellas personas a quienes representa. Esta situación genera desigualdad en el acceso al poder y limita la construcción de sociedades democráticas y sostenibles. Instituto Veracruzano de las Mujeres y Gobierno Federal. (2009). Cuadernillo. "Participación comunitaria de las mujeres: El papel de los agentes y agentas municipales con perspectiva de género". p. 10. Recuperado de http://www.ivermujeres.gob.mx/wp-content/uploads/sites/16/2015/10/30-Participaci%C3%B3n-Comunitaria-de-las-Mujeres-El-Papel-de-los-Agentes-y-Agentas-Municipales-con-Perspectiva-de-G%C3%A9nero.pdf

El género se refiere a los comportamientos, actividades, y atributos que una sociedad determinada, en una época determinada, considera apropiados para hombres y mujeres. Además, de los atributos sociales y las oportunidades asociadas con la condición de ser hombre y mujer, y las relaciones entre mujeres y hombres, y niñas y niños. Estos atributos, oportunidades y relaciones son construidos socialmente y aprendidos a través del proceso de socialización y son específicos al contexto/época y son cambiantes. El género ha desarrollado autocategorizaciones que incluyen rasgos de personalidad, actitudes y percepciones que derivan de características biológicas, físicas, económicas, sociales, psicológicas, eróticas, jurídicas, políticas y culturales que moldean y determinan qué se espera, se permite y se valora en una mujer (es decir lo femenino) o en un hombre (lo masculino) en un contexto determinado. Lagarde, Marcela (1996). *El género, fragmento literal: 'La perspectiva de género', en Género y feminismo. Desarrollo humano y democracia*, España, Horas y HORAS, pp. 13-38. Recuperado de https://catedraunescodh.unam.mx/catedra/CONACYT/08_EducDHyMediacionEscolar/Contenidos/Biblioteca/Lecturas-Complementarias/Lagarde_Genero.pdf.

[8] Por igualdad de género se entiende la igualdad de derechos, responsabilidades y oportunidades de todas las personas. La igualdad no significa que las mujeres y los hombres sean iguales, sino que los derechos, responsabilidades y oportunidades no dependen de si

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Ahora bien, aunque hay aspectos favorables dado que hay mayor igualdad de género, también hay consecuencias negativas porque prevalece la desigualdad ya que, actualmente, las mujeres están asumiendo mayores cargas de trabajo, responsabilidades y obligaciones que se suman a las que ya tienen de por sí y que no siempre son remuneradas, valoradas ni reconocidas; e incluso llegan a afectar su salud física y emocional, incrementando la precarización de sus condiciones de vida. Actualmente las mujeres tienen que asumir dobles o triples jornadas de trabajo que se suman a las jornadas que ya de por sí tenían dentro del hogar, viven con más estrés y tienen que salir a trabajar fuera del hogar en condiciones desventajosas porque en ocasiones no reciben salarios justos ni son tratadas en igualdad con los hombres.

Por tanto, el reconocimiento, la adopción y el ejercicio de los derechos humanos, es imprescindible para que las mujeres -así como toda aquella otra población, grupos y sectores de atención prioritaria-[9] cuenten con las condiciones necesarias y favorables para que se puedan desarrollar, asumiéndose como ciudadanas con derechos y con poder de decisión tanto en su vida personal como en la vida pública. Por eso es tan importante que desde instituciones como el IECM, se trabaje por alinear y asumir compromisos establecidos por México en acuerdos internacionales como lo establecido en "Transformar nuestro mundo: la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible", la cual tiene entre sus planteamientos el "no dejar a nadie atrás", como se verá a continuación.

1.2 Los desafíos en la "Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible"

El documento para "Transformar nuestro mundo: la Agenda 2030 para el Desarrollo

nacieron con determinado sexo. Implica que los intereses, necesidades y prioridades de mujeres y hombres se toman en cuenta, reconociendo la diversidad que existe entre ellas y ellos y en general entre todas las personas, y a que no es sólo un asunto de mujeres, sino que concierne e involucra tanto a ellas como a los hombres. La igualdad entre mujeres y hombres se considera una cuestión de derechos humanos y es un requisito como un indicador del desarrollo centrado en las personas. ONU Mujeres. Ibídem. *Profundicemos,* p. 46.

[9] Como son niñas, niños y adolescentes; personas jóvenes; personas adultas mayores; con discapacidad; quienes forman parte de la diversidad sexual; migrantes; víctimas; en situación de calle; privadas de la libertad; que residen en instituciones de asistencia social; afrodescendientes; indígenas y minorías religiosas, entre otras y otros, conforme lo mandata la Constitución local para que se garantice su atención preferente para que gocen del pleno ejercicio de sus derechos y se eliminen progresivamente las barreras que impiden la realización de sus derechos y alcancen su inclusión efectiva en la sociedad. Comisión de Derechos Humanos del Distrito Federal. Los derechos humanos de grupos de atención prioritaria. *Defensor (Número 9, año xvi, septiembre 2018).* https://cdhcm.org.mx/wp-content/uploads/2019/01/dfensor_09_2018.pdf

Sostenible", conocido como la "Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible", fue aprobado el 25 de septiembre de 2015.[10] Dicha Agenda plantea 17 Objetivos del Desarrollo Sostenible (ODS) cuyo objetivo es poner fin a la pobreza, luchar contra la desigualdad y la injusticia, y hacer frente al cambio climático sin que nadie quede rezagado para el año 2030. Cabe destacar que México ha promovido en esta Agenda los temas de inclusión y equidad en un marco de derechos, además de seguir construyendo ciudadanía para las mexicanas y mexicanos.

La Agenda 2030 es considerada por los Estados como la expresión de una "visión de futuro ambiciosa y transformativa" y un compromiso para construir un mundo ambientalmente sostenible, socialmente justo y económicamente productivo, donde todas las personas disfruten del pleno respeto de sus derechos humanos. Sus 17 ODS son los siguientes:[11]

Fuente: Agenda 2030 para el desarrollo sostenible, disponible en: http://www.onu.org.mx/agenda-2030/

Aunque se trata de 17 ODS, destacan los objetivos 5, 8, 10, 13 y 16, vinculados a la igualdad de género y a la reducción de las desigualdades. (Para más información véase el

[10] Es un acuerdo que, si bien no es un documento jurídicamente vinculante, sí está relacionado con Convenciones y Pactos de Derechos Humanos de carácter vinculante y es un marco referencial que orienta las políticas y programas públicos en todos los niveles (municipal, estatal, nacional e internacional) de los 193 países que la adoptaron -todos Estados Miembros de las Naciones Unidas-, entre ellos México. Naciones Unidas México. (20 de febrero 2020). *Agenda 2030*. Recuperado de http://www.onu.org.mx/agenda-2030/

[11] Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD). (2019). El enfoque de la agenda 2030 en planes y programas públicos en México. (PNUD), p. 16. Recuperado de https://www.undp.org/content/dam/mexico/docs/Publicaciones/PublicacionesGobernabilidadDemocratica/190305Gu%C3%ADaPlanear.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

contenido de esta Agenda en http://www.onu.org.mx/agenda-2030/). Asimismo, dicha Agenda establece como enfoques transversales el de derechos humanos, de género, inclusión y medioambiental.[12]

1.3 Contribución del Instituto Electoral de la Ciudad de México para construir ciudadanía democrática

El IECM es la autoridad electoral depositaria de la función estatal para organizar las elecciones en la Ciudad de México y los procedimientos de participación ciudadana. Como organismo público autónomo, desde hace dos décadas, contribuye a fortalecer el régimen de partidos políticos y agrupaciones políticas locales, y trabaja en la **construcción de una ciudadanía más democrática y participativa** con el propósito de contribuir a generar una cultura cívica en la población y que ésta no sólo participe en procesos electorales específicos, sino que tenga un desempeño corresponsable en la vida pública de esta ciudad, del país y del mundo.

Por otro lado, para el IECM es estratégico promover a la **democracia** como una **forma de vida**; en la que las personas interactúan y se comportan respetando las leyes, ejerciendo **valores democráticos** como la tolerancia, la legalidad, el respeto, el diálogo, la pluralidad y

[12] El enfoque de derechos humanos busca que las personas estén informadas, conozcan y ejerzan sus derechos humanos en cualquier ámbito de su vida y promueve que el Estado sea garante de los derechos humanos, los respete y los cumpla. El ejercicio de todos los derechos humanos conlleva la responsabilidad de su ejercicio. Por su parte, el enfoque de género promueve que en el mundo prevalezca el "respeto universal por los derechos humanos y la dignidad humana" y que "todas las mujeres y niñas gocen de la plena igualdad de género, y donde se hayan eliminado todos los obstáculos jurídicos, sociales y económicos que impiden su empoderamiento". Concretamente la Agenda 2030 promueve la igualdad de género no sólo como un derecho humano fundamental, sino como una base necesaria para lograr un mundo pacífico, próspero y sostenible. Respecto al enfoque de inclusión, demanda flexibilidad, hacer visibles la diferencias y asignar a cada persona lo que le corresponde, además de reconocer la pluralidad entre las personas, sobre todo con aquellas que forman parte de los grupos de atención prioritaria como pueden ser las niñas, niños, adolescentes, personas jóvenes, mujeres, personas que forman parte de la comunidad de lesbianas, gays, bisexuales, transexual, transgénero, travesti e intersexual, entre otras (LGBTTTI+), personas mayores, con discapacidad, indígenas, afromexicanas, migrantes y en situación de pobreza, entre otras. Y el enfoque medioambiental, el cual se interrelaciona con otras esferas como la social y la económica en pro del desarrollo sostenible y se denomina "Enfoque integrado para el desarrollo sostenible", aunque en el marco general de este taller se continuará llamando enfoque medioambiental. Este enfoque plantea la interdependencia entre el progreso social, el crecimiento económico y la protección ambiental y, por otro, la necesidad de asegurar beneficios simultáneos y de largo plazo en todos estos ámbitos (PNUMA, 2016). Por ello, la vinculación entre las esferas económica, social y ambiental. ONU Medio ambiente. (2018). *El Enfoque Integrado y la Dimensión Ambiental en la Agenda 2030.* Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente, p.6. Recuperado de https://wedocs.unep.org/bitstream/handle/20.500.11822/25644/dimension_ambiental_agenda2030.pdf?sequence=1&isAllowed=y y PNUD. (20 enero 2021). *Agenda 2030 Igualdad de Género para no dejar a nadie atrás*. Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD). Recuperado de http://americalatinagenera.org/newsite/index.php/es/igualdad-de-genero-y-agenda-2030

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

la convivencia pacífica, entre otros, y en donde se reconoce la dignidad de las personas y la igualdad en la posesión y ejercicio de los derechos humanos, entre ellos los civiles y políticos.[13] La democracia está presente en la vida social, familiar, en la escuela, en la pareja, en el trabajo, es decir, en todos los ámbitos de la vida de una persona porque está conformada por un conjunto de valores que ayudan a convivir de forma pacífica y armónica.[14]

Así también, la democracia tiene que ver, tanto en lo político como en lo social, con las formas de participar e interactuar, es decir, con la posibilidad de coexistir de manera armónica e incluyente, gracias a actitudes y prácticas basadas en el respeto a las personas y a la ley, reconociendo su igualdad y dignidad así como con el ejercicio de la tolerancia y el diálogo como medios para conciliar las divergencias.[15] Otra tarea importante llevada a cabo por el IECM es la **educación cívica**, la cual tiene el propósito de contribuir al desarrollo de la **personalidad democrática**[16] con atributos y conductas orientadas al respeto y ejercicio de los derechos y valores humanos.

Asimismo, el IECM cuenta con la "***Estrategia Integral de Educación Cívica para la Ciudad de México 2017-2023***" (EI1723) cuyo propósito es generar las condiciones necesarias para el desarrollo de habilidades que permitan a la ciudadanía, la deliberación democrática y el uso de los mecanismos de exigencia para incidir en la solución de problemas públicos en su ciudad;[17] además de haber desarrollado, a lo largo de más de veinte años de existencia,

[13] Rico, O. (2007). *Educación cívica y personalidad democrática*. *Educar para la convivencia con vivencia*. Manual para educadores, p. 31. Recuperado de http://portal.iedf.org.mx/biblioteca/docentes/02_ECPD_Manual%20educadores_2007.pdf

[14] Fuentes y Covarrubias. (2016). Culturas familiares: hacia la construcción de familias democráticas. Guía para la implementación del taller, p.33. Recuperado de http://portal.iedf.org.mx/biblioteca/familia/culturas%20familiares_biblioteca%20e.pdf

[15] Rico, O. Ibídem, Educación cívica…,p. 33.

[16] La personalidad democrática está conformada por un conjunto de capacidades y competencias cívicas que derivan del aprendizaje de diversos contenidos cognitivos, actitudinales y axiológicos, así como del desarrollo de habilidades como el diálogo, la autorregulación o la empatía que favorecen a una mejor convivencia. Por su parte las competencias cívicas implican lo que sabe una persona, lo que puede hacer (capacidades), lo que tiene la voluntad de hacer y lo que es (personalidad y actitud). Es el conjunto de nociones, conocimientos adquiridos y actitudes que permiten a las personas responder ante situaciones de su vida personal y social, en las que se involucra su perspectiva moral y cívica, así como su capacidad de resolver necesidades y conflictos tanto individuales como aquellos que se presentan en la interacción con las otras personas, estableciendo relaciones positivas. Conllevan diversas capacidades como: el auto reconocimiento y el auto cuidado de sí misma o mismo; el ejercicio responsable de algunos valores como la libertad.; el respeto y la pluralidad; el sentido de pertenencia a la comunidad, a la nación y la humanidad; el manejo y resolución de los conflictos; la participación social y política; el apego a la legalidad y al sentido de justicia, además del aprecio y la valoración de la democracia. Rico, O. Ibídem. *Educación cívica y personalidad democrática…,*pp. 37-41.

[17] La EI1723 retoma tres ejes estratégicos para el fortalecimiento de la cultura cívica: Verdad, Diálogo y Exigencia, y propone procesos

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

un modelo de formación que busca promover la educación cívica y democrática en la Ciudad de México, haciendo énfasis en cuatro enfoques transversales como son: el de derechos humanos, género, inclusión y medioambiental, los cuales se abordarán más adelante.

1.4 Modelo de formación del IECM

Como ya se mencionó, el IECM ha desarrollado a lo largo de sus veinte años de existencia, un **Modelo de Formación Ciudadana** el cual pretende, entre otros aspectos, que las personas fortalezcan su ciudadanía y pasen del ejercicio de una ciudadanía pasiva a una activa. Por ciudadanía pasiva se entiende aquella en la que se tienen actitudes y comportamientos que muestran un nulo o escaso conocimiento y ejercicio de los derechos y valores democráticos; prevalece la apatía y se es indiferente a lo que acontece en la vida pública y en el entorno; sólo se busca el beneficio y bienestar individual, no tanto el bienestar común ni del medioambiente en donde se vive y se tienen actitudes más reactivas que proactivas, y su participación en la vida pública responde más bien a estímulos externos como pueden ser recibir dinero, camisetas, gorras, etcétera.

Por su parte la ciudadanía activa implica el conocimiento y ejercicio de los derechos y valores humanos y se manifiesta en las actitudes y acciones que emprende una persona para buscar el bienestar común y no sólo el propio; incluyendo el medioambiente que le rodea. La ciudadanía activa se informa, se forma, asume la corresponsabilidad de lo que acontece en la vida pública y aportar soluciones para crear mejores condiciones de vida para todas y todos,[18] sin esperar a que el gobierno "lo haga todo". Por ejemplo, una ciudadanía activa es aquella que cuida y procura su medioambiente inmediato, no lo contamina y trata de mantenerlo limpio sin esperar a que sus vecinas y vecinos limpien la

formativos para que la ciudadanía: a) Incremente el uso práctico de la información pública relacionada con la cultura cívica; b) Se apropie del valor del diálogo como medio para articular demandas, y c) Elabore soluciones como ente colectivo además de que exija congruencia del servicio público e incida en la solución de problemáticas públicas. Asimismo, la EI1723 cuenta con 3 ejes transversales: 1) Las alianzas interinstitucionales, 2) La perspectiva de género e inclusión, el uso del lenguaje no sexista e incluyente y 3) Una ruta de seguimiento y evaluación en su implementación. Instituto Electoral del Distrito Federal. *Estrategia Integral de Educación Cívica para la Ciudad de México 2017-2023*. (EI1723), pp. 27 y 29. Recuperado de http://www.iedf.org.mx/www/sites/CapitalCivica/EI1723.pdf

[18]Instituto Nacional Electoral (INE). (2014). Ciudadanía en México ¿Ciudadanía activa?, p. 14. Recuperado de https://portalanterior.ine.mx/archivos2/s/DECEYEC/EducacionCivica/Ciudadania-Activa.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

calle o el gobierno mande el servicio de limpieza.

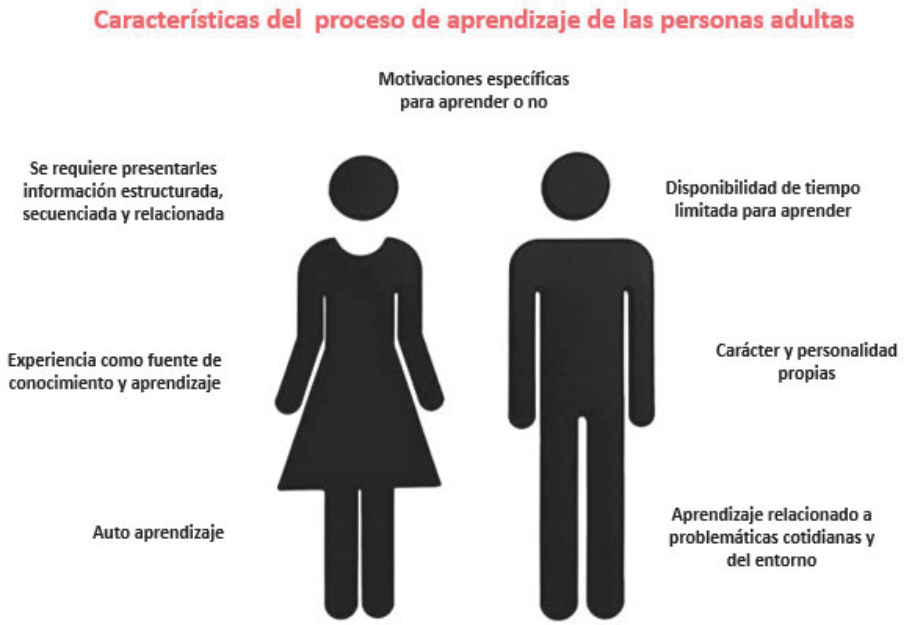
Ahora bien, el **Modelo de formación Ciudadana del IECM** está conformado por seis pilares y cuatro enfoques transversales:

Fuente: elaboración propia con base en el modelo de formación del IECM.

1.4.1 Perfil de las personas adultas.- El proceso de aprendizaje en las personas adultas[19] implica la adquisición, confrontación, cuestionamiento, replanteamiento, reafirmación y enriquecimiento de información, conocimientos, valores y saberes, etcétera, que ya se poseen y que pueden contribuir a modificar sus percepciones, pensamientos, conocimientos, saberes, opiniones y comportamientos. Algunas de las características del proceso de aprendizaje en las personas adultas son:

[19] Las etapas tanto de la juventud como de la adultez, así como las capacidades físicas como la fuerza, la velocidad, la resistencia y la edad en las personas ya que estas capacidades entran en una etapa de plenitud entre los 20 y los 30 años, y pueden tener una reducción, en ocasiones significativa, durante la vejez del ser humano. Universidad de Educación a Distancia. (2000). Especificidad de la educación de adultos. Bases psicopedagógicas y señas de identidad. *Educación XX1. (ISSN: 1139-613X*), pp.9, 14-15. Recuperado de https://www.redalyc.org/pdf/706/70600304.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

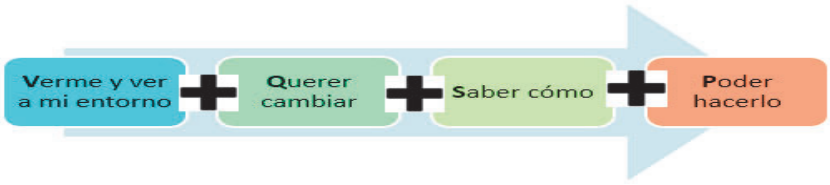


Fuente: elaboración propia con base en Universidad de Educación a Distancia. Ibídem. *Especificidad de la educación...* p. 110.

Algunos aspectos que pueden facilitar el proceso de aprendizaje en las personas adultas son: a) Realizar actividades que vinculen los contenidos abordados a su aplicación práctica; b) Analizar las situaciones y no sólo exponerlas; c) Visibilizar los resultados durante el proceso de aprendizaje y reforzar el aprendizaje deseado; d) Realizar ejercicios y repeticiones para corroborar y clarificar los contenidos; e) Motivar la comprensión, relevancia y aplicación de lo que se va a aprender y f) Tomar en cuenta el estado de salud, sobre todo si las personas se sienten fatigadas o enfermas, para recuperar su atención y ánimo.

1.4.2 Método "Ve que sí puedes": Dicho método atiende la necesidad de que las personas participantes en los talleres reflexionen, por un momento, y se motiven sobre el tipo de ciudadanía que están ejerciendo, comenzando por el auto reconocimiento de sí mismas y de su entorno a fin de identificar cómo se encuentran en este tema y valorar si desde su perspectiva, consideran conveniente modificar algunos aspectos para que ejerzan una ciudadanía más activa, de ser el caso. El método "Ve Que Sí Puedes" está compuesto por las iniciales de las palabras:

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento



Fuente: elaboración propia con base en: Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. Ibídem. "Metodología PESA…"

Verme y ver mi entorno: Este auto reconocimiento es indispensable para comenzar a revisar "cómo estoy y me encuentro" al momento, así como observar cómo se encuentra mi entorno.	**Querer cambiar**: Se requiere el convencimiento y la voluntad de querer cambiar y pasar del pensamiento a la acción y no sólo quedarse en el plano del "así estoy bien" o el "sí quiero cambiar" pero en realidad no se hace nada.
Saber cómo: A partir de la información-conocimientos que una persona recibe, incorporarlos a fin de adquirir nuevas herramientas y habilidades y aplicarlos en el día a día para hacer las cosas de forma distinta y mejores.	**Poder hacerlo**: Tomar la decisión de actuar, modificar, mejorar, fortalecer y/o transformar aspectos personales con efectos en el entorno inmediato (pareja, familia, amistades, medio ambiente, etcétera).

1.4.3 Aprendizaje experiencial: Consiste en la interrelación entre la experiencia y la reflexión por parte de las personas adultas, donde no sólo basta con la experiencia para asegurar el aprendizaje, sino que éste debe estar íntimamente ligado a un proceso de reflexión personal, en el que se construyen significados a partir de experiencias vividas.[20] De ahí que sea tan importante que las personas a quienes se pretende formar, manifiesten sus conocimientos, valores propios, percepciones, fortalezas personales así como sus limitaciones, ya que todo en conjunto conforma los **saberes** que ya poseen. De ahí que sea tan importante cuidar tanto la forma como el fondo, para que las sesiones sean en la medida de lo posible, espacios informativos, pero también de sensibilización y

[20] Universidad de Jaen. (2010). El aprendizaje experiencial y las nuevas demandas formativas. *Revista de Antropología Experimental* (*nº 10, 2010, especial educación 8)*, pp. 89-102. Recuperado de http://revista.ujaen.es/huesped/rae/articulos2010/edu1008pdf.pdf[21] Fuentes y Covarrubias. Ibídem. Culturas familiares…, p. 32.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

reflexión con nueva información y contenidos que aporten y enriquezcan los saberes que ya traen las personas.

1.4.4 Formación en valores de la democracia.- Otro de los pilares del Modelo de formación del IECM, es la formación en valores de la democracia.[21] Los valores son el conjunto de apreciaciones y opciones que afectan la conducta y configuran y moldean tanto ideas como formas de pensar, así como los sentimientos de las personas. Se trata de habilidades que se desarrollan mediante la práctica. De modo que formar en valores de la democracia implica que las personas reconozcan los beneficios, perjuicios y efectos que provocan su adopción y práctica en la interacción con las otras personas, con la finalidad de que, de manera consciente y responsable, se opte por ellos para crear ambientes de convivencia sanos donde prevalezca el beneficio mutuo y común y no solo el propio.

En la medida que se desarrollen capacidades en las personas para ejercer los valores de la democracia, esto ayudará, junto con otros aspectos, a construir sociedades que convivan de manera más armónica, respetuosa y pacífica, donde las personas se puedan desarrollar humanamente, sobre todo en sociedades actuales que se caracterizan por estar más bien "deshumanizándose", sin tejido social, individualizadas y empobrecidas en diversos aspectos, lo que ha llevado a contextos sociales, económicos y políticos donde prevalece la inseguridad, la violencia y el miedo, por mencionar algunas problemáticas. Los **valores democráticos** son los siguientes:[22]

[21] Fuentes y Covarrubias. Ibídem. Culturas familiares…, p. 32.
[22] IEDF. Ibídem. *Culturas familiares*…, p. 34.[23] Asociación internacional de aprendizaje experiencial. Ibídem.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Diálogo.- Es el intercambio de opiniones y sentimientos de manera tranquila, respetuosa y pacífica para convivir y entenderse mutuamente.

Igualdad.- Implica reconocer y respetar el valor de las personas por ser seres humanos, reconociendo sus derechos humanos y dignidad sin discriminar.

Legalidad.- Es actuar conforme a las reglas y normas establecidas y en el marco de la ley, evitando así dañar a terceras personas y respetando sus derechos humanos y dignidad.

Participación.- Es la acción de tomar parte de algo, junto con más personas, para alcanzar un objetivo común.

Respeto.- Es un valor social en el trato entre las personas y que se muestra también ante situaciones y/o circunstancias; parte del reconocimiento de que todas las personas tienen los mismos derechos y dignidad, evitando causar daños o perjuicios.

Libertad.- Es la posibilidad de pensar, elegir, decidir y actuar sin presiones externas, siendo responsable de asumir las consecuencias y/o resultados para la misma persona y para las demás.

Pluralidad.- Es el reconocimiento e inclusión de las distintas formas de pensar, ser y actuar, lo que implica la tolerancia y el respeto y permite que las personas convivan mejor.

Responsabilidad.-Prever y asumir las consecuencias de los propios actos, para las demás personas y para el entorno. Cuando alguien es responsable se compromete con su decisión y comunidad.

Tolerancia.- Es cuando se tiene la disposición de respetar a quienes tienen formas de pensar, ser y actuar distintas a la propia, siempre y cuando estas personas no cuestionen y/o vulneren la dignidad de las otras personas.

Sin embargo, para ejercer los valores democráticos se requiere desarrollar diversas capacidades para la convivencia las cuales contribuyen a que las personas adquieran a su vez competencias cívicas. De modo que uno de los retos en los talleres a impartir, es generar procesos de formación creando espacios en donde las personas participantes se

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

auto reconozcan y reflexionen, al menos por un momento, sus propios valores, identifiquen aquellos que son democráticos y se sensibilicen en la importante función que éstos tienen para formar y ejercer ciudadanía activa, contribuyendo así a desarrollar y fortalecer competencias cívicas en ellas y ellos.

1.4.5 Lo lúdico como recurso didáctico del Modelo de formación del IECM

"*Puedes aprender más de un individuo, durante una hora de juego, que en un año de conversación*" Platón.[23]

El juego es un recurso que en sí mismo es grato y relajante para quien lo practica; es una actividad que crea reglas, permite la interacción e integración y ayuda a "romper el hielo" entre quienes lo llevan a cabo. Las actividades lúdicas son también una estrategia educativa que favorece el desarrollo intelectual y afectivo en un proceso de aprendizaje. Suele ser repetitivo, placentero y tiene diversas finalidades (fomentar la cooperación, el diálogo, el debate, etcétera); también es factor de socialización y motivación.

La función del juego en los talleres es estimular la identificación y aplicación de los contenidos que se trabajen, pero también ayudar a que las personas se puedan enfrentar a situaciones y ejemplos ficticios, pero que se refieren a situaciones de la vida real en las que se puede aplicar lo aprendido. De ahí que el juego facilite la interacción, relaje a las personas, pero también las coloque ante situaciones donde pueden aplicar, repasar, reflexionar y decidir tomando como referentes tanto los saberes propios como lo que se está aprendiendo. De manera que, al echar mano del recurso lúdico, se genera un proceso de formación vivencial y se explotan al máximo las experiencias de la vida, enriqueciendo el aprendizaje individual y colectivo.

1.4.6 Rol de las personas promotoras-facilitadoras ciudadanas

"El aprendizaje es experiencia, todo lo demás es información" Albert Einstein.

[23] Asociación internacional de aprendizaje experiencial. Ibídem.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

En el modelo de formación del IECM hay dos tipos de actores básicos: por un lado, están las personas participantes en los talleres y por el otro las personas promotoras-facilitadoras. Las personas promotoras-facilitadoras tienen la función de facilitar y motivar el intercambio de ideas, experiencias y reflexiones entre quienes asisten a tomar el taller. Facilitar significa hacer posible o más sencilla determinada tarea; de modo que la persona promotora-facilitadora es aquella quien posee determinadas aptitudes, principios, conocimientos y habilidades, que le permiten motivar procesos de información, sensibilización y formación en las personas y en los colectivos.[24]

Las personas promotoras-facilitadoras deben tener la capacidad de realizar el trabajo de guías, escuchar, identificar, reconocer los saberes de las personas participantes en los talleres, además de manejarse con respeto hacia ellas y aplicar los valores democráticos y fomentarlos durante el desarrollo del taller. Es decir, deben propiciar en cada taller un ambiente de respeto, pluralidad, tolerancia, diálogo y convivencia, donde se construya una cultura democrática.

En todos estos puntos, es muy importante tratar de aprovechar al máximo el tiempo con las personas participantes en los talleres e identificar hasta qué nivel se pretende incidir en ellas, clarificando ¿qué se va a transmitir? ¿cómo se va a hacer y con qué herramientas se cuenta? ¿a qué meta (s) de información, sensibilización y/o formación se aspira llegar?, y ¿durante cuánto tiempo se va a trabajar con ellas?, entre otros aspectos ya que, si la persona promotora-facilitadora tiene claro todo esto, será más realista y asertiva en su proceso de formación.

1.4.7 Enfoques transversales en el modelo de formación del IECM

Como se mencionó anteriormente, el modelo de formación del IECM incorpora cuatro enfoques de forma transversal a fin de que se visibilicen y se promuevan en el trabajo de información, sensibilización y formación que se lleve a cabo en los talleres.

[24] FAO y SADER. Ibídem. *Metodología…,*p.16.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Enfoque de derechos humanos[25]	Enfoque de género	Enfoque de inclusión	Enfoque medioambiental
Este enfoque busca que las personas estén informadas, conozcan y ejerzan sus derechos humanos en cualquier ámbito de su vida y promueve que el Estado sea garante de los derechos humanos, los respete y los cumpla. Cabe destacar que el ejercicio de todos los derechos humanos conlleva la responsabilidad de su ejercicio. Algunas de las obligaciones del Estado en materia de derechos humanos son: ● Promover los derechos humanos para fortalecer una cultura de derechos humanos en el quehacer cotidiano;	Género se refiere a las identidades socialmente construidas, los atributos y los roles asignados a mujeres y hombres. "Género" no equivale sólo a las "mujeres" sino que se atribuye a las diferencias sexuales que generan relaciones jerárquicas entre hombres y mujeres y a la distribución de facultades y derechos en favor del hombre y en detrimento de la mujer. [26] Visibiliza la desigualdad con base en el sexo de las personas. El enfoque de género busca: ● Reflexionar sobre las diferencias entre mujeres y	La inclusión es un proceso de identificación y comprensión de la diversidad en la sociedad que busca reducir las barreras que obstaculizan y discriminan el reconocimiento del "otro" y de su participación, lo que implica compartir las oportunidades y los bienes y servicios que están disponibles y que se generan en la sociedad. La inclusión demanda flexibilidad, hacer visibles la diferencias y asignar a cada persona lo que le corresponde, además de reconocer la pluralidad entre la población de atención prioritaria como pueden ser las niñas, niños, adolescentes, personas jóvenes, mujeres, personas que forman parte de la comunidad de lesbianas, gays, bisexuales, transexual, transgénero,	Promueve que las personas se sensibilicen y sean responsables del medioambiente y del entorno en donde viven. Procurando el desarrollo sostenible (es decir, la satisfacción de las necesidades de la generación presente sin comprometer los recursos de las generaciones futuras para satisfacer las necesidades propias).[28] Una persona que es responsable de su medioambiente: • Respeta y protege todas las formas de vida; • Reconoce y asume los impactos y costos ambientales de sus acciones y los de otras personas, en el desarrollo y bienestar actual y futuro;

[25] Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA). (24 de febrero 2020). *El enfoque basado en los derechos humanos*. UNFPA. https://www.unfpa.org/es/el-enfoque-basado-en-los-derechos-humanos.

[26] Naciones Unidas Derechos Humanos. Oficina del Alto Comisionado. (2017). *Los derechos de la mujer son derechos humanos*. ISBN 978-92-1-354131-9, p. 43. https://www.ohchr.org/Documents/Publications/HR-PUB-14-2_SP.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

● Respetar los límites del poder público frente a los derechos humanos de las personas y no impedir su goce; • Asegurar el pleno goce y ejercicio de los derechos humanos; ● Prevenir, investigar, sancionar y reparar las violaciones a los derechos humanos.	hombres, basadas en aspectos culturales (machismos, discriminación, etcétera); ● Visibilizar cómo es que las diferencias biológicas entre los sexos se convierten en desigualdades sociales, económicas, culturales, educativas, etcétera, que limitan el acceso equitativo entre mujeres y hombres, a los	travesti e intersexual (LGBTTTI+),[27] personas mayores, con discapacidad, indígenas, afromexicanas, migrantes y en situación de pobreza, entre otras. Este enfoque promueve la igualdad y acceso a las oportunidades disponibles o aquellas que se vayan a crear, considerando las características, condiciones y diferencias en la población perteneciente a alguno de los grupos de atención prioritaria, así como sus	• Valora los saberes ancestrales y locales que son expresiones de una mejor relación humano-naturaleza; • Trabaja por el bienestar y seguridad de las personas en el presente y futuro; • Impulsa acciones a favor del desarrollo sostenible, y • • Promueve la consciencia de que sin un medioambiente

[28] Brundtland, Gro. (2018). *SOCIEDAD Brundtland, ¿Dónde está nuestro futuro común?* United Explanations. https://www.unitedexplanations.org/2012/04/02/brundtland-donde-esta-nuestro-futuro-comun/.

[27] LGBTTTI+: Lesbiana: mujer que se siente atraída erótica, física, afectiva y sexualmente por mujeres. Es una expresión alternativa a "homosexual", que puede ser utilizada por las mujeres para enunciar o reivindicar su orientación sexual; Gay: hombre que se siente atraído -en los mismos términos mencionados recientemente- por otro hombre. Es una expresión alternativa a "homosexual" (de origen médico); Bisexual: capacidad de una persona de sentir atracción erótico-afectiva hacia hombres y mujeres por igual, más allá de que el género de la otra persona sea el mismo o no que el suyo; Transexual: personas que se sienten y se conciben a sí mismas como pertenecientes al género y al sexo opuestos a los que social y culturalmente se les asigna en función de su sexo de nacimiento, y que pueden optar por una intervención médica —hormonal, quirúrgica o ambas— para adecuar su apariencia física y corporalidad a su realidad psíquica, espiritual y social; Transgénero: este término –que incluye la subcategoría transexualidad y otras variaciones- es utilizado para describir las diferentes variantes de la identidad de género, cuyo común denominador es la no conformidad entre el sexo biológico de la persona y la identidad de género que ha sido tradicionalmente asignada a éste. Una persona trans puede construir su identidad de género independientemente de intervenciones quirúrgicas o tratamientos médicos; Travesti: aquellas personas que gustan de presentar de manera transitoria o duradera una apariencia opuesta a la del género que socialmente se asigna a su sexo de nacimiento, mediante la utilización de prendas de vestir, actitudes y comportamientos; Intersexual: se refiere a las situaciones en las que la anatomía o fisiología sexual de una persona no se ajusta completamente a los estándares definidos para los dos sexos que culturalmente han sido asignados como masculinos y femeninos, es decir que hay características sexuales innatas en las personas pero con variaciones intersexuales que podrían corresponder, en diferente grado, a ambos sexos. También existen otras identidades y orientaciones sexuales como son: Queer: aquellas personas que crean y manifiestan experiencias y expresiones alternativas más que una identidad fija; Asexual: personas que no sienten atracción sexual hacia otras personas pero sí se pueden relacionar afectivamente con ellas; y Pansexual: capacidad de una persona de sentir atracción -erótica, física, afectiva y sexual- hacia otra persona, con independencia del sexo, género, identidad de género, orientación sexual o roles sexuales, así como la capacidad de mantener relaciones íntimas y/o sexuales con ella. Además, se puede considerar cualquier otra disidencia que no sea aceptada por la heteronorma y el binarismo tradicional. CONAPRED. (2016). *Glosario de la diversidad sexual, de género y características sexuales*. Recuperado de http://sindis.conapred.org.mx/investigaciones/glosario-de-la-diversidad-sexual-de-genero-y-caracteristicas-sexuales y Comité Jurídico Interamericano. (2013). *Informe preliminar sobre el tema Orientación sexual, identidad de género y expresión de género*, p.12. Recuperado de http://www.oas.org/es/sla/cji/docs/cji_agenda_actual_Orientacion_Sexual.pdf.

● Garantizar los derechos humanos implica el deber de organizar el aparato gubernamental para que se puedan gozar y ejercer, plena y libremente estos derechos.	recursos económicos, políticos y culturales, e ● Identificar vías y alternativas para modificar la desigualdad de género y promover la igualdad jurídica y la equidad entre mujeres y hombres.	necesidades individuales y/o colectivas.	sano y equilibrado no es posible la vida.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

II. Acercándonos a la democracia

El propósito del taller "Democracia en el hogar" es el siguiente:

Objetivo general

Promover y sensibilizar en la importancia de practicar la democracia como una forma de vida, entre otros aspectos, y como una herramienta accesible e inmediata en cualquier ámbito de la vida como es el hogar, para contribuir a una convivencia pacífica, respetuosa e incluyente entre quienes los integran.

Objetivos específicos

- Dar a conocer en qué consiste el trabajo del IECM y específicamente el de educación cívica.
- Conocer y reconocer qué es la democracia, sus principios, su pertinencia y ventajas al practicarla, así como los espacios en dónde se puede ejercer.
- Realizar una mirada a las mujeres en los hogares, algunos factores estructurales desfavorables a sus condiciones de vida y aspectos que pueden contribuir a su empoderamiento.
- Reconocer la importancia de la práctica de la democracia en los hogares y algunos ejemplos al practicarla.

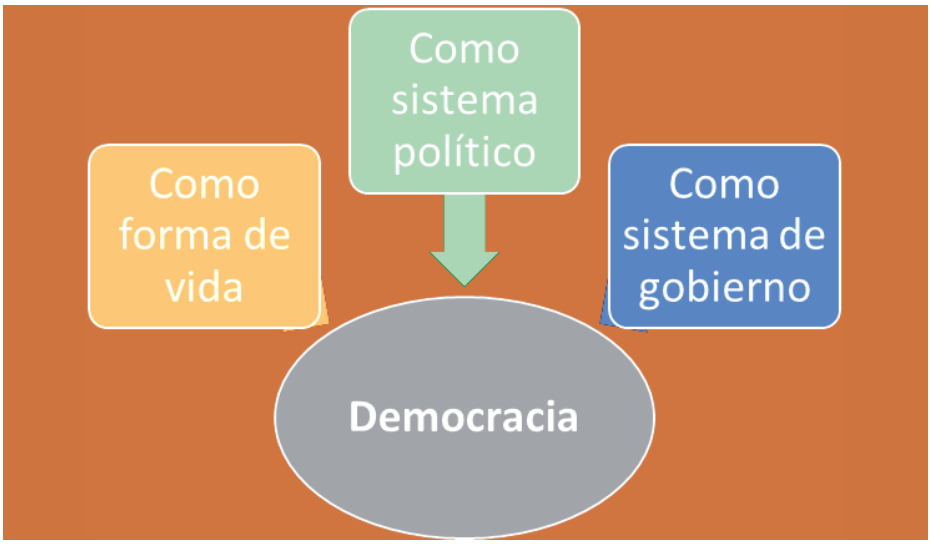
En este apartado se aborda qué es la democracia, sus principios y la pertinencia y ventajas al practicarla, así como los espacios en dónde se puede ejercer como es en el hogar.

2.1 ¿Qué es la democracia?

La educación en derechos humanos y la educación cívica fomentan la cultura y las prácticas democráticas, y promueven una cultura de paz.[29]

[29] Oficina del Alto Comisionado y del Secretario General. (2012). *Estudio sobre los problemas comunes a que se enfrentan los Estados en sus esfuerzos por garantizar la democracia y el estado de derecho desde una perspectiva de derechos humanos*. Informe de la Alta Comisionada de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos (A/HRC/22/29), p. 19. Recuperado de https://undocs.org/es/A/HRC/22/29

En este apartado se abordará qué es la democracia y tres formas en las que puede practicarse, las cuales coexisten de manera paralela:



Como ya se mencionó anteriormente, el IECM trabaja para promover la democracia no solo como un sistema político y de gobierno sino también como una a) **forma de vida** en la que se respeta y ejercen valores (como los revisados en la página 18) así como derechos humanos, lo que contribuye a crear ambientes de convivencia más favorables y menos conflictivos y/o adversos para las personas.

Uno de los aspectos más importantes en las democracias es que salvaguarden tanto la dignidad de las personas como el respeto por el ejercicio de sus derechos humanos, más allá de su condición económica, discapacidad, raza, género y/o creencias religiosas, entre otros aspectos; y no se puede concebir una democracia que atenta contra la dignidad de las personas y no vela por sus derechos humanos.

Por otro lado, la democracia es también un b) **sistema político** que se deposita en el pueblo (demos), quien es el que ejerce el gobierno (kratos). Esta dimensión refleja la característica fundamental de la democracia, es decir, el gobierno de la mayoría —a diferencia de sistemas no democráticos como la autocracia (el gobierno de una sola persona), la oligarquía (el gobierno de pocos) y la aristocracia (el gobierno de "los

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

mejores"). En realidad, en la democracia no debe existir el poder por encima del pueblo, sino que más bien el poder es detentado por la ciudadanía, de ahí que tanto sea legal y legítimo que prevalezca la voluntad popular y ésta sea soberana porque es "el gobierno del pueblo y por el pueblo".[30]

La democracia también es un c) **sistema de gobierno** que en el caso de México es representativo, republicano, democrático y laico en el que la ciudadanía tiene el derecho y el deber de participar en la resolución de problemas y temas de interés general, y en el mejoramiento de las normas que regulan las relaciones en la comunidad, a través de los mecanismos de democracia directa y participativa.

La democracia debe garantizar el derecho a votar en un sistema pluralista de partidos, conformar y formar parte de organizaciones políticas y a poder ser persona elegida en elecciones periódicas, auténticas, libres y limpias, realizadas por sufragio universal e igual donde el voto sea secreto y garantice la libre expresión de la voluntad de las y los electores, así como el respeto al Estado de derecho, la separación de poderes, la independencia del poder judicial, la transparencia y la rendición de cuentas en la administración pública y los procesos de adopción de decisiones y la existencia de medios de difusión libres, independientes y plurales.[31]

De ahí que la democracia y los derechos humanos tengan una relación de interdependencia que va más allá de que la primera no exista sin los segundos, ya que el goce y el ejercicio de los derechos humanos está vinculado a que se garanticen en un Estado de derecho, además de que si se viola ya sea a la democracia como a los derechos humanos, se ponen en riesgo ambos. Por tanto, la democracia debe garantizar el respeto de todos los derechos humanos y las libertades fundamentales como: la libertad de asociación y reunión pacífica, la libertad de expresión y opinión, de pensamiento, de

[30] Instituto Nacional Electoral (INE). (2019). *Principios y valores de la democracia*. Cuaderno de divulgación de la cultura democrática 1, p. 29. Disponible en https://www.ine.mx/wp-content/uploads/2020/02/cuaderno_01.pdf
[31] INE, Ibídem. Principios y valores…

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

conciencia, de religión o de creencias, el derecho en todas partes al reconocimiento de la personalidad jurídica y a participar en la dirección de los asuntos públicos, directamente o por medio de representantes políticos libremente elegidos.

La interdependencia entre la democracia y los derechos humanos se ha establecido en varios instrumentos internacionales de derechos humanos, como en el Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos y la Declaración Universal de Derechos Humanos, que dispone que: a) toda persona tiene derecho a participar en el gobierno de su país, directamente o por medio de representantes libremente escogidos; b) toda persona tiene el derecho de acceso, en condiciones de igualdad, a las funciones públicas de su país; c) la voluntad del pueblo es la base de la autoridad del poder público; esta voluntad se expresará mediante elecciones auténticas que habrán de celebrarse periódicamente, por sufragio universal e igual y por voto secreto u otro procedimiento equivalente que garantice la libertad del voto (art. 21).[32]

Para esto se requiere de la **institucionalidad**, es decir, crear, mantener y promover instituciones sólidas, transparentes, con funciones claras, con personas trabajadoras capacitadas para realizar sus funciones y sobre todo ser transparentes y que rindan cuentas a la ciudadanía. Además de la institucionalidad, para que sea posible la democracia se requiere de un sistema de pesos y contrapesos para proteger de la impunidad, la corrupción y el abuso de poder en el marco de un **Estado de derecho**.

Por Estado de derecho se entiende…

> *un principio de gobernanza en el que todas las personas, instituciones y entidades, públicas y privadas, incluido el propio Estado, están sometidas a leyes que se promulgan públicamente, se hacen cumplir por igual y se aplican con independencia, además de ser compatibles con las normas y los principios internacionales de derechos humanos. Asimismo, exige que se adopten medidas*

[32] INE, Ibídem. Principios y valores…, p.8.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

para garantizar el respeto de los principios de primacía de la ley, igualdad ante la ley, separación de poderes, participación en la adopción de decisiones, legalidad, no arbitrariedad, y transparencia procesal y legal».[33]

De modo que en un estado de derecho si alguna institución no está aplicando correctamente la ley, está haciendo procedimientos que no le corresponden, lo está haciendo erróneamente y/o violentando los derechos humanos de las personas, grupo de personas y/o afectando a otra (s) institución o pública o privada, se debe velar por su correcto y adecuado desempeño, conforme a la ley; por eso se habla de la importancia de crear un sistema de pesos y contrapesos, ya que cuando éste fracasa y se vulnera, la democracia puede dejar de funcionar; algunas causas de esto son:[34]

- Cuando se violan y vulneran los derechos humanos y las libertades de las personas;
- Se traspasan los límites de la participación ciudadana;
- Existe poca o nula libertad de expresión;
- Existe una falta de políticas efectivas de empoderamiento y acceso a la justicia;
- Se usurpa el poder y/o se dan gobiernos inconstitucionales que se pueden convertir en dictaduras;
- Existen problemas políticos y de seguridad nacional cuando existen gobiernos autocráticos y dictatoriales y/o existen grupos armados, guerrillas, delincuenciales que crean territorios de ingobernabilidad donde el Estado no puede acceder y están bajo su control, generando también inseguridad pública en la población;
- Existen problemas sociales y económicos como la pobreza y la marginación las cuales impiden el desarrollo humano de las personas, así como el debilitamiento del tejido social, además de la corrupción y la impunidad. Todo esto puede provocar que las personas dejen de creer en la democracia y se conformen con sistemas de gobierno mediocres y/o prefieran otros sistemas de gobierno;

[33] Naciones Unidas. *¿Qué es el estado de derecho?* NY. EEUU. https://www.un.org/ruleoflaw/es/what-is-the-rule-of-law/
[34] Oficina del Alto Comisionado y del Secretario General. (2012). Ibídem, *Estudio…,* pp. 9 y 10.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

- Cuando no son posibles las alternancias pacíficas y legítimas del poder político y se instauran gobiernos no legítimos, por la fuerza y que abusan del poder que les ha sido delegado por quienes gobiernan.

De ahí que sea tan importante hablar de gobernabilidad, porque el ejercicio de poder de la ciudadanía delegado en las personas que les gobiernan pasa por un acuerdo y un equilibrio que es corresponsabilidad de ambos mantenerlo. Por tanto, se puede establecer que la democracia se da en la medida en que:

a) Las personas y las instituciones actúan conforme el ejercicio de valores y derechos humanos, se promueve su conocimiento y respeto;
b) Se mantiene un estado de derecho donde las instituciones funcionan con un sistema de pesos y contrapesos y se crean condiciones de paz y seguridad tanto pública como privada, donde las personas se sienten seguras, acceden y ejercen sus derechos humanos, los cuales son respetados de forma igualitaria sin distinción de raza, sexo, edad, orientación sexual,[35] personas con discapacidad, afrodescendientes, etcétera; y
c) Se cuenta con las mismas oportunidades más allá de que sean hombres o mujeres, y tienen la posibilidad de acceder a la educación, al trabajo digno, a obtener ingresos suficientes y a vivir en un ambiente sano y equilibrado, por mencionar algunos aspectos, entonces tienen la posibilidad de desarrollarse de forma integral.

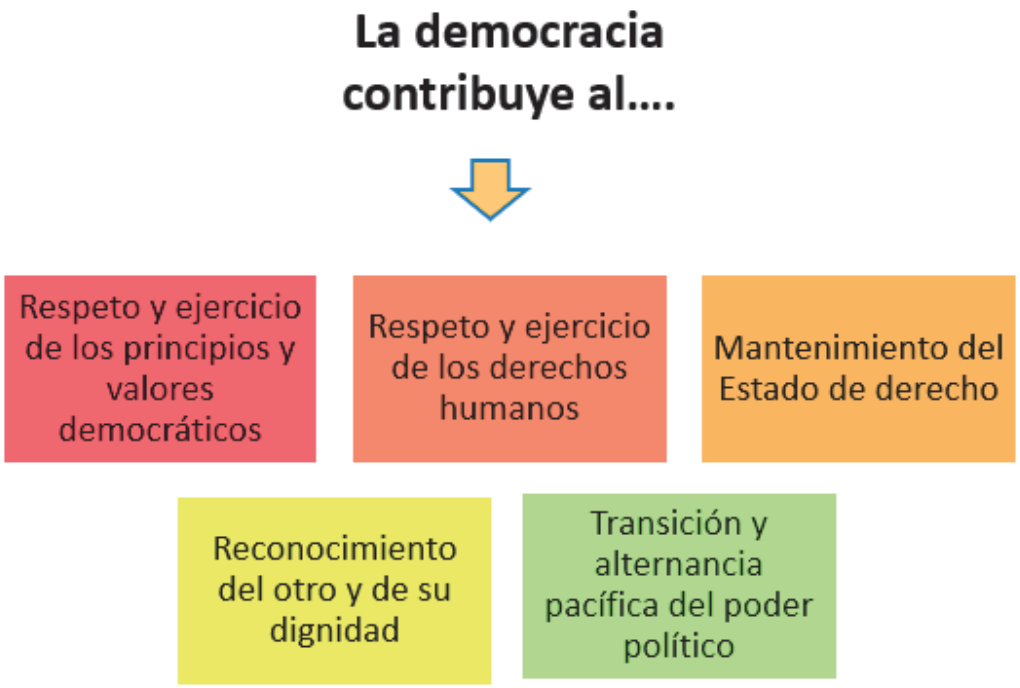
Por ello, la democracia es tan importante e indispensable puesto que si existe y funciona adecuadamente en sus tres ámbitos como: forma de vida, sistema político y de gobierno, entonces puede contribuir de manera conjunta, al desarrollo integral (conformado por el

[35] La orientación sexual se refiere a la capacidad de cada persona de sentir una profunda atracción emocional, afectiva y sexual por otras personas de diferente sexo/género o del mismo sexo/género o más de un sexo/género, y de entablar relaciones íntimas y sexuales con ellas. Básicamente hay tres orientaciones sexuales predominantes: hacia el mismo sexo/género (homosexualidad), hacia el sexo/género opuesto (heterosexualidad) o hacia ambos sexos/géneros (bisexualidad). ONU Mujeres. *Profundicemos en términos de género. Guía de terminología del lenguaje no sexista para periodistas y comunicadoras y comunicadores*, p.54. Recuperado de file:///C:/Users/Usuario/AppData/Local/Temp/Guia-lenguaje-no-sexista_onumujeres.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

desarrollo humano, social, económico, cultural, político y medioambiental) de las personas, las sociedades y de los entornos donde viven.

A partir de esto se puede establecer que:



Fuente: elaboración propia con base en Naciones Unidas, Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD) e Institute for Democracy and Electoral Assistance (IDEA). (2013). *Democracia y desarrollo: El rol de las Naciones Unidas*, p. 20. Recuperado de https://www.idea.int/sites/default/files/publications/democracia-y-desarollo.pdf

Ahora bien, la democracia tiene principios que son sus referentes y que la orientan en su actuar, enseguida, se ve cuáles son.

2.2 Principios de la democracia[36]

La democracia tiene principios los cuales son sus puntos de partida, reglas que la rigen y orientan y que, si no se cumplen, deja de ser lo que es y lograr su propósito. Algunos de estos principios son:

[36] Instituto Nacional Electoral (INE). Ibídem. *Principios…,* p. 34-36.
Sandi C. (9 junio 2013). La democracia. Principios. https://es.slideshare.net/CarlomagnoSandi/principios-de-la-democracia. La democracia. Democracia e igualdad. (16 abril 2020). [Mensaje en un blog]. Recuperado de http://recursostic.educacion.es/secundaria/edad/4esoetica/quincena7/quincena7_contenidos_1c.htm y Dahl, R. *¿Qué es la democracia?* Recuperado de https://webs.ucm.es/info/cpuno/asoc/profesores/lecturas/dahl.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

El principio de la mayoría y la defensa de los derechos de las minorías: implica un sano equilibrio entre el respeto a las opiniones y toma de decisiones de la mayoría sin dejar de ver y tomar en cuenta a las minorías, garantizando su inclusión y su representación, tratando de evitar "la dictadura de las mayorías". Las opiniones de las minorías valen dado que también gozan de los mismos derechos como el resto, por lo que se les debe tomar en cuenta (mediante el diálogo y la toma de acuerdos) y evitar marginarles o discriminarles por el hecho de serlo.	**Principio de la representación política democrática:** en las democracias modernas no se puede ejercer el poder directamente, debido a que es casi imposible por la cantidad de personas a quienes hay que gobernar, sin embargo, el poder delegado por parte de las personas gobernadas en quienes les representan políticamente, no se pierde sólo se les transfiere y deben ser consultadas mediante instrumentos como la revocación del mandato, el referéndum y/o el plebiscito, entre otros.[37]	**La igualdad política de la democracia:** por igualdad política se entiende que toda la ciudadanía es igual ante la ley (isonomía); tiene el mismo derecho a participar en los asuntos públicos (isegoría); tiene originariamente o "por naturaleza", el mismo poder (isocratía) e igual derecho a expresar libremente su opinión y su parecer (parrhesía).
Control social: todas aquellas personas, sean representantes políticos y gobernantes, deben ejercer gobiernos transparentes, legítimos y hacer rendición de cuentas ante quienes representan. Por tanto, es indispensable crear mecanismos para ello y así evitar abusos de poder, corrupción y gobiernos ilegítimos.	**Separación de poderes:** es la creación, separación e independencia de los poderes públicos entre los que se encuentran: el poder Ejecutivo (presidente), el poder legislativo (diputadas y diputados y senadoras y senadores) y el judicial. Además, están los partidos políticos los cuales deben garantizar la libertad de organizarse y conformar agrupaciones políticas y participar libremente en ellas.	**Elecciones libres, periódicas y auténticas:** se debe garantizar la organización y celebración de elecciones para que se pueda ejercer el sufragio universal y secreto, donde la ciudadanía pueda participar y que sus decisiones valgan por igual; que se realicen elecciones transparentes y se realicen de forma periódica, organizadas de preferencia por entidades independientes y autónomas a los gobiernos.

[37] Para mayor información ver el material del taller "Ciudadanía y mujeres en la Ciudad de México" en el cual se dan a conocer los instrumentos de participación ciudadana establecidos en la Ley de Participación Ciudadana de la Ciudad de México.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Libertad de expresión: Deben ser sociedades en donde existe y se respeta la libertad de las expresiones y opiniones de las personas, grupos, organizaciones e instituciones públicas y privadas, así como de los medios de información y comunicación, salvaguardando a las personas que trabajan para ellos (como periodistas, reporteras y reporteros, defensoras y defensores de causas específicas, etcétera), su trabajo e integridad.	**Respeto a los derechos humanos:** Se debe promover que las personas conozcan sus derechos humanos y los ejerzan en cualquier ámbito además de que el Estado sea el principal promotor, protector y garante del respeto y ejercicio de los derechos humanos -sus instituciones y su personal-, evitando violentarlos.	**Creación de mecanismos de incidencia y participación ciudadana:** Es necesario que en las democracias existan mecanismos legales y legítimos que velen por quienes detentan el poder, es decir las y los ciudadanos; por tanto, se requieren mecanismos permanentes, accesibles y que garanticen que la voluntad popular, las decisiones y expresiones se expresen libremente y sean respetadas por los gobiernos.

Autonomía de las asociaciones: la ciudadanía tiene derecho a constituir asociaciones u organizaciones independientes y autónomas, incluyendo partidos políticos y grupos de interés en diversos temas.

También tiene valores como los vistos en la página 18. Ahora que se han revisado los principios de la democracia, se presentan algunas ventajas y retos al practicarla.

2.3 Ventajas y retos al practicar la democracia

«*La igualdad de género, las políticas feministas, los derechos de las mujeres, el empoderamiento de la mujer […] solo han tenido apoyo en democracia, sólo cuando se han basado en la lucha por la transformación social y por el cambio en el pacto social*. [38]

[38] *Democracia y desarrollo: El rol de las Naciones Unidas,* p. 24. Recuperado de https://www.idea.int/sites/default/files/publications/democracia-y-desarollo.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Una de las formas en las que se puede identificar los aportes que alguien más o algo genera en la vida de una persona, es mediante los beneficios, ventajas y los retos que le representa, además de si esa persona o ese algo le motiva a generar cambios positivos en su vida.

La democracia es ese "algo" que genera ventajas y retos al practicarla en la vida de las personas:

Algunas de las **ventajas** de la democracia son:

a) Contribuye a crear condiciones para la gobernabilidad en las sociedades entendiendo por ésta un estado de equilibrio dinámico entre el nivel de las demandas de la sociedad y la capacidad del sistema político (Estado/gobierno) para responderlas de manera legítima y eficaz. La gobernabilidad se manifiesta en: i. La capacidad del mantenimiento del orden y la ley; ii. La capacidad del gobierno para una gestión eficaz de la economía; iii. La capacidad del gobierno para promover el bienestar social e, iiii. El control del orden político y la estabilidad institucional ya que un déficit de gobernabilidad se manifiesta cuando existe discrepancia, es decir, falta de acuerdos entre las demandas de las personas, grupos, organizaciones e instituciones tanto públicas como privadas en la sociedad, frente a las respuestas, decisiones y acciones de su gobierno.[39]
b) Promueve la inclusión de todas las personas, sin distinción de clase social, raza, religión, características físicas y orientaciones sexuales, entre otros.
c) Promueve el conocimiento, apropiación, respeto y ejercicio de los derechos humanos de todas y todos sin distinción de nadie.

[39] Mayorga, F. (2007). *Gobernabilidad y gobernanza en América Latina*. Institut de Recherche et Débat sur la Gouvernance. http://www.institut-gouvernance.org/es/analyse/fiche-analyse-334.html.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

d) Contribuye a crear condiciones de paz y convivencia más armónica en la medida que promueve valores democráticos y derechos humanos, y que éstos son respetados y ejercidos en cualquier ámbito de la vida, ya sea en la familia, con la pareja, en la escuela y el trabajo, etcétera.
e) El que la democracia contribuya al ejercicio y respeto de los derechos humanos de las personas, ayuda a que se demande legítimamente el cumplimiento de estos derechos frente a los gobiernos electos y se promueva el desarrollo humano de las personas.
f) Las democracias ofrecen la posibilidad de que las personas accedan a ejercer el poder público y político de forma legítima y abierta a todas las personas para hacer gobierno.

Algunos de los **retos** de la democracia son:[40]

a) Requiere que se respete lo que las mayorías opinan y deciden, lo que puede resultar discriminatorio o visto como imposición para quien no forma parte de las mayorías, de ahí que sea tan importante el diálogo, la toma de acuerdos por consenso y el disenso, es decir, el desacuerdo, y reconocer a las minorías, así como respetar su dignidad y derechos humanos, tratando de encontrar sanos equilibrios y visiones incluyentes para que no se creen "dictaduras".
b) En ocasiones puede percibirse costosa la inversión en la creación, manutención y ejercicio de los instrumentos y mecanismos de participación ciudadana, así como el ejercicio del sufragio universal.
c) En países con elevada densidad demográfica es difícil que impere o se establezca la democracia directa, lo que obliga a crear sistemas de representación política con gobiernos que en ocasiones, son corruptos, poco transparentes y se vuelven ilegítimos, lo que afecta la credibilidad y desvirtúa a la democracia.
d) El tener sistemas políticos representativos en ocasiones genera que las personas gobernadas deleguen e incluso casi se olviden, que ellos son quienes detentan el

[40] Dahl, R. *¿Qué es la democracia?* Ibídem.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

poder, ejerciendo ciudadanías muy débiles ante sus gobiernos, permitiendo abusos de poder.

e) La democracia demanda que la ciudadanía esté formada e informada, que sea activa y exija buenos gobiernos, sin embargo, en algunos países menos desarrollados y/o emergentes como México, esto no sucede y pueden existir ciudadanías débiles, poco empoderadas y desinformadas frente a sus gobiernos los cuales pueden ser corruptos, ineficaces y hasta autoritarios en su quehacer.

f) La libertad de expresión en las democracias permite que exista una variedad de voces y puntos de vista polarizados y divergentes, lo que en ocasiones puede complejizar la toma de decisiones para hacer gobierno.

g) La democracia demanda formación y educación cívica desde los niveles básicos para contribuir a que se forme una ciudadanía de calidad con gobiernos y sociedades que posean y ejerzan valores y derechos humanos, sin embargo, cuando este tipo de educación no se da, por diversas causas, se crean sociedades carentes de tejido social y civilidad.

Concretamente, el Estado Mexicano es el **GARANTE DE LOS DERECHOS CIVILES Y POLÍTICOS** y **SÓLO EL ESTADO PUEDE VIOLAR EL RESPETO A ESTOS DERECHOS**. Cuando una persona falta a alguno de estos derechos y afecta y/o agrede a otra persona, no se dice que comete "violación de derechos humanos" sino que se trata de un delito.[41]

Una vez que se han abordado algunas de las ventajas y los retos que trae la práctica de la democracia, se abordará el ejercicio del poder, ya que este ejercicio no sólo se refiere al

[41] Huhle, R. (Diciembre 2021) *La violación de los derechos humanos ¿privilegio de los estados?* Recuperado de http://www.derechos.org/koaga/iv/1/huhle.html.
En junio de 2011 se publicaron diversas reformas a la Constitución mexicana (entre ellas al Artículo 1º constitucional) estableciendo lo siguiente: En los Estados Unidos Mexicanos todas las personas gozarán de los derechos humanos reconocidos en esta Constitución y en los tratados internacionales de los que el Estado mexicano sea parte, así como de las garantías para su protección, cuyo ejercicio no podrá restringirse ni suspenderse, salvo en los casos y bajo las condiciones que esta Constitución establece. Las normas relativas a los derechos humanos se interpretarán de conformidad con esta Constitución y con los tratados internacionales de la materia favoreciendo en todo tiempo a las personas la protección más amplia. Todas las autoridades, en el ámbito de sus competencias, tienen la obligación de promover, respetar, proteger y garantizar los derechos humanos de conformidad con los principios de universalidad, interdependencia, indivisibilidad y progresividad. En consecuencia, el Estado deberá prevenir, investigar, sancionar y reparar las violaciones a los derechos humanos, en los términos que establezca la ley. Senado de la República. *La reforma constitucional sobre derechos humanos. Una guía conceptual*. Instituto Belisario Domínguez, p. 15. Recuperado de https://www.corteidh.or.cr/tablas/r33063.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

poder político de las personas quienes gobiernan, sino al poder que es detentado por la ciudadanía y que en ocasiones no es consciente de ello.

Hasta ahora se ha establecido que la democracia es una forma de vida en la que se ejercen valores y derechos humanos, así como el poder y que se tiene la posibilidad de crear, elegir y decidir vivir con esos valores y derechos, entonces cada persona también puede optar por la actitud con la que vive y enfrenta la vida también. De modo que una persona puede crear en sus ámbitos de vida íntimos y personales, ambientes favorables y armónicos practicando la democracia y ejerciendo su poder de forma responsable, pero también puede crear ambientes antidemocráticos, autoritarios, violentos y/o discriminatorios; de ahí la importancia de ser consciente de ello y revisar de forma individual, en pareja, en familia y/o con las personas con las que se convive cotidianamente según sea en caso, la manera de pensar, actitudes y comportamientos que se manifiestan en el día a día. Enseguida se aborda en qué espacios se puede practicar la democracia.

2.4 ¿En dónde se puede practicar la democracia?

La democracia sigue siendo el régimen que mejor servicio presta al desarrollo, puesto que establece un enlace político entre los ciudadanos y los responsables de las políticas que hace que estos últimos actúen de conformidad con el interés general o, al menos, con el de la mayoría». Claude Heller, Ex Representante Permanente de México ante las Naciones Unidas, 2007-2011.[42]

Como se mencionó anteriormente, la democracia se puede practicar en cualquier ámbito de la vida al ser una forma de vida, lo que significa que puede estar presente en la manera en la que las personas se relacionan, en las formas de pensar, de ser, en las actitudes y en los comportamientos. No se requiere tener un cargo político o trabajar como persona servidora pública en el gobierno, para decir que sólo en estos casos se practica la democracia, ni tampoco es requisito tener una profesión ni mucho o poco dinero, depende más bien, de apropiarse de valores y derechos humanos y de la forma

[42] *Democracia y desarrollo: El rol de las Naciones Unidas*. Ibídem, p. 20.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

en la que cada persona decide relacionarse con las otras, creando así ambientes democráticos o antidemocráticos.

Enseguida se mencionan algunos de los distintos ámbitos en los que se puede practicar la democracia:

Fuente: elaboración propia.

Democracia en el **hogar** se puede practicar cuando se distribuyen las tareas entre las personas que lo habitan, ya sean mujeres u hombres, más allá del vínculo familiar y de su género; lo importante es la participación en el mantenimiento, limpieza y orden del hogar, evitando que se le dejen las tareas a una sola persona y/o a las mujeres por el simple hecho de serlo.

Democracia en las relaciones de **pareja** se da cuando se ejercen y respetan los valores y derechos humanos y se crean relaciones sanas y equilibradas que contribuyen al bienestar y crecimiento mutuo de las partes que la integran; por lo que no solo basta con que exista el "amor" y el enamoramiento, sino que haya también respeto mutuo y un trato digno, evitando relaciones destructivas y violentas.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Democracia en el **trabajo** es posible cuando se respetan los puntos de vista de todas las personas y se aplican los valores democráticos en la convivencia cotidiana y se crea un ambiente laboral agradable y respetuoso; cuando se garantizan las mismas oportunidades entre mujeres y hombres y se respetan sus derechos laborales por igual (como el derecho a la maternidad y/o a ganar lo mismo cuando se tiene el mismo cargo.

Democracia en la **escuela** se practica cuando se llevan a cabo elecciones de representantes de grupo y/o estudiantiles; cuando no se comete *bullying* y se respetan las opiniones y puntos de vista de las demás personas. O bien, cuando se es responsable del acceso a la educación sin desperdiciar el tiempo al no estudiar o reprobar.

Democracia en la **sociedad** se da cuando se participa en las elecciones o en los procesos de participación ciudadana, ejerciendo una ciudadanía activa, evitando la indiferencia y/o la apatía ante los problemas públicos y la toma de decisiones que afectan a todas y todos. Cuando se exige que los gobiernos sean eficientes, transparentes y rindan cuentas evitando que se haga un abuso de poder y/o actos de corrupción que queden en la impunidad.

Democracia en la **sexualidad** se practica cuando una persona ejerce su sexualidad (actividad sexual, orientación de género y reproducción, entre otros),

Democracia con **las vecinas y los vecinos** se practica cuando se organizan las personas para las mejoras de la colonia; cuando se es corresponsable de la seguridad pública; cuando intercedo frente a actos que vulneran la seguridad de las otras personas y la propia y no solo me preocupo por lo que pasa en mi casa , etcétera.

Democracia con **las amistades** se da cuando se practica el diálogo, se tolera y reconoce la pluralidad de ideas, de formas de ser y pensar y se respetan las distintas formas de ser y actuar de cada persona, sin imponer los propios puntos de vista o pretender que sean como una o uno quiere que sean.

Democracia en el **entorno** donde se vive se practica cuando se mantiene una relación de cuidado y respeto por el medioambiente, cuando no se contaminan los parques, jardines, áreas naturales, bosques, ríos, lagos, mares, barrancas y/o cañadas. Cuando no se maltrata a los animales, mascotas y se respeta su vida; cuando se tiene conciencia de que los recursos naturales y la tierra en general, tienen un periodo de vida limitado y se deben cuidar y conservar de forma sostenible sin comprometer los recursos de las futuras generaciones.

Democracia en las **masculinidades** se practica cuando un varón y/o una persona que se identifica con el género masculino, reconoce y ejerce tanto los

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

con libertad, responsabilidad y en plenitud de sus derechos sexuales y reproductivos. Por ejemplo, cuando una persona decide manifestar abiertamente su orientación sexual, no debe ser mal vista, rechazada ni discriminada.

valores democráticos como sus derechos humanos y trata a las otras personas con dignidad y respeto y está abierta a asumir y realizar actividades, actitudes y responsabilidades más allá de estereotipos y roles de género sobre cómo "debe" ser y lo que "debe" hacer o no un hombre. Además, de que toma consciencia, evita y se hace responsable del ejercicio de poder desigual y de la violencia que se puede ejercer por parte del género masculino -al ser el poder hegemónico- sobre todo en sociedades machistas y patriarcales. Por ejemplo, cuando un varón asume de forma corresponsable la crianza de sus hijas e hijos y el cuidado de su hogar sin sentir "amenazada" su masculinidad.

Como se puede ver, la democracia es dinámica y se puede practicar en cualquiera de estos ámbitos recién mencionados, uno de ellos el hogar, pero además es una herramienta valiosa que puede ayudar a construir, fortalecer y mejorar relaciones incluyentes y empáticas con las otras personas que les dignifiquen y reconozcan tanto su propia persona como sus derechos humanos. Por ejemplo, cuando un hombre realiza diversas acciones en su hogar para mantenerlo limpio y cuida y atiende a sus hijas e hijos, junto con su pareja, no por ello es "más o menos hombre".

En seguida se realiza una mirada a las mujeres en los hogares, algunos factores estructurales desfavorables a sus condiciones de vida, así como algunos aspectos que pueden contribuir a su empoderamiento, además de la importancia de la práctica de la democracia en los hogares y algunos ejemplos al practicarla.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

III. Democracia en el hogar

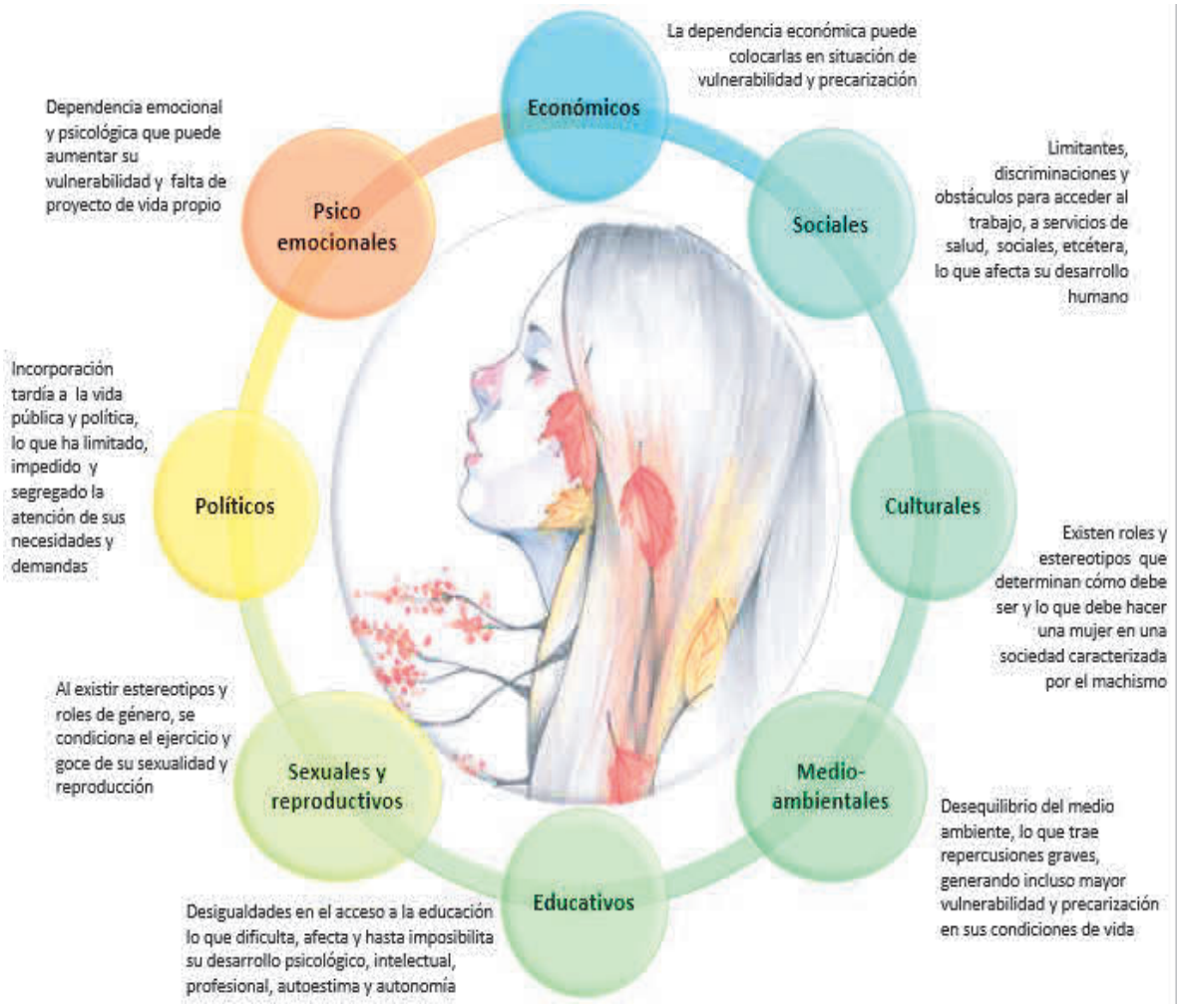
En ocasiones puede resultar extraño pensar que la democracia se pueda practicar en el hogar, ya que se suele pensar que es algo externo que se practica cuando las personas acuden a votar o ejercen cargos políticos. Sin embargo, la democracia se puede practicar en un espacio tan próximo y privado como es el hogar. El hogar es el espacio íntimo en el que las personas habitan, más allá de que vivan o no con sus familias. Es el lugar de resguardo en el que la persona vive, convive y crea su propio espacio ya sea con su familia, su pareja, con amistades o personas conocidas, etcétera.[43] Lo cierto es que la democracia es una herramienta próxima a cada persona en tanto que se trata de una forma de vida en la cual se ejercen valores y derechos humanos y que está al alcance de todas y todos.

En seguida se presenta una mirada a las mujeres en el hogar identificando algunos factores estructurales que desfavorecen a sus condiciones de vida, los derechos humanos de las mujeres, la importancia del empoderamiento, así como algunos aspectos que pueden contribuir a lograrlo y fortalecerlo y, finalmente, la pertinencia de practicar la democracia en el hogar junto con algunos ejemplos de ello.

3.1 Una mirada a las mujeres en el espacio hogar

Es importante realizar una mirada a la situación que viven las mujeres en los hogares porque es un ámbito en el cual pueden surgir las primeras condiciones de vida desfavorables para su desarrollo y bienestar. Algunos factores estructurales desfavorables que crean condiciones de vida vulnerables en las mujeres en los hogares son:

[43] Pérez y Gardey. (2019). Definición de hogar. Definición.De https://definicion.de/hogar/



Fuente: elaboración propia con base en Organización Panamericana de la Salud (OPS) y Organización Mundial de la Salud (OMS). (2019). *Masculinidades y salud en las Américas,* pp.7-16. Recuperado de https://www.paho.org/es/publicaciones/masculinidades-salud-region-americas.

Como se puede ver, las condiciones de vida de las mujeres se ven determinadas por estos y otros factores estructurales, que no sólo atañen al ámbito hogar, sino que están correlacionados con otros espacios como puede ser el educativo, cultural y político, por mencionar algunos. Aunado a estos, otros aspectos y con un peso significativo en los hogares y que pueden llegar a afectar a las mujeres e incrementar las brechas de género[44] son:

[44] Brecha de género se refiere a la distancia que existe y persiste entre mujeres y hombres para el acceso, participación, asignación, uso, control y calidad de recursos, servicios, oportunidades y beneficios que contribuyen al desarrollo de las personas en todos los ámbitos de la vida como es el social, económico, educativo, político, cultural, de salud y/o tecnológico. Gobierno de Estado de Durango y otras instituciones. Diagnóstico de brechas de desigualdad de género del sector social del Estado de Durango, p. 18. Recuperado de http://cedoc.inmujeres.gob.mx/ftpg/Durango/dgometa3.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

a) La cultura machista caracterizada por actitudes, comportamientos y ejercicio de poder desigual, basados en la supremacía masculina, en la discriminación hacia la mujer y en la misoginia (aversión hacia las mujeres) así como hacia otras orientaciones sexuales.

b) Los roles de género[45] entendidos como las normas sociales y de conducta que, dentro de una cultura específica, son ampliamente aceptadas y socialmente apropiadas para las personas de un sexo específico. Suelen determinar las responsabilidades y tareas tradicionalmente asignadas a hombres, mujeres, niños y niñas. Los roles de género están condicionados por la estructura del hogar, el acceso a los recursos, los impactos específicos de la economía mundial y a situaciones de conflicto o desastre, entre otros factores relevantes como las condiciones ecológicas.

   Precisamente estos roles "han predeterminado" que las mujeres históricamente hayan sido las "amas de casa", las madres y esposas, las cuidadoras, las que educan, etcétera, asignándoles fuertes cargas de trabajo, incluso dobles o hasta triples dado que salen a trabajar fuera del hogar aunado al que realizan en sus hogares, pero sin ser reconocidas, valoradas, ni recibir pago alguno o no son justos.

c) El ejercicio de poder el cual se ejerce de distintas maneras y con distintas intenciones, creando ambientes y relaciones más o menos sanas, equilibradas y democráticas, donde quienes integran el hogar pueden sentirse personas reconocidas, valoradas y se desarrollan humanamente o, por el contrario, se crean ambientes violentos, discriminatorios, con sumisión y vejaciones hacia ciertas personas integrantes, como sucede con las mujeres.

[45] ONU Mujeres. Ibídem. *Profundicemos en términos…*,p.63.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

d) Condiciones de igualdad y/o desigualdad por el género: Por igualdad de género[46] se entiende la igualdad que existe en los derechos humanos, responsabilidades y oportunidades de las personas, que va más allá de su sexo, e implica el reconocimiento a la diversidad de sus intereses, necesidades y prioridades. De modo que en los hogares pueden presentarse condiciones tanto de igualdad como de desigualdad por la razón del género, que pueden beneficiar o perjudicar a las mujeres de forma determinante y colocarlas en situación de vulnerabilidad, discriminación, violencia y precariedad.

De ahí que sea tan importante hablar del **empoderamiento** de las mujeres en el espacio hogar.[47] Por empoderamiento se entiende el proceso y el resultado del ejercicio de poder igualitario y el control de las personas sobre sus propias vidas; implica la concientización, el desarrollo de la autoestima, el logro de la autonomía física, económica y psicoemocional; tener acceso y control de los recursos materiales, económicos, educativos, técnicos y tecnológicos; tener acceso y la propiedad de recursos y medios productivos como la tierra; la posibilidad de desarrollar capacidades económicas, educativas, en salud, políticas y culturales que contribuyan al desarrollo humano de las personas y en igualdad de condiciones que el resto, además de contar con la información, conocimientos para la apropiación y el ejercicio de los derechos humanos y el acceso y condiciones propicias y favorables tanto jurídicas, institucionales como programáticas, para prevenir, limitar, denunciar, sancionar y reparar el daño, ante situaciones de agravio, violencia y/o discriminación.

En este sentido, cabe destacar los derechos humanos de las mujeres:[48]

[46] ONU Mujeres. Ibídem. *Profundicemos en términos de*.., p.46

[47] ONU Mujeres. Ibídem. *Profundicemos en términos de*.., pp. 33-34.

[48] INMUJERES. (2002). Derechos humanos de las mujeres. Recuperado de http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/100850.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Estos derechos al igual que muchos otros son muy importantes y se deben conocer, reconocer y ejercerse en cualquier ámbito de la vida, incluso en el hogar, lo importante es tener presente que todos los derechos siempre van acompañados de la responsabilidad en su ejercicio. (Para mayor información en torno a otros derechos humanos, entre ellos los civiles y políticos y los sexuales y reproductivos, se pueden consultar los talleres Taller 1 y 5 que abordan estos derechos).

Los procesos de empoderamiento de las mujeres en los hogares implican algunos aspectos que se deben promover, trabajar y fortalecer tanto en las mismas mujeres como en la sociedad, a fin de tomar conciencia y ser corresponsables de que se logren o no cambios favorables en sus condiciones de vida, sobre todo en espacios tan íntimos como son los hogares donde también se cometen injusticias, atropellos, abusos y violaciones a sus derechos humanos y a su persona. Algunos de estos aspectos son: [49]

a) Trabajar en la autoestima y en el auto reconocimiento como personas sujetas de derechos. (Más información ver el Taller 2. Democracia y ciudadanía de las mujeres, en el cual se abordan ambos aspectos).

b) Procurar la mejor distribución de las tareas del hogar y del cuidado de las personas integrantes de la familia y/o dependientes: las mujeres se ocupan tres veces más del trabajo doméstico y del cuidado no remunerado que los hombres, lo que aumenta significativamente sus cargas de trabajo, les resta tiempo para que ellas vean por sí mismas, las vulnera económicamente al no disponer del tiempo ni de las condiciones favorables para que tengan un trabajo propio y remunerado, atiendan aspectos personales como continuar su formación académica, disfrutar de actividades de ocio, deportivas y/o de esparcimiento que contribuyan a tener y mantener una adecuada calidad de vida.

c) Observar, evitar y denunciar cualquier comportamiento y actitudes inadecuadas que atenten contra la dignidad y el respeto de sí mismas y de cualquier persona integrante del hogar.- Procurar que aspectos tan importantes como el lenguaje, las expresiones, las actitudes y los comportamientos que intenten denigrar, acosar,

[49] Para el desarrollo de algunos de estos aspectos, se tomó como referente ONU Mujeres. (25 febrero 2020). USA. *"Doce pequeñas acciones con gran impacto para Generación Igualdad"*. ONU Mujeres. https://www.unwomen.org/es/news/stories/2020/2/compilation-small-actions-big-impact-for-generation-equality

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

lastimar, insultar, minimizar y/o violentar la dignidad y los derechos de todas las personas que integran la familia y la pareja, sean evitados y si se llegan a presentar, poner límites y denunciarlos. Incluso si no se es la víctima directa y se es testigo de un caso de acoso, violencia, intimidación, abuso y/o amenaza, denunciarlo, si hay temor por hacerlo, se puede buscar ayuda de otras personas y acudir a instituciones, además de preguntar a la víctima cómo se le puede ayudar.

Para ello es indispensable que se continúen fortaleciendo los marcos jurídicos y programáticos que prevengan, limiten, sancionen y procuren la reparación del daño cuando se cometen atropellos, injusticias, discriminaciones y violaciones en contra de las mujeres, además de sensibilizar y formar al personal funcionario público y a las instituciones, cuando tienen que atender actos que atenten contra las mujeres, ya que muchas veces es el mismo personal e instituciones quienes atentan y/o revictimizan a las mujeres una vez que ya fueron víctimas de estos actos.

d) Observar y modificar los roles y estereotipos de género.- ya que estos construyen y determinan comportamientos, actitudes, acciones y tareas socialmente asignadas y aceptadas conforme al género, por lo que es necesario irlos modificando en el seno de los hogares, entro otros ámbitos, promoviendo cambios en sus integrantes a fin de que se distribuyan tareas y responsabilidades (como la limpieza del hogar, lavar la ropa, asear el piso, cocinar, cambiar a la o al bebé y/o salir con ella o él a pasear, etcétera) acorde a las edades, capacidades y posibilidades de cada persona y no conforme al género.

e) Conectarse con otras personas, grupos de autoayuda, colectivos, movimientos e instituciones que promuevan y trabajen por la igualdad y los derechos de las

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

mujeres.- Lo importante es no aislarse, sino buscar relacionarse con otras personas, grupos, colectivos, movimientos e instituciones que brinden apoyo y promuevan la igualdad y los derechos de las mujeres, ya que de esta manera, se puede ir obteniendo información y conocimientos, además construir relaciones humanas, contactos y establecer vínculos que pueden orientar, ayudar a sentirse acompañadas y a tener una causas sociales a las cuales sumarse y luchar.

f) Crear los propios estándares de belleza que hagan sentirse bien consigo mismas como mujeres.- Existen modelos de belleza impuestos los cuales determinan cómo es y debe ser mostrada la belleza de una mujer, más allá de que vayan acorde con cada una y/o motiven estar a gusto consigo mismas, a veces sucede al contrario, ya que al no cumplir con ellos y no tener los recursos para ellos, se genera inconformidad, frustración, traumas psicoemocionales, etcétera. De ahí la importancia de que las propias mujeres también se auto reconozcan y se valoren a sí mismas en su integralidad, en su belleza propia, en su forma de ser, en sus capacidades para aceptarse, reconocerse y amarse a sí mismas tal cual son.

g) Trabajar en un proyecto de vida propio, mantenerlo y procurarlo siempre.- es muy importante que las mujeres trabajen en un proyecto de vida propio, que tengan sus propias metas, planes y valoren sus propios logros como continuar y culminar su formación académica y/o complementaria, desarrollar sus carreras técnicas o profesionales, lograr ascensos laborales, ya sea por atender la crianza de las hijas e hijos, a la pareja, a otra (s) personas dependientes, al hogar u otros situaciones y muchas veces se dejan de lado a sí mismas sin embargo, cuando llega el momento en que se encuentran solas porque las hijas e hijos ya se van, hay separaciones, divorcios, quedan viudas y/o llegan a ser adultas mayores, se dan cuenta de que no tienen un proyecto propio, motivaciones y aspiraciones para sí mismas, lo que puede colocarlas en situaciones de vulnerabilidad, precariedad y generarles

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

emociones negativas de abandono, descuido personal, falta de sentido de vida y depresión, entre otras.

De ahí que sea indispensable que las mujeres, como parte de su empoderamiento, construyan y mantengan un proyecto de vida propios con anhelos, aspiraciones y logros personales, en paralelo a sus vidas de pareja, como madres, hijas, etcétera.

Ahora que ya se han abordado algunos factores estructurales que favorecen y desfavorecen las condiciones de vida de las mujeres en el hogar, la importancia de generar procesos de empoderamiento, los derechos de las mujeres, así como algunos aspectos que pueden contribuir a lograr y fortalecer su empoderamiento; se enuncian algunas de las ventajas de practicar la democracia en los hogares.

3.2 La importancia de la práctica de la democracia en el hogar

Algunos argumentos en torno a la pertinencia de la práctica de la democracia en el hogar son los siguientes:

a) Implica una visión y actitud incluyentes donde las personas que conforman el hogar sean tomadas en cuenta para la toma de acuerdos y decisiones conjuntas vs que una sola persona imponga sus puntos de vista y decisiones sobre los demás sin tomarles en cuenta.

b) Puede contribuir a disminuir actitudes machistas, discriminatorias y/o de violencia hacia las mujeres, y esto puede ser visto como amenazante para aquellas personas que las tienen e incrementar y/o acentuar dichas actitudes, por ejemplo, hay hombres que cuando observan que sus parejas mujeres comienzan a empoderarse y a independizarse, se vuelven agresivos o más agresivos, ya que se sienten “amenazados” y en riesgo de “perder el poder” que ejercen sobre ellas.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

c) El ejercicio de la democracia en el hogar requiere que se den igualdad de oportunidades para todas y todos vs solo darle oportunidades a algunas personas integrantes, como por ejemplo sólo a los hijos hombres, ya que en esta medida se está contribuyendo a que exista mayor igualdad.

Algunas de las **ventajas** de practicar la democracia en el hogar son:

1) **Contribuye a salvaguardar la dignidad y el respeto** por todas y todos quienes integran el hogar, como por ejemplo respetar la dignidad de todas y todos, sin discriminar a nadie, ya que la dignidad está más allá de todo esto y prevalece por el simple hecho de que todas y todos son personas. Por tanto, no es posible maltratar a la hija o al hijo por ser gay o lesbiana, por tener un síndrome o devaluar las labores que una mujer realiza dentro de la casa, sólo por creer que es más valioso el empleo remunerado.

2) **Ofrece la posibilidad de educar y formar** de forma distinta sobre todo a las nuevas generaciones, observando y modificando paulatinamente patrones culturales tradicionales y machistas, en los cuales se piensa y cree que las mujeres, sólo por el hecho de serlo, son quienes "tienen que limpiar la casa", recoger los cuartos de los hermanos (hombres), servirles de comer o lavar los trastes, sin que el resto de personas integrantes del hogar asuman también tareas.

3) Puede contribuir a generar **igualdad de oportunidades en el ámbito educativo** para que las hijas e hijos estudien, evitando dar preferencias a los hombres sobre las mujeres para que sólo ellos lo hagan, o peor aún, como aún sucede en algunos lugares del país donde se venden a las hijas, sobre todo en ciertas edades, o se intercambian por tierras, animales y/u otras cosas en especie, atentando así contra sus derechos humanos, dignidad y voluntad.

4) **Ofrece la posibilidad de formar en valores** democráticos y en el conocimiento y ejercicio de los derechos humanos, pero con responsabilidad, asumiendo las

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

consecuencias que conlleva, para crear ambientes más armónicos que fortalezcan el tejido y cohesión social.

5) Formar desde el hogar personas como sujetas o **sujetos de derechos y ciudadanas y ciudadanos activos**,[50] es decir, personas informadas y participativas de lo que acontece en sus entornos donde viven vs la ciudadanía pasiva, apática e indiferente a los problemas y soluciones y que sólo la ejercen de manera ocasional o cuando hay estímulos como algún regalo en especie o en dinero.

6) La práctica de la democracia puede contribuir a que cuando se **crean ambientes de reconocimiento a la dignidad** de las personas y de sus derechos humanos, promoviendo valores humanos, las personas puedan sentirse más seguras, contrariamente a cómo se sienten en ambientes de violencia (física, verbal, económica, sexual, etcétera), autoritarismo y/o discriminación, por lo que esto puede potenciar o afectar significativamente su **desarrollo humano.** Incluso existen estudios científicos[51] que prueban la afectación que sufre el cerebro de las niñas y niños cuando crecen en ambientes de violencia, lo que afecta los procesos de aprendizaje, su autoestima, así como aspectos emocionales y psicológicos, lo que repercute en la conformación de su personalidad, comportamiento y la forma en la que interactúan con las otras personas.

Preguntas detonadoras para la reflexión grupal

¿Conocías los derechos de las mujeres?, ¿cuáles sí y cuáles no? ¿qué opinas de los aspectos que pueden contribuir a lograr y fortalecer tu empoderamiento como mujer en el hogar? ¿qué opinas de la pertinencia y las ventajas de practicar la democracia en tu hogar? ¿en qué medida consideras que tú ya practicas la democracia en tu hogar?, si aún

[50] Una ciudadanía activa es la que ejerce los derechos humanos (de las mujeres, civiles y políticos y los DESCA, que ya se han revisado) e implica que las personas desarrollen competencias cívicas y democráticas las cuales incluyen atributos individuales específicos necesarios para la acción y la auto-organización en contextos y situaciones complejas. (Más información en Taller 2. Ciudadanía y mujeres en la Ciudad de México").

[51] Organización Mundial de la Salud (OMS). (17 de junio 2019). "Violencia contra los niños". Recuperado de https://www.who.int/es/news-room/fact-Vioeets/detail/violence-against-children

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

no lo haces, ¿te animarías a hacerlo?, ¿por qué sí o no?

A continuación, se presentan algunos ejemplos de la práctica de la democracia en el hogar.

3.3 Ejemplos de la práctica de la democracia en el hogar

Cuando fomentas en tus hijas e hijos el respeto a las distintas opiniones de cada quién y se les escucha, sin callarles o descalificarles al no coincidir con ellas, manifestando los desacuerdos mediante el diálogo.

Cuando antes de desayunar acuerdan como familia quién recogerá los trastes sucios, los lavará y limpiará la mesa, sin que ello se designe sólo por el hecho de ser mujer.

Cuando tanto la madre como el padre procuran brindar las mismas oportunidades educativas tanto a sus hijas e hijos, evitando dar mayores o menores beneficios específicamente a alguien conforme a su género.

Cuando una persona integrante del hogar, decide lanzarse como candidata de un partido político para ejercer un cargo público, y nadie le insinúa y/o coarta su derecho político a hacerlo.

Cuando como pareja se está atenta y atento a las actitudes y comportamientos machistas, ya que, si se llegan a presentar, se manifiesta y se procura evitarlos.

Cuando en un hogar se respetan las diferentes orientaciones de género de quienes lo integran, promoviendo así la práctica de los valores democráticos y los derechos humanos de todas y todos.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

IV. Desarrollo del taller

Para el desarrollo del taller "Democracia en el hogar" se presenta a continuación una propuesta que busca orientar en los contenidos y en el cómo se pueden abordar, pero en ningún caso pretenden ser limitativos ni en fondo ni en forma, sino que más bien, se sugiere que el personal del IECM así como las personas prestadoras de servicio social se sientan en la libertad de adecuarlos y adaptarlos acorde al tipo de público participante en los talleres así como a las condiciones de tiempo, espacio y recursos disponibles en los territorios donde se trabaja. Además, es importante que se tomen en cuenta los contenidos abordados en el Marco general ya que pueden complementar y dar sustento al proceso de información, sensibilización y formación de las personas participantes.

Por otro lado, este taller cuenta con un juego didáctico llamado "Ruleta de la democracia" (material adjunto), el cual se puede jugar en el marco de dicho taller, acorde a la disponibilidad de tiempo y otras condiciones favorables, pero también se puede hacer uso de éste en otros espacios de difusión y formación conforme se valore conveniente.

Así también, se adjunta un "Directorio de instituciones públicas y privadas que prestan algunos servicios a mujeres y hombres en la Ciudad de México" (Anexo 1) para su consulta.

4.1 Propósitos del taller

El propósito del taller "Democracia en el hogar" es el siguiente:

Objetivo general

Promover y sensibilizar en la importancia de practicar la democracia como una forma de vida, entre otros aspectos, y como una herramienta accesible e inmediata en cualquier

ámbito de la vida como es el hogar, para contribuir a una convivencia pacífica, respetuosa e incluyente entre quienes los integran.

Objetivos específicos

- Dar a conocer en qué consiste el trabajo del IECM y específicamente el de educación cívica.
- Conocer y reconocer qué es la democracia, sus principios, su pertinencia y ventajas al practicarla, así como los espacios en dónde se puede ejercer.
- Realizar una mirada a las mujeres en los hogares, algunos factores estructurales desfavorables a sus condiciones de vida y aspectos que pueden contribuir a su empoderamiento.
- Reconocer la importancia de la práctica de la democracia en los hogares y algunos ejemplos al practicarla.

4.2 Temas a desarrollar

I. Acercándonos a la democracia

1.1 Qué es la democracia, así como sus principios

1.2 La pertinencia y ventajas al practicarla

1.3 En dónde se puede practicar

II. La democracia en el hogar

2.1 Una mirada a la situación de vida de las mujeres en el hogar

2.2 Aspectos que contribuyen al empoderamiento de las mujeres en el hogar

2.3 Importancia de practicar la democracia en el hogar y algunos ejemplos

Duración: 2 horas 10 minutos.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

4.3 Secuencia didáctica

Tema	Objetivo	Dinámica	Actividad	Tiempo	Material
Presentación institucional del IECM	Dar a conocer brevemente en qué consiste el trabajo del IECM, específicamente en educación cívica.	Exposición	Exposición en plenaria	5 min	Rotafolio y/o computadora con cañón para proyectar en pared.
Propósito del taller	Presentar a las y los participantes el propósito y contenidos del taller, destacando la importancia y el valor de uso al ejercer una ciudadanía activa.	Exposición en plenaria	Exposición en plenaria	10 min	Rotafolio y/o computadora con cañón para proyectar en pared.
Apertura	Generar la socialización entre las y los participantes del taller y que las personas "rompan el hielo", se sientan en confianza y relajadas previo al taller.	"*Saludando a mi changuita/o*"	Grupal	10 min	
Presentación tema I. Acercándonos a democracia 1.1 Qué es la democracia, así como sus principios y valores. 1.2 La pertinencia y ventajas al practicarla	Que las personas participantes conozcan y/o reconozcan en qué consiste la democracia, sus principios y valores así como algunas de las ventajas y retos al practicarla y los espacios	La que se valore más conveniente	La que se valore más conveniente	25 min	El que se requiera conforme la actividad elegida.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

1.3 En dónde se puede practicar	en los que se puede ejercer.				
Dinámica *"Yo en mi hogar"*	Que las personas participantes realicen un ejercicio que les permita identificar y reflexionar en torno al estado situacional de la práctica de la democracia en su hogar.	Dinámica en parejas	Contestar test individual y discutirlo en parejas y luego socializar en plenaria sus respuestas.	30 min	Test para cada persona participante y lápices para cada una de ellas
II. La democracia en el hogar 2.1 Una mirada a la situación de vida de las mujeres en el hogar 2.2 Aspectos que contribuyen al empoderamiento de las mujeres en el hogar 2.3 Importancia de practicar la democracia en el hogar y algunos ejemplos	Que las personas participantes identifiquen la situación que viven las mujeres en los hogares; algunos aspectos que contribuyen a su empoderamiento, así como la importancia de ejercer la democracia en los hogares y algunos ejemplos.	La que se valore más conveniente	La que se valore más conveniente	25 min	El que se requiera conforme la actividad elegida
Reflexión final. **Preguntas detonadoras:** **1.** ¿Qué considero que podría cambiar si practico la democracia en mi	Que las personas participantes socialicen lo que aprendieron en el taller, el valor de uso de lo aprendido y los espacios en los que consideran pueden aplicarlo.	Plenaria	Plenaria	15 min	

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

hogar? **2.** ¿Qué aspectos favorables pueden permitírmelo y cuáles no? **3.** ¿Cómo me siento para comenzar a practicar la democracia en mi hogar?					
Aplicación de encuesta de satisfacción y en su caso de la encuesta de calidad.		Aplicación individual	Aplicación individual	5 min	Encuestas impresas
			Total	130 min (2:10min)	

4.4 Técnicas a utilizar en el taller

Nombre de la actividad	Descripción
Saludando a mi changuita/o	**Propósito**.- Generar la socialización entre las personas participantes del taller y "romper el hielo" para que se sientan en confianza y relajadas, previo a comenzar el taller. **Descripción**.- Se conforman dos círculos concéntricos, un círculo queda dentro de otro, cuando la persona promotora lo indique, se toman de las manos los círculos y comienzan a girar en lados contrarios, uno a la derecha

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

	y otro a la izquierda; cuando la persona promotora lo indique, se paran los círculos y quienes están en el círculo de adentro, se voltean para ver la persona que le quedó enfrente y con ella conversa un momento, lo primero que deben decirse es "*¿qui hubo mi changuita/o?*" y conversan un momento sobre: cómo se llaman, a qué se dedican, qué es lo que más le gusta hacer y qué espera del taller y al final se despiden realizando un movimiento característico de una/un changuita/o. Luego vuelven a voltearse las personas que están en el círculo interior y vuelven a girar para parar cuando indique la/el promotora y volver a presentarse diciendo "*¿qui hubo mi changuita o changuito?*", con la siguiente persona. **Reflexión final.-** Al final del ejercicio, las personas participantes comentan en plenaria cómo se sintieron con esta dinámica. Preguntas detonadoras ¿Cómo te sientes ahora para comenzar el taller? ¿Cómo te sientes ahora respecto a las otras personas participantes y que quizá no conocías? ¿Qué habría pasado si se hubiera iniciado el taller sin hacer esta dinámica?, ¿habría sido igual?
Test para dinámica "*Yo en mi hogar*"	**Propósito**.- Reflexionar y socializar entre las personas participantes del taller cómo vive cada una en su hogar compartiendo algunos aspectos e identificando si es posible practicar la democracia en este entorno. **Descripción**.- Para este ejercicio, se requiere conformar parejas al azar. Una vez conformadas, se les entrega la hoja con el test y un lápiz para que lo contesten, para ello se dan aproximadamente 8 minutos. **Test "Yo en mi hogar"** Indicaciones: Por favor contesta de manera individual el siguiente test. Palomea o tacha el inciso con la respuesta

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

que consideres responde mejor lo que piensas y/o elige el inciso “Otra” en caso de que ninguna refleje lo que piensas.

1. **¿Con quiénes vivo en mi hogar?**	a) Con mi familia (pareja/hijas/hijos) b) Con mi pareja c) Solo con mis hijas e hijos d) Sola/solo e) Comparto con amistades f) Otra ¿cuál?_____
2. **¿Cómo me siento con quienes vivo?**	a) Me siento una persona muy contenta y a gusto b) Me siento bien c) No me siento muy bien d) No me gusta con quienes vivo e) Otra ¿cuál?_____
3. **¿Quién hace las labores del hogar?**	a) Todas y todos participamos b) Frecuentemente participan las otras personas con quienes vivo c) Solo en ocasiones participan d) Yo sola o solo hago todo e) Otra ¿cuál?_____
4. **¿Qué me gustaría que cambiara en mi hogar?**	a) Que se valorara más el trabajo que yo realizo en mi hogar b) Que hubiera más participación de todas y todos para hacer las tareas del hogar c) Que contáramos con una herramienta que nos ayude a que la convivencia sea mejor y más armónica

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

	d) Todas las anteriores e) Ninguna de las anteriores f) Otra ¿cuál?_____
5. **¿Considero viable que se pueda practicar la democracia en mi hogar?**	Sí No ¿Por qué?

Una vez que todas y todos hayan contestado el test, se acuerda con la pareja quién inicia la socialización de su test. Se trata de que en orden vayan compartiendo las preguntas y respuestas que cada persona contestó y al final platicar por qué si o no consideran viable que puedan practicar la democracia en sus hogares.

Reflexión final.-

Al final del ejercicio, las personas participantes comentan en plenaria cómo se sintieron con esta dinámica.

Preguntas detonadoras

1) ¿Cómo te sientes ahora que contestaste el test "Yo en mi hogar"?
2) ¿Qué fue lo que más te llamó la atención de conocer el test de la pareja que te tocó?
3) ¿Hubo coincidencias en las respuestas?, ¿cuáles fueron?
4) ¿Vieron viable practicar la democracia en sus hogares?, ¿por qué sí o no?

Fuentes de consulta

Publicaciones en línea

Aguilar, M. (1998). Las tres generaciones de los derechos humanos, Derechos Humanos. Órgano informativo de la Comisión de Derechos Humanos del Estado de México (Año 6, núm. 30), p. 93. Recuperado de http://historico.juridicas.unam.mx/publica/librev/rev/derhum/cont/30/pr/pr20.pdf

Ávila-Fuenmayor, F. (Mayo-agosto 2006). El concepto de poder. Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal. (vol. 8, núm. 2), pp. 215-234. https://www.redalyc.org/pdf/993/99318557005.pdf

Comisión Española de Ayuda al Refugiado. (2019). México. *Situación de la mujer*. Recuperado de https://www.cear.es/wp-content/uploads/2019/05/Situaci%C3%B3n-de-la-mujer-en-M%C3%A9xico-2019.pdf

Dahl, R. ¿Qué es la democracia? Recuperado de https://webs.ucm.es/info/cpuno/asoc/profesores/lecturas/dahl.pdf

Democracia y desarrollo: El rol de las Naciones Unidas. Recuperado de https://www.idea.int/sites/default/files/publications/democracia-y-desarollo.pdf

Fuentes, C. y Covarrubias, G. (2016). Culturas familiares: hacia la construcción de familias democráticas. Guía para la implementación del taller. Recuperado de http://portal.iedf.org.mx/biblioteca/familia/culturas%20familiares_biblioteca%20e.pdf

Fondo Monetario Internacional. (2019). *Las mujeres y el crecimiento económico*. (Publicación trimestral Volumen 56 | Número 1. Finanzas y Desarrollo). Recuperado de https://www.imf.org/external/pubs/ft/fandd/spa/2019/03/pdf/fd0319s.pdf.

Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA). (24 de febrero 2020). *El enfoque basado en los derechos humanos*. UNFPA. https://www.unfpa.org/es/el-enfoque-basado-en-los-derechos-humanos.

Gobierno de Estado de Durango y otras instituciones. Diagnóstico de brechas de desigualdad de género del sector social del Estado de Durango, p. 18. Recuperado de http://cedoc.inmujeres.gob.mx/ftpg/Durango/dgometa3.pdf

Instituto Nacional de Geografía y Estadística (INEGI). (2016). *Encuesta Nacional sobre Dinámica de las Relaciones en los Hogares 2016* (ENDIREH). Recuperado de https://www.inegi.org.mx/programas/endireh/2016/

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Instituto Electoral del Distrito Federal. *Estrategia Integral de Educación Cívica para la Ciudad de México 2017-2023*. (EI1723). Recuperado de http://www.iedf.org.mx/www/sites/CapitalCivica/EI1723.pdf

Instituto Nacional Electoral (INE). (2014). Ciudadanía en México ¿Ciudadanía activa? Recuperado de https://portalanterior.ine.mx/archivos2/s/DECEYEC/EducacionCivica/Ciudadania-Activa.pdf

Instituto Nacional de las Mujeres (INMUJERES). (2002). Derechos humanos de las mujeres. INMUJERES. Recuperado de http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/100850.pdf

Lagarde, M. (1996). *El género y la perspectiva* en Lectura 3. Lagarde, Marcela, "El género", fragmento literal: 'La perspectiva de género', en Género y feminismo. Desarrollo humano y democracia, España, Horas y HORAS pp. 13-38. Recuperado de https://catedraunescodh.unam.mx/catedra/CONACYT/08_EducDHyMediacionEscolar/Contenidos/Biblioteca/Lecturas-Complementarias/Lagarde_Genero.pdf

Mayorga, F. (2007). Gobernabilidad y gobernanza en América Latina. Institut de Recherche et Débat sur la Gouvernance. http://www.institut-gouvernance.org/es/analyse/fiche-analyse-334.html.

Naciones Unidas Derechos Humanos. Oficina del Alto Comisionado. (2017). *Los derechos de la mujer son derechos humanos*. ISBN 978-92-1-354131-9. https://www.ohchr.org/Documents/Publications/HR-PUB-14-2_SP.pdf

Naciones Unidas, Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD) e Institute for Democracy and Electoral Assistance (IDEA). (2013). Democracia y desarrollo: El rol de las Naciones Unidas. Recuperado de https://www.idea.int/sites/default/files/publications/democracia-y-desarollo.pdf

Oficina del Alto Comisionado. (19 febrero 2020). La Declaración Universal de los Derechos Humanos. Naciones Unidas. Recuperado de https://www.standup4humanrights.org/es/declaration.html.

Organización de las Naciones Unidas (OUN) Mujeres. (2016). *Principios para el empoderamiento de las mujeres en las empresas*. Recuperado de https://www2.unwomen.org/-/media/field%20office%20mexico/documentos/publicaciones/2016/publicacionweps.pdf?la=es&vs=1

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) y Secretaría de Agricultura, Ganadería, Desarrollo Rural, Pesca y Alimentación (SAGARPA). (2016). *Metodología PESA México: manual para agentes de desarrollo* Naciones Unidas. Recuperado de http://www.fao.org/3/a-i5507s.pdf

ONU Mujeres. Profundicemos en términos de género. Guía de terminología del lenguaje no sexista para periodistas y comunicadoras y comunicadores, p.63. Recuperado de file:///C:/Users/Usuario/AppData/Local/Temp/Guia-lenguaje-no-sexista_onumujeres.pdf

Panorama general de los DESCA en el derecho internacional de los derechos humanos. Colección CNDH. Concepto y seguimiento de los DESCA. Recuperado de https://archivos.juridicas.unam.mx/www/bjv/libros/10/4891/4.pdf.

Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD). *Informe Nacional de Desarrollo Humano. Guatemala*. PNUD. https://desarrollohumano.org.gt/desarrollo-humano/concepto/

(2019). El enfoque de la agenda 2030 en planes y programas públicos en México. (PNUD). Recuperado de https://www.undp.org/content/dam/mexico/docs/Publicaciones/PublicacionesGobernabilidadDemocratica/190305Gu%C3%ADaPlanear.pdf

Rico, Olaf. (2007). *Educación cívica y personalidad democrática*. *Educar para la convivencia con vivencia*. Manual para educadores. Recuperado de http://portal.iedf.org.mx/biblioteca/docentes/02_ECPD_Manual%20educadores_2007.pdf

Blogs

La democracia. Democracia e igualdad. (16 abril 2020). [Mensaje en un blog]. Recuperado de http://recursostic.educacion.es/secundaria/edad/4esoetica/quincena7/quincena7_contenidos_1c.htm.

Sánchez, E. (17 marzo 2019). Biografía de Víktor Frankl, el padre de la logoterapia [Mensaje en un blog]. Recuperado de https://lamenteesmaravillosa.com/biografia-viktor-frankl-padre-la-logoterapia/

Páginas web

Asociación Internacional de aprendizaje experiencial. (20 de febrero 2020). *Introducción. I. ¿Qué es la experiencia? Facilitando el camino a la maestría profesional*. Asociación Internacional de aprendizaje experiencial. https://www.aprendizaje-experiencial.org/intro

Brundtland, Gro. (2018). *SOCIEDAD Brundtland, ¿Dónde está nuestro futuro común?* United Explanations. https://www.unitedexplanations.org/2012/04/02/brundtland-donde-esta-nuestro-futuro-comun/

Comisión de los Derechos Humanos del Estado de Coahuila (CDHEC). (20 de febrero 2020). *Clasificación de los Derechos Humanos. México*. CDHEC. http://cdhec.org.mx/clasificacion-de-los-derechos-humanos/y Comisión Nacional de los Derechos Humanos (CNDH).

Instituto Nacional Electoral (INE). (2019). *Principios y valores de la democracia. Cuaderno de divulgación de la cultura democrática 1*. Disponible en https://www.ine.mx/wp-content/uploads/2020/02/cuaderno_01.pdf

Lam, E. Dignidad Humana. Organización Mundial de la Salud. http://www.salud.gob.ar/dels/entradas/la-dignidad-humana

León, A. Los 14 Tipos de Familia que Existen y sus Características. Lifeder.com https://www.lifeder.com/tipos-de-familia/

Naciones Unidas México. (20 de febrero 2020). *Agenda 2030*. http://www.onu.org.mx/agenda-2030/

Naciones Unidas. ¿Qué es el estado de derecho? NY. EEUU. https://www.un.org/ruleoflaw/es/what-is-the-rule-of-law/

Oficina del Alto Comisionado y del Secretario General. (2012). *Estudio sobre los problemas comunes a que se enfrentan los Estados en sus esfuerzos por garantizar la democracia y el estado de derecho desde una perspectiva de derechos humanos*. Informe de la Alta Comisionada de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos (A/HRC/22/29). https://undocs.org/es/A/HRC/22/29

Organización Mundial de la Salud (OMS). (17 de junio 2019). Violencia contra los niños. https://www.who.int/es/news-room/fact-Vioeets/detail/violence-against-children

Puerta y Vázquez. Concepto de Resiliencia. Caminos para la resiliencia.(volumen I. Octubre 16, 2012). Recuperado de http://www.udea.edu.co/wps/wcm/connect/udea/8053e5b2-7d04-4997-9dc0-4dcada70658f/BoletA%CC%83%C2%ADn+2_Concepto+de+Resiliencia.pdf?MOD=AJPERES

Pérez y Gardey. (2019). Definición de hogar. Definicion.De. https://definicion.de/hogar/

Rodríguez, M. Logoterapia. México. http://www.maribelium.com/logoterapia.html

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Notas informativas

Animal Político. (25 de noviembre de 2019). Suman casi 3 mil mujeres asesinadas en México en 2019; solo 726 se investigan como feminicidios. *Animal político*. Recuperado de https://www.animalpolitico.com/2019/11/3-mil-mujeres-asesinadas-mexico-2019-ocnf/

Revistas electrónicas

Universidad de Educación a Distancia. (2000). Especificidad de la educación de adultos. Bases psicopedagógicas y señas de identidad. *Educación XX1. (ISSN: 1139-613X*). Recuperado de https://www.redalyc.org/pdf/706/70600304.pdf

Universidad de Jaen. (8 del 2010). El aprendizaje experiencial y las nuevas demandas formativas. *Revista de Antropología Experimental* (*nº 10, 2010. especial educación 8: 89-102*). Recuperado de http://revista.ujaen.es/huesped/rae/articulos2010/edu1008pdf.pdf.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Anexo

Anexo 1. "Directorio de instituciones públicas que prestan algunos servicios a mujeres y hombres en la Ciudad de México"*

<table>
<tr><th colspan="2">Servicios de atención y orientación sobre todo para mujeres y las familias</th></tr>
<tr><td>Secretaría de las Mujeres
Oficina central.
Atención ciudadana
Dirección: Avenida Morelos 20
Colonia Centro, Alcaldía Cuauhtémoc, C.P. 06000, Ciudad de México
Teléfono: 5555122836
Horarios: Lunes a jueves 9:00 a 17:00 y Viernes 9:00 a 15:00
https://www.semujeres.cdmx.gob.mx/secretaria/acerca-de

La Secretaría cuenta con "27 Lunas" y oficinas en las 16 Alcaldías de la Ciudad de México.
https://www.semujeres.cdmx.gob.mx/asesorias/lunas</td><td>Servicios que ofrece:
• Asesorías
Brindamos a todas las mujeres una atención libre de prejuicios con perspectiva de género, a través de la cual proporciona las opciones, alternativas y/o herramientas para enfrentar y resolver su situación.
• Atención Inicial
Brindamos a todas las mujeres que acuden por primera vez a la Secretaría de las Mujeres de la Ciudad de México una atención con perspectiva de género y libre de prejuicios.
• Atención de mujeres víctimas de violencia sexual en el transporte público. Brindamos atención a víctimas por violencia sexual en el transporte público a través de los módulos "Viaja Segura". Brindamos protección, asesoría y acompañamiento jurídico gratuito a través del personal especializado.
• Capacitación
Programa Institucional de Capacitación, se brindan talleres y cursos gratuitos en 27 LUNAS.
• Corresponsabilidad Social para Beneficio de las Mujeres
• Autonomía económica
• Ciudadanía y Liderazgo
• Juventudes
• Salud emocional
https://www.semujeres.cdmx.gob.mx/asesorias/talleres-y-cursos</td></tr>
<tr><th colspan="2">Oficinas "27 Lunas" de la Secretaría de la Mujer CDMX</th></tr>
<tr><td>LUNA 1. Alcaldía Álvaro Obregón "Alaíde</td><td>LUNA 2. Alcaldía Álvaro Obregón.</td></tr>
</table>

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Foppa". Dirección: Prolongación Calle 4, colonia Tolteca, dentro del Parque de la Juventud, alcaldía Álvaro Obregón, C.P. 01150. Teléfono: 55 5276-68 87 / 55 5276-68 89	Dirección: Calle 22 y Av. Hidalgo esq. Calle 17, colonia Pre concreto, C.P. 01400. Teléfono 55 1857 7510 / 55 1857 7513
LUNAS Alcaldía Azcapotzalco "Marcela Lagarde". Dirección: Av. 22 de febrero 421, colonia Barrio de San Marcos, C.P. 02020. Teléfono: 55171 60998 / 55 1716 0848	**LUNAS Alcaldía Benito Juárez "Benita Galeana**". LUNA 1 Dirección: Eje Central Lázaro Cárdenas 695, piso 1, colonia Narvarte, alcaldía Benito Juárez, C.P. 03020. Teléfono 55 5160-0039
LUNA 2 Alcaldía Benito Juárez. Dirección: Eje 5 Sur Ramos Millán 95, colonia Niños Héroes de Chapultepec, C.P. 03440. Teléfono: 55 5590-4817	**LUNAS Alcaldía Coyoacán "Tina Modotti".** LUNA 1 Dirección: Leopoldo Salazar s/n, casi esq. Carlos González Peña, colonia Copilco el Alto, C.P. 04360. Teléfono 55 1545 4578 / 55 1545 4572
LUNA 2 Alcaldía Coyoacán. Dirección: Av. Rey Nezahualcóyotl, s/n esq. Yaquis, colonia Ajusco Huayamilpas, C.P. 04300 (interior del Parque Ecológico Huayamilpas). Teléfono: 55 1735 7469 / 55 1735 7467	**LUNAS Alcaldía Cuajimalpa de Morelos, "Amparo Ochoa".** LUNA 1. Dirección: Prolongación 16 de septiembre s/n casi esquina Av. Veracruz, colonia Contadero, C.P. 05500. Teléfonos: 55 1735 5998 / 55 1735 5968
LUNA 2. Alcaldía Cuajimalpa de Morelos. Dirección: José María Castorena 187, colonia Cuajimalpa, C.P. 05000. Teléfono: 55 1735 5999 / 55 1735 5997	**LUNAS Alcaldía Cuauhtémoc "Juana de Asbaje".** LUNA 1 Dirección: Aldama, Violeta y Mina s/n, sótano edificio de la alcaldía, colonia Buenavista, C.P. 06350. Teléfonos: 55 1707 6094 / 55 1707 6100
LUNA 2. Alcaldía Cuauhtémoc.	**LUNAS Alcaldía Gustavo A. Madero "Nahui Ollín".**

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Dirección: Lucas Alamán 122, colonia Obrera, alcaldía Cuauhtémoc, C.P. 06800. Teléfono: 55 2230 1573 / 55 2230 1557	LUNA 1 Dirección: Av. Fray Juan de Zumárraga s/n, colonia Aragón la Villa, C.P. 07050. Teléfonos: 55 1549 0406 / 55 1549 0407
LUNA 2. Alcaldía Gustavo A. Madero. Dirección: Camellón de Oriente 95 y Norte 50, colonia La Joyita, C.P. 07860. Teléfono: 55 5537 0535	**LUNAS Alcaldía Iztacalco "Coatlicue".** LUNA 1 Dirección: Av. Santiago s/n esq. Playa Rosarito, colonia Barrio Santiago (dentro del centro social Josefina Díaz), C.P. 08800. Teléfonos: 55 1104 9226 / 55 1545 8172
LUNA 2. Alcaldía Iztacalco. Dirección: Av. Sur 8, s/n, casi con Av. Javier Rojo Gómez (atrás del deportivo Leandro Valle), colonia Agrícola Oriental, C.P. 08500. Teléfono: 55 5162 8122 / 55 5206 2601	**LUNAS Alcaldía Iztapalapa "Elena Poniatowska".** LUNA 1 y 2 Dirección: Centro Social Villa Estrella Módulo 4, Camino Cerro de la Estrella s/n, colonia el Santuario Aculco, C.P. 09009. Teléfonos: 55 2236 1593 / 55 2236 1595
LUNAS Alcaldía La Magdalena Contreras, "Cristina Pacheco". LUNAS 1 y 2 Dirección: Centro Social Atacaxco: Calle Piaztic s/n (frente a secundaria 262), colonia San José Atacaxco, C.P. 10378. Teléfonos: 55 5085 3832 / 55 5085 3851/5555959247	**LUNAS Alcaldía Miguel Hidalgo "Frida Kahlo".** LUNA 1 Dirección: Av. Parque Lira 128, colonia Ampliación Daniel Garza, C.P. 11840. Teléfonos: 55 5272 2630 / 55 2614 2564
LUNA 2. Alcaldía Miguel Hidalgo. Dirección: Av. Observatorio s/n esq. General José María Mendivil, colonia Daniel Garza, C.P. 11830. Teléfono: 55 2614-3582	**LUNAS Alcaldía Milpa Alta "Cihual in Calli".** LUNA 1 Dirección: Calle Yucatán s/n esq. Calle Constitución, colonia Centro en Villa Milpa Alta, (arriba del mercado Benito Juárez), C.P. 12000. Teléfonos: 55 1549 1743 / 55 1549 1512
LUNA 2 Alcaldía Milpa Alta.	**LUNAS Alcaldía Tláhuac "Rosario Castellanos"**

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Dirección: Av. Puebla 250, esq. Av. Nuevo León, colonia Villa Milpa Alta, (interior Casa de Cultura CALMECAC), C.P. 12000. Teléfono: 55 1549 1472 / 55 1549 1500	LUNA 1 y 2 Dirección: Margarita 5 entre Geranio y Jacaranda, colonia Quiahuatla, C.P. 13090. Teléfono 55 5842 6573 / 55 5842 4934
LUNAS Alcaldía Tlalpan "Yaocíhuatl Tlalpan". LUNA 1 Dirección: Carretera Federal a Cuernavaca No. 2, colonia La Joya, C.P. 14090. Teléfono: 55 1712 0492 / 55 1707 6599	**LUNA 2. Alcaldía Tlalpan.** Dirección: Camino a Santa Úrsula 24, esq. Textitlán, colonia Santa Úrsula Xitla, C.P. 14420. Teléfonos: 55 1707 6591 / 55 1707 6590
LUNAS Alcaldía Venustiano Carranza "Esperanza Brito de Martí". Dirección: Prolong. Lucas Alamán 11, piso 1, colonia Del Parque, C.P. 15960. Teléfono 55 1673 1905 / 55 1673 1912	**LUNAS Alcaldía Xochimilco "Laureana Wright González".** LUNA 1 Dirección: Francisco I. Madero 11, colonia Barrio el Rosario, C.P. 16070. Teléfonos: 55 9154 9156/ 5556769612 y 555676751188
LUNA 2 Alcaldía Xochimilco. Dirección: Dalia s/n, Plaza San Cristóbal, colonia Barrio San Cristóbal, C.P. 16080. Teléfonos: 55 2208 5569 / 5556758270	
Sistema integral para la familia (DIF) Ciudad de México. Avenida San Francisco 1374 Colonia Tlacoquemécatl, Alcaldía Benito Juárez C.P. 03200, Ciudad de México. Teléfono: 5555591919 Web: http://www.cdmx.gob.mx/atencion-ciudadana-jefatura https://www.dif.cdmx.gob.mx/busqueda?et	• **Cartilla de Servicios primera infancia.** Servicio por el cual se brinda la cartilla de servicios a niñas y niños de 0 a 6 años para acceder a servicios correspondientes al desarrollo. • **Estancia Infantil en los Centros Asistenciales de Desarrollo Infantil.** Servicio por el que madres, padres o tutores realizan la inscripción de las niñas y niños de 6 meses de nacidos a 5 años 11 meses de edad. • **Atención re-educativa a hombres que ejercen violencia.** Servicio mediante el cual se proporciona atención re-educativa a hombres que ejercen violencia a fin de construir relaciones más equitativas. • **Prevención al maltrato infantil en la familia.**

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

iqueta=mujeres	Servicio mediante el cual se proporcionan las herramientas necesarias para identificar y prevenir el maltrato infantil. **Orientación alimentaria.** Servicio por el que la población solicitante, recibe pláticas, talleres, cápsulas informativas y actividades lúdicas. • **Solicitud de convivencia o reintegración de una niña, niño o adolescente** (NNA), a un ambiente familiar libre de violencia.
Centros de Justicia para las Mujeres. **Alcaldía Azcapotzalco**. 55 5346 8370/ 55 5346 8394 maria_lopeza@pgjcdmx.gob.mx **Alcaldía Iztapapala** Centro 1. Avenida San Pablo Xalpa No. 396 casi esquina Eje 5 Norte, Col. San Martin Xochinahuac, C.P. 02920, Ciudad de México. Teléfono: 55 5345 5736 ext. 5736 dirgeneralcjm@gmail.com **Alcaldía Tlalpan** Centro 3. Calle Manuel Constanzo No. 43 Mza. 63, Lote. 10, (antes San Luis de la Paz No. 63 Col. Miguel Hidalgo, C.P. 14250 Ciudad de México Teléfono: 55 5200 9280 https://www.gob.mx/conavim/documentos/centros-de-justicia-para-las-mujeres-23094 nancya_gomez@pgj.cdmx.gob.mx	Servicios multidisciplinarios tales como: a) Atención psicológica, jurídica y médica; b) Albergues temporales; c) Ludoteca con expertas/os en temas de desarrollo infantil, y d) Talleres de empoderamiento social y económico para apoyar a las mujeres a salir del círculo de violencia.
Comisión de Derechos Humanos de la Ciudad de México.	Puede acudir cualquier persona que considere que a ella o a un tercero le ha sido violado alguno de sus derechos humanos, independientemente de su condición social, nacionalidad, raza,

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Avenida Universidad 1449, Colonia Pueblo Axotla, Alcaldía Álvaro Obregón, 01030 Ciudad de México. Teléfono: 52295600 Web: https://cdhcm.org.mx y http://cdhdfbeta.cdhdf.org.mx/ e-mail: cdhdf@cdhcm.org.mx	religión, sexo, edad, estado civil, etcétera. La atención a las personas es directa. Para la formulación de una queja no se requiere de una abogada o abogado o persona gestora. Todos los servicios son gratuitos. Atiende todos los días del año, las 24 horas del día.
Fiscalía General de Justicia de la Ciudad de México	
Centro de Apoyo Sociojurídico a Víctimas del Delito Violento (ADEVI). Horario: 9:00 a 19:00 horas de lunes a viernes Calle José Ma. Izazaga No. 89, 4º piso, Col. Centro. Alcaldía Cuauhtémoc. Teléfonos: 5200 9196, 9197, 9200 y 9215. Costo Gratuito. https://www.fgjcdmx.gob.mx/nuestros-servicios/ADEVI	Terapia psicológica en crisis, familiar y grupal; terapia para niños y niñas ante el duelo; gestión de servicios de asistencia social, salud, servicios funerarios, pasajes, hospedajes y medicamentos; acompañamiento, asesoría y representación jurídica a la víctima directa e indirecta en la Coordinación Territorial correspondiente; inconformidades y escritos para presentar pruebas que ayuden al esclarecimiento de los hechos que se investigan.
Centro de Investigación victimológica y de Apoyo Operativo (CIVA). Calzada de la Viga N°11175, Colonia el Triunfo, Alcaldía Iztapalapa, Código Postal 9430, 2do y 3er piso. Días y Horario de servicio: De lunes a viernes, en un horario de 9:00 a 19:00 horas. Teléfonos: 5200 9188 y 5200 9189. Los servicios del Centro son gratuitos. https://www.fgjcdmx.gob.mx/civa	Atención Psicológica a víctimas de amenazas y personas generadoras de violencia familiar
Centro de Apoyo a la Violencia Intrafamiliar	

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

(CAVI). General Gabriel Hernández número 56, planta baja, Col. Doctores, entre Dr. Lavista y Río de la Loza, C.P. 06720. En un horario de 9:00 a 19:00 horas de lunes a domingo. Teléfonos: 53 45 52 48, 53 45 52 28, 53 45 52 29. https://www.fgjcdmx.gob.mx/cavi	Asistencia social, atención psicológica, asesoría legal, seguimiento jurídico en materia penal, atención médica de emergencia, tramitación de medidas de protección de emergencia previstas en la Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia de la Ciudad de México y como auxiliares de la autoridad ministerial y/o judicial, la elaboración de dictámenes psicológicos victimales.
Centro de Atención a Riesgos Victimales y Adicciones (CARIVA). Av. José Ma. Izazaga No. 86, 5º piso. Colonia Centro. En un horario de lunes a viernes de 09:00 a 19:00 horas. Teléfonos. 5200 9166, 9171 y 9172 https://www.fgjcdmx.gob.mx/CARIVA	
Centro de Estancia Transitoria para Niñas y Niños. Dr. Lavista 78, Doctores, Cuauhtémoc, 06720 Ciudad de México, CDMX. Horario de cierre: 18:00. Teléfono: 55 5242 6270. https://www.fgjcdmx.gob.mx/centro-de-estancia-transitoria	En colaboración con la autoridad ministerial, el Centro de Estancia Transitoria realiza acciones tendentes a favorecer la reintegración o integración de las niñas y niños a una familia de origen o alterna. En los casos de las personas menores de edad en calidad de expósitos, se garantiza su derecho a la familia por medio de la adopción.
Tandas para el bienestar. **Secretaria de Economía.** 01 (800) 08 32-666	El programa consiste en un apoyo, mediante financiamiento sin intereses, de $6 mil pesos que se entregan de forma individual a las personas que cumplan con los criterios de elegibilidad. Asimismo, quienes reintegren en su totalidad el primer apoyo, podrán acceder a un segundo financiamiento sin intereses por $10 mil pesos.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

	En caso de reembolsarlo en su totalidad mediante entregas mensuales, se podrá tener acceso a un tercer apoyo mediante financiamiento sin intereses por $15 mil pesos.
Financiamiento de Microcréditos para Mujeres Emprendedoras (FONDESO). Dirección: Calle Tepozteco 36, Colonia Narvarte Poniente, Alcaldía Benito Juárez C.P. 03020, Ciudad de México. Teléfonos: 91 80 07 79, 56 98 90 60 Correo electrónico: fondeso@fondeso.cdmx.gob.mx Horarios: Lunes a jueves de 09:00 a 14:30 y de 16:00 a 17:30. Viernes 09:00 a 14:00 https://www.fondeso.cdmx.gob.mx/index.php/programas/programa/financiamiento-de-microcreditos-para-mujeres-emprendedoras	Busca impulsar la autonomía económica de las mujeres y contribuir a reducir la brecha de género en materia de desarrollo económico a través del crédito para el emprendimiento, para la creación o consolidación de micronegocios o para la ampliación de activos y el mayor acceso a la tecnología por parte de mujeres empresarias.
Financiamiento para Mujeres Empresarias. Dirección: Calle Tepozteco 36, Colonia Narvarte Poniente, Alcaldía Benito Juárez C.P. 03020, Ciudad de México. Teléfonos: 91 80 07 79, 56 98 90 60 Correo electrónico: fondeso@fondeso.cdmx.gob.mx Horarios: Lunes a Jueves de 09:00 a 14:30 y de 16:00 a 17:30, viernes 09:00 a 14:00	Esta Estrategia tiene como fin impulsar la autonomía económica de las mujeres y contribuir a reducir la brecha de género en materia de desarrollo económico a través del crédito para el emprendimiento, para la creación o consolidación de micronegocios o para la ampliación de activos y el mayor acceso a la tecnología por parte de mujeres empresarias.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

https://www.fondeso.cdmx.gob.mx/index.php/programas/programa/financiamiento-de-microcreditos-para-mujeres-emprendedoras	
Instituto de Capacitación para el Trabajo. Dirección: Calle Dr. Lucio 220 Colonia Doctores, Alcaldía Cuauhtémoc C.P. 06720, Ciudad de México. Teléfono: 5740 0237 Horarios: Lunes a Jueves 9:00 a 18:00 y viernes 9:00 a 15:00. Para más información llamar al teléfono (55) 5740 0237 ext. 1029. https://www.icat.cdmx.gob.mx/servicios/servicio/2-capacitacion-para-y-en-el-trabajo Correo electrónico: icat@cdmx.gob.mx	• Personas que se encuentran trabajando actualmente y que buscan incrementar sus conocimientos o mejorar sus habilidades. • Personal de RRHH de las empresas que requieren cumplir con sus obligaciones en materia de capacitación y adiestramiento. • Personas que se encuentran desempleadas y que buscan adquirir nuevos conocimientos ya sea para encontrar un trabajo remunerado o para emprender su propio negocio. La certificación de competencias busca reconocer el conocimiento y las habilidades que has adquirido a través de tu experiencia laboral. • El certificado de competencia es un documento oficial, expedido por la Secretaría de Educación Pública, que asegura que puedes desempeñarte en una ocupación (por ejemplo, como mesera o mesero o como recamarera o recamarero) según los requerimientos de las empresas y las instituciones.
Secretaria del Trabajo y Fomento al Empleo Servicio Nacional del Empleo. Calz. San Antonio Abad No. 32, Col. Tránsito, Alcaldía Cuauhtémoc, C.P. 06820. Ciudad de México. Horarios de atención L a V de 9 a 15 hrs. Teléfono(s) y extensión: 5709 3233 Ext. 3042. https://www.empleo.gob.mx/sne/directorio-de-oficinas-sne	• Capacitación Mixta. Para quienes aspiren a ser personas contratadas por una empresa que requiera personal capacitado de acuerdo a los requerimientos de sus vacantes disponibles. • Capacitación en la práctica laboral. Para quienes deseen adquirir o fortalecer sus competencias laborales capacitándose directamente en el proceso productivo de una empresa. • Capacitación para el autoempleo. Para quienes no logran vincularse a un puesto de trabajo y deseen desarrollar una actividad productiva por cuenta propia. • Vales de capacitación.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Correo electrónico subdireccion.snyco@gmail.com	Para quienes necesitan actualizar, mejorar y/o reconvertir sus competencias, habilidades y/o destrezas laborales con la finalidad de incrementar sus posibilidades de contratación.
Servicios de atención y orientación sobre todo para hombres	
Centro Mhoresvi Teléfono: +52 (55) 9180-4168. https://mhoresvi.wordpress.com/servicios/ Mail: mhoresvi@yahoo.com.mx	Se trata de una organización que trabaja con hombres que necesitan y/o están dispuestos a cambiar sus conductas de violencia con su pareja y su familia y cambiarlas por conductas de respeto, equidad, cercanía afectiva, responsabilidad y buen trato. Se imparten pláticas, conferencias, talleres de sensibilización, talleres de capacitación y participaciones en eventos públicos y ferias, siempre tocando los temas de la masculinidad, violencia de género, violencia de género de los hombres en la familia, alternativas para transitar de la violencia de género a la equidad, respeto y buen trato.
Colectivo de Hombres para Relaciones Igualitarias A.C. (CORIAC) Diego Arenas Guzmán N°189 Col. Iztaccíhuatl, a una cuadra del metro Villa de Cortés. Ciudad de México, México. Teléfono: 56 963498 - Fax: 56 963498 http://www.gloobal.net/iepala/gloobal/fichas/ficha.php?id=2831&entidad=Agentes&html=1 Mail: colectivo@coriac.org.mx	Se trata de un colectivo de hombres que elabora propuestas transformadoras en las relaciones de género. Se trabaja por cambiar actitudes y comportamientos masculinos que empobrecen las relaciones humanas y someten a las mujeres e investigan, promueven y desarrollan acciones de cambio personal, institucional y social basadas en relaciones de igualdad para ambos sexos. Sus acciones se dirigen a hombres de diversas clases sociales, etnia, y nacionalidad interesados en construir formas diferentes de ser hombres desde un punto de vista crítico y propositivo. Se aborda la problemática de las masculinidades en espacios públicos y privados.
Sistema de Atención Integral para la Familia DIF Servicio de Atención Psicológica y Reeducativa a Hombres que Ejercen Violencia de Género. Dirección de Programas a NNA Zona B Xochicalco 1000 2° Piso, edificio "A".	Se ofrecen: • Talleres • Pláticas • Cine debates • Ferias educativas Requisitos: Mínimo 10 personas, en un horario de 9 am a 15 horas.

Teléfono 5556040127 ext. 4001 y 4309. https://dif.cdmx.gob.mx/comunicacion/nota/servicio-de-atencion-psicologica-y-reeducativa-hombres-que-ejercen-violencia-de-genero Mail: erradicandolaviolencia@dif.cdmx.gob.mx	

*Directorio en proceso de actualización ante la pandemia.

Otros servicios, se pueden consultar en el “Directorio de canalización Guardianes, Ciudad de México”:
http://guardianes.org.mx/wp-content/themes/guardianes/pdf/Directorio_canalizacion_Guardianes_VF%2005062018%20CDMX.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Colección de Talleres

“Mujeres libres, solidarias y participativas”

Taller 4.
“Democracia en las parejas”

Ciudad de México

2021

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Índice

Presentación.....4

I. Marco general.....7

1.1 Cómo viven las mujeres en la actualidad.....7

1.2 Los desafíos en la "Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible".....9

1.3 Contribución del Instituto Electoral de la Ciudad de México para construir ciudadanía democrática.....11

1.4 Modelo de formación del IECM.....13

1.4.1 Perfil de las personas adultas.....14

1.4.2 Método "Ve que sí puedes".....15

1.4.3 Aprendizaje experiencial.....16

1.4.4 Formación en valores de la democracia.....17

1.4.5 Lo lúdico como recurso didáctico del Modelo de formación del IECM.....19

1.4.6 Rol de las personas promotoras-facilitadoras ciudadanas.....19

1.4.7 Enfoques transversales en el modelo de formación del IECM.....21

II. Acercándonos a la democracia.....25

2.1 ¿Qué es la democracia?.....26

2.2 Principios de la democracia.....32

2.3 Ventajas y retos al practicar la democracia.....34

2.4 ¿En dónde se puede practicar la democracia?.....37

III. Democracia en las relaciones de pareja.....40

3.1 Aspectos importantes a tener en cuenta en las relaciones de pareja 44

3.2 Dos formas de convivencia en las relaciones de pareja 47

3.2.1 Convivencia democrática en las relaciones de pareja 47

3.2.2 Convivencia conflictiva en las relaciones de pareja 50

3.3 Importancia del manejo pacífico del conflicto 57

3.4 *Tips* para construir y mantener la convivencia democrática en las relaciones de pareja 62

3.5 Ejemplos de convivencia democrática en las relaciones de pareja 66

IV. Desarrollo del taller 68

4.1 Propósitos del taller 68

4.2 Temas a desarrollar 69

4.3 Secuencia didáctica 70

4.4 Técnicas a utilizar en el taller 72

Fuentes de consulta 76

Anexo 82

Anexo 1. "Directorio de instituciones públicas que prestan algunos servicios a mujeres y hombres 82

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Presentación

El Instituto Electoral de la Ciudad de México (IECM) tiene la importante tarea de contribuir al desarrollo de la vida democrática en la Ciudad de México y promover la celebración de elecciones pacíficas, respetando el voto de la ciudadanía. Además, lleva a cabo acciones para la educación cívica, brindando apoyo, sobre todo, a personas que forman parte de los grupos de atención prioritaria ya que debido a la situación de desigualdad estructural que enfrentan, tienen mayores obstáculos para el pleno ejercicio de sus derechos político electorales, por lo que a través de estas acciones se busca su inclusión efectiva en la sociedad a partir de una participación ciudadana más activa.

Entre la población y grupos de atención prioritaria se encuentran las mujeres con quienes el IECM, en el cumplimiento de sus obligaciones, realiza acciones para que conozcan y ejerzan sus derechos humanos, enfocándose, sobre todo, a los civiles y políticos. En virtud de lo anterior, el IECM propone talleres formativos presenciales o en línea, como la Colección titulada "Mujeres libres, solidarias y participativas" la cual tiene la finalidad de promover en las personas participantes el conocimiento, reconocimiento y la importancia del ejercicio de los derechos humanos, concretamente de los civiles y políticos, en cualquier ámbito de sus vidas como es con la pareja, familia, escuela, trabajo y/o comunidad, entre otros, para construir y fortalecer su ciudadanía activa. Dicha Colección está conformada por cinco talleres: 1) Derechos civiles y políticos: conócelos y ejércelos; 2) Ciudadanía y mujeres en la Ciudad de México; 3) Democracia en el hogar; 4) Democracia en las parejas y 5) Democracia y sexualidad y cada uno cuenta con su respectivo juego didáctico.

La Colección tiene como público meta en primera instancia, al personal que trabaja en el IECM y en otros Institutos Electorales, además de diferentes personas, grupos, organizaciones e instituciones públicas y privadas que llevan a cabo trabajo de formación y promoción en materia de educación cívica, democracia y ciudadanía; así como a las personas prestadoras de servicio social –que son las personas promotoras-facilitadoras ciudadanas- quienes también desempeñan una importante labor en el trabajo de

información, sensibilización y formación que lleva a cabo el IECM con la población. En segunda instancia, el público meta final de esta Colección son las mujeres y los hombres que forman parte de la población y los grupos de atención prioritaria, de los estratos socioeconómicos "C", "D" y "E",[1] quienes se caracterizan por contar con estudios de educación primaria en la mayoría de los casos; escaso o nulo acceso a internet en sus viviendas y limitados o muy limitados ingresos económicos que se destinan sobre todo a la alimentación y al transporte público.

El taller que se presenta a continuación se titula "**Democracia en las parejas"** y tiene el propósito de que las personas participantes identifiquen a la democracia como una herramienta para la vida que se puede practicar en las relaciones de pareja y que puede contribuir a crear, mejorar y mantener la convivencia para que sea sana, respetuosa, con trato digno y en la cual las personas ejercen sus derechos humanos.

Los temas que aborda este taller son los siguientes: en el apartado I. Marco general que aplica para todos los talleres, en el cual se establece la situación que viven las mujeres en la actualidad; los desafíos que establece la Agenda 2030, en lo que se refiere a la igualdad de género y la reducción de las desigualdades, y la apuesta del modelo de formación que tiene el IECM para promover la educación cívica y democrática en la Ciudad de México, haciendo énfasis en cuatro enfoques transversales como son: el de derechos humanos, de género, inclusión y medioambiental. Posteriormente se aborda el apartado II. Acercándonos a la

[1] El nivel socioeconómico es un parámetro económico y sociológico que combina la preparación laboral de una persona, la posición económica y social individual o familiar, en relación con otras personas, basada en sus ingresos, educación y empleo. Algunas de sus características son: Nivel socioeconómico "C" (Nivel Medio Emergente) son familias con escasos recursos para cubrir sus necesidades básicas; la persona jefa de familia tiene un nivel de estudios promedio de secundaria o preparatoria; el nivel de estudios de la persona jefa de familia puede tener estudios mayores a primaria; el principal ingreso viene del trabajo asalariado y del comercio formal o informal; casi la mitad de los hogares pueden contar con conexión a Internet fijo en la vivienda. El Nivel "D" son familias con una mala calidad de vida; tienen problemas para contar con lo básico para vivir, y regularmente pasan por condiciones sanitarias mínimas; su nivel de estudios de la persona jefa de familia es de secundaria y/o primaria; se emplean en empresa (s), fábrica (s) además de que pueden recibir ayudas del gobierno; sus principales gastos son: alimentos, transportación, pago de servicios y cuidado personal. En el caso del nivel "E" son familias que tienen escasez de todos los servicios y bienes; construyen sus hogares con materiales de desecho y tienen problemas permanentes y graves para subsistir; el nivel de estudios de la persona jefa de familia es menor a primaria; compran únicamente alimentos básicos y necesarios y pueden carecer de aparatos electrodomésticos que les faciliten las labores del hogar, entre otras características. Rankia. (12 de marzo 2021). *"Niveles socioeconómicos en México"*. España México. https://www.rankia.mx/blog/mejores-opiniones-mexico/3095882-niveles-socioeconomicos-mexico

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

democracia donde se presenta qué es, sus principios y algunas de las ventajas y retos al practicarla y los ámbitos en los cuáles se puede ejercer como es en las relaciones de pareja.

Luego se aborda el apartado III. Democracia en las parejas, en el que se presentan los tipos de relaciones de pareja; algunos aspectos importantes a tener en cuenta en las mismas; dos formas de convivencia y la importancia del manejo pacífico del conflicto, así como algunos *tips* para construir y mantener la convivencia democrática en las relaciones de pareja, además de algunos ejemplos que ilustran este tipo de convivencia. Después el apartado IV. Desarrollo del taller, en donde se establecen los objetivos del mismo, los temas abordados, la secuencia didáctica y la explicación de las técnicas a utilizar.

Cabe destacar el reconocimiento al *expertise* y a las competencias establecidas tanto en el personal del IECM como en las personas prestadoras de servicio social, quienes tendrán en todo momento la posibilidad y libertad de adecuar y enriquecer los contenidos de este taller, es decir "tropicalizarlos,"[2] acorde al público meta final y a los territorios y condiciones en las que se trabaja en la Ciudad de México.

Es así que se espera que este taller "Democracia en las parejas" sea útil para las personas participantes y se sensibilicen en la adopción y practica de la democracia en su día a día y en la construcción, fortalecimiento y mantenimiento de la convivencia democrática en pro de relaciones humanas, sanas y respetuosas de la dignidad y los derechos humanos de las personas en las relaciones de pareja.

[2] Aunque es un término no aceptado por la Real Academia Española, se refiere a la acción de optimizar y producir contenidos relevantes dirigidos a determinadas audiencias. Concepto y Contenido. (9 marzo 2020). *¿Qué es tropicalizar al español mexicano?* [Mensaje en un blog]. Recuperado de https://conceptoycontenido.com/f/%C2%BFqu%C3%A9-es-tropicalizar-al-espa%C3%B1ol-mexicano.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

I. Marco general

1.1 Cómo viven las mujeres en la actualidad

En México se ha ido transformando el papel tanto de las mujeres como de los hombres y se ha avanzado en el reconocimiento y ejercicio de los derechos humanos, sobre todo en aquellos que reconocen la igualdad entre las personas más allá de su condición física, económica, de género y educativa, entre otras. Sin embargo, esta transformación es paulatina y en momentos lenta, ya que aún prevalece un contexto desfavorable hacia las mujeres el cual se caracteriza por la violencia, los feminicidios, la falta de oportunidades educativas, económicas, laborales y políticas, así como por las desigualdades, además de la discriminación y el machismo, por mencionar algunos aspectos.

Entérate de algunas cifras

Se calcula que el 25.3% de las mujeres de 15 años y más, han experimentado **violencia en la escuela**; casi 3 mil mujeres fueron asesinadas en México en el 2019 y sólo 726 (24%) casos se investigan como **feminicidios;**[3] **las mujeres indígenas** apenas alcanzan 5.7 años de escolaridad promedio y su desempeño en cargos de **representación política** en los Congresos Locales, es inferior en un 40% respecto a los hombres; el 21.9% de las mujeres han padecido **discriminación en el trabajo**; el 10.3% tiene menos oportunidades para ascender en este ámbito y el 5.7% cuenta con menos prestaciones que un hombre con el mismo nivel laboral, además de que 947 mil mujeres mayores de 15 años han sido forzadas a casarse.[4y5] En el mundo, las mujeres ganan 63% menos que los hombres y dedican el triple de horas a trabajos no remunerados.[6]

Como se puede ver las cifras son muy alarmantes y muestran parte de las condiciones de

[3] Animal Político. (25 de noviembre de 2019). Suman casi 3 mil mujeres asesinadas en México en 2019; sólo 726 se investigan como feminicidios. *Animal político.* Recuperado de https://www.animalpolitico.com/2019/11/3-mil-mujeres-asesinadas-mexico-2019-ocnf/

[4] INEGI. (2016). *Encuesta Nacional sobre Dinámica de las Relaciones en los Hogares 2016* (ENDIREH). Recuperado de https://www.inegi.org.mx/programas/endireh/2016/

[5] Comisión Española de Ayuda al Refugiado. (2019). *Situación de la mujer*. Comisión Española de Ayuda al Refugiado, pp. 6, 8 y 15. Recuperado de https://www.cear.es/wp-content/uploads/2019/05/Situaci%C3%B3n-de-la-mujer-en-M%C3%A9xico-2019.pdf

[6] Fondo Monetario Internacional. (2019). *Las mujeres y el crecimiento económico.* (Publicación trimestral Volumen 56 | Número 1. Finanzas y Desarrollo). Recuperado de https://www.imf.org/external/pubs/ft/fandd/spa/2019/03/pdf/fd0319s.pdf.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

vida en que han vivido y viven las mujeres, sobre todo en sociedades machistas en las cuales también prevalece el patriarcado y las construcciones de género,[7] las cuales determinan en mucho cómo es y lo que debe hacer una mujer.

Las Feminidades son atribuidas a las mujeres y a todos los cuerpos y personas que tienen rasgos, cualidades, comportamientos, actitudes, sentimientos, creencias, formas de pensamiento, lenguajes y formas de relacionarse entendibles dentro del estereotipo de lo que es "ser mujer". En la construcción de lo femenino, también prevalece la mentalidad de la mujer como el sexo débil, la que cuida, procura, es sensible además de ser "cosificadas" (es decir considerarse como "cosas") y objetos sexuales que "provocan" y "están para gustar" y dar placer, lo que "justifica" que se intercambian por dinero, animales o propiedades como la tierra o los inmuebles, tal cual sucede en localidades rurales y con la población indígena, aunque también se da en la población mestiza como sucede en los estados de Guerrero, Michoacán o Oaxaca.

Las Masculinidades son atribuidas a los hombres y a todos los cuerpos y personas que tienen rasgos, cualidades, comportamientos, actitudes, sentimientos, creencias, formas de pensamiento y comportamientos entendibles dentro del estereotipo de lo que es "ser hombre". Son otra de las construcciones culturales que predeterminan que lo masculino es lo opuesto a lo femenino, es decir lo que no es débil o emocional y que es más bien confiable, sólido, claro, comprensible, valiente, arrojado y firme. Los hombres tienen la necesidad de demostrar que lo son y requieren que otros les reconozcan. La sociedad patriarcal define al hombre como un ser potente con mandato, autoridad y con poder. Por ejemplo, en los perfiles sicológicos se identifica que la violencia sexual y doméstica son una demostración de la necesidad de confirmación y dominio y de ejercicio de poder de lo que es ser varón frente a una mujer.

Aunque los cambios son paulatinos, sí han sido significativos y han favorecido a la transformación de algunas de las condiciones adversas hacia las mujeres e incluso algunas de ellas han ido desapareciendo y se han ido modificando gradualmente, generando que exista mayor igualdad de género,[8] aunque aún no es suficiente.

---

[7] Patriarcado plantea un ejercicio autoritario del poder a quien lo ejerce, concentrado en una o en pocas personas. Este esquema de relación aleja a quien ejerce el poder, del grupo que domina y le impide tomar decisiones apropiadas y acordes con las necesidades y condiciones de aquellas personas a quienes representa. Esta situación genera desigualdad en el acceso al poder y limita la construcción de sociedades democráticas y sostenibles. Instituto Veracruzano de las Mujeres y Gobierno Federal. (2009). Cuadernillo. "Participación comunitaria de las mujeres: El papel de los agentes y agentas municipales con perspectiva de género". p. 10. Recuperado de http://www.ivermujeres.gob.mx/wp-content/uploads/sites/16/2015/10/30-Participaci%C3%B3n-Comunitaria-de-las-Mujeres-El-Papel-de-los-Agentes-y-Agentas-Municipales-con-Perspectiva-de-G%C3%A9nero.pdf
El género se refiere a los comportamientos, actividades, y atributos que una sociedad determinada, en una época determinada, considera apropiados para hombres y mujeres. Además, de los atributos sociales y las oportunidades asociadas con la condición de ser hombre y mujer, y las relaciones entre mujeres y hombres, y niñas y niños. Estos atributos, oportunidades y relaciones son construidos socialmente y aprendidos a través del proceso de socialización y son específicos al contexto/época y son cambiantes. El género ha desarrollado autocategorizaciones que incluyen rasgos de personalidad, actitudes y percepciones que derivan de características biológicas, físicas, económicas, sociales, psicológicas, eróticas, jurídicas, políticas y culturales que moldean y determinan qué se espera, se permite y se valora en una mujer (es decir lo femenino) o en un hombre (lo masculino) en un contexto determinado. Lagarde, Marcela (1996). *El género, fragmento literal: 'La perspectiva de género', en Género y feminismo. Desarrollo humano y democracia*, España, Horas y HORAS, pp. 13-38. Recuperado de https://catedraunescodh.unam.mx/catedra/CONACYT/08_EducDHyMediacionEscolar/Contenidos/Biblioteca/Lecturas-Complementarias/Lagarde_Genero.pdf.

[8] Por igualdad de género se entiende la igualdad de derechos, responsabilidades y oportunidades de todas las personas. La igualdad no significa que las mujeres y los hombres sean iguales, sino que los derechos, responsabilidades y oportunidades no dependen de si nacieron con determinado sexo. Implica que los intereses, necesidades y prioridades de mujeres y hombres se toman en cuenta, reconociendo la diversidad que existe entre ellas y ellos y en general entre todas las personas, y a que no es sólo un asunto de mujeres,

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Ahora bien, aunque hay aspectos favorables dado que hay mayor igualdad de género, también hay consecuencias negativas porque prevalece la desigualdad ya que, actualmente, las mujeres están asumiendo mayores cargas de trabajo, responsabilidades y obligaciones que se suman a las que ya tienen de por sí y que no siempre son remuneradas, valoradas ni reconocidas; e incluso llegan a afectar su salud física y emocional, incrementando la precarización de sus condiciones de vida. Actualmente las mujeres tienen que asumir dobles o triples jornadas de trabajo que se suman a las jornadas que ya de por sí tenían dentro del hogar, viven con más estrés y tienen que salir a trabajar fuera del hogar en condiciones desventajosas porque en ocasiones no reciben salarios justos ni son tratadas en igualdad con los hombres.

Por tanto, el reconocimiento, la adopción y el ejercicio de los derechos humanos, es imprescindible para que las mujeres -así como toda aquella otra población, grupos y sectores de atención prioritaria-[9] cuenten con las condiciones necesarias y favorables para que se puedan desarrollar, asumiéndose como ciudadanas con derechos y con poder de decisión tanto en su vida personal como en la vida pública. Por eso es tan importante que desde instituciones como el IECM, se trabaje por alinear y asumir compromisos establecidos por México en acuerdos internacionales como lo establecido en "Transformar nuestro mundo: la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible", la cual tiene entre sus planteamientos el "no dejar a nadie atrás", como se verá a continuación.

1.2 Los desafíos en la "Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible"

El documento para "Transformar nuestro mundo: la Agenda 2030 para el Desarrollo

sino que concierne e involucra tanto a ellas como a los hombres. La igualdad entre mujeres y hombres se considera una cuestión de derechos humanos y es un requisito como un indicador del desarrollo centrado en las personas. ONU Mujeres. Ibídem. *Profundicemos,* p. 46.

[9] Como son niñas, niños y adolescentes; personas jóvenes; personas adultas mayores; con discapacidad; quienes forman parte de la diversidad sexual; migrantes; víctimas; en situación de calle; privadas de la libertad; que residen en instituciones de asistencia social; afrodescendientes; indígenas y minorías religiosas, entre otras y otros, conforme lo mandata la Constitución local para que se garantice su atención preferente para que gocen del pleno ejercicio de sus derechos y se eliminen progresivamente las barreras que impiden la realización de sus derechos y alcancen su inclusión efectiva en la sociedad. Comisión de Derechos Humanos del Distrito Federal. Los derechos humanos de grupos de atención prioritaria. *Defensor (Número 9, año xvi, septiembre 2018).* https://cdhcm.org.mx/wp-content/uploads/2019/01/dfensor_09_2018.pdf

Sostenible", conocido como la "Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible", fue aprobado el 25 de septiembre de 2015.[10] Dicha Agenda plantea 17 Objetivos del Desarrollo Sostenible (ODS) cuyo objetivo es poner fin a la pobreza, luchar contra la desigualdad y la injusticia, y hacer frente al cambio climático sin que nadie quede rezagado para el año 2030. Cabe destacar que México ha promovido en esta Agenda los temas de inclusión y equidad en un marco de derechos, además de seguir construyendo ciudadanía para las mexicanas y mexicanos.

La Agenda 2030 es considerada por los Estados como la expresión de una "visión de futuro ambiciosa y transformativa" y un compromiso para construir un mundo ambientalmente sostenible, socialmente justo y económicamente productivo, donde todas las personas disfruten del pleno respeto de sus derechos humanos. Sus 17 ODS son los siguientes:[11]

Fuente: Agenda 2030 para el desarrollo sostenible, disponible en: http://www.onu.org.mx/agenda-2030/

Aunque se trata de 17 ODS, destacan los objetivos 5, 8, 10, 13 y 16, vinculados a la igualdad de género y a la reducción de las desigualdades. (Para más información véase el contenido

[10] Es un acuerdo que, si bien no es un documento jurídicamente vinculante, sí está relacionado con Convenciones y Pactos de Derechos Humanos de carácter vinculante y es un marco referencial que orienta las políticas y programas públicos en todos los niveles (municipal, estatal, nacional e internacional) de los 193 países que la adoptaron -todos Estados Miembros de las Naciones Unidas-, entre ellos México. Naciones Unidas México. (20 de febrero 2020). *Agenda 2030.* Recuperado de http://www.onu.org.mx/agenda-2030/

[11] Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD). (2019). El enfoque de la agenda 2030 en planes y programas públicos en México. (PNUD), p. 16. Recuperado de https://www.undp.org/content/dam/mexico/docs/Publicaciones/PublicacionesGobernabilidadDemocratica/190305Gu%C3%ADaPlanear.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

de esta Agenda en http://www.onu.org.mx/agenda-2030/). Asimismo, dicha Agenda establece como enfoques transversales el de derechos humanos, de género, inclusión y medioambiental.[12]

1.3 Contribución del Instituto Electoral de la Ciudad de México para construir ciudadanía democrática

El IECM es la autoridad electoral depositaria de la función estatal para organizar las elecciones en la Ciudad de México y los procedimientos de participación ciudadana. Como organismo público autónomo, desde hace dos décadas, contribuye a fortalecer el régimen de partidos políticos y agrupaciones políticas locales, y trabaja en la **construcción de una ciudadanía más democrática y participativa** con el propósito de contribuir a generar una cultura cívica en la población y que ésta no sólo participe en procesos electorales específicos, sino que tenga un desempeño corresponsable en la vida pública de esta ciudad, del país y del mundo.

Por otro lado, para el IECM es estratégico promover a la **democracia** como una **forma de vida**; en la que las personas interactúan y se comportan respetando las leyes, ejerciendo **valores democráticos** como la tolerancia, la legalidad, el respeto, el diálogo, la pluralidad y la convivencia pacífica, entre otros, y en donde se reconoce la dignidad de las personas y la

[12] El enfoque de derechos humanos busca que las personas estén informadas, conozcan y ejerzan sus derechos humanos en cualquier ámbito de su vida y promueve que el Estado sea garante de los derechos humanos, los respete y los cumpla. El ejercicio de todos los derechos humanos conlleva la responsabilidad de su ejercicio. Por su parte, el enfoque de género promueve que en el mundo prevalezca el "respeto universal por los derechos humanos y la dignidad humana" y que "todas las mujeres y niñas gocen de la plena igualdad de género, y donde se hayan eliminado todos los obstáculos jurídicos, sociales y económicos que impiden su empoderamiento". Concretamente la Agenda 2030 promueve la igualdad de género no sólo como un derecho humano fundamental, sino como una base necesaria para lograr un mundo pacífico, próspero y sostenible. Respecto al enfoque de inclusión, demanda flexibilidad, hacer visibles la diferencias y asignar a cada persona lo que le corresponde, además de reconocer la pluralidad entre las personas, sobre todo con aquellas que forman parte de los grupos de atención prioritaria como pueden ser las niñas, niños, adolescentes, personas jóvenes, mujeres, personas que forman parte de la comunidad de lesbianas, gays, bisexuales, transexual, transgénero, travesti e intersexual, entre otras (LGBTTTI+), personas mayores, con discapacidad, indígenas, afromexicanas, migrantes y en situación de pobreza, entre otras. Y el enfoque medioambiental, el cual se interrelaciona con otras esferas como la social y la económica en pro del desarrollo sostenible y se denomina "Enfoque integrado para el desarrollo sostenible", aunque en el marco general de este taller se continuará llamando enfoque medioambiental. Este enfoque plantea la interdependencia entre el progreso social, el crecimiento económico y la protección ambiental y, por otro, la necesidad de asegurar beneficios simultáneos y de largo plazo en todos estos ámbitos (PNUMA, 2016). Por ello, la vinculación entre las esferas económica, social y ambiental. ONU Medio ambiente. (2018). *El Enfoque Integrado y la Dimensión Ambiental en la Agenda 2030.* Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente, p.6. Recuperado de https://wedocs.unep.org/bitstream/handle/20.500.11822/25644/dimension_ambiental_agenda2030.pdf?sequence=1&isAllowed=y y PNUD. (20 enero 2021). *Agenda 2030 Igualdad de Género para no dejar a nadie atrás*. Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD). Recuperado de http://americalatinagenera.org/newsite/index.php/es/igualdad-de-genero-y-agenda-2030

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

igualdad en la posesión y ejercicio de los derechos humanos, entre ellos los civiles y políticos.[13] La democracia está presente en la vida social, familiar, en la escuela, en la pareja, en el trabajo, es decir, en todos los ámbitos de la vida de una persona porque está conformada por un conjunto de valores que ayudan a convivir de forma pacífica y armónica.[14]

Así también, la democracia tiene que ver, tanto en lo político como en lo social, con las formas de participar e interactuar, es decir, con la posibilidad de coexistir de manera armónica e incluyente, gracias a actitudes y prácticas basadas en el respeto a las personas y a la ley, reconociendo su igualdad y dignidad así como con el ejercicio de la tolerancia y el diálogo como medios para conciliar las divergencias.[15] Otra tarea importante llevada a cabo por el IECM es la **educación cívica**, la cual tiene el propósito de contribuir al desarrollo de la **personalidad democrática**[16] con atributos y conductas orientadas al respeto y ejercicio de los derechos y valores humanos.

Asimismo, el IECM cuenta con la "***Estrategia Integral de Educación Cívica para la Ciudad de México 2017-2023***" (EI1723) cuyo propósito es generar las condiciones necesarias para el desarrollo de habilidades que permitan a la ciudadanía, la deliberación democrática y el uso de los mecanismos de exigencia para incidir en la solución de problemas públicos en su ciudad;[17] además de haber desarrollado, a lo largo de más de veinte años de existencia, un

[13] Rico, O. (2007). *Educación cívica y personalidad democrática*. *Educar para la convivencia con vivencia*. Manual para educadores. Recuperado de http://portal.iedf.org.mx/biblioteca/docentes/02_ECPD_Manual%20educadores_2007.pdf (p. 31).

[14] Fuentes y Covarrubias. (2016). Culturas familiares: hacia la construcción de familias democráticas. Guía para la implementación del taller. Recuperado de http://portal.iedf.org.mx/biblioteca/familia/culturas%20familiares_biblioteca%20e.pdf (p. 33).

[15] Rico, O. Ibídem, Educación cívica…p. 33.

[16] La personalidad democrática está conformada por un conjunto de capacidades y competencias cívicas que derivan del aprendizaje de diversos contenidos cognitivos, actitudinales y axiológicos, así como del desarrollo de habilidades como el diálogo, la autorregulación o la empatía que favorecen a una mejor convivencia. Por su parte las competencias cívicas implican lo que sabe una persona, lo que puede hacer (capacidades), lo que tiene la voluntad de hacer y lo que es (personalidad y actitud). Es el conjunto de nociones, conocimientos adquiridos y actitudes que permiten a las personas responder ante situaciones de su vida personal y social, en las que se involucra su perspectiva moral y cívica, así como su capacidad de resolver necesidades y conflictos tanto individuales como aquellos que se presentan en la interacción con las otras personas, estableciendo relaciones positivas. Conllevan diversas capacidades como: el auto reconocimiento y el auto cuidado de sí misma o mismo; el ejercicio responsable de algunos valores como la libertad.; el respeto y la pluralidad; el sentido de pertenencia a la comunidad, a la nación y la humanidad; el manejo y resolución de los conflictos; la participación social y política; el apego a la legalidad y al sentido de justicia, además del aprecio y la valoración de la democracia. Rico, O. Ibídem. *Educación cívica y personalidad democrática*…pp. 37-41.

[17] La EI1723 retoma tres ejes estratégicos para el fortalecimiento de la cultura cívica: Verdad, Diálogo y Exigencia, y propone procesos formativos para que la ciudadanía: a) Incremente el uso práctico de la información pública relacionada con la cultura cívica; b) Se apropie del valor del diálogo como medio para articular demandas, y c) Elabore soluciones como ente colectivo además de que exija congruencia del servicio público e incida en la solución de problemáticas públicas. Asimismo, la EI1723 cuenta con 3 ejes transversales: 1) Las alianzas

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

modelo de formación que busca promover la educación cívica y democrática en la Ciudad de México, haciendo énfasis en cuatro enfoques transversales como son: el de derechos humanos, género, inclusión y medioambiental, los cuales se abordarán más adelante.

1.4 Modelo de formación del IECM

Como ya se mencionó, el IECM ha desarrollado a lo largo de sus veinte años de existencia, un **Modelo de Formación Ciudadana** el cual pretende, entre otros aspectos, que las personas fortalezcan su ciudadanía y pasen del ejercicio de una ciudadanía pasiva a una activa. Por ciudadanía pasiva se entiende aquella en la que se tienen actitudes y comportamientos que muestran un nulo o escaso conocimiento y ejercicio de los derechos y valores democráticos; prevalece la apatía y se es indiferente a lo que acontece en la vida pública y en el entorno; sólo se busca el beneficio y bienestar individual, no tanto el bienestar común ni del medioambiente en donde se vive y se tienen actitudes más reactivas que proactivas, y su participación en la vida pública responde más bien a estímulos externos como pueden ser recibir dinero, camisetas, gorras, etcétera.

Por su parte la ciudadanía activa implica el conocimiento y ejercicio de los derechos y valores humanos y se manifiesta en las actitudes y acciones que emprende una persona para buscar el bienestar común y no sólo el propio; incluyendo el medioambiente que le rodea. La ciudadanía activa se informa, se forma, asume la corresponsabilidad de lo que acontece en la vida pública y aportar soluciones para crear mejores condiciones de vida para todas y todos,[18] sin esperar a que el gobierno "lo haga todo". Por ejemplo, una ciudadanía activa es aquella que cuida y procura su medioambiente inmediato, no lo contamina y trata de mantenerlo limpio sin esperar a que sus vecinas y vecinos limpien la calle o el gobierno mande el servicio de limpieza.

interinstitucionales, 2) La perspectiva de género e inclusión, el uso del lenguaje no sexista e incluyente y 3) Una ruta de seguimiento y evaluación en su implementación. Instituto Electoral del Distrito Federal. *Estrategia Integral de Educación Cívica para la Ciudad de México 2017-2023*. (EI1723), pp. 27 y 29. Recuperado de http://www.iedf.org.mx/www/sites/CapitalCivica/EI1723.pdf

[18]Instituto Nacional Electoral (INE). (2014). Ciudadanía en México ¿Ciudadanía activa?, p. 14. Recuperado de https://portalanterior.ine.mx/archivos2/s/DECEYEC/EducacionCivica/Ciudadania-Activa.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Ahora bien, el **Modelo de formación Ciudadana del IECM** está conformado por seis pilares y cuatro enfoques transversales:

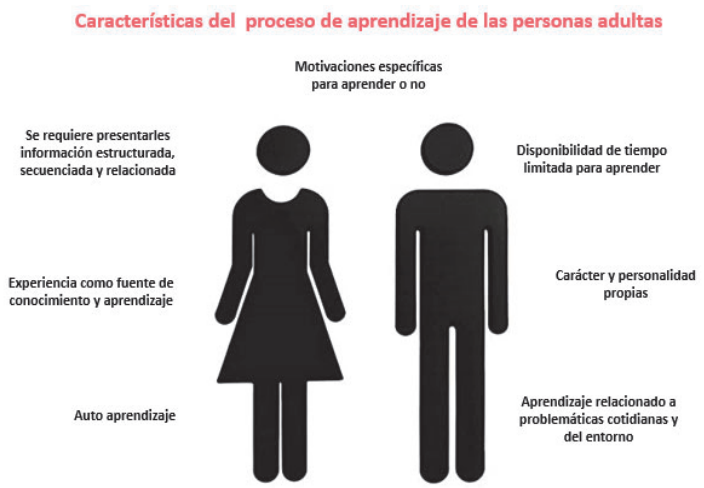
Fuente: elaboración propia con base en el modelo de formación del IECM.

1.4.1 Perfil de las personas adultas.- El proceso de aprendizaje en las personas adultas[19] implica la adquisición, confrontación, cuestionamiento, replanteamiento, reafirmación y enriquecimiento de información, conocimientos, valores y saberes, etcétera, que ya se poseen y que pueden contribuir a modificar sus percepciones, pensamientos, conocimientos, saberes, opiniones y comportamientos. Algunas de las características del proceso de aprendizaje en las personas adultas son:

[19] Las etapas tanto de la juventud como de la adultez, así como las capacidades físicas como la fuerza, la velocidad, la resistencia y la edad en las personas ya que estas capacidades entran en una etapa de plenitud entre los 20 y los 30 años, y pueden tener una reducción, en ocasiones significativa, durante la vejez del ser humano. Universidad de Educación a Distancia. (2000). Especificidad de la educación de adultos. Bases psicopedagógicas y señas de identidad. *Educación XX1. (ISSN: 1139-613X*), pp.9, 14-15. Recuperado de https://www.redalyc.org/pdf/706/70600304.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

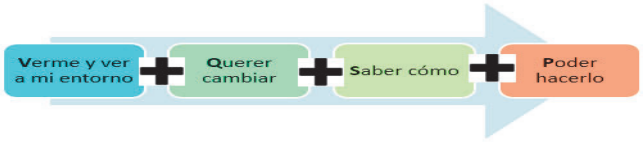
Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento



Fuente: elaboración propia con base en Universidad de Educación a Distancia. Ibídem. *Especificidad de la educación...* p. 110.

Algunos aspectos que pueden facilitar el proceso de aprendizaje en las personas adultas son: a) Realizar actividades que vinculen los contenidos abordados a su aplicación práctica; b) Analizar las situaciones y no sólo exponerlas; c) Visibilizar los resultados durante el proceso de aprendizaje y reforzar el aprendizaje deseado; d) Realizar ejercicios y repeticiones para corroborar y clarificar los contenidos; e) Motivar la comprensión, relevancia y aplicación de lo que se va a aprender y f) Tomar en cuenta el estado de salud, sobre todo si las personas se sienten fatigadas o enfermas, para recuperar su atención y ánimo.

1.4.2 Método "Ve que sí puedes": Dicho método atiende la necesidad de que las personas participantes en los talleres reflexionen, por un momento, y se motiven sobre el tipo de ciudadanía que están ejerciendo, comenzando por el auto reconocimiento de sí mismas y de su entorno a fin de identificar cómo se encuentran en este tema y valorar si desde su perspectiva, consideran conveniente modificar algunos aspectos para que ejerzan una ciudadanía más activa, de ser el caso. El método "Ve Que Sí Puedes" está compuesto por las iniciales de las palabras:



Fuente: elaboración propia con base en: Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. Ibídem. "Metodología PESA…"

Verme y ver mi entorno: Este auto reconocimiento es indispensable para comenzar a revisar "cómo estoy y me encuentro" al momento, así como observar cómo se encuentra mi entorno.	**Querer cambiar**: Se requiere el convencimiento y la voluntad de querer cambiar y pasar del pensamiento a la acción y no sólo quedarse en el plano del "así estoy bien" o el "sí quiero cambiar" pero en realidad no se hace nada.
Saber cómo: A partir de la información-conocimientos que una persona recibe, incorporarlos a fin de adquirir nuevas herramientas y habilidades y aplicarlos en el día a día para hacer las cosas de forma distinta y mejores.	**Poder hacerlo**: Tomar la decisión de actuar, modificar, mejorar, fortalecer y/o transformar aspectos personales con efectos en el entorno inmediato (pareja, familia, amistades, medio ambiente, etcétera).

1.4.3 Aprendizaje experiencial: Consiste en la interrelación entre la experiencia y la reflexión por parte de las personas adultas, donde no sólo basta con la experiencia para asegurar el aprendizaje, sino que éste debe estar íntimamente ligado a un proceso de reflexión personal, en el que se construyen significados a partir de experiencias vividas.[20] De ahí que sea tan importante que las personas a quienes se pretende formar, manifiesten sus conocimientos, valores propios, percepciones, fortalezas personales así como sus limitaciones, ya que todo en conjunto conforma los **saberes** que ya poseen. De ahí que sea tan importante cuidar tanto la forma como el fondo, para que las sesiones sean en la medida de lo posible, espacios informativos, pero también de sensibilización y reflexión con

[20] Universidad de Jaen. (2010). El aprendizaje experiencial y las nuevas demandas formativas. *Revista de Antropología Experimental* (*nº 10, 2010, especial educación 8)*, pp. 89-102. Recuperado de http://revista.ujaen.es/huesped/rae/articulos2010/edu1008pdf.pdf[21] Fuentes y Covarrubias. Ibídem. Culturas familiares…, p. 32.

Eliminado: ¶

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

nueva información y contenidos que aporten y enriquezcan los saberes que ya traen las personas.

1.4.4 Formación en valores de la democracia.- Otro de los pilares del Modelo de formación del IECM, es la formación en valores de la democracia.[21] Los valores son el conjunto de apreciaciones y opciones que afectan la conducta y configuran y moldean tanto ideas como formas de pensar, así como los sentimientos de las personas. Se trata de habilidades que se desarrollan mediante la práctica. De modo que formar en valores de la democracia implica que las personas reconozcan los beneficios, perjuicios y efectos que provocan su adopción y práctica en la interacción con las otras personas, con la finalidad de que, de manera consciente y responsable, se opte por ellos para crear ambientes de convivencia sanos donde prevalezca el beneficio mutuo y común y no solo el propio.

En la medida que se desarrollen capacidades en las personas para ejercer los valores de la democracia, esto ayudará, junto con otros aspectos, a construir sociedades que convivan de manera más armónica, respetuosa y pacífica, donde las personas se puedan desarrollar humanamente, sobre todo en sociedades actuales que se caracterizan por estar más bien "deshumanizándose", sin tejido social, individualizadas y empobrecidas en diversos aspectos, lo que ha llevado a contextos sociales, económicos y políticos donde prevalece la inseguridad, la violencia y el miedo, por mencionar algunas problemáticas. Los **valores democráticos** son los siguientes:[22]

[21] Fuentes y Covarrubias. Ibídem. Culturas familiares…, p. 32.
[22] IEDF. Ibídem. *Culturas familiares*… p. 34.[23] Asociación internacional de aprendizaje experiencial. Ibídem.

Eliminado: ¶

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Diálogo.- Es el intercambio de opiniones y sentimientos de manera tranquila, respetuosa y pacífica para convivir y entenderse mutuamente.

Igualdad.- Implica reconocer y respetar el valor de las personas por ser seres humanos, reconociendo sus derechos humanos y dignidad sin discriminar.

Legalidad.- Es actuar conforme a las reglas y normas establecidas y en el marco de la ley, evitando así dañar a terceras personas y respetando sus derechos humanos y dignidad.

Participación.- Es la acción de tomar parte de algo, junto con más personas, para alcanzar un objetivo común.

Respeto.- Es un valor social en el trato entre las personas y que se muestra también ante situaciones y/o circunstancias; parte del reconocimiento de que todas las personas tienen los mismos derechos y dignidad, evitando causar daños o perjuicios.

Libertad.- Es la posibilidad de pensar, elegir, decidir y actuar sin presiones externas, siendo responsable de asumir las consecuencias y/o resultados para la misma persona y para las demás personas.

Pluralidad.- Es el reconocimiento e inclusión de las distintas formas de pensar, ser y actuar, lo que implica la tolerancia y el respeto y permite que las personas convivan mejor.

Responsabilidad.-Prever y asumir las consecuencias de los propios actos, para las demás personas y para el entorno. Cuando alguien es responsable se compromete con su decisión y comunidad.

Tolerancia.- Es cuando se tiene la disposición de respetar a quienes tienen formas de pensar, ser y actuar distintas a la propia, siempre y cuando estas personas no cuestionen y/o vulneren la dignidad de las otras personas.

Sin embargo, para ejercer los valores democráticos se requiere desarrollar diversas capacidades para la convivencia las cuales contribuyen a que las personas adquieran a su vez competencias cívicas. De modo que uno de los retos en los talleres a impartir, es generar procesos de formación creando espacios en donde las personas participantes se auto

reconozcan y reflexionen, al menos por un momento, sus propios valores, identifiquen aquellos que son democráticos y se sensibilicen en la importante función que éstos tienen para formar y ejercer ciudadanía activa, contribuyendo así a desarrollar y fortalecer competencias cívicas en ellas y ellos.

1.4.5 Lo lúdico como recurso didáctico del Modelo de formación del IECM

"*Puedes aprender más de un individuo, durante una hora de juego, que en un año de conversación*" Platón.[23]

El juego es un recurso que en sí mismo es grato y relajante para quien lo practica; es una actividad que crea reglas, permite la interacción e integración y ayuda a "romper el hielo" entre quienes lo llevan a cabo. Las actividades lúdicas son también una estrategia educativa que favorece el desarrollo intelectual y afectivo en un proceso de aprendizaje. Suele ser repetitivo, placentero y tiene diversas finalidades (fomentar la cooperación, el diálogo, el debate, etcétera); también es factor de socialización y motivación.

La función del juego en los talleres es estimular la identificación y aplicación de los contenidos que se trabajen, pero también ayudar a que las personas se puedan enfrentar a situaciones y ejemplos ficticios, pero que se refieren a situaciones de la vida real en las que se puede aplicar lo aprendido. De ahí que el juego facilite la interacción, relaje a las personas, pero también las coloque ante situaciones donde pueden aplicar, repasar, reflexionar y decidir tomando como referentes tanto los saberes propios como lo que se está aprendiendo. De manera que, al echar mano del recurso lúdico, se genera un proceso de formación vivencial y se explotan al máximo las experiencias de la vida, enriqueciendo el aprendizaje individual y colectivo.

1.4.6 Rol de las personas promotoras-facilitadoras ciudadanas

"El aprendizaje es experiencia, todo lo demás es información" Albert Einstein.

[23] Asociación internacional de aprendizaje experiencial. Ibídem.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

En el modelo de formación del IECM hay dos tipos de actores básicos: por un lado, están las personas participantes en los talleres y por el otro las personas promotoras-facilitadoras. Las personas promotoras-facilitadoras tienen la función de facilitar y motivar el intercambio de ideas, experiencias y reflexiones entre quienes asisten a tomar el taller. Facilitar significa hacer posible o más sencilla determinada tarea; de modo que la persona promotora-facilitadora es aquella quien posee determinadas aptitudes, principios, conocimientos y habilidades, que le permiten motivar procesos de información, sensibilización y formación en las personas y en los colectivos.[24]

Las personas promotoras-facilitadoras deben tener la capacidad de realizar el trabajo de guías, escuchar, identificar, reconocer los saberes de las personas participantes en los talleres, además de manejarse con respeto hacia ellas y aplicar los valores democráticos y fomentarlos durante el desarrollo del taller. Es decir, deben propiciar en cada taller un ambiente de respeto, pluralidad, tolerancia, diálogo y convivencia, donde se construya una cultura democrática.

En todos estos puntos, es muy importante tratar de aprovechar al máximo el tiempo con las personas participantes en los talleres e identificar hasta qué nivel se pretende incidir en ellas, clarificando ¿qué se va a transmitir? ¿cómo se va a hacer y con qué herramientas se cuenta? ¿a qué meta (s) de información, sensibilización y/o formación se aspira llegar?, y ¿durante cuánto tiempo se va a trabajar con ellas?, entre otros aspectos ya que, si la persona promotora-facilitadora tiene claro todo esto, será más realista y asertiva en su proceso de formación.

[24] FAO y SADER. Ibídem. *Metodología*…p.16.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

1.4.7 Enfoques transversales en el modelo de formación del IECM

Como se mencionó anteriormente, el modelo de formación del IECM incorpora cuatro enfoques de forma transversal a fin de que se visibilicen y se promuevan en el trabajo de información, sensibilización y formación que se lleve a cabo en los talleres.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Enfoque de derechos humanos[25]	Enfoque de género	Enfoque de inclusión	Enfoque medioambiental
Este enfoque busca que las personas estén informadas, conozcan y ejerzan sus derechos humanos en cualquier ámbito de su vida y promueve que el Estado sea garante de los derechos humanos, los respete y los cumpla. Cabe destacar que el ejercicio de todos los derechos humanos conlleva la responsabilidad de su ejercicio. Algunas de las obligaciones del Estado en materia de derechos humanos son: ● Promover los derechos humanos para fortalecer una cultura de	Género se refiere a las identidades socialmente construidas, los atributos y los roles asignados a mujeres y hombres. "Género" no equivale sólo a las "mujeres" sino que se atribuye a las diferencias sexuales que generan relaciones jerárquicas entre hombres y mujeres y a la distribución de facultades y derechos en favor del hombre y en detrimento de la mujer. [26] Visibiliza la desigualdad con base en el sexo de las personas. El enfoque de género busca:	La inclusión es un proceso de identificación y comprensión de la diversidad en la sociedad que busca reducir las barreras que obstaculizan y discriminan el reconocimiento del "otro" y de su participación, lo que implica compartir las oportunidades y los bienes y servicios que están disponibles y que se generan en la sociedad. La inclusión demanda flexibilidad, hacer visibles la diferencias y asignar a cada persona lo que le corresponde, además de reconocer la pluralidad entre la población de atención prioritaria como pueden ser las niñas, niños, adolescentes, personas jóvenes, mujeres, personas que forman parte de la comunidad de lesbianas, gays,	Promueve que las personas se sensibilicen y sean responsables del medioambiente y del entorno en donde viven. Procurando el desarrollo sostenible (es decir, la satisfacción de las necesidades de la generación presente sin comprometer los recursos de las generaciones futuras para satisfacer las necesidades propias).[28] Una persona que es responsable de su medioambiente: • Respeta y protege todas las formas de vida; • Reconoce y asume los impactos y costos ambientales de sus acciones y

[25] Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA). (24 de febrero 2020). *El enfoque basado en los derechos humanos*. UNFPA. https://www.unfpa.org/es/el-enfoque-basado-en-los-derechos-humanos.

[26] Naciones Unidas Derechos Humanos. Oficina del Alto Comisionado. (2017). *Los derechos de la mujer son derechos humanos.* ISBN 978-92-1-354131-9, p. 43. https://www.ohchr.org/Documents/Publications/HR-PUB-14-2_SP.pdf

[28] Brundtland, Gro. (2018). *SOCIEDAD Brundtland, ¿Dónde está nuestro futuro común?* United Explanations. https://www.unitedexplanations.org/2012/04/02/brundtland-donde-esta-nuestro-futuro-comun/.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

derechos humanos en el quehacer cotidiano; ● Respetar los límites del poder público frente a los derechos humanos de las personas y no impedir su goce; • Asegurar el pleno goce y ejercicio de los derechos humanos; ● Prevenir, investigar, sancionar y reparar las violaciones a los derechos humanos.	● Reflexionar sobre las diferencias entre mujeres y hombres, basadas en aspectos culturales (machismos, discriminación, etcétera); ● Visibilizar cómo es que las diferencias biológicas entre los sexos se convierten en desigualdades sociales, económicas, culturales, educativas, etcétera, que limitan el acceso equitativo entre mujeres	bisexuales, transexual, transgénero, travesti e intersexual (LGBTTTI+),[27] personas mayores, con discapacidad, indígenas, afromexicanas, migrantes y en situación de pobreza, entre otras. Este enfoque promueve la igualdad y acceso a las oportunidades disponibles o aquellas que se vayan a crear, considerando las características, condiciones y diferencias en la población perteneciente a alguno de los grupos de	los de otras personas, en el desarrollo y bienestar actual y futuro; • Valora los saberes ancestrales y locales que son expresiones de una mejor relación humano-naturaleza; • Trabaja por el bienestar y seguridad de las personas en el presente y futuro; • Impulsa acciones a favor del desarrollo sostenible, y •

[27] LGBTTTI+: Lesbiana: mujer que se siente atraída erótica, física, afectiva y sexualmente por mujeres. Es una expresión alternativa a "homosexual", que puede ser utilizada por las mujeres para enunciar o reivindicar su orientación sexual; Gay: hombre que se siente atraído -en los mismos términos mencionados recientemente- por otro hombre. Es una expresión alternativa a "homosexual" (de origen médico); Bisexual: capacidad de una persona de sentir atracción erótico-afectiva hacia hombres y mujeres por igual, más allá de que el género de la otra persona sea el mismo o no qu e el suyo; Transexual: personas que se sienten y se conciben a sí mismas como pertenecientes al género y al sexo opuestos a los que social y cultura lmente se les asigna en función de su sexo de nacimiento, y que pueden optar por una intervención médica —hormonal, quirúrgica o ambas— para adecuar su apariencia física y corporalidad a su realidad psíquica, espiritual y social; Transgénero: este término –que incluye la subcategoría transexualidad y otras variaciones- es utilizado para describir las diferentes variantes de la identidad de género, cuyo común denominador es la no conformidad entre el sexo biológico de la persona y la identidad de género que ha sido tradicionalmente asignada a éste. Una persona trans puede construir su ide ntidad de género independientemente de intervenciones quirúrgicas o tratamientos médicos; Travesti: aquellas personas que gustan de presentar de manera transitoria o duradera una apariencia opuesta a la del género que socialmente se asigna a su sexo de nacimiento, mediante la utilización de prendas de vestir, actitudes y comportamientos; Intersexual: se refiere a las situaciones en las que la anatomía o fisiología sexual de una persona no se ajusta completamente a los estándares definidos para los dos sexos que culturalmente han sido asignados como masculinos y femeninos, es decir que hay características sexuales innatas en las personas pero con variacio nes intersexuales que podrían corresponder, en diferente grado, a ambos sexos. También existen otras identidades y orientaciones sexuales como son: Queer: aquellas personas que crean y manifiestan experiencias y expresiones alternativas más que una identidad fija; Asexual: personas que no sienten atracción sexual hacia o tras personas pero sí se pueden relacionar afectivamente con ellas; y Pansexual: capacidad de una persona de sentir atracción -erótica, física, afectiva y sexual- hacia otra persona, con independencia del sexo, género, identidad de género, orientación sexual o roles sexuales, así como la capacidad de mantener relaciones íntimas y/o sexuales con ella. Además, se puede considerar cualquier otra disidencia que no sea aceptada por la heteronorma y el binarismo tradicional. CONAPRED. (2016). *Glosario de la diversidad sexual, de género y características sexuales*. Recuperado de http://sindis.conapred.org.mx/investigaciones/glosario-de-la-diversidad-sexual-de-genero-y-caracteristicas-sexuales y Comité Jurídico Interamericano. (2013). *Informe preliminar sobre el tema Orientación sexual, identidad de género y expresión de género*, p.12. Recuperado de http://www.oas.org/es/sla/cji/docs/cji_agenda_actual_Orientacion_Sexual.pdf.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

● Garantizar los derechos humanos implica el deber de organizar el aparato gubernamental para que se puedan gozar y ejercer, plena y libremente estos derechos.	y hombres, a los recursos económicos, políticos y culturales, e ● Identificar vías y alternativas para modificar la desigualdad de género y promover la igualdad jurídica y la equidad entre mujeres y hombres.	atención prioritaria, así como sus necesidades individuales y/o colectivas.	• Promueve la consciencia de que sin un medioambiente sano y equilibrado no es posible la vida.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

II. Acercándonos a la democracia

El taller de "Democracia en las parejas" es pertinente porque en las vidas de las parejas se comparten espacios personales e íntimos donde también se gestan diversas experiencias tanto favorables como desfavorables como parte de la vida misma. Por ello para el IECM es pertinente abordar la democracia en las parejas y brindar herramientas útiles que puedan contribuir a que se creen ambientes de convivencia armónicos, respetuosos, con tratos dignos en los cuales las personas ejerzan sus derechos humanos.

El propósito del taller "Democracia en las parejas" es el siguiente:

Objetivo general

Identificar a la democracia como una herramienta para la vida que se puede practicar en las relaciones de pareja y que puede contribuir a crear, mejorar y mantener la convivencia para que sea sana, respetuosa, con trato digno y en la cual las personas ejercen sus derechos humanos.

Objetivos específicos

- Dar a conocer en qué consiste el trabajo del IECM y específicamente el de educación cívica.
- Conocer y reconocer a la democracia como una forma de vida que tiene principios y valores humanos y que se puede practicar en cualquier ámbito de la vida como es con la pareja.
- Conocer y reconocer algunos tipos de relaciones de pareja, ciertos aspectos importantes en las mismas, así como dos formas de convivencia en éstas.
- Identificar las manifestaciones de la violencia en las relaciones de pareja, así como la importancia del manejo pacífico del conflicto.
- Conocer algunos *tips* para crear y mantener la convivencia democrática en las relaciones

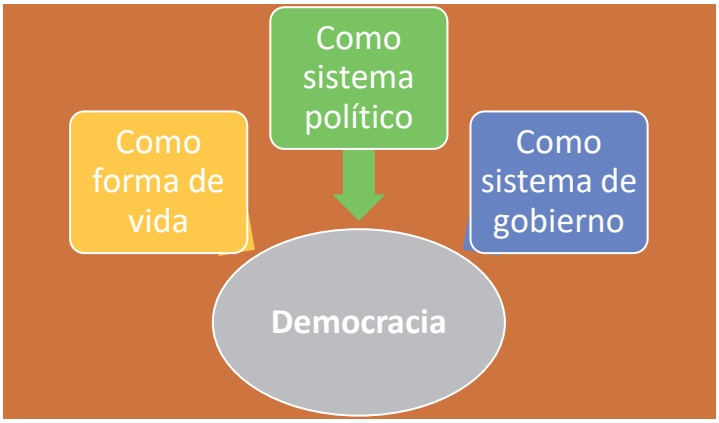
pareja, así como algunos ejemplos de la misma.

Enseguida se aborda qué es la democracia, sus principios, ventajas y retos al practicarla y en dónde se puede practicar como es en las relaciones de pareja.

2.1 ¿Qué es la democracia?

La educación en derechos humanos y la educación cívica fomentan la cultura y las prácticas democráticas, y promueven una cultura de paz.[29]

En este apartado se abordará qué es la democracia y tres formas en las que puede practicarse, las cuales coexisten de manera paralela:



Como ya se mencionó anteriormente, el IECM trabaja para promover la democracia no solo como un sistema político y de gobierno sino también como una a) **forma de vida** en la que se respeta y ejercen valores (como los revisados en la página 18) así como derechos humanos, lo que contribuye a crear ambientes de convivencia más favorables y menos conflictivos y/o adversos para las personas.

[29] Oficina del Alto Comisionado y del Secretario General. (2012). *Estudio sobre los problemas comunes a que se enfrentan los Estados en sus esfuerzos por garantizar la democracia y el estado de derecho desde una perspectiva de derechos humanos*. Informe de la Alta Comisionada de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos (A/HRC/22/29), p. 19. Recuperado de https://undocs.org/es/A/HRC/22/29

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Uno de los aspectos más importantes en las democracias es que salvaguarden tanto la dignidad de las personas como el respeto por el ejercicio de sus derechos humanos, más allá de su condición económica, discapacidad, raza, género y/o creencias religiosas, entre otros aspectos; y no se puede concebir una democracia que atenta contra la dignidad de las personas y no vela por sus derechos humanos.

Por otro lado, la democracia es también un b) **sistema político** que se deposita en el pueblo (demos), quien es el que ejerce el gobierno (kratos). Esta dimensión refleja la característica fundamental de la democracia, es decir, el gobierno de la mayoría —a diferencia de sistemas no democráticos como la autocracia (el gobierno de una sola persona), la oligarquía (el gobierno de pocos) y la aristocracia (el gobierno de "los mejores"). En realidad, en la democracia no debe existir el poder por encima del pueblo, sino que más bien el poder es detentado por la ciudadanía, de ahí que tanto sea legal y legítimo que prevalezca la voluntad popular y ésta sea soberana porque es "el gobierno del pueblo y por el pueblo".[30]

La democracia también es un c) **sistema de gobierno** que en el caso de México es representativo, republicano, democrático y laico en el que la ciudadanía tiene el derecho y el deber de participar en la resolución de problemas y temas de interés general, y en el mejoramiento de las normas que regulan las relaciones en la comunidad, a través de los mecanismos de democracia directa y participativa.

La democracia debe garantizar el derecho a votar en un sistema pluralista de partidos, conformar y formar parte de organizaciones políticas y a poder ser persona elegida en elecciones periódicas, auténticas, libres y limpias, realizadas por sufragio universal e igual donde el voto sea secreto y garantice la libre expresión de la voluntad de las y los electores, así como el respeto al Estado de derecho, la separación de poderes, la independencia del poder judicial, la transparencia y la rendición de cuentas en la administración pública y los

[30] Instituto Nacional Electoral (INE). (2019). *Principios y valores de la democracia*. Cuaderno de divulgación de la cultura democrática 1, p. 29. Disponible en https://www.ine.mx/wp-content/uploads/2020/02/cuaderno_01.pdf

procesos de adopción de decisiones y la existencia de medios de difusión libres, independientes y plurales.[31]

De ahí que la democracia y los derechos humanos tengan una relación de interdependencia que va más allá de que la primera no exista sin los segundos, ya que el goce y el ejercicio de los derechos humanos está vinculado a que se garanticen en un Estado de derecho, además de que si se viola ya sea a la democracia como a los derechos humanos, se ponen en riesgo ambos. Por tanto, la democracia debe garantizar el respeto de todos los derechos humanos y las libertades fundamentales como: la libertad de asociación y reunión pacífica, la libertad de expresión y opinión, de pensamiento, de conciencia, de religión o de creencias, el derecho en todas partes al reconocimiento de la personalidad jurídica y a participar en la dirección de los asuntos públicos, directamente o por medio de representantes políticos libremente elegidos.

La interdependencia entre la democracia y los derechos humanos se ha establecido en varios instrumentos internacionales de derechos humanos, como en el Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos y la Declaración Universal de Derechos Humanos, que dispone que: a) toda persona tiene derecho a participar en el gobierno de su país, directamente o por medio de representantes libremente escogidos; b) toda persona tiene el derecho de acceso, en condiciones de igualdad, a las funciones públicas de su país; c) la voluntad del pueblo es la base de la autoridad del poder público; esta voluntad se expresará mediante elecciones auténticas que habrán de celebrarse periódicamente, por sufragio universal e igual y por voto secreto u otro procedimiento equivalente que garantice la libertad del voto (art. 21).[32]

Para esto se requiere de la **institucionalidad**, es decir, crear, mantener y promover instituciones sólidas, transparentes, con funciones claras, con personas trabajadoras capacitadas para realizar sus funciones y sobre todo ser transparentes y que rindan cuentas

[31] INE, Ibídem. Principios y valores…
[32] INE, Ibídem. Principios y valores…, p.8.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

a la ciudadanía. Además de la institucionalidad, para que sea posible la democracia se requiere de un sistema de pesos y contrapesos para proteger de la impunidad, la corrupción y el abuso de poder en el marco de un **Estado de derecho**.

Por Estado de derecho se entiende…

> *un principio de gobernanza en el que todas las personas, instituciones y entidades, públicas y privadas, incluido el propio Estado, están sometidas a leyes que se promulgan públicamente, se hacen cumplir por igual y se aplican con independencia, además de ser compatibles con las normas y los principios internacionales de derechos humanos. Asimismo, exige que se adopten medidas para garantizar el respeto de los principios de primacía de la ley, igualdad ante la ley, separación de poderes, participación en la adopción de decisiones, legalidad, no arbitrariedad, y transparencia procesal y legal*».[33]

De modo que en un estado de derecho si alguna institución no está aplicando correctamente la ley, está haciendo procedimientos que no le corresponden, lo está haciendo erróneamente y/o violentando los derechos humanos de las personas, grupo de personas y/o afectando a otra (s) institución o pública o privada, se debe velar por su correcto y adecuado desempeño, conforme a la ley; por eso se habla de la importancia de crear un sistema de pesos y contrapesos, ya que cuando éste fracasa y se vulnera, la democracia puede dejar de funcionar; algunas causas de esto son:[34]

- Cuando se violan y vulneran los derechos humanos y las libertades de las personas;
- Se traspasan los límites de la participación ciudadana;
- Existe poca o nula libertad de expresión;
- Existe una falta de políticas efectivas de empoderamiento y acceso a la justicia;

[33] Naciones Unidas. *¿Qué es el estado de derecho?* NY. EEUU. https://www.un.org/ruleoflaw/es/what-is-the-rule-of-law/
[34] Oficina del Alto Comisionado y del Secretario General. (2012). Ibídem, *Estudio…*, pp. 9 y 10.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

- Se usurpa el poder y/o se dan gobiernos inconstitucionales que se pueden convertir en dictaduras;
- Existen problemas políticos y de seguridad nacional cuando existen gobiernos autocráticos y dictatoriales y/o existen grupos armados, guerrillas, delincuenciales que crean territorios de ingobernabilidad donde el Estado no puede acceder y están bajo su control, generando también inseguridad pública en la población;
- Existen problemas sociales y económicos como la pobreza y la marginación las cuales impiden el desarrollo humano de las personas, así como el debilitamiento del tejido social, además de la corrupción y la impunidad. Todo esto puede provocar que las personas dejen de creer en la democracia y se conformen con sistemas de gobierno mediocres y/o prefieran otros sistemas de gobierno;
- Cuando no son posibles las alternancias pacíficas y legítimas del poder político y se instauran gobiernos no legítimos, por la fuerza y que abusan del poder que les ha sido delegado por quienes gobiernan.

De ahí que sea tan importante hablar de gobernabilidad, porque el ejercicio de poder de la ciudadanía delegado en las personas que les gobiernan, pasa por un acuerdo y un equilibrio que es corresponsabilidad de ambos mantenerlo. Por tanto, se puede establecer que la democracia se da en la medida en que:

a) Las personas y las instituciones actúan conforme el ejercicio de valores y derechos humanos, se promueve su conocimiento y respeto;
b) Se mantiene un estado de derecho donde las instituciones funcionan con un sistema de pesos y contrapesos y se crean condiciones de paz y seguridad tanto pública como privada, donde las personas se sienten seguras, acceden y ejercen sus derechos humanos, los cuales son respetados de forma igualitaria sin distinción de raza, sexo, edad, orientación sexual,[35] personas con discapacidad, afrodescendientes, etcétera; y

[35] La orientación sexual se refiere a la capacidad de cada persona de sentir una profunda atracción emocional, afectiva y sexual por otras personas de diferente sexo/género o del mismo sexo/género o más de un sexo/género, y de entablar relaciones íntimas y sexuales con ellas. Básicamente hay tres orientaciones sexuales predominantes: hacia el mismo sexo/género (homosexualidad), hacia el sexo/género

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

c) Se cuenta con las mismas oportunidades más allá de que sean hombres o mujeres, y tienen la posibilidad de acceder a la educación, al trabajo digno, a obtener ingresos suficientes y a vivir en un ambiente sano y equilibrado, por mencionar algunos aspectos, entonces tienen la posibilidad de desarrollarse de forma integral.

Por ello, la democracia es tan importante e indispensable puesto que si existe y funciona adecuadamente en sus tres ámbitos como: forma de vida, sistema político y de gobierno, entonces puede contribuir de manera conjunta, al desarrollo integral (conformado por el desarrollo humano, social, económico, cultural, político y medioambiental) de las personas, las sociedades y de los entornos donde viven.

A partir de esto se puede establecer que:

Fuente: elaboración propia con base en Naciones Unidas, Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD) e Institute for Democracy and Electoral Assistance (IDEA). (2013). *Democracia y desarrollo: El rol de las Naciones Unidas*, p. 20. Recuperado de https://www.idea.int/sites/default/files/publications/democracia-y-desarollo.pdf

opuesto (heterosexualidad) o hacia ambos sexos/géneros (bisexualidad). ONU Mujeres. *Profundicemos en términos de género. Guía de terminología del lenguaje no sexista para periodistas y comunicadoras y comunicadores*, p.54. Recuperado de file:///C:/Users/Usuario/AppData/Local/Temp/Guia-lenguaje-no-sexista_onumujeres.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Ahora bien, la democracia tiene principios que son sus referentes y que la orientan en su actuar, enseguida, se ve cuáles son.

2.2 Principios de la democracia[36]

La democracia tiene principios los cuales son sus puntos de partida, reglas que la rigen y orientan y que, si no se cumplen, deja de ser lo que es y lograr su propósito. Algunos de estos principios son:

El principio de la mayoría y la defensa de los derechos de las minorías: implica un sano equilibrio entre el respeto a las opiniones y toma de decisiones de la mayoría sin dejar de ver y tomar en cuenta a las minorías, garantizando su inclusión y su representación, tratando de evitar "la dictadura de las mayorías". Las opiniones de las minorías valen dado que también gozan de los mismos derechos como el resto, por lo que se les debe tomar en cuenta (mediante el diálogo y la toma de acuerdos) y evitar marginarles o discriminarles por el hecho de serlo.	**Principio de la representación política democrática:** en las democracias modernas no se puede ejercer el poder directamente, debido a que es casi imposible por la cantidad de personas a quienes hay que gobernar, sin embargo, el poder delegado por parte de las personas gobernadas en quienes les representan políticamente, no se pierde sólo se les transfiere y deben ser consultadas mediante instrumentos como la revocación del mandato, el referéndum y/o el plebiscito, entre otros.[37]	**La igualdad política de la democracia:** por igualdad política se entiende que toda la ciudadanía es igual ante la ley (isonomía); tiene el mismo derecho a participar en los asuntos públicos (isegoría); tiene originariamente o "por naturaleza", el mismo poder (isocratía) e igual derecho a expresar libremente su opinión y su parecer (parrhesía).
Control social: todas aquellas personas, sean representantes políticos y gobernantes, deben ejercer gobiernos transparentes,	**Separación de poderes:** es la creación, separación e independencia de los poderes públicos entre los que se encuentran: el poder	**Elecciones libres, periódicas y auténticas:** se debe garantizar la organización y celebración de elecciones para que se

[36] Instituto Nacional Electoral (INE). Ibídem. *Principios…*, p. 34-36.
Sandi C. (9 junio 2013). La democracia. Principios. https://es.slideshare.net/CarlomagnoSandi/principios-de-la-democracia. La democracia. Democracia e igualdad. (16 abril 2020). [Mensaje en un blog]. Recuperado de http://recursostic.educacion.es/secundaria/edad/4esoetica/quincena7/quincena7_contenidos_1c.htm y Dahl, R. *¿Qué es la democracia?* Recuperado de https://webs.ucm.es/info/cpuno/asoc/profesores/lecturas/dahl.pdf

[37] Para mayor información ver el material del taller "Ciudadanía y mujeres en la Ciudad de México" en el cual se dan a conocer los instrumentos de participación ciudadana establecidos en la Ley de Participación Ciudadana de la Ciudad de México.

legítimos y hacer rendición de cuentas ante quienes representan. Por tanto, es indispensable crear mecanismos para ello y así evitar abusos de poder, corrupción y gobiernos ilegítimos.	Ejecutivo (presidente), el poder legislativo (diputadas y diputados y senadoras y senadores) y el judicial. Además, están los partidos políticos los cuales deben garantizar la libertad de organizarse y conformar agrupaciones políticas y participar libremente en ellas.	pueda ejercer el sufragio universal y secreto, donde la ciudadanía pueda participar y que sus decisiones valgan por igual; que se realicen elecciones transparentes y se realicen de forma periódica, organizadas de preferencia por entidades independientes y autónomas a los gobiernos.
Libertad de expresión: Deben ser sociedades en donde existe y se respeta la libertad de las expresiones y opiniones de las personas, grupos, organizaciones e instituciones públicas y privadas, así como de los medios de información y comunicación, salvaguardando a las personas que trabajan para ellos (como periodistas, reporteras y reporteros, defensoras y defensores de causas específicas, etcétera), su trabajo e integridad.	**Respeto a los derechos humanos:** Se debe promover que las personas conozcan sus derechos humanos y los ejerzan en cualquier ámbito además de que el Estado sea el principal promotor, protector y garante del respeto y ejercicio de los derechos humanos -sus instituciones y su personal-, evitando violentarlos.	**Creación de mecanismos de incidencia y participación ciudadana:** Es necesario que en las democracias existan mecanismos legales y legítimos que velen por quienes detentan el poder, es decir las y los ciudadanos; por tanto, se requieren mecanismos permanentes, accesibles y que garanticen que la voluntad popular, las decisiones y expresiones se expresen libremente y sean respetadas por los gobiernos.

Autonomía de las asociaciones: la ciudadanía tiene derecho a constituir asociaciones u organizaciones independientes y autónomas, incluyendo partidos políticos y grupos de interés en diversos temas.

También tiene valores como los vistos en la página 18. Ahora que se han revisado los principios de la democracia, se presentan algunas ventajas y retos al practicarla.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

2.3 Ventajas y retos al practicar la democracia

«La igualdad de género, las políticas feministas, los derechos de las mujeres, el empoderamiento de la mujer […] solo han tenido apoyo en democracia, sólo cuando se han basado en la lucha por la transformación social y por el cambio en el pacto social. [38]

Una de las formas en las que se puede identificar los aportes que alguien más o algo genera en la vida de una persona, es mediante los beneficios, ventajas y los retos que le representa, además de si esa persona o ese algo le motiva a generar cambios positivos en su vida.

La democracia es ese "algo" que genera ventajas y retos al practicarla en la vida de las personas:

Algunas de las **ventajas** de la democracia son:

a) Contribuye a crear condiciones para la gobernabilidad en las sociedades entendiendo por ésta un estado de equilibrio dinámico entre el nivel de las demandas de la sociedad y la capacidad del sistema político (Estado/gobierno) para responderlas de manera legítima y eficaz. La gobernabilidad se manifiesta en: i. La capacidad del mantenimiento del orden y la ley; ii. La capacidad del gobierno para una gestión eficaz de la economía; iii. La capacidad del gobierno para promover el bienestar social e, iiii. El control del orden político y la estabilidad institucional ya que un déficit de gobernabilidad se manifiesta cuando existe discrepancia, es decir, falta de acuerdos entre las demandas de las personas, grupos, organizaciones e instituciones tanto públicas como privadas en la sociedad, frente a las respuestas, decisiones y acciones de su gobierno.[39]

[38] *Democracia y desarrollo: El rol de las Naciones Unidas,* p. 24. Recuperado de https://www.idea.int/sites/default/files/publications/democracia-y-desarollo.pdf

[39] Mayorga, F. (2007). *Gobernabilidad y gobernanza en América Latina*. Institut de Recherche et Débat sur la Gouvernance. http://www.institut-gouvernance.org/es/analyse/fiche-analyse-334.html.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

b) Promueve la inclusión de todas las personas, sin distinción de clase social, raza, religión, características físicas y orientaciones sexuales, entre otros.
c) Promueve el conocimiento, apropiación, respeto y ejercicio de los derechos humanos de todas y todos sin distinción de nadie.
d) Contribuye a crear condiciones de paz y convivencia más armónica en la medida que promueve valores democráticos y derechos humanos, y que éstos son respetados y ejercidos en cualquier ámbito de la vida, ya sea en la familia, con la pareja, en la escuela y el trabajo, etcétera.
e) El que la democracia contribuya al ejercicio y respeto de los derechos humanos de las personas, ayuda a que se demande legítimamente el cumplimiento de estos derechos frente a los gobiernos electos y se promueva el desarrollo humano de las personas.
f) Las democracias ofrecen la posibilidad de que las personas accedan a ejercer el poder público y político de forma legítima y abierta a todas las personas para hacer gobierno.

Algunos de los **retos** de la democracia son:[40]

a) Requiere que se respete lo que las mayorías opinan y deciden, lo que puede resultar discriminatorio o visto como imposición para quien no forma parte de las mayorías, de ahí que sea tan importante el diálogo, la toma de acuerdos por consenso y el disenso, es decir, el desacuerdo, y reconocer a las minorías, así como respetar su dignidad y derechos humanos, tratando de encontrar sanos equilibrios y visiones incluyentes para que no se creen "dictaduras".
b) En ocasiones puede percibirse costosa la inversión en la creación, manutención y ejercicio de los instrumentos y mecanismos de participación ciudadana, así como el ejercicio del sufragio universal.
c) En países con elevada densidad demográfica es difícil que impere o se establezca la democracia directa, lo que obliga a crear sistemas de representación política con

[40] Dahl, R. *¿Qué es la democracia?* Ibídem.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

gobiernos que en ocasiones, son corruptos, poco transparentes y se vuelven ilegítimos, lo que afecta la credibilidad y desvirtúa a la democracia.

d) El tener sistemas políticos representativos en ocasiones genera que las personas gobernadas deleguen e incluso casi se olviden, que ellos son quienes detentan el poder, ejerciendo ciudadanías muy débiles ante sus gobiernos, permitiendo abusos de poder.
e) La democracia demanda que la ciudadanía esté formada e informada, que sea activa y exija buenos gobiernos, sin embargo, en algunos países menos desarrollados y/o emergentes como México, esto no sucede y pueden existir ciudadanías débiles, poco empoderadas y desinformadas frente a sus gobiernos los cuales pueden ser corruptos, ineficaces y hasta autoritarios en su quehacer.
f) La libertad de expresión en las democracias permite que exista una variedad de voces y puntos de vista polarizados y divergentes, lo que en ocasiones puede complejizar la toma de decisiones para hacer gobierno.
g) La democracia demanda formación y educación cívica desde los niveles básicos para contribuir a que se forme una ciudadanía de calidad con gobiernos y sociedades que posean y ejerzan valores y derechos humanos, sin embargo, cuando este tipo de educación no se da, por diversas causas, se crean sociedades carentes de tejido social y civilidad.

Concretamente, el Estado Mexicano es el **GARANTE DE LOS DERECHOS CIVILES Y POLÍTICOS** y **SÓLO EL ESTADO PUEDE VIOLAR EL RESPETO A ESTOS DERECHOS**. Cuando una persona falta a alguno de estos derechos y afecta y/o agrede a otra persona, no se dice que comete "violación de derechos humanos" sino que se trata de un delito.[41]

[41] Huhle, R. (Diciembre 2021) *La violación de los derechos humanos ¿privilegio de los estados?* Recuperado de http://www.derechos.org/koaga/iv/1/huhle.html.
En junio de 2011 se publicaron diversas reformas a la Constitución mexicana (entre ellas al Artículo 1º constitucional) estableciendo lo siguiente: En los Estados Unidos Mexicanos todas las personas gozarán de los derechos humanos reconocidos en esta Constitución y en los tratados internacionales de los que el Estado mexicano sea parte, así como de las garantías para su protección, cuyo ejercicio no podrá restringirse ni suspenderse, salvo en los casos y bajo las condiciones que esta Constitución establece. Las normas relativas a los derechos humanos se interpretarán de conformidad con esta Constitución y con los tratados internacionales de la materia favoreciendo en todo tiempo a las personas la protección más amplia. Todas las autoridades, en el ámbito de sus competencias, tienen la obligación de promover, respetar, proteger y garantizar los derechos humanos de conformidad con los principios de universalidad, interdependencia, indivisibilidad y progresividad. En consecuencia, el Estado deberá prevenir, investigar, sancionar y reparar las violaciones a los derechos humanos, en los términos que establezca la ley. Senado de la República. *La reforma constitucional sobre*

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Una vez que se han abordado algunas de las ventajas y los retos que trae la práctica de la democracia, se abordará el ejercicio del poder, ya que este ejercicio no sólo se refiere al poder político de las personas quienes gobiernan, sino al poder que es detentado por la ciudadanía y que en ocasiones no es consciente de ello.

Hasta ahora se ha establecido que la democracia es una forma de vida en la que se ejercen valores y derechos humanos, así como el poder y que se tiene la posibilidad de crear, elegir y decidir vivir con esos valores y derechos, entonces cada persona también puede optar por la actitud con la que vive y enfrenta la vida también. De modo que una persona puede crear en sus ámbitos de vida íntimos y personales, ambientes favorables y armónicos practicando la democracia y ejerciendo su poder de forma responsable, pero también puede crear ambientes antidemocráticos, autoritarios, violentos y/o discriminatorios; de ahí la importancia de ser consciente de ello y revisar de forma individual, en pareja, en familia y/o con las personas con las que se convive cotidianamente según sea en caso, la manera de pensar, actitudes y comportamientos que se manifiestan en el día a día. Enseguida se aborda en qué espacios se puede practicar la democracia.

2.4 ¿En dónde se puede practicar la democracia?

La democracia sigue siendo el régimen que mejor servicio presta al desarrollo, puesto que establece un enlace político entre los ciudadanos y los responsables de las políticas que hace que estos últimos actúen de conformidad con el interés general o, al menos, con el de la mayoría». Claude Heller, Ex Representante Permanente de México ante las Naciones Unidas, 2007-2011.[42]

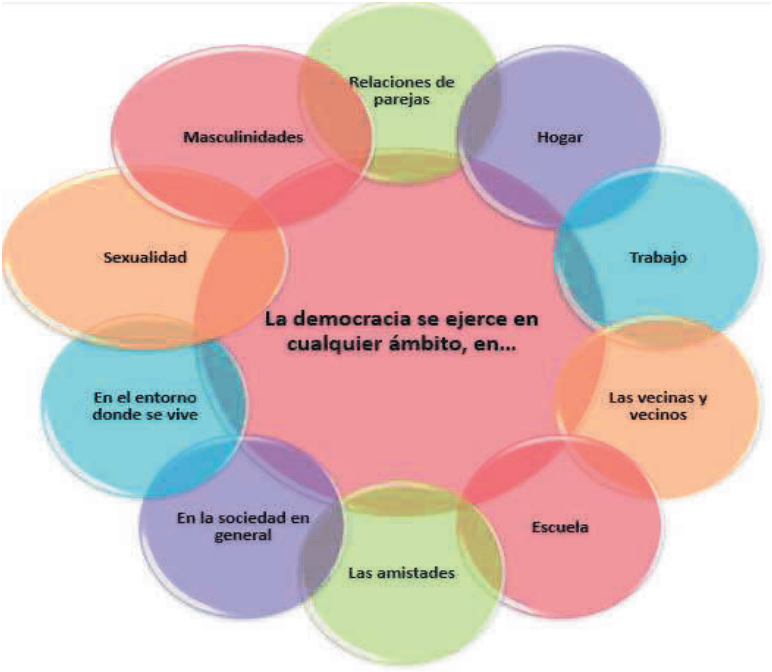
Como se mencionó anteriormente, la democracia se puede practicar en cualquier ámbito de la vida al ser una forma de vida, lo que significa que puede estar presente en la manera en la que las personas se relacionan, en las formas de pensar, de ser, en las actitudes y en los comportamientos. No se requiere tener un cargo político o trabajar como persona

derechos humanos. Una guía conceptual. Instituto Belisario Domínguez, p. 15. Recuperado de https://www.corteidh.or.cr/tablas/r33063.pdf

[42] *Democracia y desarrollo: El rol de las Naciones Unidas*. Ibídem, p. 20.

servidora pública en el gobierno, para decir que sólo en estos casos se practica la democracia, ni tampoco es requisito tener una profesión ni mucho o poco dinero, depende más bien, de apropiarse de valores y derechos humanos y de la forma en la que cada persona decide relacionarse con las otras, creando así ambientes democráticos o antidemocráticos.

Enseguida se mencionan algunos de los distintos ámbitos en los que se puede practicar la democracia:



Fuente: elaboración propia.

Democracia en el **hogar** se puede practicar cuando se distribuyen las tareas entre las personas que lo habitan, ya sean mujeres u hombres, más allá del vínculo familiar y de su género; lo importante es la participación en el mantenimiento, limpieza y orden del

Democracia en las relaciones de **pareja** se da cuando se ejercen y respetan los valores y derechos humanos y se crean relaciones sanas y equilibradas que contribuyen al bienestar y crecimiento mutuo de las partes que la integran; por lo que no solo basta con que exista el

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

hogar, evitando que se le dejen las tareas a una sola persona y/o a las mujeres por el simple hecho de serlo.

Democracia en el **trabajo** es posible cuando se respetan los puntos de vista de todas las personas y se aplican los valores democráticos en la convivencia cotidiana y se crea un ambiente laboral agradable y respetuoso; cuando se garantizan las mismas oportunidades entre mujeres y hombres y se respetan sus derechos laborales por igual (como el derecho a la maternidad y/o a ganar lo mismo cuando se tiene el mismo cargo.

Democracia en la **escuela** se practica cuando se llevan a cabo elecciones de representantes de grupo y/o estudiantiles; cuando no se comete *bullying* y se respetan las opiniones y puntos de vista de las demás personas. O bien, cuando se es responsable del acceso a la educación sin desperdiciar el tiempo al no estudiar o reprobar.

Democracia en la **sociedad** se da cuando se participa en las elecciones o en los procesos de participación ciudadana, ejerciendo una ciudadanía activa, evitando la indiferencia y/o la apatía ante los problemas públicos y la toma de decisiones que afectan a todas y todos. Cuando se exige que los gobiernos sean eficientes, transparentes y rindan cuentas evitando que se haga un abuso de poder y/o actos de corrupción que queden en la impunidad.

"amor" y el enamoramiento, sino que haya también respeto mutuo y un trato digno, evitando relaciones destructivas y violentas.

Democracia con **las vecinas y los vecinos** se practica cuando se organizan las personas para las mejoras de la colonia; cuando se es corresponsable de la seguridad pública; cuando intercedo frente a actos que vulneran la seguridad de las otras personas y la propia y no solo me preocupo por lo que pasa en mi casa , etcétera.

Democracia con **las amistades** se da cuando se practica el diálogo, se tolera y reconoce la pluralidad de ideas, de formas de ser y pensar y se respetan las distintas formas de ser y actuar de cada persona, sin imponer los propios puntos de vista o pretender que sean como una o uno quiere que sean.

Democracia en el **entorno** donde se vive se practica cuando se mantiene una relación de cuidado y respeto por el medioambiente, cuando no se contaminan los parques, jardines, áreas naturales, bosques, ríos, lagos, mares, barrancas y/o cañadas. Cuando no se maltrata a los animales, mascotas y se respeta su vida; cuando se tiene conciencia de que los recursos naturales y la tierra en general, tienen un periodo de vida limitado y se deben cuidar y conservar de forma sostenible sin comprometer los recursos de las futuras generaciones.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Democracia en la **sexualidad** se practica cuando una persona ejerce su sexualidad (actividad sexual, orientación de género y reproducción, entre otros), con libertad, responsabilidad y en plenitud de sus derechos sexuales y reproductivos. Por ejemplo, cuando una persona decide manifestar abiertamente su orientación sexual, no debe ser mal vista, rechazada ni discriminada.

Democracia en las **masculinidades** se practica cuando un varón y/o una persona que se identifica con el género masculino, reconoce y ejerce tanto los valores democráticos como sus derechos humanos y trata a las otras personas con dignidad y respeto y está abierta a asumir y realizar actividades, actitudes y responsabilidades más allá de estereotipos y roles de género sobre cómo "debe" ser y lo que "debe" hacer o no un hombre. Además, de que toma consciencia, evita y se hace responsable del ejercicio de poder desigual y de la violencia que se puede ejercer por parte del género masculino -al ser el poder hegemónico- sobre todo en sociedades machistas y patriarcales. Por ejemplo, cuando un varón asume de forma corresponsable la crianza de sus hijas e hijos y el cuidado de su hogar sin sentir "amenazada" su masculinidad.

La democracia como se puede ver, es dinámica y se puede practicar en cualquiera de estos ámbitos recién mencionados, incluso en un espacio tan íntimo y privado como es en las relaciones de pareja.

III. Democracia en las relaciones de pareja

Una pareja es la relación que se establece entre dos personas, animales o cosas. La palabra, como tal, proviene del latín *paricŭlus*, diminutivo de par, *paris*, que significa 'igual'. Concretamente una pareja se refiere a la relación sentimental que se establece entre dos personas que sienten atracción física, psicológica, emocional, intelectual y/o sexual, entre otras, inducen al acercamiento de una persona a otra con el propósito de llevar a cabo actividades específicas como la recreación, la socialización, el estatus, el acompañamiento, la intimidad, la sexualidad y el compromiso y/o intercambio sexual, ya que el amor varía tanto de una relación a otra, dependiendo de las combinaciones y los grados en que están presentes la intimidad, la pasión y el compromiso. La atracción, las expectativas y los

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

intereses presentes en las relaciones de pareja, pueden ser cambiantes conforme cada etapa de la vida y tienen distintas funciones.

En una relación de pareja, las personas pueden mantener relaciones íntimas entre sí, ya sea de forma preferente o exclusiva, y dicha relación puede ser más o menos formal, dependiendo cada caso, como estableciendo una relación de "amistad-noviazgo", de noviazgo, concubinato y/o matrimonio, entre algunas otras como las llamadas parejas de ocasión, por lo que hay una gran variedad de modalidades.[43 y 44]

Lo cierto es que en las relaciones de pareja se dan distintas dinámicas, situaciones, relaciones de poder, se involucran sentimientos, emociones, percepciones, personalidades, opiniones, sueños y formas de ser, entre otros aspectos. Cabe destacar que cuando se habla de parejas, no sólo se refiere a las parejas conformadas por mujer y hombre, es decir, por personas heterosexuales, aquellas que forman parte de la comunidad LGBTTTI+, personas con discapacidades, adultas mayores, etcétera,[45] por mencionar algunas. Concretamente la comunidad LGBTTTI+, está conformada por:

[43] Comisión Nacional para Prevenir y Erradicar la Violencia contra las Mujeres. *¿Qué te agrada? y ¿qué te agrede? en las Relaciones de Pareja,* p. 9. Recuperado de https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/178868/Que_te_agrada_y_que_te_agrade_en_las_relaciones.pdf
[44] (05/04/2017) Significados de pareja. [Mensaje en un blog] Recuperado de: https://www.significados.com/pareja/
[45] CONAPRED. Ibídem. *Glosario de la diversidad sexual*...

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Fuente: CONAPRED. Glosario de la diversidad sexual…Ibídem.

Ahora bien, es importante mencionar algunos tipos de relaciones de pareja,[46] sólo por mencionan algunos, ya que con esto no se pretende cubrir la gran variedad que existe, pero sí presentar algunos referentes:

[46] Comisión Nacional para Prevenir y Erradicar la Violencia contra las Mujeres. Ibídem. "*¿Qué…",* pp. 10-12.

NOVIAZGO: es la relación en la que existe un vínculo emocional y pasional, sin que necesariamente haya relaciones sexuales, y en la que hay un cierto compromiso, es decir, un deseo o promesa de duración del amor. Puede o no existir la expectativa de vivir juntos o casarse, pero lo que importa es la sensación de compartir estilos y maneras de ver la vida.

AMIGOVIOS: son relaciones que combinan amistad y momentos de cercanía erótica/sexual, en la que se da un conocimiento mutuo mezclado con abrazos y besos, sin un compromiso explícito y sin interferir con otras relaciones afectivas. La Real Academia de la Lengua incluye ya la palabra amigovio y la define como "persona que mantiene con otra una relación de menor compromiso formal que un noviazgo."

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

RELACIONES ABIERTAS: son relaciones donde ambas partes acuerdan mantener libertad para salir o tener relaciones sexuales con otras personas, bajo la condición de que no exista intimidad ni compromiso.

PAREJAS COMPAÑERAS: son relaciones que son similares a la del noviazgo en términos de la intimidad y el compromiso, sin embargo en éstas sí suelen existir relaciones sexuales.

LA RELACIÓN FREE: estas relaciones también conllevan una cercanía erótica o sexual ocasional o pasajera, pero no incluyen el vínculo emocional ni el compromiso.

A continuación, se mencionan algunos aspectos que pueden favorecer o desfavorecer las relaciones de pareja.

3.1 Aspectos importantes a tener en cuenta en las relaciones de pareja

En importante que se tomen en cuenta algunos aspectos que pueden jugar a favor o en contra en las relaciones de pareja, como son los siguientes:[47]

[47] Centro psicológico Animus. 7 reglas de oro para vivir en pareja. Recuperado de http://centropsicologicoanimus.com/centro-psicologico-animus/pdf/7-REGLAS-DE-ORO-PARA-VIVIR-EN-PAREJA.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

a) Los roles de género: [48] entendidos como las normas sociales y de conducta que, dentro de una cultura específica, son ampliamente aceptadas y socialmente apropiadas para las personas de un sexo específico. Suelen determinar las responsabilidades y tareas tradicionalmente asignadas a hombres, mujeres, niños y niñas. Los roles de género están condicionados por la estructura del hogar, el acceso a los recursos, los impactos específicos de la economía mundial y a situaciones de conflicto o desastre, entre otros factores relevantes como las condiciones ecológicas. Precisamente estos roles "han predeterminado" que las mujeres históricamente hayan sido las "mujeres del hogar," "las "amas de casa", las madres y esposas, las cuidadoras, las que educan, las que atienden y sirven, las que recogen, etcétera, lo que ha contribuido, bajo este paraguas, a que se generen desigualdades, maltrato, violencia y desequilibrios en las relaciones de pareja, entre otros, en detrimento y precarización de las mujeres.

b) El estrés: es muy común en la vida cotidiana de las personas y difícilmente puede evitarse, sin embargo, es necesario observar el estado que guarda tanto a nivel individual como en la pareja. También es importante procurar espacios que ayuden a aminorarlo, evitando que se mantenga, de ahí que sea necesario siempre tener un manejo adecuado de éste, ya que éste puede afectar el sueño, el carácter y la salud emocional y física de las personas y las relaciones interpersonales con la pareja, la familia, las amistades y/o las compañeras y compañeros de trabajo. [49] Cabe destacar que las personas que suelen estar constantemente bajo estrés, también pueden ser más propensas a tener reacciones violentas, agresivas y descontroladas, lo que creará ambientes antidemocráticos y traerá consecuencias negativas para la pareja por eso se debe evitar y estar al pendiente cuando se presenta para atenderlos y modificarlos de manera adecuada.

c) Las relaciones con la familia política: los problemas con la familia política pueden ser comunes, ya sea con la suegra y/o el suegro, con las cuñadas o cuñados, etcétera, y tensan

[48] ONU Mujeres. Profundicemos en términos de género. Guía de terminología del lenguaje no sexista para periodistas y comunicadoras y comunicadores, p.63. Recuperado de file:///C:/Users/Usuario/AppData/Local/Temp/Guia-lenguaje-no-sexista_onumujeres.pdf
[49] Centro psicológico Animus. Ibídem." 7 reglas…".

mucho a la pareja cuando se presentan problemas por las malas relaciones con dicha familia. Por tanto, es conveniente observar el tipo de relaciones existentes con la familia política y procurar atenderlas cuando sean malas, salvaguardando la sana convivencia, aunque esto incluso pueda implicar hasta evitar convivir.

d) El dinero: es una fuente de problemas muy importante ya sea porque se carece de éste, abunda y/o porque se entra en disputa por él. El dinero también puede colocar en situación de vulnerabilidad económica, emocional y física ya que se vuelve un mecanismo de ejercicio de poder y control e incluso de violencia y mediante éste se puede limitar, condicionar, obligar, empobrecer, explotar, manipular, etcétera, a otra u otras personas. En ocasiones mediante el dinero se ejerce violencia y vejaciones hacia las mujeres y se les condiciona, sobre todo cuando hay dependencia económica y hay hijas e hijos qué mantener de por medio. Por eso es importante estar atentas y atentos al papel que juega el dinero en la vida de las personas e incluso denunciar los atropellos, las explotaciones, amenazas y vejaciones que se hacen mediante éste.

e) Las relaciones sexuales: son un factor causal que puede jugar a favor o en contra de una relación de pareja ya que en ellas se ejerce el poder de maneras distintas y con diferentes intenciones e intensidades e incluso se llegan a cometer abusos, violaciones y vejaciones, colocando en situaciones de vulnerabilidad, riesgo e incluso hasta de muerte a las personas víctimas y generando desigualdades significativas en el ejercicio de poder; de ahí que sea tan importante cuidar el equilibrio, las relaciones sexuales sanas y evitar todo tipo de violencia en ellas.

f) El cuidado del hogar: es común que se les deje a las mujeres -sobre todo por los roles de género en una sociedad caracterizada por el machismo- el cuidado y atención del hogar y de las hijas e hijos, además de que son actividades y responsabilidades no remuneradas que incluso se desvalorizan porque no se consideran como trabajos. Esta situación puede generar desequilibrios, conflictos y ser una forma de violencia en las parejas al generarse

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

dobles o hasta triples cargas de trabajo sobre todo para las mujeres cuando también trabajan fuera del hogar y, cuando no lo hacen, producir dependencia económica y emocional y precarización. En ocasiones las parejas de las mujeres piensan que "ayudan" en el hogar, en el mejor de los casos, y lo hacen de manera opcional y a voluntad propia, sin embargo, es indispensable modificar este comportamiento y actitud ya que es corresponsabilidad de ambas partes en la pareja.

g) Las nuevas madres y padres: es posible que la llegada de una hija o hijo provoque grandes cambios en una pareja, generando momentos de tensión y desacuerdos porque la pareja entra en una nueva dinámica y también están los nuevos gastos económicos que antes no había. Todo esto puede generar que se le cargue más el trabajo a una parte en la pareja, por lo regular a la madre, más aún cuando la otra parte piensa que puede "ayudar" ocasionalmente o a voluntad propia, situación que no es así, dado que el cuidado, atención y educación de las hijas e hijos, así como su manutención conforme el acuerdo que exista, es corresponsabilidad de la pareja.

Ahora que se han mencionado algunos aspectos significativos y la forma en la que pueden favorecer y desfavorecer a las relaciones de parejas, se abordan dos formas de convivencia en ellas.

3.2 Dos formas de convivencia en las relaciones de pareja

Aunque puede haber diversas formas de convivir en las relaciones de pareja, se presentan a continuación dos formas: la democrática y la conflictiva.

3.2.1 Convivencia democrática en las relaciones de pareja

La convivencia democrática en las relaciones de pareja es aquella en la que el deseo y la intención por construir y mantener una relación donde prevalezcan valores humanos, se reconozca la dignidad y los derechos humanos más allá de quienes conformen la pareja; lo que está en el centro es la forma en la que se relacionan e interactúan las personas en las

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

parejas. Esto es importante porque en la medida que se logre construir y mantener el respeto, el reconocimiento de la otra parte y los acuerdos, se podrá coexistir de manera pacífica, armónica, siendo corresponsables cada parte del estado que guarda la relación. La convivencia democrática en las relaciones de pareja tiene algunas de las siguientes características:

Fuente: elaboración propia.

1. Practica de valores democráticos: implica que las partes en la pareja practiquen en su convivencia cotidiana los valores democráticos y de manera conjunta construyan una relación democrática o más

2. Corresponsabilidad en la atención y procuración de la relación de pareja: es corresponsabilidad en la pareja procurar que la relación se mantenga en equilibrio y trabajen ambas partes en procurarla. Por

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

democrática. Por ejemplo, cuando surge un desacuerdo y la pareja opta por dialogar y respetar los puntos de vista, a pesar de que sean diferentes, evitando ejercer la violencia y la imposición.

3. Reconocimiento a la libertad responsable de cada una de las partes en la pareja: cada persona posee libertad propia la cual debe ejercerse con responsabilidad. Por ejemplo, cuando una de las partes toma la decisión de ser fiel o infiel a su pareja, lo que traerá consecuencias positivas o negativas que deberán asumirse.

5. Reconocimiento de la dignidad y derechos humanos de cada persona: se debe respetar la dignidad de cada persona, así como el respeto de sus derechos humanos, evitando tratos indignos, discriminatorios, violentos que la afecten. Por ejemplo, existen parejas que reaccionan de forma agresiva y violenta e incluso llegan a cometer el feminicidio;[50] en el 2018 en

ejemplo, cuando se cuidan los detalles y las atenciones en el día a día, al hacer acciones que le gustan a cada parte en la pareja y se hace en reciprocidad sin que sólo una parte lo haga.

4. Trabajo individual para fortalecer la autoestima y autonomía (empoderamiento individual): Es muy importante que cada parte en la pareja procure trabajar y fortalecer su propia autoestima y su autonomía (física, económica y emocional) a fin de evitar la dependencia y/o codependencia económica y emocional, entre otras -lo que puede colocar en situación de vulnerabilidad a la pareja dependiente-, además de que esto puede contribuir a su empoderamiento.

6. Construcción de acuerdos y reglas para la convivencia en las relaciones de pareja: es importante que en la pareja se construyan reglas y se tomen acuerdos, pero también que sean funcionales y se mantengan vigentes para ambas partes, lo que implica revisarlos periódicamente. Por ejemplo, cuando una pareja que ya tiene hijas e hijos grandes y deciden, como nuevo acuerdo,

[50] El feminicidio se refiere al asesinato de una mujer por el hecho de serlo, el final de un continuum de violencia y la manifestación más brutal de una sociedad patriarcal. Este fenómeno ha sido clasificado según la relación entre víctima y victimario en cuatro categorías: i) Feminicidio de pareja íntima, ii) Feminicidio de familiares, iii) Feminicidio por otros conocidos y iv) Feminicidio de extraños, todos estos atravesados por las diferentes opresiones que viven las mujeres día a día. El feminicidio hace parte de las múltiples y complejas violencias

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

México, el 59.4% de las mujeres fueron agredidas de diferentes formas por su pareja y el 15.7% fue abusada sexualmente por su expareja o exesposo.[51]

7. Educación y cuidado corresponsable de hijas e hijos cuando los hay: el cuidado y educación de las hijas e hijos cuando los hay, se debe llevar a cabo por ambas partes en la pareja, y no solo dejarlo a una de las partes por el hecho de que se trabaja fuera del hogar, por el género o porque no se tiene tiempo. Por ejemplo, cuando en pareja acuerdan que una parte le dará de comer a la hija o hijo mientras que la otra parte la o lo dormirá cuando haga su siesta o por la noche.

dedicar más tiempo para su propia persona y realizar actividades recreativas de manera conjunta e individual, que les hagan sentirse bien consigo mismas y como pareja.

8. Participación corresponsable de las tareas del hogar: es necesario que en la dinámica de pareja ambas partes asuman el cuidado del hogar, asumiendo las tareas y distribuyéndolas de manera equilibrada, más allá del género de cada persona. Por ejemplo, cuando en pareja, una de las partes lava la ropa mientras la otra cocina y no se le deja todo a una de ellas solo porque es del género femenino.

Enseguida se aborda la otra forma de convivencia como es la conflictiva, en las relaciones de pareja.

3.2.2 Convivencia conflictiva en las relaciones de pareja

La convivencia conflictiva puede estar caracterizada por una seria de problemas desacuerdos, inconformidades y el ejercicio de los distintos tipos de violencia, de forma constante. La Organización Mundial de la Salud (OMS) define a la violencia como el uso

contra las mujeres, y no puede entenderse sólo como un asesinato individual, sino como la expresión máxima de esa violencia, en la que el sometimiento a los cuerpos de las mujeres y extinción de sus vidas tiene por objetivo mantener la discriminación y la subordinación de todas. ONU Mujeres Colombia. (2 de noviembre 2020). *Feminicidio*. https://colombia.unwomen.org/es/como-trabajamos/violencia-contra-las-mujeres/feminicidio.

[51] AM y ASN. (22 noviembre 2018). 6 de cada 10 mujeres mexicanas sufren violencia: INEGI. *Aristegui Noticias*. https://aristeguinoticias.com/2211/mexico/6-de-cada-10-mujeres-mexicanas-sufren-violencia-inegi/

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

deliberado de la fuerza física o el poder, ya sea en grado de amenaza o efectivo, contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones. Cubre también una amplia gama de actos que van más allá del acto físico para incluir las amenazas e intimidaciones.[52]

La "Ley General de Acceso de las Mujeres a una vida libre de violencia" establece concretamente que la violencia contra las mujeres es cualquier acción u omisión, basada en su sexo y género, que les cause daño o sufrimiento psicológico, físico, patrimonial, económico, sexual o la muerte tanto en el ámbito privado como en el público.[53] Los tipos de violencia que hay son los siguientes:

a) La **autoinflingida** es la violencia que se lleva a cabo una persona sobre sí misma y que puede ser a través de autolesiones y/o automutilaciones que pueden llegar hasta la propia muerte como sucede con el suicidio.
b) La **interpersonal** se divide en dos subcategorías, la violencia intrafamiliar o de pareja así como la violencia comunitaria, la cual se produce entre personas no relacionadas entre sí y que pueden conocerse o no, suele efectuarse fuera de hogar como el comportamiento suicida y los conflictos armados. Cubre también una amplia gama de actos que van más allá del acto físico como las amenazas e intimidaciones.[54]
c) La violencia **colectiva** en donde la violencia se da entre personas que se identifican a sí mismas como parte de un grupo que ejerce violencia sobre otro grupo o conjunto de personas con el propósito de lograr objetivos políticos, económicos o sociales. Adopta diversas formas como pueden ser conflictos armados dentro de los Estados o genocidios, represión y otras violaciones de los derechos humanos; terrorismo y crimen organizado, entre otras.

[52] Organización Mundial de la Salud (2002*). Informe mundial sobre la violencia y la salud*. ISBN 92 4 154562 3, pp. 14-16. Recuperado de https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/es/summary_es.pdf
[53] Cámara de Diputados. (13-04-2020). *Ley General de Acceso de las Mujeres a una vida libre de violencia*, p. 2. Recuperado de http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGAMVLV_130420.pdf
[54] Organización Mundial de la Salud. Ibídem. *Informe mundial...,* pp.14-16.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

En este taller se abordará concretamente la violencia interpersonal en las parejas. Ahora bien, es importante mencionar que la violencia tiene distintas manifestaciones como son las siguientes:[55]

Violencia física.- Se trata de cualquier acción que provoca daño o sufrimiento físico y afecta la integridad de una persona al producir: hematomas, heridas, quemaduras e incluso hasta un empujón intencional es violencia física. Por ejemplo, cuando una parte de la pareja golpea a la otra porque según él o ella, "provocó" su enojo.

Violencia sexual.- Toda acción que amenaza o viola el derecho de una persona a decidir sobre su sexualidad y abarca cualquier forma de contacto sexual. Como por ejemplo, el acoso, la explotación sexual, el abuso y/ o la intimidación sexual en cualquier tipo de relación.

Violencia psicológica.- Es cualquier acción en la que una persona se siente degradada, hostigada o humillada, siente temor y miedo. Por ejemplo, cuando en el hogar una parte de la pareja acosa a la otra parte y constantemente la maltrata, humilla y comete vejaciones hacia su persona.

Violencia institucional.- Se da cuando funcionarios o autoridades dificultan, retrasan o impiden que ciertos grupos sociales o personas gocen de los beneficios de algún programa o política pública, e incluso impiden que las personas ejerzan sus derechos humanos. Por

Violencia económica.- Son las acciones u omisiones que afectan la economía de las personas sobre quienes se ejerce, a través de limitaciones que controlan el ingreso de sus percepciones económicas, en la restricción, limitación y/o negación injustificada para obtener recursos

Violencia simbólica.- Se da cuando se promueven y/o educa con base en estereotipos, mensajes, valores y/o signos que favorecen actitudes, comportamientos y acciones que contribuyen a la desigualdad, al machismo, la discriminación y/o a la naturalización de

[55] Ayuda en Acción. (5 julio 2018). *Tipos de violencia contra las mujeres*. México, Ayuda en Acción. https://ayudaenaccion.org/ong/blog/mujer/tipos-violencia-mujeres/

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

ejemplo, cuando se le niega u obstaculiza la prestación de un servicio público (agua, alcantarillado, luz, etcétera) a un grupo de personas por ser opositoras al partido en el poder.

económicos. Por ejemplo, en algunas comunidades, las mujeres no pueden ser titulares de propiedad de tierras, por lo que son sólo los hombres (padres, hermanos, parejas sentimentales y maridos, etcétera) quienes pueden disfrutar de la titularidad.

cualquier rol de subordinación. Por ejemplo, cuando se demerita a las mujeres como "objetos sexuales" de consumo privado y público a través de la pornografía.

Violencia política contra las mujeres en razón de género.-[56] Es toda acción u omisión ejercida en contra de una mujer, en el ámbito político o público, que tenga por objeto o resultado sesgar, condicionar, impedir, restringir, suspender, menoscabar, anular, obstaculizar, excluir o afectar el reconocimiento, acceso, goce o ejercicio de los derechos político electorales de una mujer, así como el acceso al pleno

Violencia laboral.- Abarca a todas las personas y se puede intensificar conforme algunas condiciones de género, capacidades física, intelectuales, económicas, etnia, apariencias físicas, entre otros. Por ejemplo, no permitir el ascenso de mujeres a puestos directivos o que ganen los mismos sueldos o incluso mayores que los hombres o bien, no se les promueve para que complementen su

Violencia por motivos de género.-[57] Las agresiones (que se manifiestan mediante la discriminación, el odio y/u otro tipo de violencia que puede llegar hasta el homicidio) contra las personas por su orientación sexual o su identidad de género. Una forma de violencia es la homofobia (hacia las personas homosexuales) y transfobia (hacia las personas transgénero y/o

[56] IECM. (2021). "Manual sobre la violencia política contra las mujeres en razón de género. ¿Qué hago si soy víctima?", p. 17. Recuperado de file:///C:/Users/Usuario/Desktop/IECM%202021/Curso%20INE%20viol/Material%20consulta/MANUAL-VPG-2021-FEB-17.pdf

[57] Naciones Unidas. *Violencia homofóbica y transfóbica*. *Libres e Iguales*. Recuperado de https://www.unfe.org/wp-content/uploads/2017/05/Violence-Factsheet-Esp.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

ejercicio de las atribuciones inherentes a su cargo o función en el poder público. Por ejemplo, crímenes cometidos específicamente contra mujeres que son líderes comunitarias, defensoras de derechos humanos y/o son personas representantes del poder público.	formación académica y/o profesional. Por ejemplo, no permitir el ascenso de mujeres a puestos directivos o que ganen los mismos sueldos o incluso mayores que los hombres o bien, no se les promueve para que complementen su formación académica y/o profesional.	transexuales). Por ejemplo, cuando se agrede a una persona que forma parte de la comunidad LGBTTTI+ en el salón de clases y se acepta, sin que nadie haga nada.

Violencia patrimonial.- Se trata del conjunto de acciones, omisiones y conductas que realiza una persona en lo individual, grupal o institucional para afectar a otra (s) persona o grupo de personas, para impedir, obstaculizar y/o limitar la libre disposición y acceso a un patrimonio. (es decir bienes como objetos, documentos personales, valores, inmuebles, tierras, etcétera) que puede tener un valor económico y que se adquirieron, o se pueden adquirir, mediante el matrimonio, la unión libre, de manera independiente y/o por herencia, entre otros. Dicha afectación puede ser mediante la transformación, sustracción, destrucción, distracción, daño, pérdida, limitación y/o retención.[58] Por ejemplo, en algunas comunidades, las mujeres no pueden ser titulares de propiedad de tierras, sólo los hombres (padres, hermanos, maridos) quienes pueden disfrutar de la titularidad, esto es una forma de violencia patrimonial hacia las mujeres.

[58] Córdova, O. (2017). La violencia económica y/o patrimonial contra las mujeres en el ámbito familiar. *Revista del Instituto de la Familia*. Facultad de Derecho. Persona y familia (N° 06), pp. 39-58. https://www.unife.edu.pe/facultad/derecho/familia/publicaciones/REVISTA_PERSONA_Y_FAMILIA_2017/LA%20VIOLENCIA%20ECON%C3%93MICA%20Y.O%20PATRIMONIAL%20CONTRA%20LAS%20MUJERES%20EN%20EL%20%C3%81MBITO%20FAMILIAR.pdf .

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Violencia digital.-[59] Es cualquier acto realizado mediante el uso de materiales impresos, correo electrónico, mensajes telefónicos, redes sociales, plataformas de internet o cualquier medio tecnológico, por el que se obtenga, exponga, distribuya, difunda, exhiba, reproduzca, transmita, comercialice, oferte, intercambie y comparta imágenes, audios o videos audios o videos reales o simulados de contenido sexual íntimo de una persona, sin su consentimiento; que atente contra la integridad, la dignidad, la intimidad, la libertad, la vida privada de las mujeres o cause daño psicológico, económico o sexual tanto en el ámbito privado como en el público, además de daño moral, tanto a ellas como a sus familias. Se manifiesta en presión, persecución, hostigamiento, acoso, coacción, vejación, discriminación, amenazas o privación de la libertad o de la vida en razón de género. Por ejemplo, cuando una persona integrante de una pareja amenaza a la otra parte con publicar fotografías íntimas de su persona, sin su consentimiento.

Violencia contra los derechos reproductivos:[60] Acción u omisión que limite o vulnere el derecho de las mujeres a decidir libre y voluntariamente sobre su función reproductiva, en relación con el número y espaciamiento de los hijos, acceso a métodos anticonceptivos de su elección, acceso a una maternidad elegida y segura, así como el acceso a servicios de aborto seguro en el marco previsto por la ley para la interrupción legal del embarazo, a servicios de atención prenatal, así como a servicios obstétricos de emergencia.

Violencia obstétrica:[61] Acción u omisión que provenga de una o varias personas, que proporcionen atención médica o administrativa, en un establecimiento privado o institución de salud pública del gobierno de la Ciudad de México que dañe, lastime, o denigre a las mujeres de cualquier edad durante el embarazo, parto o puerperio, así como la negligencia, juzgamiento, maltrato, discriminación y vejación en su atención médica; se expresa por el trato deshumanizado, abuso de medicación y patologización de los procesos naturales, vulnerando la libertad e información completa, así como la capacidad de las mujeres para

[59] IECM. Ibídem. "Manual sobre la violencia política…", p. 17.
[60] IECM. Ibídem. "Manual sobre la violencia política…", pp. 13 y 14.
[61] IECM. Ibídem. "Manual sobre la violencia política…", p. 14.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

decidir libremente sobre su cuerpo, salud, sexualidad o sobre el número y espaciamiento de sus hijas e hijos.

Ahora que ya se han visto algunos de los tipos de violencia, se puede identificar que varias de ellas pueden estar presentes en una relación de pareja incluso sin que las personas se percaten de ellas, ya que puede darse la violencia económica, al limitarse la proveeduría de ingresos económicos cuando hay un divorcio y una de las partes en la pareja, ante el conflicto, no quiere aportar manutención para las hijas e hijos por su irresponsabilidad, o cuando se limita el gasto a la pareja como forma de control, por machismo y como una forma de ejercer el poder; o bien cuando una de las partes ofende continuamente, hace sentir menos y humilla a su pareja, todas estas manifestaciones son violencia.

Preguntas para la reflexión

De las manifestaciones de violencia recién expuestas ¿cuáles conoces tú? ¿a cuál de ellas te has enfrentado? ¿consideras que otras personas las conocen y las identificarían? ¿cuál (es) de estas manifestaciones consideras que prevalece (n) más en México? ¿qué opinas al respecto?

Cabe destacar que también existe el círculo de la violencia[62] el cual consiste en tres fases: a) Acumulación de la tensión: se caracteriza por el ejercicio de la violencia sobre todo psicológica, en la cual la persona que agrede manifiesta cada vez mayor irritabilidad, intolerancia y frustración: insulta, aísla, crítica, humilla, responsabiliza de su estado de ánimo, cela, deja de hablar, discute y no permite hablar, entre otras cosas.

b) Estallido de la violencia: Es el resultado de la tensión acumulada y es cuando se pierde toda posibilidad de comunicación con la persona que agrede quien descarga sus tensiones ejerciendo violencia sobre todo física, psicológica e incluso sexual, sin embargo,

[62] Inmujeres. *¿Qué hacer ante un caso de violencia familiar?* Recuperado de https://stjjalisco.gob.mx/files/home/Circulo_de_Violencia.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

luego de esto, reacciona reconociendo las lesiones provocadas en su víctima, argumentando que se trató de un "accidente".

c) Luna de miel: en esta fase se da un momento de reconciliación donde la persona agresora se muestra "arrepentida", no por el hecho de haber estallado de forma violenta si no por haberse "excedido" en la manera que lo hizo y pide disculpas y promete que el "incidente" no volverá a suceder, sin embargo, esto se vuelve a presentar y muy posiblemente las reacciones vayan siendo más y más violentas.

Las personas que ejercen la violencia abusan de su fuerza y poder y buscan hacer creer que las otras personas, sobre quienes la ejercen, no tienen ningún valor y que, sin importar lo que se haga, no encontrarán una vida mejor más allá de ellas o ellos; de ahí que sea indispensable observar estas conductas, la evidente desigualdad del ejercicio de poder que existe, identificarlas, denunciarlas y salvaguardar la propia integridad, el respeto de los derechos humanos e incluso hasta la propia vida.

Una vez que se plantearon las manifestaciones y el círculo de la violencia en las relaciones de pareja, se aborda el tema de la importancia del manejo pacífico del conflicto, ya que, en una relación de pareja, éste puede estar de manera latente por lo que hacer un manejo pacífico de éste puede ser pieza clave para construir y mantener la convivencia democrática en las relaciones de las parejas.

3.3 Importancia del manejo pacífico del conflicto

Es importante mencionar que un problema no es equivalente a un conflicto. Porque se puede estar frente a una situación adversa y problemática pero esto no forzosamente desemboca en un conflicto. Concretamente el conflicto surge cuando dos o más personas o grupos perciben o tienen posiciones, valores, intereses, aspiraciones, necesidades o deseos contrapuestos y se co-construye de manera corresponsable. La estructura de los conflictos está conformada por la interacción de tres elementos fundamentales: las

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

personas, el proceso y el problema y cualquiera de ellos o en su combinación, pueden ser causa de conflicto.[63]

Como se sabe, el conflicto siempre puede existir y estar latente en una relación de pareja, por lo que, lo medular, es el manejo que se hace de éste y el tipo de reacciones violentas o no que se manifiestan. A continuación, se presenta el **ciclo del conflicto**: [64]

Fuente: Ayuntamiento de Vitoria-Gasteizko Udala. Ibídem. *Resolución pacífica…*, p.10.

1. **Creencias y actitudes**: es necesario tener presente que cada persona tiene una personalidad propia, un carácter, formación y educación propios, que provienen a su vez de un conjunto de aspectos culturales, familiares, económicos, religiosos y sociales. Aunado a esto, hay formas de percibir el mundo y de responder a éste y cada persona lo hace de forma diferente, de ahí que el conflicto pueda surgir en cualquier momento y con mayor o menor intensidad.

2. **Conflicto**: está relacionado con la percepción de incompatibilidad, con la personalidad de cada persona y con el ejercicio de poder, entre otros, lo que puede determinar si el conflicto aparecerá, así como su intensidad. Las causas del conflicto pueden ser por el control de los recursos (dinero, poder, espacios); por las opiniones y puntos de vista personales y diferentes; por los

[63] Se hace una adaptación de contenidos a partir de Ayuntamiento de Vitoria-Gasteizko Udala. (Julio 2015). *Resolución pacífica de conflictos. Guía de recursos y experiencias prácticas para educadores*. Recuperado de https://www.ucm.es/data/cont/media/www/pag-50196/documentos/Gu%C3%ADa%20duIN.pdf
[64] Ayuntamiento de Vitoria-Gasteizko Udala. Ibídem. *Resolución pacífica…*

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Por ejemplo, si una mujer le comenta a su pareja que quiere trabajar para obtener ingresos propios, esto puede ser una gran noticia o quizá ser un detonador de conflicto, porque quizá la pareja lo vea como un beneficio para ella o quizá como una amenaza, ya que puede contribuir a su autonomía económica, dependerá precisamente de todo el contexto.

3. Respuesta: Se refiere a la forma en la que se reacciona ante algo que puede llevar al conflicto; de ahí que sea tan importante visibilizar las formas en que se puede reaccionar, ya que el conflicto se co-construye y cada persona tiene la posibilidad de reaccionar ante éste como lo decida, ya sea de forma pacífica, tranquila y buscando el entendimiento o bien, responder de forma agresiva y violenta. Cabe destacar que la violencia en las parejas no se justifica bajo ninguna causa y que puede llevar a que exista un círculo de violencia que pone en

intereses, deseos y valores contrarios y/o diferentes, por las creencias, etcétera.

Por ejemplo, cuando en una pareja, una de las partes pide a la otra parte que pase más tiempo con las hijas e hijos ya que ha estado muy ausente, pero ante esto, la otra parte contesta que no puede porque tiene mucho trabajo y que esto es "lo que les da de comer" y se molesta; ahí ya existe una forma de reaccionar violenta y con omisión de la responsabilidad del cuidado y atención de las hijas e hijos además de un ejercicio de poder desigual que genera ya conflicto.

4. **El resultado**: El resultado es la consecuencia que se genera por el tipo de respuesta que se da y puede haber muchas posibilidades en ello. Lo importante es tener conciencia del tipo de manejo que se hace del conflicto, porque de ello depende el resultado además de que se deben asumir de forma corresponsable los resultados, porque el conflicto -como ya se mencionó- se co-construye.

Por ejemplo, en el caso recién mencionado, si la pareja respondió de forma agresiva sin asumir la

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

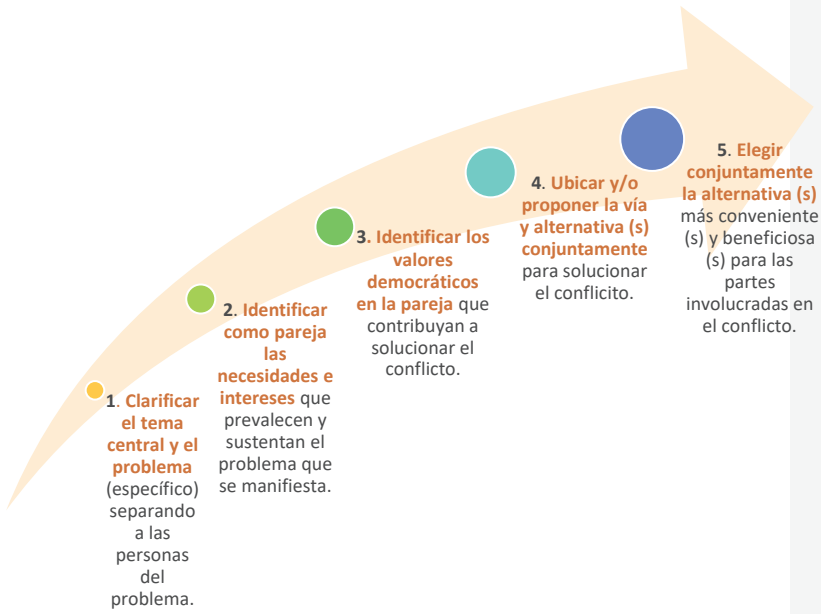
riesgo y vulnera la integridad y los derechos de las personas.

Por ejemplo, ante la petición de la pareja de convivir más con las hijas e hijos y en la reacción mencionada, ya hay una forma de responder implícita y un manejo no pacífico del conflicto.

responsabilidad del cuidado de las hijas e hijos, muy probablemente el resultado sea el mantenimiento e incremento del conflicto en la pareja con todo lo que ello implica, considerando que si la pareja suele ser violenta, se reproduzca el círculo de la violencia y pueda incluso aumentar.

Como se pudo ver en el ciclo del conflicto puede haber distintas evoluciones, por ello se desarrolla enseguida, una propuesta de manejo pacífico del conflicto en las relaciones de pareja:

Proceso para el manejo pacífico del conflicto



Fuente: elaboración propia en la que se hace una adaptación de contenidos a partir de Ayuntamiento de Vitoria-Gasteizko Udala. Ibídem. *Resolución pacífica…*

1. **Clarificar el problema específico**

2. **Identificar de forma conjunta las necesidades e intereses que prevalecen**

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

que genera el conflicto y separarlo de las personas involucradas: es importante identificar que cuando surge un problema y lleva al conflicto en la pareja, es conveniente separar el problema de las personas involucradas ya que en ocasiones, se anteponen las emociones negativas (enojo, molestia, etcétera) olvidando hasta los vínculos sentimentales, amistosos y/o familiares, y se anteponen dichas emociones sobre las personas, puede complicar más aún la situación para encontrar soluciones y evitar el ejercicio de la violencia.

Por ejemplo, cuando en una pareja surge el conflicto porque existen gastos económicos familiares fuertes y no hay suficientes ingresos económicos para cubrirlos, por lo que en la pareja hay tensiones y una de ellas, quien provee la parte económica, está sumamente estresado e irritable contra todos los integrantes de la familia, incluyendo las hijas e hijos menores de edad. Sin embargo, un día reacciona y se da cuenta de ello y le manifiesta a su pareja que el problema es lo presionado que se siente por la carencia de ingresos económicos.

3. Identificar los valores democráticos en las relaciones de pareja que contribuyan a solucionar el conflicto: es necesario no sólo identificar los intereses y necesidades de cada una de las partes en la pareja sino también, aquellos valores democráticos que pueden estar presentes o no en cada parte y en la relación, para ver cuáles de ellos pueden ayudar a atender el conflicto y a mejorar y fortalecer la relación y la convivencia, sin dejar de observar, atender, limitar y en su caso hasta denunciar las actitudes y **y sustentan el problema que se manifiesta:** se refiere a indagar las necesidades e intereses que genera realmente el problema, evitando interpretaciones personales –que en ocasiones pueden ser erróneas- e investigar qué es lo que piensa y desea la otra parte en la pareja, pero mediante el ejercicio de los valores democráticos como el diálogo, la tolerancia y el respeto. En ocasiones el problema no siempre revela lo que realmente se quiere o necesita y sólo desvía la atención.

Por ejemplo, siguiendo el mismo caso, cuando como pareja deciden hablar e identificar el problema central -como lo es la insuficiencia de ingresos económicos familiares- y ver las necesidades, prioridades y posibles soluciones de manera conjunta.

4. **Ubicar y proponer vías y alternativas para solucionar el conflicto:** si se identifica conjuntamente como pareja la causa del conflicto, se revisan conjuntamente los valores democráticos que se comparten o no como pareja y se trabajan de forma corresponsable los “focos rojos” como la violencia y el ejercicio de poder desigual, se podrán encontrar de

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

comportamientos violentos así como el ejercicio de poder desigual y que significan un "foco rojo" que pone en riesgo a todas aquellas personas sobre quiénes se ejerce la violencia.

Por ejemplo, será indispensable practicar los valores del diálogo y el respeto a fin de abordar de manera conjunta, las medidas que se pueden tomar para atender el problema económico familiar, reconociendo aquellos focos rojos (como la violencia) que se tienen que atender por el bienestar de la pareja y de la familia.

manera conjunta alternativas ante éste y otros conflictos que surjan.

Por ejemplo, como pareja acordar acudir a ayuda profesional como terapia de pareja o individual, hacer ejercicio, grupos de autoayuda contra la violencia, buscar otras fuentes de ingresos económicos para complementar ingresos y/o planificar mejor los gastos familiares, etcétera.

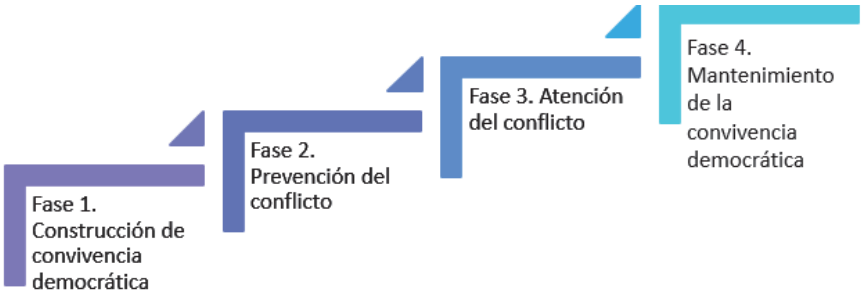
5. Elegir conjuntamente la (s) alternativa (s) más conveniente y beneficiosa para las partes involucradas en el conflicto: Lo importante es que la pareja dialogue y acuerde qué vía (s) puede ser la más beneficiosa para que la relación mejore, el problema se atienda y se cree, fortalezca y mantenga la convivencia democrática, con un trato mutuo digno y respetuoso de los derechos humanos de las personas involucradas.

Aunado a tener presente la importancia del manejo pacífico conflicto, enseguida se abordan algunos *tips* para construir la convivencia democrática en las relaciones de pareja.

3.4 *Tips* para construir y mantener la convivencia democrática en las relaciones de pareja

Los *tips* que se presentan a continuación, están agrupados en cuatro fases para construir y mantener la convivencia democrática en las relaciones de pareja:

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento



Fuente: elaboración propia con adaptación de contenidos a partir de Ayuntamiento de Vitoria-Gasteizko Udala. Ibídem. *Resolución pacífica…*

Fase 1.- Construcción de la convivencia democrática.-

a) Identificar los beneficios, ventajas y desventajas de la democracia y sus valores y cuáles se practican de manera personal, así como en pareja, a fin de acordar de manera conjunta su adopción, práctica y fortalecimiento para construir y/o mejorar la convivencia democrática en la relación de pareja, evitando alguna manifestación de la violencia;

b) Generar empatía, es decir, ponerse en el lugar de la otra persona en la pareja, para comprender mejor sus actitudes, comportamientos y reacciones, además de intentar buscar el bienestar mutuo y no sólo el de una de las partes, además de evitar actitudes machistas, misóginas, impositivas y/o violentas en la convivencia.

c) Crear espacios de diálogo y encuentro permanentes en donde la pareja se comunique, manifieste sus inconformidades, disgustos y alegrías etcétera, y en donde haya escucha y respeto al expresar libremente sus sentimientos y percepciones, además de mantener actitudes abiertas y constructivas por parte de ambas partes.

d) Identificar y revisar las creencias, prejuicios, roles de género y estereotipos, etcétera, que pueden influir negativamente en las percepciones, actitudes, formas de ser y comportamientos de cada parte en la pareja ya que pueden afectar la relación.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

e) Tener presente siempre que todas las personas tienen dignidad y poseen derechos humanos ya que esto puede contribuir también a crear convivencia democrática en las relaciones de pareja.

Fase 2. Prevención del conflicto:

a) Dialogar y acordar como pareja aquellos acuerdos y acciones que pueden prevenir llegar al conflicto y prestar atención a que permanezcan vigentes.
b) Crear espacios en los cuales se revise periódicamente cómo se encuentra la pareja y evitar hacer interpretaciones con las que se piense que "todo va bien" cuando no es así;
c) Identificar conjuntamente los principios y valores democráticos que les son comunes como pareja y/o que desean fortalecer y practicar en el día a día, evitando y/o atendiendo de forma oportuna, alguna manifestación de violencia;
d) Diferenciar los problemas causa del surgimiento del conflicto.
e) Evitar hacer interpretaciones unilaterales vs mantener una comunicación efectiva, ya que la interpretación conlleva el riesgo de "atinarle o no" a lo que realmente piensa y/o siente la otra parte, lo que puede llevar al conflicto.

Fase 3. Atención del conflicto:

a) Tener presente que el conflicto se co-construye entre dos o más personas que interaccionan y no sólo depende de uno. La pareja es corresponsable del estado que guarda su convivencia por lo que es necesaria la autoobservación, el auto reconocimiento, la autocrítica y tomar consciencia, así como la responsabilidad individual para asumir lo que le toca a cada quien.
b) Aplicar el proceso de manejo pacífico del conflicto ya mencionado y "echar mano" de otro tipo de ayudas como pueden ser:

   i. Abrir y mantener espacios de comunicación entre la pareja, mantener actitudes empáticas, perceptivas y abiertas;

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

ii. Buscar una persona mediadora como puede ser una amistad, alguien de la familia, una persona terapeuta y/o cualquier otra persona en la que se confíe y que pueda ayudar a abordar el conflicto en la pareja, sin que tenga preferencia por una de las partes.

c) Dejar pasar unos días y mientras realizar acciones y tener detalles que ayuden, favorezcan y aminoren el ambiente de conflicto, es decir distensarlo, como puede ser con una salida de campo, ir al cine, preparar el platillo favorito de la pareja, darse un regalo, etcétera, y cuando existen manifestaciones de violencia, evitarlas, atenderlas, limitarlas e incluso denunciarlas, a fin de salvaguardar la integridad de las personas y mantener la sana convivencia.

Fase 4. Mantenimiento de la convivencia democrática:

a) Mantener una actitud autocrítica y reflexiva en torno a las creencias, prejuicios, estereotipos, etcétera que prevalecen y afectan la relación como pueden ser actitudes machistas, misóginas, discriminatorias, violentas y/o demás.

b) Mantener espacios en los cuales se revise periódicamente cómo se encuentra la pareja y no dar por hecho que "todo va bien"; realizar actividades conjuntas, como pareja, más aún cuando hay hijas e hijos, y

c) Apoyarse mutuamente cuando hay iniciativas y nuevos proyectos tanto individuales como de pareja, siempre y cuando no afecten la relación y si así se percibe, dialogar y negociar por alternativas y opciones a fin de que se sientan satisfechas ambas partes.

LA CONVIVENCIA DEMOCRÁTICA Y MANTENERLA EN LAS RELACIONES DE PAREJA, ES UNA PRÁCTICA Y UNA DECISIÓN CORRESPONSABLE.

Preguntas para la reflexión

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

¿Cómo te sientes luego de hacer un recorrido por las formas de relaciones en las parejas? ¿en qué puntos específicos te has visto identificada? ¿en cuáles te sentiste confrontada o confrontado? ¿qué información es la que consideras más valiosa para la vida en pareja? Para identificar el estado que guarda la convivencia democrática en tu relación de pareja, también puedes hacer el ejercicio de consultar el "Igualómetro", el cual es una herramienta elaborada por la Comisión Nacional de Derechos Humanos, disponible en: https://www.cndh.org.mx/sites/all/doc/programas/mujer/Material_difusion/igualometro.pdf

Enseguida se presentan algunos ejemplos de la convivencia democrática en las relaciones de pareja.

3.5 Ejemplos de convivencia democrática en las relaciones de pareja

Algunos ejemplos de la convivencia democrática en las relaciones de pareja son:

Cuando se respetan los diferentes gustos, opiniones y formas de ser de cada una de las partes en la pareja y no se imponen criterios o juicios a la otra parte.	Cuando ambas partes participan en las labores del hogar y se reparten las tareas, y no se le deja solo a una parte conforme su género femenino.	Cuando en tu relación de pareja existe cero tolerancia a la violencia, bajo ninguna de sus manifestaciones, y ambas partes acuerdan optar por el diálogo y la negociación ante cualquier situación problemática.
Cuando se valora y reconoce el trabajo (tanto para quien lo realiza dentro del hogar como para quien lo hace fuera de éste) y el esfuerzo de cada una de las	Cuando una de las partes en la pareja respeta que la otra no quiera tener relaciones sexuales en determinado momento y no se le obliga, maltrata ni ejerce violencia	Cuando se educa y cuida de manera conjunta como pareja, a las hijas e hijos, más allá de los roles de género y sin que se le deje esta importante tarea solo

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

partes en la pareja, además de que se practica la corresponsabilidad en el cuidado del hogar.	o abuso por ello.	al género femenino.
Cuando se trata con respeto a la pareja, evitando tener actitudes y comportamientos que muestran “superioridad”, discriminación, violencia y/o maltrato, por cualquier motivo.	Cuando la pareja, aún están divorciados o separados, asume de manera corresponsable el cuidado, atención y manutención de las hijas e hijos, asumiendo así las obligaciones que les tocan a cada parte.	Cuando la pareja se apoya mutuamente en sus proyectos e iniciativas individuales, motivando a que los haya y a que no se sobrepongan unos sobre otros en detrimento de una de las partes y/o se descuiden o abandonen los proyectos de vida propios.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

IV. Desarrollo del taller

Para el desarrollo del taller "Democracia en las parejas", se presenta a continuación una propuesta que busca orientar en los contenidos y en el cómo se pueden abordar, pero en ningún caso pretenden ser limitativos ni en fondo ni en forma, sino que más bien, se sugiere que el personal del IECM así como las y los prestadores de servicios social se sientan en la libertad de adecuarlos y adaptarlos acorde al tipo de público participante en los talleres así como a las condiciones de tiempo, espacio y recursos disponibles en los territorios donde se trabaja. Además, es importante que se tomen en cuenta los contenidos abordados en el Marco general ya que pueden complementar y dar sustento al proceso de información, sensibilización y formación de las personas participantes.

Por otro lado, este taller cuenta con un juego didáctico llamado "Emparejándonos con la democracia", el cual se puede jugar en el marco de dicho taller, acorde a la disponibilidad de tiempo y otras condiciones favorables, pero también se puede hacer uso de éste en otros espacios de difusión y formación conforme se valore conveniente. Así también, se adjunta un "Directorio de instituciones públicas y privadas que prestan algunos servicios a mujeres y hombres en la Ciudad de México" (Anexo 1) para su consulta.

4.1 Propósitos del taller

El propósito del taller "Democracia en las parejas" es el siguiente:

Objetivo general

Identificar a la democracia como una herramienta para la vida que se puede practicar en las relaciones de pareja y que puede contribuir a crear, mejorar y mantener la convivencia para que sea sana, respetuosa, con trato digno y en la cual las personas ejercen sus derechos humanos.

Objetivos específicos

- Dar a conocer en qué consiste el trabajo del IECM y específicamente el de educación cívica.
- Conocer y reconocer a la democracia como una forma de vida que tiene principios y valores humanos y que se puede practicar en cualquier ámbito de la vida como es con la pareja.
- Conocer y reconocer algunos tipos de relaciones de pareja, ciertos aspectos importantes en las mismas, así como dos formas de convivencia en éstas.
- Identificar las manifestaciones de la violencia en las relaciones de pareja, así como la importancia del manejo pacífico del conflicto.
- Conocer algunos tips para crear y mantener la convivencia democrática en las relaciones de pareja y algunos ejemplos de la misma.

4.2 Temas a desarrollar

I. Acercándonos a la democracia

1.1 Qué es la democracia así como sus principios

1.2 Ventajas y retos al practicarla

1.3 En dónde se puede practicar

II. Democracia en las parejas

2.1 Algunos tipos de relaciones de pareja que hay

2.2 Aspectos importantes a tener en cuenta en las relaciones de pareja

2.3 Dos formas de convivencia en las relaciones de pareja

a) Convivencia democrática

b) Convivencia conflictiva

2.4 Importancia del manejo pacífico del conflicto

2.5 *Tips* para construir y mantener la convivencia democrática en las relaciones de pareja

2.6 Ejemplos de convivencia democrática en las relaciones de pareja

Duración: 2 horas.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

4.3 Secuencia didáctica

Tema	Objetivo	Dinámica	Actividad	Tiempo	Material
Presentación institucional del IECM	Dar a conocer brevemente en qué consiste el trabajo del IECM, específicamente en educación cívica.	Exposición	Exposición en plenaria	5 min	Rotafolio y/o computadora con cañón para proyectar en pared.
Propósito del taller	Presentar a las personas participantes el propósito y contenidos del taller, destacando la importancia y el valor de uso al ejercer una ciudadanía activa.	Exposición	Exposición en plenaria	10 min	Rotafolio y/o computadora con cañón para proyectar en pared.
Apertura con dinámica "Jalando parejo"	Generar la socialización entre las personas participantes del taller y que las personas "rompan el hielo", se sientan en confianza y relajadas previo al taller.	Grupal	Grupal	10 min	
Presentación tema **I. Acercándonos a la democracia** 1.1 Qué es la democracia así como sus principios. 1.2 Ventajas y retos al practicarla. 1.3 En dónde se puede practicar.	Que las personas participantes conozcan y/o reconozcan en qué consiste la democracia, sus principios y valores, así como las ventajas y retos al practicarla, así como los espacios en los que se puede ejercer.	La que se valore más conveniente	La que se valore más conveniente	25 min	El que se requiera conforme la actividad elegida.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Dinámica "Así me veo en pareja"	Provocar la reflexión en las personas participantes en el taller a fin de que revisen cómo se encuentra su relación de pareja, o si no la tienen con una amistad, e identifiquen a la democracia como una herramienta aplicable en sus relaciones de pareja.	Dinámica en parejas	Contestar test individual "Así me veo" y socializarlo en parejas y luego en plenaria.	30 min	Test para cada persona participante y lápices para cada una de ellas
II. Democracia en las parejas 2.1 Algunos tipos de relaciones de pareja que hay. 2.2 Aspectos importantes a tener en cuenta en las relaciones de pareja. 2.3 Dos formas de convivencia en las relaciones de pareja: a) Convivencia democrática b) Convivencia conflictiva 2.4 Importancia del manejo pacífico del conflicto. 2.5 Tips para construir y mantener la convivencia democrática en las relaciones de pareja. 2.6 Ejemplos de convivencia democrática en las relaciones de pareja.	Que las personas participantes conozcan y/o reconozcan algunos tipos de relaciones de pareja, aspectos importantes a considerar, dos formas de convivencia, la importancia del manejo pacífico del conflicto y algunos tips y ejemplos para construir y mantener la convivencia democrática.	La que se valore más conveniente	La que se valore más conveniente	25 min	El que se requiera conforme la actividad elegida

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Reflexión final. Preguntas detonadoras: ¿Qué considero que podría cambiar si practico la democracia con mi pareja? ¿Qué aspectos favorables pueden permitírmelo y cuáles no? ¿Cómo me siento para comenzar o continuar practicando la democracia con mi pareja?	Que las personas participantes socialicen lo que aprendieron en el taller, el valor de uso de lo aprendido y los espacios en los que consideran pueden aplicarlo.	Plenaria	Plenaria	10 min	
Aplicación de encuesta de satisfacción y en su caso de la encuesta de calidad.		Aplicación individual	Aplicación individual	5 min	Encuestas impresas
			Total	120 min (2 horas)	

4.4 Técnicas a utilizar en el taller

Nombre de la actividad	Descripción
"Jalando parejo"	**Propósito**.- Generar la socialización entre las personas participantes del taller y "romper el hielo" para que se sientan en confianza y relajadas, previo a comenzar el taller. **Descripción**.- Las personas participantes del taller se colocan en círculo, inicialmente se colocan viendo hacia fuera del círculo (de espaldas) y se le entrega una pelota para que la vayan circulando de forma rápida al ritmo de la

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

	música. Cuando para la música, la persona que se queda con la pelota pasa al centro a bailar; luego para comenzar nuevamente a circular la pelota, se voltean para estar de frente y rápidamente con la música, volver a pasar la pelota; nuevamente se vuelve a parar la música y baila otra persona en el centro del círculo. Lo importante es que la música sea movida para que la dinámica lleve buen ritmo, sea veloz el paso de la pelota y cuando pare, a quien le toque, se anime a bailar en el centro del círculo. **Reflexión final.-** Al final del ejercicio, las personas participantes comentan en plenaria cómo se sintieron con esta dinámica. Preguntas detonadoras: ¿Cómo te sientes ahora para comenzar el taller? ¿Cómo te sientes ahora respecto a las otras personas participantes y que quizá no conocías? ¿Qué habría pasado si se hubiera iniciado el taller sin hacer esta dinámica?, ¿habría sido igual?
Así me veo en pareja	**Propósito**.- Provocar la reflexión en las personas participantes en el taller a fin de que por un momento revisen cómo se encuentra su relación de pareja o con una amistad e identifiquen a la democracia como una posible herramienta para practicarla en la misma. **Descripción**.- Contestar un breve diagnóstico personal sobre la pareja o bien con una amiga o amigo, en caso de no tener pareja actualmente. Test individual. “Así me veo”

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Preguntas	Enumera del 1 al 5 (1 menor puntuación y 5 máxima puntuación)
1. ¿Cómo me siento el día de hoy?	
2. ¿Cómo me siento con mi pareja o con mi amistad?	
3. ¿Cómo me gustaría estar con mi pareja o con mi amistad?	
4. ¿Qué cambiaría en esta relación?	
5. ¿Qué mantendría igual?	
6. ¿Qué tomo de la democracia para mejorar mi relación?	
Suma TOTAL	

Puntuación 1-10 Estado: nivel bajo	Puntuación 11-15 Estado: nivel medio	Puntuación 16-20 Estado: nivel medio alto	Puntuación 21 en adelante. Estado: nivel alto
¡Algo anda muy mal! Implica atender de manera **urgente la situación en la pareja**, abriendo un espacio para la reflexión, revisión y comunicación tanto individual como con tu pareja, para que se valore si realmente se quiere continuar en la relación o bien, de manera conjunta, identificar los aspectos que consideren están afectando la relación -incluso buscar ayuda profesional y/u otra figura que pueda aportar de forma constructiva- y dialoguen sobre la posibilidad de incorporar a la democracia en	Hay focos rojos, ¡atención! Implica darle la importancia merecida a la relación sin dejar que las cosas vayan a peor, abriendo un espacio de reflexión, revisión y comunicación (tanto individual como de pareja) para tratar de atender de manera conjunta los aspectos que consideren están favoreciendo y/o afectando la relación, además de buscar ayuda profesional y/o buscar alternativas que contribuyan a mejorar la comunicación, la convivencia y el tiempo para estar juntos sanamente), además de	No te confíes, ¡hay que seguir trabajando! Implica atender la relación de pareja de una forma propositiva para que de manera conjunta, se revisen los aspectos tanto positivos como negativos que pueden contribuir a mejorarla, valorando conjuntamente la posibilidad de incorporar y/o fortalecer la práctica de la democracia en su día a día, así como las ventajas y desventajas que puede traerles hacerlo, o bien, identificar aquellos aspectos (valores y derechos humanos)	Excelente, ¡continúen así! Implica no bajar la guardia y revisar conjuntamente como pareja, los aspectos que les han funcionado y cómo los pueden fortalecer además de valorar la práctica de la democracia en su día a día, y qué elementos de ésta pueden contribuir a seguir manteniendo la relación y sana convivencia.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

	su relación cotidiana.	identificar ventajas y desventajas de incorporar a la democracia en su convivencia cotidiana.	pueden ayudarles a mejorar y mantener una sana y equilibrada relación de pareja.	

Trabajo en parejas.-

Socializar el test “Así me veo” con la pareja que toque, contestando las cinco preguntas siguientes:

a) Compartir el puntaje total del test individual

b) ¿Qué es lo que más me llamó la atención de la democracia que he visto hasta el momento en el taller?

c) ¿Qué me podría aportar la democracia para practicarlo en mi relación?

d) Si viera a mi pareja o amistad en este momento ¿qué mensaje le daría sobre la democracia?

e) ¿Veo viable practicar la democracia con mi pareja?, ¿por qué sí o no?

Reflexión final del ejercicio en plenaria (al menos participan una o dos parejas, dependiendo la disponibilidad de tiempo). Socializar las respuestas que dieron con la pareja (s).

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Fuentes de consulta

Publicaciones en línea

Ayuntamiento de Vitoria-Gasteizko Udala. (Julio 2015). *Resolución pacífica de conflictos. Guía de recursos y experiencias prácticas para educadores*. Recuperado de https://www.ucm.es/data/cont/media/www/pag-50196/documentos/Gu%C3%ADa%20duIN.pdf

Cámara de Diputados. (13-04-2020). Ley General de Acceso de las Mujeres a una vida libre de violencia, p. 2. Recuperado de http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGAMVLV_130420.pdf

Centro psicológico Animus. *7 reglas de oro para vivir en pareja*. Recuperado de http://centropsicologicoanimus.com/centro-psicologico-animus/pdf/7-REGLAS-DE-ORO-PARA-VIVIR-EN-PAREJA.pdf

Comisión Española de Ayuda al Refugiado. (2019). México. *Situación de la mujer.* Recuperado de https://www.cear.es/wp-content/uploads/2019/05/Situaci%C3%B3n-de-la-mujer-en-M%C3%A9xico-2019.pdf

Comisión Nacional de Derechos Humanos (CNDH) y otras instituciones. *Violencia política contra las mujeres en razón de género*. Recuperado de https://www.cndh.org.mx/sites/all/doc/OtrosDocumentos/Doc_2018_056.pdf

Comisión Nacional para Prevenir y Erradicar la Violencia contra las Mujeres. *¿Qué te agrada? y ¿qué te agrede? en las Relaciones de Pareja*, p. 9. Recuperado de https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/178868/Que_te_agrada_y_que_te_agrade_en_las_relaciones.pdf

Córdova, O. (2017). La violencia económica y/o patrimonial contra las mujeres en el ámbito familiar. Revista del Instituto de la Familia. Facultad de Derecho. Persona y familia (N° 06). https://www.unife.edu.pe/facultad/derecho/familia/publicaciones/REVISTA_PERSONA_Y_FAMILIA_2017/LA%20VIOLENCIA%20ECON%C3%93MICA%20Y.O%20PATRIMONIAL%20CONTRA%20LAS%20MUJERES%20EN%20EL%20%C3%81MBITO%20FAMILIAR.pdf

Dahl, R. *¿Qué es la democracia?* Recuperado de https://webs.ucm.es/info/cpuno/asoc/profesores/lecturas/dahl.pdf

Democracia y desarrollo: El rol de las Naciones Unidas. Recuperado de https://www.idea.int/sites/default/files/publications/democracia-y-desarollo.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Fondo Monetario Internacional. (2019). *Las mujeres y el crecimiento económico*. (Publicación trimestral Volumen 56 | Número 1. Finanzas y Desarrollo). Recuperado de https://www.imf.org/external/pubs/ft/fandd/spa/2019/03/pdf/fd0319s.pdf

Fuentes y Covarrubias. (2016). *Culturas familiares: hacia la construcción de familias democráticas. Guía para la implementación del taller*. Recuperado de http://portal.iedf.org.mx/biblioteca/familia/culturas%20familiares_biblioteca%20e.pdf

Inmujeres. ¿Qué hacer ante un caso de violencia familiar? Recuperado de https://stjjalisco.gob.mx/files/home/Circulo_de_Violencia.pdf

Instituto Electoral de la Ciudad de México (IECM). IECM. (2021). "Manual sobre la violencia política contra las mujeres en razón de género. ¿Qué hago si soy víctima?", p. 17. Recuperado de file:///C:/Users/Usuario/Desktop/IECM%202021/Curso%20INE%20viol/Material%20consulta/MANUAL-VPG-2021-FEB-17.pdf

Instituto Nacional de Geografía y Estadística (INEGI). (2016). *Encuesta Nacional sobre Dinámica de las Relaciones en los Hogares 2016* (ENDIREH). Recuperado de https://www.inegi.org.mx/programas/endireh/2016/

Instituto Nacional Electoral (INE). (2019). *Principios y valores de la democracia. Cuaderno de divulgación de la cultura democrática 1*. Recuperado de https://www.ine.mx/wp-content/uploads/2020/02/cuaderno_01.pdf

Instituto Electoral del Distrito Federal. *Estrategia Integral de Educación Cívica para la Ciudad de México 2017-2023*. (EI1723). Recuperado de http://www.iedf.org.mx/www/sites/CapitalCivica/EI1723.pdf

Lagarde, Marcela (1996). *El género y la perspectiva en Lectura 3.* Lagarde, Marcela, "El género", fragmento literal: 'La perspectiva de género', en Género y feminismo. Desarrollo humano y democracia, España, Horas y HORAS. Recuperado de https://catedraunescodh.unam.mx/catedra/CONACYT/08_EducDHyMediacionEscolar/Contenidos/Biblioteca/Lecturas-Complementarias/Lagarde_Genero.pdf. (p.12).

Naciones Unidas, Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD) e Institute for Democracy and Electoral Assistance (IDEA). (2013). *Democracia y desarrollo: El rol de las Naciones Unidas*. Recuperado de https://www.idea.int/sites/default/files/publications/democracia-y-desarollo.pdf

Naciones Unidas. *Violencia homofóbica y transfóbica. Libres e Iguales*. Recuperado de https://www.unfe.org/wp-content/uploads/2017/05/Violence-Factsheet-Esp.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

ONU Mujeres. (2016). *Principios para el empoderamiento de las mujeres en las empresas.* Recuperado de https://www2.unwomen.org/-/media/field%20office%20mexico/documentos/publicaciones/2016/publicacionweps.pdf?la=es&vs=

Organización Panamericana de la Salud para la Organización Mundial de la Salud (2002). *Informe mundial sobre la violencia y la salud*. ISBN 92 4 154562 3. Recuperado de https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/es/summary_es.pdf

Organización Mundial de la Salud, Organización de las Naciones Unidas contra la droga y el delito y Programa de la Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD). (2014). *Informe sobre la situación mundial de la prevención de la violencia 2014.* Recuperado de https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/145089/WHO_NMH_NVI_14.2_spa.pdf?sequence=1

Organización Mundial de la Salud (2002). *Informe mundial sobre la violencia y la salud*. ISBN 92 4 154562 3. Recuperado de https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/es/summary_es.pdf

ONU Mujeres. *Profundicemos en términos de género. Guía de terminología del lenguaje no sexista para periodistas y comunicadoras y comunicadores*. Recuperado de http://onu.org.gt/wp-content/uploads/2017/10/Guia-lenguaje-no-sexista_onumujeres.pdf

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) y Secretaría de Agricultura, Ganadería, Desarrollo Rural, Pesca y Alimentación (SAGARPA). (2016). *Metodología PESA México: manual para agentes de desarrollo.* Recuperado de http://www.fao.org/3/a-i5507s.pdf

Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD). (2019). *El enfoque de la agenda 2030 en planes y programas públicos en México*. (PNUD). Recuperado de https://www.undp.org/content/dam/mexico/docs/Publicaciones/PublicacionesGobernabilidadDemocratica/190305Gu%C3%ADaPlanear.pdf

Rico, Olaf. (2007). *Educación cívica y personalidad democrática. Educar para la convivencia con vivencia. Manual para educadores.* Recuperado de http://portal.iedf.org.mx/biblioteca/docentes/02_ECPD_Manual%20educadores_2007.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Páginas web

Asociación Internacional de aprendizaje experiencial. (20 de febrero 2020). *Introducción. I. ¿Qué es la experiencia? Facilitando el camino a la maestría profesional*. Asociación Internacional de aprendizaje experiencial. https://www.aprendizaje-experiencial.org/intro.

Ayuda en Acción. (5 julio 2018). *Tipos de violencia contra las mujeres*. México, Ayuda en Acción. https://ayudaenaccion.org/ong/blog/mujer/tipos-violencia-mujeres/

Brundtland, Gro. (2018). SOCIEDAD Brundtland, *¿Dónde está nuestro futuro común?* United Explanations. https://www.unitedexplanations.org/2012/04/02/brundtland-donde-esta-nuestro-futuro-comun/.

Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA). (24 de febrero 2020). *El enfoque basado en los derechos humanos.* UNFPA. https://www.unfpa.org/es/el-enfoque-basado-en-los-derechos-humanos.

Mayorga, F. (2007). *Gobernabilidad y gobernanza en América Latina*. Institut de Recherche et Débat sur la Gouvernance. http://www.institut-gouvernance.org/es/analyse/fiche-analyse-334.html

Ministerio de Justicia y Derechos Humanos. (19 mayo 2020) *¿Qué es la Consavig?* Argentina. Ministerio de Justicia y Derechos Humanos https://www.argentina.gob.ar/consavig

Naciones Unidas México. (20 de febrero 2020). *Agenda 2030*. http://www.onu.org.mx/agenda-2030/

Naciones Unidas Derechos Humanos. Oficina del Alto Comisionado. (2017). *Los derechos de la mujer son derechos humanos.* ISBN 978-92-1-354131-9. https://www.ohchr.org/Documents/Publications/HR-PUB-14-2_SP.pdf

Outdoor Trainning. http://www.aprendizajeexperiencial.com/.

Oficina del Alto Comisionado y del Secretario General. (2012). *Estudio sobre los problemas comunes a que se enfrentan los Estados en sus esfuerzos por garantizar la democracia y el estado de derecho desde una perspectiva de derechos humanos*. Informe de la Alta Comisionada de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos (A/HRC/22/29). https://undocs.org/es/A/HRC/22/29

ONU Mujeres Colombia. (2 de noviembre 2020). Feminicidio. https://colombia.unwomen.org/es/como-trabajamos/violencia-contra-las-mujeres/feminicidio.

Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD). *Informe Nacional de Desarrollo Humano. Guatemala.* PNUD. https://desarrollohumano.org.gt/desarrollo-humano/concepto/

¿Qué es la democracia? (11 mayo 2020). Enciclopedia de historia. https://enciclopediadehistoria.com/democracia/

Rodríguez, M. Logoterapia. México. http://www.maribelium.com/logoterapia.html

Blogs y podcast

Corbin, A. (18 mayo 2020). Los 14 tipos de pareja: ¿cómo es tu relación sentimental?: [Audio podcast]. Recuperado de https://psicologiaymente.com/pareja/tipos-de-pareja

La democracia. Democracia e igualdad. (16 abril 2020). [Mensaje en un blog]. Recuperado de http://recursostic.educacion.es/secundaria/edad/4esoetica/quincena7/quincena7_contenidos_1c.htm.

Marina, M. (16 enero 2019). Logoterapia. Saludterapia. [Mensaje en un blog]. Recuperado de https://www.saludterapia.com/glosario/d/49-logoterapia.html

Raffino, E. (10 enero 2020). "Relaciones Interpersonales" [Mensaje en un blog]. Recuperado de: https://concepto.de/relaciones-interpersonales/ y

(28 mayo 2020). Concepto de convivencia. [Mensaje en un blog]. Recuperado de https://concepto.de/convivencia

Sandi, C. (9 junio 2013). La democracia. Principios. [Mensaje en un blog]. Recuperado de https://es.slideshare.net/CarlomagnoSandi/principios-de-la-democracia.

(05/04/2017) Significados de pareja. [Mensaje en un blog]. Recuperado de: https://www.significados.com/pareja/

Sánchez, E. (17 marzo 2019). Biografía de Víktor Frankl, el padre de la logoterapia [Mensaje en un blog]. Recuperado de https://lamenteesmaravillosa.com/biografia-viktor-frankl-padre-la-logoterapia/

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Notas informativas

Animal Político. (25 de noviembre de 2019). Suman casi 3 mil mujeres asesinadas en México en 2019; solo 726 se investigan como feminicidios. *Animal político*. Recuperado de https://www.animalpolitico.com/2019/11/3-mil-mujeres-asesinadas-mexico-2019-ocnf/

AM y ASN. (22 noviembre 2018). 6 de cada 10 mujeres mexicanas sufren violencia: INEGI. Aristegui Noticias. https://aristeguinoticias.com/2211/mexico/6-de-cada-10-mujeres-mexicanas-sufren-violencia-inegi/

Revistas electrónicas

Ávila-Fuenmayor, F. (Mayo-agosto 2006). El concepto de poder. *Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal*. (vol. 8, núm. 2). https://www.redalyc.org/pdf/993/99318557005.pdf

Maureira, F. (marzo 2011). Los cuatro componentes de la relación de pareja. *Revista electrónica de psicología Iztacala.* (Vol. 14 No.1). Recuperado de file:///C:/Users/usuario/Downloads/24815-44667-1-PB%20(1).pdf

Universidad de Educación a Distancia. (2000). Especificidad de la educación de adultos. Bases psicopedagógicas y señas de identidad. *Educación XX1.* (ISSN: 1139-613X). Recuperado de https://www.redalyc.org/pdf/706/70600304.pdf

Universidad de Jaen. (8 del 2010). El aprendizaje experiencial y las nuevas demandas formativas. *Revista de Antropología Experimental* (nº 10, 2010. especial educación 8: 89-102). Recuperado de http://revista.ujaen.es/huesped/rae/articulos2010/edu1008pdf.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Anexo

Anexo 1. "Directorio de instituciones públicas que prestan algunos servicios a mujeres y hombres en la Ciudad de México"*

Servicios de atención y orientación sobre todo para mujeres y las familias	
Secretaría de las Mujeres Oficina central. Atención ciudadana Dirección: Avenida Morelos 20 Colonia Centro, Alcaldía Cuauhtémoc, C.P. 06000, Ciudad de México Teléfono: 5555122836 Horarios: Lunes a jueves 9:00 a 17:00 y Viernes 9:00 a 15:00 https://www.semujeres.cdmx.gob.mx/secretaria/acerca-de La Secretaría cuenta con "27 Lunas" y oficinas en las 16 Alcaldías de la Ciudad de México. https://www.semujeres.cdmx.gob.mx/asesorias/lunas	Servicios que ofrece: • **Asesorías** Brindamos a todas las mujeres una atención libre de prejuicios con perspectiva de género, a través de la cual proporciona las opciones, alternativas y/o herramientas para enfrentar y resolver su situación. • **Atención Inicial** Brindamos a todas las mujeres que acuden por primera vez a la Secretaría de las Mujeres de la Ciudad de México una atención con perspectiva de género y libre de prejuicios. • **Atención de mujeres víctimas** de violencia sexual en el transporte público. Brindamos atención a víctimas por violencia sexual en el transporte público a través de los módulos "Viaja Segura". Brindamos protección, asesoría y acompañamiento jurídico gratuito a través del personal especializado. • **Capacitación** Programa Institucional de Capacitación, se brindan talleres y cursos gratuitos en 27 LUNAS. • Corresponsabilidad Social para Beneficio de las Mujeres • Autonomía económica • Ciudadanía y Liderazgo • Juventudes • Salud emocional https://www.semujeres.cdmx.gob.mx/asesorias/talleres-y-cursos
Oficinas "27 Lunas" de la Secretaría de la Mujer CDMX	
LUNA 1. Alcaldía Álvaro Obregón "Alaíde Foppa".	**LUNA 2. Alcaldía Álvaro Obregón.** Dirección: Calle 22 y Av. Hidalgo esq. Calle 17, colonia Pre concreto, C.P. 01400.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Dirección: Prolongación Calle 4, colonia Tolteca, dentro del Parque de la Juventud, alcaldía Álvaro Obregón, C.P. 01150. Teléfono: 55 5276-68 87 / 55 5276-68 89	Teléfono 55 1857 7510 / 55 1857 7513
LUNAS Alcaldía Azcapotzalco "Marcela Lagarde". Dirección: Av. 22 de febrero 421, colonia Barrio de San Marcos, C.P. 02020. Teléfono: 55171 60998 / 55 1716 0848	**LUNAS Alcaldía Benito Juárez "Benita Galeana**". LUNA 1 Dirección: Eje Central Lázaro Cárdenas 695, piso 1, colonia Narvarte, alcaldía Benito Juárez, C.P. 03020. Teléfono 55 5160-0039
LUNA 2 Alcaldía Benito Juárez. Dirección: Eje 5 Sur Ramos Millán 95, colonia Niños Héroes de Chapultepec, C.P. 03440. Teléfono: 55 5590-4817	**LUNAS Alcaldía Coyoacán "Tina Modotti".** LUNA 1 Dirección: Leopoldo Salazar s/n, casi esq. Carlos González Peña, colonia Copilco el Alto, C.P. 04360. Teléfono 55 1545 4578 / 55 1545 4572
LUNA 2 Alcaldía Coyoacán. Dirección: Av. Rey Nezahualcóyotl, s/n esq. Yaquis, colonia Ajusco Huayamilpas, C.P. 04300 (interior del Parque Ecológico Huayamilpas). Teléfono: 55 1735 7469 / 55 1735 7467	**LUNAS Alcaldía Cuajimalpa de Morelos, "Amparo Ochoa".** LUNA 1. Dirección: Prolongación 16 de septiembre s/n casi esquina Av. Veracruz, colonia Contadero, C.P. 05500. Teléfonos: 55 1735 5998 / 55 1735 5968
LUNA 2. Alcaldía Cuajimalpa de Morelos. Dirección: José María Castorena 187, colonia Cuajimalpa, C.P. 05000. Teléfono: 55 1735 5999 / 55 1735 5997	**LUNAS Alcaldía Cuauhtémoc "Juana de Asbaje".** LUNA 1 Dirección: Aldama, Violeta y Mina s/n, sótano edificio de la alcaldía, colonia Buenavista, C.P. 06350. Teléfonos: 55 1707 6094 / 55 1707 6100
LUNA 2. Alcaldía Cuauhtémoc. Dirección: Lucas Alamán 122, colonia Obrera, alcaldía Cuauhtémoc, C.P. 06800. Teléfono: 55 2230 1573 / 55 2230 1557	**LUNAS Alcaldía Gustavo A. Madero "Nahui Ollín".** LUNA 1 Dirección: Av. Fray Juan de Zumárraga s/n, colonia Aragón la Villa, C.P. 07050. Teléfonos: 55 1549 0406 / 55 1549 0407

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

LUNA 2. Alcaldía Gustavo A. Madero. Dirección: Camellón de Oriente 95 y Norte 50, colonia La Joyita, C.P. 07860. Teléfono: 55 5537 0535	**LUNAS Alcaldía Iztacalco "Coatlicue".** LUNA 1 Dirección: Av. Santiago s/n esq. Playa Rosarito, colonia Barrio Santiago (dentro del centro social Josefina Díaz), C.P. 08800. Teléfonos: 55 1104 9226 / 55 1545 8172
LUNA 2. Alcaldía Iztacalco. Dirección: Av. Sur 8, s/n, casi con Av. Javier Rojo Gómez (atrás del deportivo Leandro Valle), colonia Agrícola Oriental, C.P. 08500. Teléfono: 55 5162 8122 / 55 5206 2601	**LUNAS Alcaldía Iztapalapa "Elena Poniatowska".** LUNA 1 y 2 Dirección: Centro Social Villa Estrella Módulo 4, Camino Cerro de la Estrella s/n, colonia el Santuario Aculco, C.P. 09009. Teléfonos: 55 2236 1593 / 55 2236 1595
LUNAS Alcaldía La Magdalena Contreras, "Cristina Pacheco". LUNAS 1 y 2 Dirección: Centro Social Atacaxco: Calle Piaztic s/n (frente a secundaria 262), colonia San José Atacaxco, C.P. 10378. Teléfonos: 55 5085 3832 / 55 5085 3851/5555959247	**LUNAS Alcaldía Miguel Hidalgo "Frida Kahlo".** LUNA 1 Dirección: Av. Parque Lira 128, colonia Ampliación Daniel Garza, C.P. 11840. Teléfonos: 55 5272 2630 / 55 2614 2564
LUNA 2. Alcaldía Miguel Hidalgo. Dirección: Av. Observatorio s/n esq. General José María Mendivil, colonia Daniel Garza, C.P. 11830. Teléfono: 55 2614-3582	**LUNAS Alcaldía Milpa Alta "Cihual in Calli".** LUNA 1 Dirección: Calle Yucatán s/n esq. Calle Constitución, colonia Centro en Villa Milpa Alta, (arriba del mercado Benito Juárez), C.P. 12000. Teléfonos: 55 1549 1743 / 55 1549 1512
LUNA 2 Alcaldía Milpa Alta. Dirección: Av. Puebla 250, esq. Av. Nuevo León, colonia Villa Milpa Alta, (interior Casa de Cultura CALMECAC), C.P. 12000. Teléfono: 55 1549 1472 / 55 1549 1500	**LUNAS Alcaldía Tláhuac "Rosario Castellanos"** LUNA 1 y 2 Dirección: Margarita 5 entre Geranio y Jacaranda, colonia Quiahuatla, C.P. 13090. Teléfono 55 5842 6573 / 55 5842 4934

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

LUNAS Alcaldía Tlalpan "Yaocíhuatl Tlalpan". LUNA 1 Dirección: Carretera Federal a Cuernavaca No. 2, colonia La Joya, C.P. 14090. Teléfono: 55 1712 0492 / 55 1707 6599	**LUNA 2. Alcaldía Tlalpan.** Dirección: Camino a Santa Úrsula 24, esq. Textitlán, colonia Santa Úrsula Xitla, C.P. 14420. Teléfonos: 55 1707 6591 / 55 1707 6590
LUNAS Alcaldía Venustiano Carranza "Esperanza Brito de Martí". Dirección: Prolong. Lucas Alamán 11, piso 1, colonia Del Parque, C.P. 15960. Teléfono 55 1673 1905 / 55 1673 1912	**LUNAS Alcaldía Xochimilco "Laureana Wright González".** LUNA 1 Dirección: Francisco I. Madero 11, colonia Barrio el Rosario, C.P. 16070. Teléfonos: 55 9154 9156/ 5556769612 y 555676751188
LUNA 2 Alcaldía Xochimilco. Dirección: Dalia s/n, Plaza San Cristóbal, colonia Barrio San Cristóbal, C.P. 16080. Teléfonos: 55 2208 5569 / 5556758270	
Sistema integral para la familia (DIF) Ciudad de México. Avenida San Francisco 1374 Colonia Tlacoquemécatl, Alcaldía Benito Juárez C.P. 03200, Ciudad de México. Teléfono: 5555591919 Web: http://www.cdmx.gob.mx/atencion-ciudadana-jefatura https://www.dif.cdmx.gob.mx/busqueda?etiqueta=mujeres	• **Cartilla de Servicios primera infancia.** Servicio por el cual se brinda la cartilla de servicios a niñas y niños de 0 a 6 años para acceder a servicios correspondientes al desarrollo. • **Estancia Infantil en los Centros Asistenciales de Desarrollo Infantil.** Servicio por el que madres, padres o tutores realizan la inscripción de las niñas y niños de 6 meses de nacidos a 5 años 11 meses de edad. • **Atención re-educativa a hombres que ejercen violencia.** Servicio mediante el cual se proporciona atención re-educativa a hombres que ejercen violencia a fin de construir relaciones más equitativas. • **Prevención al maltrato infantil en la familia.** Servicio mediante el cual se proporcionan las herramientas necesarias para identificar y prevenir el maltrato infantil. **Orientación alimentaria.** Servicio por el que la población solicitante, recibe pláticas, talleres, cápsulas informativas y actividades lúdicas.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

	• **Solicitud de convivencia o reintegración de una niña, niño o adolescente** (NNA), a un ambiente familiar libre de violencia.
Centros de Justicia para las Mujeres. **Alcaldía Azcapotzalco**. 55 5346 8370/ 55 5346 8394 maria_lopeza@pgjcdmx.gob.mx **Alcaldía Iztapapala** Centro 1. Avenida San Pablo Xalpa No. 396 casi esquina Eje 5 Norte, Col. San Martin Xochinahuac, C.P. 02920, Ciudad de México. Teléfono: 55 5345 5736 ext. 5736 dirgeneralcjm@gmail.com **Alcaldía Tlalpan** Centro 3. Calle Manuel Constanzo No. 43 Mza. 63, Lote. 10, (antes San Luis de la Paz No. 63 Col. Miguel Hidalgo, C.P. 14250 Ciudad de México Teléfono: 55 5200 9280 https://www.gob.mx/conavim/documentos/centros-de-justicia-para-las-mujeres-23094 nancya_gomez@pgj.cdmx.gob.mx	Servicios multidisciplinarios tales como: a) Atención psicológica, jurídica y médica; b) Albergues temporales; c) Ludoteca con expertas/os en temas de desarrollo infantil, y d) Talleres de empoderamiento social y económico para apoyar a las mujeres a salir del círculo de violencia.
Comisión de Derechos Humanos de la Ciudad de México. Avenida Universidad 1449, Colonia Pueblo Axotla, Alcaldía Álvaro Obregón, 01030 Ciudad de México. Teléfono: 52295600	Puede acudir cualquier persona que considere que a ella o a un tercero le ha sido violado alguno de sus derechos humanos, independientemente de su condición social, nacionalidad, raza, religión, sexo, edad, estado civil, etcétera. La atención a las personas es directa. Para la formulación de una queja no se requiere de una abogada o abogado o persona gestora. Todos los servicios son gratuitos. Atiende todos los días del año, las 24 horas del día.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Web: https://cdhcm.org.mx y http://cdhdfbeta.cdhdf.org.mx/ e-mail: cdhdf@cdhcm.org.mx	
Fiscalía General de Justicia de la Ciudad de México	
Centro de Apoyo Sociojurídico a Víctimas del Delito Violento (ADEVI). Horario: 9:00 a 19:00 horas de lunes a viernes Calle José Ma. Izazaga No. 89, 4º piso, Col. Centro. Alcaldía Cuauhtémoc. Teléfonos: 5200 9196, 9197, 9200 y 9215. Costo Gratuito. https://www.fgjcdmx.gob.mx/nuestros-servicios/ADEVI	Terapia psicológica en crisis, familiar y grupal; terapia para niños y niñas ante el duelo; gestión de servicios de asistencia social, salud, servicios funerarios, pasajes, hospedajes y medicamentos; acompañamiento, asesoría y representación jurídica a la víctima directa e indirecta en la Coordinación Territorial correspondiente; inconformidades y escritos para presentar pruebas que ayuden al esclarecimiento de los hechos que se investigan.
Centro de Investigación victimológica y de Apoyo Operativo (CIVA). Calzada de la Viga N°11175, Colonia el Triunfo, Alcaldía Iztapalapa, Código Postal 9430, 2do y 3er piso. Días y Horario de servicio: De lunes a viernes, en un horario de 9:00 a 19:00 horas. Teléfonos: 5200 9188 y 5200 9189. Los servicios del Centro son gratuitos. https://www.fgjcdmx.gob.mx/civa	Atención Psicológica a víctimas de amenazas y personas generadoras de violencia familiar
Centro de Apoyo a la Violencia Intrafamiliar (CAVI). General Gabriel Hernández número 56, planta baja, Col. Doctores, entre Dr. Lavista y Río de la Loza, C.P. 06720. En un horario de 9:00 a 19:00 horas de lunes	Asistencia social, atención psicológica, asesoría legal, seguimiento jurídico en materia penal, atención médica de emergencia, tramitación de medidas de protección de emergencia previstas en

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

a domingo. Teléfonos: 53 45 52 48, 53 45 52 28, 53 45 52 29. https://www.fgjcdmx.gob.mx/cavi	la Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia de la Ciudad de México y como auxiliares de la autoridad ministerial y/o judicial, la elaboración de dictámenes psicológicos victimales.
Centro de Atención a Riesgos Victimales y Adicciones (CARIVA). Av. José Ma. Izazaga No. 86, 5º piso. Colonia Centro. En un horario de lunes a viernes de 09:00 a 19:00 horas. Teléfonos. 5200 9166, 9171 y 9172 https://www.fgjcdmx.gob.mx/CARIVA	
Centro de Estancia Transitoria para Niñas y Niños. Dr. Lavista 78, Doctores, Cuauhtémoc, 06720 Ciudad de México, CDMX. Horario de cierre: 18:00. Teléfono: 55 5242 6270. https://www.fgjcdmx.gob.mx/centro-de-estancia-transitoria	En colaboración con la autoridad ministerial, el Centro de Estancia Transitoria realiza acciones tendentes a favorecer la reintegración o integración de las niñas y niños a una familia de origen o alterna. En los casos de las personas menores de edad en calidad de expósitos, se garantiza su derecho a la familia por medio de la adopción.
Tandas para el bienestar. **Secretaria de Economía.** 01 (800) 08 32-666	El programa consiste en un apoyo, mediante financiamiento sin intereses, de $6 mil pesos que se entregan de forma individual a las personas que cumplan con los criterios de elegibilidad. Asimismo, quienes reintegren en su totalidad el primer apoyo, podrán acceder a un segundo financiamiento sin intereses por $10 mil pesos. En caso de reembolsarlo en su totalidad mediante entregas mensuales, se podrá tener acceso a un tercer apoyo mediante financiamiento sin intereses por $15 mil pesos.
Financiamiento de Microcréditos para Mujeres Emprendedoras (FONDESO).	Busca impulsar la autonomía económica de las mujeres y contribuir a reducir la brecha de género en materia de desarrollo económico a través del crédito para el emprendimiento, para la creación o

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Dirección: Calle Tepozteco 36, Colonia Narvarte Poniente, Alcaldía Benito Juárez C.P. 03020, Ciudad de México. Teléfonos: 91 80 07 79, 56 98 90 60 Correo electrónico: fondeso@fondeso.cdmx.gob.mx Horarios: Lunes a jueves de 09:00 a 14:30 y de 16:00 a 17:30. Viernes 09:00 a 14:00 https://www.fondeso.cdmx.gob.mx/index.php/programas/programa/financiamiento-de-microcreditos-para-mujeres-emprendedoras	consolidación de micronegocios o para la ampliación de activos y el mayor acceso a la tecnología por parte de mujeres empresarias.
Financiamiento para Mujeres Empresarias. Dirección: Calle Tepozteco 36, Colonia Narvarte Poniente, Alcaldía Benito Juárez C.P. 03020, Ciudad de México. Teléfonos: 91 80 07 79, 56 98 90 60 Correo electrónico: fondeso@fondeso.cdmx.gob.mx Horarios: Lunes a Jueves de 09:00 a 14:30 y de 16:00 a 17:30, viernes 09:00 a 14:00 https://www.fondeso.cdmx.gob.mx/index.php/programas/programa/financiamiento-de-microcreditos-para-mujeres-emprendedoras	Esta Estrategia tiene como fin impulsar la autonomía económica de las mujeres y contribuir a reducir la brecha de género en materia de desarrollo económico a través del crédito para el emprendimiento, para la creación o consolidación de micronegocios o para la ampliación de activos y el mayor acceso a la tecnología por parte de mujeres empresarias.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Instituto de Capacitación para el Trabajo. Dirección: Calle Dr. Lucio 220 Colonia Doctores, Alcaldía Cuauhtémoc C.P. 06720, Ciudad de México. Teléfono: 5740 0237 Horarios: Lunes a Jueves 9:00 a 18:00 y viernes 9:00 a 15:00. Para más información llamar al teléfono (55) 5740 0237 ext. 1029. https://www.icat.cdmx.gob.mx/servicios/servicio/2-capacitacion-para-y-en-el-trabajo Correo electrónico: icat@cdmx.gob.mx	• Personas que se encuentran trabajando actualmente y que buscan incrementar sus conocimientos o mejorar sus habilidades. • Personal de RRHH de las empresas que requieren cumplir con sus obligaciones en materia de capacitación y adiestramiento. • Personas que se encuentran desempleadas y que buscan adquirir nuevos conocimientos ya sea para encontrar un trabajo remunerado o para emprender su propio negocio. La certificación de competencias busca reconocer el conocimiento y las habilidades que has adquirido a través de tu experiencia laboral. • El certificado de competencia es un documento oficial, expedido por la Secretaría de Educación Pública, que asegura que puedes desempeñarte en una ocupación (por ejemplo, como mesera o mesero o como recamarera o recamarero) según los requerimientos de las empresas y las instituciones.
Secretaria del Trabajo y Fomento al Empleo Servicio Nacional del Empleo. Calz. San Antonio Abad No. 32, Col. Tránsito, Alcaldía Cuauhtémoc, C.P. 06820. Ciudad de México. Horarios de atención L a V de 9 a 15 hrs. Teléfono(s) y extensión: 5709 3233 Ext. 3042. https://www.empleo.gob.mx/sne/directorio-de-oficinas-sne Correo electrónico subdireccion.snyco@gmail.com	• Capacitación Mixta. Para quienes aspiren a ser personas contratadas por una empresa que requiera personal capacitado de acuerdo a los requerimientos de sus vacantes disponibles. • Capacitación en la práctica laboral. Para quienes deseen adquirir o fortalecer sus competencias laborales capacitándose directamente en el proceso productivo de una empresa. • Capacitación para el autoempleo. Para quienes no logran vincularse a un puesto de trabajo y deseen desarrollar una actividad productiva por cuenta propia. • Vales de capacitación. Para quienes necesitan actualizar, mejorar y/o reconvertir sus competencias, habilidades y/o destrezas laborales con la finalidad de incrementar sus posibilidades de contratación.
Servicios de atención y orientación sobre todo para hombres	
Centro Mhoresvi	Se trata de una organización que trabaja con hombres que necesitan y/o están dispuestos a cambiar

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Teléfono: +52 (55) 9180-4168. https://mhoresvi.wordpress.com/servicios/ Mail: mhoresvi@yahoo.com.mx	sus conductas de violencia con su pareja y su familia y cambiarlas por conductas de respeto, equidad, cercanía afectiva, responsabilidad y buen trato. Se imparten pláticas, conferencias, talleres de sensibilización, talleres de capacitación y participaciones en eventos públicos y ferias, siempre tocando los temas de la masculinidad, violencia de género, violencia de género de los hombres en la familia, alternativas para transitar de la violencia de género a la equidad, respeto y buen trato.
Colectivo de Hombres para Relaciones Igualitarias A.C. (CORIAC) Diego Arenas Guzmán N°189 Col. Iztaccíhuatl, a una cuadra del metro Villa de Cortés. Ciudad de México, México. Teléfono: 56 963498 - Fax: 56 963498 http://www.gloobal.net/iepala/gloobal/fichas/ficha.php?id=2831&entidad=Agentes&html=1 Mail: colectivo@coriac.org.mx	Se trata de un colectivo de hombres que elabora propuestas transformadoras en las relaciones de género. Se trabaja por cambiar actitudes y comportamientos masculinos que empobrecen las relaciones humanas y someten a las mujeres e investigan, promueven y desarrollan acciones de cambio personal, institucional y social basadas en relaciones de igualdad para ambos sexos. Sus acciones se dirigen a hombres de diversas clases sociales, etnia, y nacionalidad interesados en construir formas diferentes de ser hombres desde un punto de vista crítico y propositivo. Se aborda la problemática de las masculinidades en espacios públicos y privados.
Sistema de Atención Integral para la Familia DIF Servicio de Atención Psicológica y Reeducativa a Hombres que Ejercen Violencia de Género. Dirección de Programas a NNA Zona B Xochicalco 1000 2° Piso, edificio "A". Teléfono 5556040127 ext. 4001 y 4309. https://dif.cdmx.gob.mx/comunicacion/nota/servicio-de-atencion-psicologica-y-reeducativa-hombres-que-ejercen-violencia-de-genero	Se ofrecen: • Talleres • Pláticas • Cine debates • Ferias educativas Requisitos: Mínimo 10 personas, en un horario de 9 am a 15 horas.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Mail: erradicandolaviolencia@dif.cdmx.gob.mx	

*Directorio en proceso de actualización ante la pandemia.

Otros servicios, se pueden consultar en el “Directorio de canalización Guardianes, Ciudad de México”:
http://guardianes.org.mx/wp-content/themes/guardianes/pdf/Directorio_canalizacion_Guardianes_VF%2005062018%20CDMX.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Taller 4. “Democracia en las parejas”

Juego didáctico

“Emparejándonos con la democracia”

Presentación

El juego didáctico “Emparejándonos con la democracia” es un instrumento elaborado por el Instituto Electoral de la Ciudad de México (IECM), y tiene el propósito de que las personas participantes identifiquen a la democracia como una herramienta para la vida que se puede practicar en las relaciones de parejas y que puede contribuir a crear, mejorar y mantener la convivencia para que sea sana, respetuosa, con trato digno y en la cual las personas ejercen sus derechos humanos.

Este juego se puede desarrollar en el marco del taller “Democracia en las parejas” o bien de manera independiente, en diferentes espacios de difusión y formación o en otros como con la familia y/o con las amistades.

Descripción del juego

El juego didáctico “Emparejándonos con la democracia” consiste en un tablero con dos columnas, en el lado izquierdo, hay celdas vacías para que las personas participantes, seleccionen una tarjeta con un valor democrático (son 10 tarjetas cada una con un valor y acompañan al tablero) y la relacionen con la situación que lo ilustra y que están enunciadas en la columna del lado derecho. Cada situación está acompañada de un ejemplo para que la persona jugadora lo complemente, a partir de sus propias experiencias de vida en pareja.

Antes de iniciar el juego, es necesario que las personas jugadoras revisen la hoja con las definiciones de cada valor democrático, así como las tarjetas con cada valor enunciado en el juego. Así también, en caso de que surjan dudas a lo largo del juego, también pueden consultar la hoja de respuestas.

Este juego es recomendable con dos personas que en la vida real sean –preferentemente- parejas sentimentales. Para pasar de un valor a otro y poder avanzar, se requiere que de forma intercalada, cada persona integrante de la pareja vaya asumiendo y resolviendo un reto. Lo importante es trabajar en equipo para avanzar hasta llegar el último valor, no se trata de que compitan entre sí sino más bien, que disfruten el juego, revisen y reflexionen conjuntamente las respuestas y ejemplos dados y aprovechen los retos para revisar, descubrir, co-construir o bien, reconstruir, aspectos en la vida de pareja que les permitan encaminar y fortalecer su relación, hacia una convivencia democrática o más democrática, aprovechando el conjunto de valores que se abordan en el juego.

Partes del juego

1) Un pliego con los valores democráticos a colocarse en una pared.
2) Un tablero con cinta adherible en la parte posterior, con situaciones que ilustran valores democráticos con ejemplos para ser completados.
3) Una hoja con las definiciones de cada valor democrático mencionado en el juego.
4) 10 tarjetas con cinta adherible en la parte posterior, cada una con un valor democrático enunciado y,
5) Una hoja de respuestas del tablero.

Indicaciones

1.- “Emparejándonos con la democracia” es un tablero que se coloca en una superficie plana como puede ser una mesa, sobre una alfombra y/o se puede colocar también en una pared para que sea visible.

2.- Se revisa en pareja, el pliego con la definición de los valores democráticos mencionados en el juego.

3. Se colocan también de forma visible, las 10 tarjetas cada una con un valor democrático.

4.- En pareja se acuerda quién inicia el juego.

5.- En primera instancia, la persona que inicia, deberá leer la situación que ilustra un valor democrático y revisar a qué valor democrático corresponde, una vez que lo seleccione,

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

coloca la tarjeta del valor elegido al lado de la situación abordada. Una vez que haya hecho esto, la persona jugadora deberá complementar el ejemplo que acompaña dicha situación.
6. Luego la persona jugadora deberá expresar si está de acuerdo o no con la elección del valor y con el ejemplo complementado por su pareja; pueden surgir desacuerdos pero lo importante es la reflexión conjunta y llegar a un acuerdo. En caso de que haya dudas, pueden consultar la hoja de respuestas.
7.- Luego de esto, la pareja que recién eligió un valor deberá asumir el reto inmediato para poder pasar al siguiente valor.
8.- Ahora la otra persona jugadora hará lo mismo, revisa la siguiente situación y elegirá el valor democrático correspondiente, para luego complementar el ejemplo y acordar con su pareja si está correctamente contestado, después asumirá el siguiente reto que se menciona.

De esta manera, cada persona jugadora, responderá cinco situaciones y asumirá cinco retos, lo importante es que ambos participen y colaboren para avanzar hasta llegar al final del juego.

Reflexión al final del juego

Al finalizar el juego, la pareja conjuntamente puede reflexionar en torno a la forma en la que este juego contribuye a modificar su percepción sobre la democracia, su valor de uso así como los beneficios o ventajas que puede traerles en su vida cotidiana.

Preguntas detonadoras para cada parte en la pareja

1. ¿Cómo me sentí al jugar este juego?
2. ¿Qué aprendizajes y reflexiones me generó?
3. ¿En qué cambió mi percepción en torno a la democracia?
4. ¿Considero viable practicarla en mi relación de pareja?, ¿por qué sí o no?
5. ¿Qué ventajas o áreas de oportunidad identifico que puede traerme practicarla en mi relación de pareja?

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Pliego con la definición de los valores democráticos

Diálogo.- Es el intercambio de opiniones y sentimientos de manera tranquila, respetuosa y pacífica para convivir y entenderse mutuamente.

Igualdad.- Implica reconocer y respetar el valor de las personas por ser seres humanos, reconociendo sus derechos humanos, dignidad, así como sus diferencias y particularidades, sin discriminar a nadie.

Legalidad.- Es actuar conforme a las reglas y normas establecidas y en el marco de la ley, evitando así dañar a terceras personas y respetando sus derechos humanos y dignidad.

Libertad.- Es la posibilidad de pensar, elegir, decidir y actuar sin presiones externas, siendo responsable de asumir las consecuencias y/o resultados para la misma persona y para las demás.

Participación.- Es la acción de tomar parte de algo, junto con más personas, para alcanzar un objetivo común.

Pluralidad.- Es el reconocimiento e inclusión de las distintas formas de pensar, ser y actuar, lo que implica la tolerancia y el respeto y permite que las personas convivan mejor.

Respeto.- Es la manera de tratar a las personas y parte del reconocimiento de que todas tienen los mismos derechos y dignidad por ser seres humanos.

Responsabilidad.- Prever y asumir las consecuencias de los propios actos, para las demás personas y para el entorno. Cuando alguien es responsable se compromete con su decisión y comunidad.

Tolerancia.- Es cuando se tiene la disposición de respetar a quienes tienen formas de pensar, ser y actuar distintas a la propia, lo que puede resultar confrontante, incómodo y/o enriquecer la propia forma de ser y pensar.

TARJETAS CON LOS VALORES DE LA DEMOCRACIA A COLOCAR EN EL TABLERO

LIBERTAD	**CONVIVENCIA DEMOCRÁTICA**
TOLERANCIA	**RESPETO**
IGUALDAD	**RESPONSABILIDAD**
PLURALIDAD	**LEGALIDAD**
DIÁLOGO	**PARTICIPACIÓN**

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

TABLERO “EMPAREJÁNDONOS CON LA DEMOCRACIA”

Coloca aquí la tarjeta con el valor democrático que consideras corresponde a este ejemplo	1. Cuando decidimos charlar para intercambiar nuestras ideas y/o resolver nuestras diferencias o problemas, en vez de discutir. Como por ejemplo recuerdo cuando…
RETO 1. **Elige el valor de la democracia que te gustaría se practique más en tu relación de pareja y explica por qué.**	
Coloca aquí la tarjeta con el valor democrático que consideras corresponde a este ejemplo	2. Cuando entre ambas partes en la pareja colaboramos para poner en orden, cuidar y limpiar el espacio donde vivimos y convivimos. Como por ejemplo recuerdo cuando…
RETO 2. **Exprésale a tu pareja en qué estás dispuesta o dispuesto a trabajar más en tu persona, para que logren una convivencia más democrática en su relación.**	
Coloca aquí la tarjeta con el valor democrático que consideras corresponde a este ejemplo	3. Cuando hemos reconocido las distintas formas de ser, pensar, las creencias y maneras de concebir el mundo que cada parte en la relación tenemos. Como por ejemplo recuerdo cuando…
RETO·3. **Exprésale a tu pareja qué es lo que más te gustaría que trabajara en sí misma o mismo para que logren una convivencia más democrática en su relación.**	
Coloca aquí la tarjeta con el valor democrático que consideras corresponde a este ejemplo	4. Cuando cada integrante en la pareja asume las consecuencias de sus propias acciones y decisiones sin echar la culpa a la otra persona. Como por ejemplo recuerdo cuando…
RETO 4. **Exprésale a tu pareja qué valor de la democracia es el que más se practica en la relación y qué beneficios crees que les genera.**	
Coloca aquí la tarjeta con el valor democrático que consideras corresponde a este ejemplo	5. Cuando expresamos lo que sentimos y pensamos sin ejercer ningún tipo de violencia y sin temor a represalias y podemos tomar nuestras propias decisiones. Como por ejemplo recuerdo cuando…

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

RETO 5. **Exprésale a tu pareja qué aspectos consideras que pueden fortalecer más en su relación, para que logren una convivencia democrática o más democrática.**	
Coloca aquí la tarjeta con el valor democrático que consideras corresponde a este ejemplo	6. Cuando hemos optado por aplicar los valores democráticos para mejorar nuestra convivencia y hemos logrado sortear los problemas y crear un ambiente más sano y armónico en nuestra relación de pareja. Como por ejemplo recuerdo cuando…
RETO 6 **Expresa a tu pareja qué valor de la democracia es el que te ha enseñado a través de su forma de ser, pensar y actuar.**	
Coloca aquí la tarjeta con el valor democrático que consideras corresponde a este ejemplo	7. Cuando hemos reconocido nuestras distintas formas de pensar y ser, respetándolas incluso aunque no estemos de acuerdo. Como por ejemplo recuerdo cuando…
RETO 7 **Pídele a tu pareja que te exprese qué valor de la democracia es el que tú más practicas en su relación de pareja.**	
Coloca aquí la tarjeta con el valor democrático que consideras corresponde a este ejemplo	8. Cuando decidimos respetar las reglas que ambos acordamos como pareja. Como por ejemplo recuerdo cuando…
RETO 8 **Pide a tu pareja que te comparta qué experiencia en su relación es la que mejor ha reflejado la práctica de la democracia.**	
Coloca aquí la tarjeta con el valor democrático que consideras corresponde a este ejemplo	9. Cuando demostramos la valía de cada una/uno en la manera cómo nos tratamos, sin faltar a nuestra dignidad, nuestros derechos humanos y hemos salvaguardo nuestra integridad. Como por ejemplo recuerdo cuando…
RETO 9 **Exprésale a tu pareja qué momento de su relación es cuando más feliz te has sentido y qué valor de la democracia practicaste.**	
Coloca aquí la tarjeta con el valor democrático que consideras corresponde a este ejemplo	10. Cuando nos reconocemos y nos tratamos como personas y como sujetos de derechos humanos, ya que

	en eso somos semejantes. Como por ejemplo recuerdo cuando…
RETO 10 **Ahora pídele a tu pareja que exprese qué momento de su relación es cuando más feliz se ha sentido y qué valor de la democracia fue el que se practicó.**	

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

HOJA DE RESPUESTAS

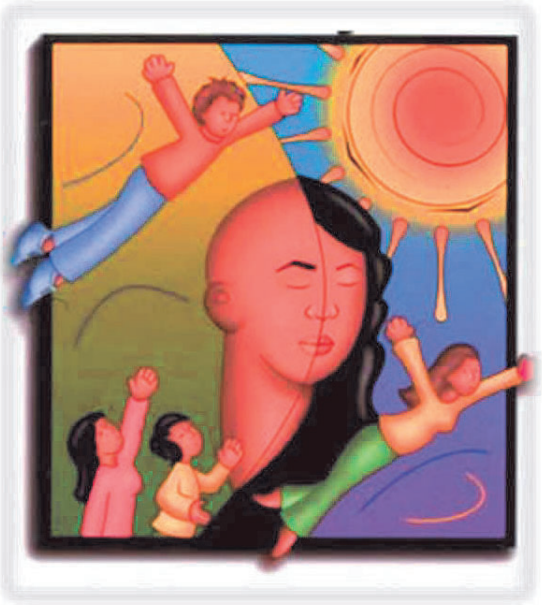
Valor democrático	Situación a la que aplica el valor
DIÁLOGO	1. Cuando decidimos charlar para intercambiar nuestras ideas y/o resolver nuestras diferencias o problemas, en vez de discutir. Como por ejemplo recuerdo cuando…
PARTICIPACIÓN	2. Cuando entre ambas partes en la pareja colaboramos para poner en orden, cuidar y limpiar el espacio donde vivimos y convivimos. Como por ejemplo recuerdo cuando…
TOLERANCIA	3. Cuando hemos reconocido las distintas formas de ser, pensar, las creencias y maneras de concebir el mundo que cada parte en la relación tenemos. Como por ejemplo recuerdo cuando…
RESPONSABILIDAD	4. Cuando cada integrante en la pareja asume las consecuencias de sus propias acciones y decisiones sin echar la culpa a la otra persona. Como por ejemplo recuerdo cuando…
LIBERTAD	5. Cuando expresamos lo que sentimos y pensamos sin temor a represalias y podemos tomar nuestras propias decisiones. Como por ejemplo recuerdo cuando…
CONVIVENCIA DEMOCRÁTICA	6. Cuando hemos optado por aplicar los valores democráticos para mejorar nuestra convivencia y hemos logrado sortear los problemas y crear un ambiente más sano y armónico en nuestra relación de pareja. Como por ejemplo recuerdo cuando…
PLURALIDAD	7. Cuando hemos reconocido nuestras distintas formas de pensar y ser, respetándolas incluso aunque no estemos de acuerdo. Como por ejemplo recuerdo cuando…
LEGALIDAD	8. Cuando decidimos respetar las reglas que ambos acordamos como pareja. Como por ejemplo recuerdo cuando…
RESPETO	9. Cuando demostramos la valía de cada una/uno en la manera cómo nos tratamos, sin faltar a nuestra dignidad, nuestros derechos humanos y

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

	hemos salvaguardado nuestra integridad. Como por ejemplo recuerdo cuando…
IGUALDAD	10. Cuando nos reconocemos y nos tratamos como personas y como sujetos de derechos humanos, ya que en eso somos semejantes. Como por ejemplo recuerdo cuando…

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento



Colección de Talleres

“Mujeres libres, solidarias y participativas”

Taller 5.
“Democracia y sexualidad”

Ciudad de México

2021

Índice

Presentación.....4

I. Marco general.....7

1.1 Cómo viven las mujeres en la actualidad.....7

1.2 Los desafíos en la "Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible".....9

1.3 Contribución del Instituto Electoral de la Ciudad de México para construir ciudadanía democrática.....11

1.4 Modelo de formación del IECM.....13

1.4.1 Perfil de las personas adultas.....14

1.4.2 Método "Ve que sí puedes".....15

1.4.3 Aprendizaje experiencial.....16

1.4.4 Formación en valores de la democracia.....17

1.4.5 Lo lúdico como recurso didáctico del Modelo de formación del IECM.....19

1.4.6 Rol de las personas promotoras-facilitadoras ciudadanas.....19

1.4.7 Enfoques transversales en el modelo de formación del IECM.....21

II. Acercándonos a la democracia.....25

2.1 ¿Qué es la democracia?.....26

2.2 Principios de la democracia.....32

2.3 Ventajas y retos al practicar la democracia.....34

2.4 ¿En dónde se puede practicar la democracia?.....37

III. Democracia en la sexualidad.....40

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

3.1 ¿Qué es la sexualidad? 40

3.2 La sexualidad y los derechos sexuales y reproductivos 43

3.3 Ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos con valores democráticos 52

3.4 Ejemplos de la práctica de los valores democráticos en el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos. 54

IV. Desarrollo del taller 56

4.1 Propósitos del taller 56

4.2 Temas a desarrollar 57

4.3 Secuencia didáctica 58

4.4 Técnicas a utilizar en el taller 60

Fuentes de consulta 63

Anexo 69

Anexo 1. "Directorio de instituciones públicas que prestan algunos servicios a mujeres y hombres 69

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Presentación

El Instituto Electoral de la Ciudad de México (IECM) tiene la importante tarea de contribuir al desarrollo de la vida democrática en la Ciudad de México y promover la celebración de elecciones pacíficas, respetando el voto de la ciudadanía. Además, lleva a cabo acciones para la educación cívica, brindando apoyo, sobre todo, a personas que forman parte de los grupos de atención prioritaria ya que debido a la situación de desigualdad estructural que enfrentan, tienen mayores obstáculos para el pleno ejercicio de sus derechos político electorales, por lo que a través de estas acciones se busca su inclusión efectiva en la sociedad a partir de una participación ciudadana más activa.

Entre la población y grupos de atención prioritaria se encuentran las mujeres con quienes el IECM, en el cumplimiento de sus obligaciones, realiza acciones para que conozcan y ejerzan sus derechos humanos, enfocándose, sobre todo, a los civiles y políticos. En virtud de lo anterior, el IECM propone talleres formativos presenciales o en línea, como la Colección titulada “Mujeres libres, solidarias y participativas” la cual tiene la finalidad de promover en las personas participantes el conocimiento, reconocimiento y la importancia del ejercicio de los derechos humanos, concretamente de los civiles y políticos, en cualquier ámbito de sus vidas como es con la pareja, familia, escuela, trabajo y/o comunidad, entre otros, para construir y fortalecer su ciudadanía activa. Dicha Colección está conformada por cinco talleres: 1) Derechos civiles y políticos: conócelos y ejércelos; 2) Ciudadanía y mujeres en la Ciudad de México; 3) Democracia en el hogar; 4) Democracia en las parejas y 5) Democracia y sexualidad y cada uno cuenta con su respectivo juego didáctico.

La Colección tiene como público meta en primera instancia, al personal que trabaja en el IECM y en otros Institutos Electorales, además de diferentes personas, grupos, organizaciones e instituciones públicas y privadas que llevan a cabo trabajo de formación y promoción en materia de educación cívica, democracia y ciudadanía; así como a las personas prestadoras de servicio social –que son las personas promotoras-facilitadoras ciudadanas- quienes también desempeñan una importante labor en el trabajo de

información, sensibilización y formación que lleva a cabo el IECM con la población. En segunda instancia, el público meta final de esta Colección son las mujeres y los hombres que forman parte de la población y los grupos de atención prioritaria, de los estratos socioeconómicos "C", "D" y "E",[1] quienes se caracterizan por contar con estudios de educación primaria en la mayoría de los casos; escaso o nulo acceso a internet en sus viviendas y limitados o muy limitados ingresos económicos que se destinan sobre todo a la alimentación y al transporte público.

El Taller "Democracia y sexualidad" tiene el propósito de que las personas participantes identifiquen y reconozcan a la democracia; sus elementos esenciales; su construcción a partir de valores y principios; como una herramienta que contribuye al respeto, protección y educación para y en los derechos humanos, entre ellos los sexuales y reproductivos, y que coadyuva a la convivencia armónica y fomenta y reconoce la dignidad intrínseca de todas las personas y el ejercicio de sus derechos en el ámbito público y privado.

Los temas que aborda este taller son los siguientes: en el apartado I. Marco general que aplica para todos los talleres, en el cual se establece la situación que viven las mujeres en la actualidad; los desafíos que establece la Agenda 2030, en lo que se refiere a la igualdad de género y la reducción de las desigualdades, y la apuesta del modelo de formación que tiene el IECM para promover la educación cívica y democrática en la Ciudad de México, haciendo énfasis en cuatro enfoques transversales como son: el de derechos humanos, de género, inclusión y medioambiental. Posteriormente se aborda el apartado II. Acercándonos a la

[1] El nivel socioeconómico es un parámetro económico y sociológico que combina la preparación laboral de una persona, la posición económica y social individual o familiar, en relación con otras personas, basada en sus ingresos, educación y empleo. Algunas de sus características son: Nivel socioeconómico "C" (Nivel Medio Emergente) son familias con escasos recursos para cubrir sus necesidades básicas; la persona jefa de familia tiene un nivel de estudios promedio de secundaria o preparatoria; el nivel de estudios de la persona jefa de familia puede tener estudios mayores a primaria; el principal ingreso viene del trabajo asalariado y del comercio formal o informal; casi la mitad de los hogares pueden contar con conexión a Internet fijo en la vivienda. El Nivel "D" son familias con una mala calidad de vida; tienen problemas para contar con lo básico para vivir, y regularmente pasan por condiciones sanitarias mínimas; su nivel de estudios de la persona jefa de familia es de secundaria y/o primaria; se emplean en empresa (s), fábrica (s) además de que pueden recibir ayudas del gobierno; sus principales gastos son: alimentos, transportación, pago de servicios y cuidado personal. En el caso del nivel "E" son familias que tienen escasez de todos los servicios y bienes; construyen sus hogares con materiales de desecho y tienen problemas permanentes y graves para subsistir; el nivel de estudios de la persona jefa de familia es menor a primaria; compran únicamente alimentos básicos y necesarios y pueden carecer de aparatos electrodomésticos que les faciliten las labores del hogar, entre otras características. Rankia. (12 de marzo 2021). *"Niveles socioeconómicos en México".* España México. https://www.rankia.mx/blog/mejores-opiniones-mexico/3095882-niveles-socioeconomicos-mexico

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

democracia donde se presenta qué es, sus principios, sus ventajas y retos al practicarla y los ámbitos en los cuáles se puede ejercer como es en la sexualidad.

Luego en el apartado III. Democracia y sexualidad, se establece qué es la sexualidad, los derechos sexuales y reproductivos que la abrigan, así como la sexualidad en mancuerna con la democracia, para finalizar con algunos ejemplos que ilustran dicha mancuerna y, finalmente, el apartado IV. Desarrollo del taller, se presenta la propuesta de contenidos del mismo con sus propósitos, los temas que aborda, la secuencia didáctica y la descripción de las técnicas a utilizar.

Cabe destacar el reconocimiento al *expertise* y a las competencias establecidas tanto en el personal del IECM como en las personas prestadoras de servicio social, quienes tendrán en todo momento la posibilidad y libertad de adecuar y enriquecer los contenidos de este taller, es decir "tropicalizarlos,"[2] acorde al público meta final y a los territorios y condiciones en las que se trabaja en la Ciudad de México.

Es así que con este taller "Democracia y sexualidad" se pretende mostrar una cara más cercana y próxima de la democracia hacia las personas y que les sea útil como una herramienta aplicable en el día a día y en cualquier espacio como es en la sexualidad y que las personas ejerzan también sus derechos sexuales y reproductivos, entre otros, así como los valores democráticos en igualdad, con dignidad y en una convivencia armónica, fortaleciendo así su ciudadanía.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

[2] Aunque es un término no aceptado por la Real Academia Española, se refiere a la acción de optimizar y producir contenidos relevantes dirigidos a determinadas audiencias. Concepto y Contenido. (9 marzo 2020). *¿Qué es tropicalizar al español mexicano?* [Mensaje en un blog]. Recuperado de https://conceptoycontenido.com/f/%C2%BFqu%C3%A9-es-tropicalizar-al-espa%C3%B1ol-mexicano.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

I. Marco general

1.1 Cómo viven las mujeres en la actualidad

En México se ha ido transformando el papel tanto de las mujeres como de los hombres y se ha avanzado en el reconocimiento y ejercicio de los derechos humanos, sobre todo en aquellos que reconocen la igualdad entre las personas más allá de su condición física, económica, de género y educativa, entre otras. Sin embargo, esta transformación es paulatina y en momentos lenta, ya que aún prevalece un contexto desfavorable hacia las mujeres el cual se caracteriza por la violencia, los feminicidios, la falta de oportunidades educativas, económicas, laborales y políticas, así como por las desigualdades, además de la discriminación y el machismo, por mencionar algunos aspectos.

Entérate de algunas cifras

Se calcula que el 25.3% de las mujeres de 15 años y más, han experimentado **violencia en la escuela**; casi 3 mil mujeres fueron asesinadas en México en el 2019 y sólo 726 (24%) casos se investigan como **feminicidios;**[3] l**as mujeres indígenas** apenas alcanzan 5.7 años de escolaridad promedio y su desempeño en cargos de **representación política** en los Congresos Locales, es inferior en un 40% respecto a los hombres; el 21.9% de las mujeres han padecido **discriminación en el trabajo**; el 10.3% tiene menos oportunidades para ascender en este ámbito y el 5.7% cuenta con menos prestaciones que un hombre con el mismo nivel laboral, además de que 947 mil mujeres mayores de 15 años han sido forzadas a casarse.[4y5] En el mundo, las mujeres ganan 63% menos que los hombres y dedican el triple de horas a trabajos no remunerados.[6]

Como se puede ver las cifras son muy alarmantes y muestran parte de las condiciones de

[3] Animal Político. (25 de noviembre de 2019). Suman casi 3 mil mujeres asesinadas en México en 2019; sólo 726 se investigan como feminicidios. *Animal político*. Recuperado de https://www.animalpolitico.com/2019/11/3-mil-mujeres-asesinadas-mexico-2019-ocnf/

[4] INEGI. (2016). *Encuesta Nacional sobre Dinámica de las Relaciones en los Hogares 2016* (ENDIREH). Recuperado de https://www.inegi.org.mx/programas/endireh/2016/

[5] Comisión Española de Ayuda al Refugiado. (2019). *Situación de la mujer*. Comisión Española de Ayuda al Refugiado, pp. 6, 8 y 15. Recuperado de https://www.cear.es/wp-content/uploads/2019/05/Situaci%C3%B3n-de-la-mujer-en-M%C3%A9xico-2019.pdf

[6] Fondo Monetario Internacional. (2019). *Las mujeres y el crecimiento económico*. (Publicación trimestral Volumen 56 | Número 1. Finanzas y Desarrollo). Recuperado de https://www.imf.org/external/pubs/ft/fandd/spa/2019/03/pdf/fd0319s.pdf.

vida en que han vivido y viven las mujeres, sobre todo en sociedades machistas en las cuales también prevalece el patriarcado y las construcciones de género,[7] las cuales determinan en mucho cómo es y lo que debe hacer una mujer.

Las Feminidades son atribuidas a las mujeres y a todos los cuerpos y personas que tienen rasgos, cualidades, comportamientos, actitudes, sentimientos, creencias, formas de pensamiento, lenguajes y formas de relacionarse entendibles dentro del estereotipo de lo que es "ser mujer". En la construcción de lo femenino, también prevalece la mentalidad de la mujer como el sexo débil, la que cuida, procura, es sensible además de ser "cosificadas" (es decir considerarse como "cosas") y objetos sexuales que "provocan" y "están para gustar" y dar placer, lo que "justifica" que se intercambian por dinero, animales o propiedades como la tierra o los inmuebles, tal cual sucede en localidades rurales y con la población indígena, aunque también se da en la población mestiza como sucede en los estados de Guerrero, Michoacán o Oaxaca.

Las Masculinidades son atribuidas a los hombres y a todos los cuerpos y personas que tienen rasgos, cualidades, comportamientos, actitudes, sentimientos, creencias, formas de pensamiento y comportamientos entendibles dentro del estereotipo de lo que es "ser hombre". Son otra de las construcciones culturales que predeterminan que lo masculino es lo opuesto a lo femenino, es decir lo que no es débil o emocional y que es más bien confiable, sólido, claro, comprensible, valiente, arrojado y firme. Los hombres tienen la necesidad de demostrar que lo son y requieren que otros les reconozcan. La sociedad patriarcal define al hombre como un ser potente con mandato, autoridad y con poder. Por ejemplo, en los perfiles sicológicos se identifica que la violencia sexual y doméstica son una demostración de la necesidad de confirmación y dominio y de ejercicio de poder de lo que es ser varón frente a una mujer.

Aunque los cambios son paulatinos, sí han sido significativos y han favorecido a la transformación de algunas de las condiciones adversas hacia las mujeres e incluso algunas de ellas han ido desapareciendo y se han ido modificando gradualmente, generando que exista mayor igualdad de género,[8] aunque aún no es suficiente.

[7] Patriarcado plantea un ejercicio autoritario del poder a quien lo ejerce, concentrado en una o en pocas personas. Este esquema de relación aleja a quien ejerce el poder, del grupo que domina y le impide tomar decisiones apropiadas y acordes con las necesidades y condiciones de aquellas personas a quienes representa. Esta situación genera desigualdad en el acceso al poder y limita la construcción de sociedades democráticas y sostenibles. Instituto Veracruzano de las Mujeres y Gobierno Federal. (2009). Cuadernillo. "Participación comunitaria de las mujeres: El papel de los agentes y agentas municipales con perspectiva de género". p. 10. Recuperado de http://www.ivermujeres.gob.mx/wp-content/uploads/sites/16/2015/10/30-Participaci%C3%B3n-Comunitaria-de-las-Mujeres-El-Papel-de-los-Agentes-y-Agentas-Municipales-con-Perspectiva-de-G%C3%A9nero.pdf
El género se refiere a los comportamientos, actividades, y atributos que una sociedad determinada, en una época determinada, considera apropiados para hombres y mujeres. Además, de los atributos sociales y las oportunidades asociadas con la condición de ser hombre y mujer, y las relaciones entre mujeres y hombres, y niñas y niños. Estos atributos, oportunidades y relaciones son construidos socialmente y aprendidos a través del proceso de socialización y son específicos al contexto/época y son cambiantes. El género ha desarrollado autocategorizaciones que incluyen rasgos de personalidad, actitudes y percepciones que derivan de características biológicas, físicas, económicas, sociales, psicológicas, eróticas, jurídicas, políticas y culturales que moldean y determinan qué se espera, se permite y se valora en una mujer (es decir lo femenino) o en un hombre (lo masculino) en un contexto determinado. Lagarde, Marcela (1996). *El género, fragmento literal: 'La perspectiva de género', en Género y feminismo. Desarrollo humano y democracia*, España, Horas y HORAS, pp. 13-38. Recuperado de https://catedraunescodh.unam.mx/catedra/CONACYT/08_EducDHyMediacionEscolar/Contenidos/Biblioteca/Lecturas-Complementarias/Lagarde_Genero.pdf.

[8] Por igualdad de género se entiende la igualdad de derechos, responsabilidades y oportunidades de todas las personas. La igualdad no significa que las mujeres y los hombres sean iguales, sino que los derechos, responsabilidades y oportunidades no dependen de si nacieron con determinado sexo. Implica que los intereses, necesidades y prioridades de mujeres y hombres se toman en cuenta, reconociendo la diversidad que existe entre ellas y ellos y en general entre todas las personas, y a que no es sólo un asunto de mujeres,

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Ahora bien, aunque hay aspectos favorables dado que hay mayor igualdad de género, también hay consecuencias negativas porque prevalece la desigualdad ya que, actualmente, las mujeres están asumiendo mayores cargas de trabajo, responsabilidades y obligaciones que se suman a las que ya tienen de por sí y que no siempre son remuneradas, valoradas ni reconocidas; e incluso llegan a afectar su salud física y emocional, incrementando la precarización de sus condiciones de vida. Actualmente las mujeres tienen que asumir dobles o triples jornadas de trabajo que se suman a las jornadas que ya de por sí tenían dentro del hogar, viven con más estrés y tienen que salir a trabajar fuera del hogar en condiciones desventajosas porque en ocasiones no reciben salarios justos ni son tratadas en igualdad con los hombres.

Por tanto, el reconocimiento, la adopción y el ejercicio de los derechos humanos, es imprescindible para que las mujeres -así como toda aquella otra población, grupos y sectores de atención prioritaria-[9] cuenten con las condiciones necesarias y favorables para que se puedan desarrollar, asumiéndose como ciudadanas con derechos y con poder de decisión tanto en su vida personal como en la vida pública. Por eso es tan importante que desde instituciones como el IECM, se trabaje por alinear y asumir compromisos establecidos por México en acuerdos internacionales como lo establecido en "Transformar nuestro mundo: la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible", la cual tiene entre sus planteamientos el "no dejar a nadie atrás", como se verá a continuación.

1.2 Los desafíos en la "Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible"

El documento para "Transformar nuestro mundo: la Agenda 2030 para el Desarrollo

sino que concierne e involucra tanto a ellas como a los hombres. La igualdad entre mujeres y hombres se considera una cuestión de derechos humanos y es un requisito como un indicador del desarrollo centrado en las personas. ONU Mujeres. Ibídem. *Profundicemos,* p. 46.

[9] Como son niñas, niños y adolescentes; personas jóvenes; personas adultas mayores; con discapacidad; quienes forman parte de la diversidad sexual; migrantes; víctimas; en situación de calle; privadas de la libertad; que residen en instituciones de asistencia social; afrodescendientes; indígenas y minorías religiosas, entre otras y otros, conforme lo mandata la Constitución local para que se garantice su atención preferente para que gocen del pleno ejercicio de sus derechos y se eliminen progresivamente las barreras que impiden la realización de sus derechos y alcancen su inclusión efectiva en la sociedad. Comisión de Derechos Humanos del Distrito Federal. Los derechos humanos de grupos de atención prioritaria. *Defensor (Número 9, año xvi, septiembre 2018).* https://cdhcm.org.mx/wp-content/uploads/2019/01/dfensor_09_2018.pdf

Sostenible", conocido como la "Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible", fue aprobado el 25 de septiembre de 2015.[10] Dicha Agenda plantea 17 Objetivos del Desarrollo Sostenible (ODS) cuyo objetivo es poner fin a la pobreza, luchar contra la desigualdad y la injusticia, y hacer frente al cambio climático sin que nadie quede rezagado para el año 2030. Cabe destacar que México ha promovido en esta Agenda los temas de inclusión y equidad en un marco de derechos, además de seguir construyendo ciudadanía para las mexicanas y mexicanos.

La Agenda 2030 es considerada por los Estados como la expresión de una "visión de futuro ambiciosa y transformativa" y un compromiso para construir un mundo ambientalmente sostenible, socialmente justo y económicamente productivo, donde todas las personas disfruten del pleno respeto de sus derechos humanos. Sus 17 ODS son los siguientes:[11]

Fuente: Agenda 2030 para el desarrollo sostenible, disponible en: http://www.onu.org.mx/agenda-2030/

Aunque se trata de 17 ODS, destacan los objetivos 5, 8, 10, 13 y 16, vinculados a la igualdad de género y a la reducción de las desigualdades. (Para más información véase el contenido

[10] Es un acuerdo que, si bien no es un documento jurídicamente vinculante, sí está relacionado con Convenciones y Pactos de Derechos Humanos de carácter vinculante y es un marco referencial que orienta las políticas y programas públicos en todos los niveles (municipal, estatal, nacional e internacional) de los 193 países que la adoptaron -todos Estados Miembros de las Naciones Unidas-, entre ellos México. Naciones Unidas México. (20 de febrero 2020). *Agenda 2030*. Recuperado de http://www.onu.org.mx/agenda-2030/

[11] Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD). (2019). El enfoque de la agenda 2030 en planes y programas públicos en México. (PNUD), p. 16. Recuperado de https://www.undp.org/content/dam/mexico/docs/Publicaciones/PublicacionesGobernabilidadDemocratica/190305Gu%C3%ADaPlanear.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

de esta Agenda en http://www.onu.org.mx/agenda-2030/). Asimismo, dicha Agenda establece como enfoques transversales el de derechos humanos, de género, inclusión y medioambiental.[12]

1.3 Contribución del Instituto Electoral de la Ciudad de México para construir ciudadanía democrática

El IECM es la autoridad electoral depositaria de la función estatal para organizar las elecciones en la Ciudad de México y los procedimientos de participación ciudadana. Como organismo público autónomo, desde hace dos décadas, contribuye a fortalecer el régimen de partidos políticos y agrupaciones políticas locales, y trabaja en la **construcción de una ciudadanía más democrática y participativa** con el propósito de contribuir a generar una cultura cívica en la población y que ésta no sólo participe en procesos electorales específicos, sino que tenga un desempeño corresponsable en la vida pública de esta ciudad, del país y del mundo.

Por otro lado, para el IECM es estratégico promover a la **democracia** como una **forma de vida**; en la que las personas interactúan y se comportan respetando las leyes, ejerciendo **valores democráticos** como la tolerancia, la legalidad, el respeto, el diálogo, la pluralidad y la convivencia pacífica, entre otros, y en donde se reconoce la dignidad de las personas y la

[12] El enfoque de derechos humanos busca que las personas estén informadas, conozcan y ejerzan sus derechos humanos en cualquier ámbito de su vida y promueve que el Estado sea garante de los derechos humanos, los respete y los cumpla. El ejercicio de todos los derechos humanos conlleva la responsabilidad de su ejercicio. Por su parte, el enfoque de género promueve que en el mundo prevalezca el "respeto universal por los derechos humanos y la dignidad humana" y que "todas las mujeres y niñas gocen de la plena igualdad de género, y donde se hayan eliminado todos los obstáculos jurídicos, sociales y económicos que impiden su empoderamiento". Concretamente la Agenda 2030 promueve la igualdad de género no sólo como un derecho humano fundamental, sino como una base necesaria para lograr un mundo pacífico, próspero y sostenible. Respecto al enfoque de inclusión, demanda flexibilidad, hacer visibles la diferencias y asignar a cada persona lo que le corresponde, además de reconocer la pluralidad entre las personas, sobre todo con aquellas que forman parte de los grupos de atención prioritaria como pueden ser las niñas, niños, adolescentes, personas jóvenes, mujeres, personas que forman parte de la comunidad de lesbianas, gays, bisexuales, transexual, transgénero, travesti e intersexual, entre otras (LGBTTTI+), personas mayores, con discapacidad, indígenas, afromexicanas, migrantes y en situación de pobreza, entre otras. Y el enfoque medioambiental, el cual se interrelaciona con otras esferas como la social y la económica en pro del desarrollo sostenible y se denomina "Enfoque integrado para el desarrollo sostenible", aunque en el marco general de este taller se continuará llamando enfoque medioambiental. Este enfoque plantea la interdependencia entre el progreso social, el crecimiento económico y la protección ambiental y, por otro, la necesidad de asegurar beneficios simultáneos y de largo plazo en todos estos ámbitos (PNUMA, 2016). Por ello, la vinculación entre las esferas económica, social y ambiental. ONU Medio ambiente. (2018). *El Enfoque Integrado y la Dimensión Ambiental en la Agenda 2030.* Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente, p.6. Recuperado de https://wedocs.unep.org/bitstream/handle/20.500.11822/25644/dimension_ambiental_agenda2030.pdf?sequence=1&isAllowed=y y PNUD. (20 enero 2021). *Agenda 2030 Igualdad de Género para no dejar a nadie atrás*. Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD). Recuperado de http://americalatinagenera.org/newsite/index.php/es/igualdad-de-genero-y-agenda-2030

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

igualdad en la posesión y ejercicio de los derechos humanos, entre ellos los civiles y políticos.[13] La democracia está presente en la vida social, familiar, en la escuela, en la pareja, en el trabajo, es decir, en todos los ámbitos de la vida de una persona porque está conformada por un conjunto de valores que ayudan a convivir de forma pacífica y armónica.[14]

Así también, la democracia tiene que ver, tanto en lo político como en lo social, con las formas de participar e interactuar, es decir, con la posibilidad de coexistir de manera armónica e incluyente, gracias a actitudes y prácticas basadas en el respeto a las personas y a la ley, reconociendo su igualdad y dignidad así como con el ejercicio de la tolerancia y el diálogo como medios para conciliar las divergencias.[15] Otra tarea importante llevada a cabo por el IECM es la **educación cívica**, la cual tiene el propósito de contribuir al desarrollo de la **personalidad democrática**[16] con atributos y conductas orientadas al respeto y ejercicio de los derechos y valores humanos.

Asimismo, el IECM cuenta con la "***Estrategia Integral de Educación Cívica para la Ciudad de México 2017-2023***" (EI1723) cuyo propósito es generar las condiciones necesarias para el desarrollo de habilidades que permitan a la ciudadanía, la deliberación democrática y el uso de los mecanismos de exigencia para incidir en la solución de problemas públicos en su ciudad;[17] además de haber desarrollado, a lo largo de más de veinte años de existencia, un

[13] Rico, O. (2007). *Educación cívica y personalidad democrática*. *Educar para la convivencia con vivencia*. Manual para educadores. Recuperado de http://portal.iedf.org.mx/biblioteca/docentes/02_ECPD_Manual%20educadores_2007.pdf (p. 31).

[14] Fuentes y Covarrubias. (2016). Culturas familiares: hacia la construcción de familias democráticas. Guía para la implementación del taller. Recuperado de http://portal.iedf.org.mx/biblioteca/familia/culturas%20familiares_biblioteca%20e.pdf (p. 33).

[15] Rico, O. Ibídem, Educación cívica…p. 33.

[16] La personalidad democrática está conformada por un conjunto de capacidades y competencias cívicas que derivan del aprendizaje de diversos contenidos cognitivos, actitudinales y axiológicos, así como del desarrollo de habilidades como el diálogo, la autorregulación o la empatía que favorecen a una mejor convivencia. Por su parte las competencias cívicas implican lo que sabe una persona, lo que puede hacer (capacidades), lo que tiene la voluntad de hacer y lo que es (personalidad y actitud). Es el conjunto de nociones, conocimientos adquiridos y actitudes que permiten a las personas responder ante situaciones de su vida personal y social, en las que se involucra su perspectiva moral y cívica, así como su capacidad de resolver necesidades y conflictos tanto individuales como aquellos que se presentan en la interacción con las otras personas, estableciendo relaciones positivas. Conllevan diversas capacidades como: el auto reconocimiento y el auto cuidado de sí misma o mismo; el ejercicio responsable de algunos valores como la libertad.; el respeto y la pluralidad; el sentido de pertenencia a la comunidad, a la nación y la humanidad; el manejo y resolución de los conflictos; la participación social y política; el apego a la legalidad y al sentido de justicia, además del aprecio y la valoración de la democracia. Rico, O. Ibídem. *Educación cívica y personalidad democrática…*pp. 37-41.

[17] La EI1723 retoma tres ejes estratégicos para el fortalecimiento de la cultura cívica: Verdad, Diálogo y Exigencia, y propone procesos formativos para que la ciudadanía: a) Incremente el uso práctico de la información pública relacionada con la cultura cívica; b) Se apropie del valor del diálogo como medio para articular demandas, y c) Elabore soluciones como ente colectivo además de que exija congruencia del servicio público e incida en la solución de problemáticas públicas. Asimismo, la EI1723 cuenta con 3 ejes transversales: 1) Las alianzas

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

modelo de formación que busca promover la educación cívica y democrática en la Ciudad de México, haciendo énfasis en cuatro enfoques transversales como son: el de derechos humanos, género, inclusión y medioambiental, los cuales se abordarán más adelante.

1.4 Modelo de formación del IECM

Como ya se mencionó, el IECM ha desarrollado a lo largo de sus veinte años de existencia, un **Modelo de Formación Ciudadana** el cual pretende, entre otros aspectos, que las personas fortalezcan su ciudadanía y pasen del ejercicio de una ciudadanía pasiva a una activa. Por ciudadanía pasiva se entiende aquella en la que se tienen actitudes y comportamientos que muestran un nulo o escaso conocimiento y ejercicio de los derechos y valores democráticos; prevalece la apatía y se es indiferente a lo que acontece en la vida pública y en el entorno; sólo se busca el beneficio y bienestar individual, no tanto el bienestar común ni del medioambiente en donde se vive y se tienen actitudes más reactivas que proactivas, y su participación en la vida pública responde más bien a estímulos externos como pueden ser recibir dinero, camisetas, gorras, etcétera.

Por su parte la ciudadanía activa implica el conocimiento y ejercicio de los derechos y valores humanos y se manifiesta en las actitudes y acciones que emprende una persona para buscar el bienestar común y no sólo el propio; incluyendo el medioambiente que le rodea. La ciudadanía activa se informa, se forma, asume la corresponsabilidad de lo que acontece en la vida pública y aportar soluciones para crear mejores condiciones de vida para todas y todos,[18] sin esperar a que el gobierno "lo haga todo". Por ejemplo, una ciudadanía activa es aquella que cuida y procura su medioambiente inmediato, no lo contamina y trata de mantenerlo limpio sin esperar a que sus vecinas y vecinos limpien la calle o el gobierno mande el servicio de limpieza.

interinstitucionales, 2) La perspectiva de género e inclusión, el uso del lenguaje no sexista e incluyente y 3) Una ruta de seguimiento y evaluación en su implementación. Instituto Electoral del Distrito Federal. *Estrategia Integral de Educación Cívica para la Ciudad de México 2017-2023*. (EI1723), pp. 27 y 29. Recuperado de http://www.iedf.org.mx/www/sites/CapitalCivica/EI1723.pdf

[18]Instituto Nacional Electoral (INE). (2014). Ciudadanía en México ¿Ciudadanía activa?, p. 14. Recuperado de https://portalanterior.ine.mx/archivos2/s/DECEYEC/EducacionCivica/Ciudadania-Activa.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

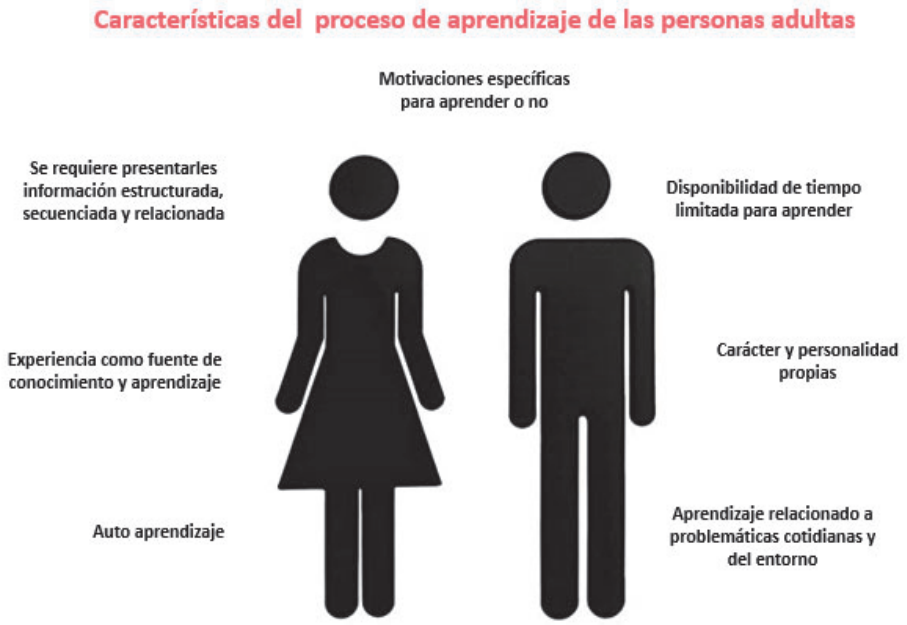
Ahora bien, el **Modelo de formación Ciudadana del IECM** está conformado por seis pilares y cuatro enfoques transversales:

Fuente: elaboración propia con base en el modelo de formación del IECM.

1.4.1 Perfil de las personas adultas.- El proceso de aprendizaje en las personas adultas[19] implica la adquisición, confrontación, cuestionamiento, replanteamiento, reafirmación y enriquecimiento de información, conocimientos, valores y saberes, etcétera, que ya se poseen y que pueden contribuir a modificar sus percepciones, pensamientos, conocimientos, saberes, opiniones y comportamientos. Algunas de las características del proceso de aprendizaje en las personas adultas son:

[19] Las etapas tanto de la juventud como de la adultez, así como las capacidades físicas como la fuerza, la velocidad, la resistencia y la edad en las personas ya que estas capacidades entran en una etapa de plenitud entre los 20 y los 30 años, y pueden tener una reducción, en ocasiones significativa, durante la vejez del ser humano. Universidad de Educación a Distancia. (2000). Especificidad de la educación de adultos. Bases psicopedagógicas y señas de identidad. *Educación XX1. (ISSN: 1139-613X*), pp.9, 14-15. Recuperado de https://www.redalyc.org/pdf/706/70600304.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

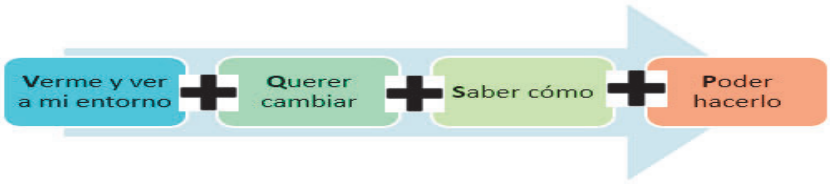


Fuente: elaboración propia con base en Universidad de Educación a Distancia. Ibídem. *Especificidad de la educación...* p. 110.

Algunos aspectos que pueden facilitar el proceso de aprendizaje en las personas adultas son: a) Realizar actividades que vinculen los contenidos abordados a su aplicación práctica; b) Analizar las situaciones y no sólo exponerlas; c) Visibilizar los resultados durante el proceso de aprendizaje y reforzar el aprendizaje deseado; d) Realizar ejercicios y repeticiones para corroborar y clarificar los contenidos; h) Motivar la comprensión, relevancia y aplicación de lo que se va a aprender y k) Tomar en cuenta el estado de salud, sobre todo si las personas se sienten fatigadas o enfermas, para recuperar su atención y ánimo.

1.4.2 Método "Ve que sí puedes": Dicho método atiende la necesidad de que las personas participantes en los talleres reflexionen, por un momento, y se motiven sobre el tipo de ciudadanía que están ejerciendo, comenzando por el auto reconocimiento de sí mismas y de su entorno a fin de identificar cómo se encuentran en este tema y valorar si desde su perspectiva, consideran conveniente modificar algunos aspectos para que ejerzan una ciudadanía más activa, de ser el caso. El método "Ve Que Sí Puedes" está compuesto por las iniciales de las palabras:

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento



Fuente: elaboración propia con base en: Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. Ibídem. "Metodología PESA…"

Verme y ver mi entorno: Este auto reconocimiento es indispensable para comenzar a revisar "cómo estoy y me encuentro" al momento, así como observar cómo se encuentra mi entorno.	**Querer cambiar**: Se requiere el convencimiento y la voluntad de querer cambiar y pasar del pensamiento a la acción y no sólo quedarse en el plano del "así estoy bien" o el "sí quiero cambiar" pero en realidad no se hace nada.
Saber cómo: A partir de la información-conocimientos que una persona recibe, incorporarlos a fin de adquirir nuevas herramientas y habilidades y aplicarlos en el día a día para hacer las cosas de forma distinta y mejores.	**Poder hacerlo**: Tomar la decisión de actuar, modificar, mejorar, fortalecer y/o transformar aspectos personales con efectos en el entorno inmediato (pareja, familia, amistades, medio ambiente, etcétera).

1.4.3 Aprendizaje experiencial: Consiste en la interrelación entre la experiencia y la reflexión por parte de las personas adultas, donde no sólo basta con la experiencia para asegurar el aprendizaje, sino que éste debe estar íntimamente ligado a un proceso de reflexión personal, en el que se construyen significados a partir de experiencias vividas.[20] De ahí que sea tan importante que las personas a quienes se pretende formar, manifiesten sus conocimientos, valores propios, percepciones, fortalezas personales así como sus limitaciones, ya que todo en conjunto conforma los **saberes** que ya poseen. De ahí que sea tan importante cuidar tanto la forma como el fondo, para que las sesiones sean en la medida de lo posible, espacios informativos, pero también de sensibilización y reflexión con

[20] Universidad de Jaen. (2010). El aprendizaje experiencial y las nuevas demandas formativas. *Revista de Antropología Experimental* (*nº 10, 2010, especial educación 8)*, pp. 89-102. Recuperado de http://revista.ujaen.es/huesped/rae/articulos2010/edu1008pdf.pdf[21] Fuentes y Covarrubias. Ibídem. Culturas familiares…, p. 32.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

nueva información y contenidos que aporten y enriquezcan los saberes que ya traen las personas.

1.4.4 Formación en valores de la democracia.- Otro de los pilares del Modelo de formación del IECM, es la formación en valores de la democracia.[21] Los valores son el conjunto de apreciaciones y opciones que afectan la conducta y configuran y moldean tanto ideas como formas de pensar, así como los sentimientos de las personas. Se trata de habilidades que se desarrollan mediante la práctica. De modo que formar en valores de la democracia implica que las personas reconozcan los beneficios, perjuicios y efectos que provocan su adopción y práctica en la interacción con las otras personas, con la finalidad de que, de manera consciente y responsable, se opte por ellos para crear ambientes de convivencia sanos donde prevalezca el beneficio mutuo y común y no solo el propio.

En la medida que se desarrollen capacidades en las personas para ejercer los valores de la democracia, esto ayudará, junto con otros aspectos, a construir sociedades que convivan de manera más armónica, respetuosa y pacífica, donde las personas se puedan desarrollar humanamente, sobre todo en sociedades actuales que se caracterizan por estar más bien "deshumanizándose", sin tejido social, individualizadas y empobrecidas en diversos aspectos, lo que ha llevado a contextos sociales, económicos y políticos donde prevalece la inseguridad, la violencia y el miedo, por mencionar algunas problemáticas. Los **valores democráticos** son los siguientes:[22]

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

[21] Fuentes y Covarrubias. Ibídem. Culturas familiares…, p. 32.
[22] IEDF. Ibídem. *Culturas familiares*… p. 34.[23] Asociación internacional de aprendizaje experiencial. Ibídem.

Diálogo.- Es el intercambio de opiniones y sentimientos de manera tranquila, respetuosa y pacífica para convivir y entenderse mutuamente.

Igualdad.- Implica reconocer y respetar el valor de las personas por ser seres humanos, reconociendo sus derechos humanos y dignidad sin discriminar.

Legalidad.- Es actuar conforme a las reglas y normas establecidas y en el marco de la ley, evitando así dañar a terceras personas y respetando sus derechos humanos y dignidad.

Participación.- Es la acción de tomar parte de algo, junto con más personas, para alcanzar un objetivo común.

Respeto.- Es un valor social en el trato entre las personas y que se muestra también ante situaciones y/o circunstancias; parte del reconocimiento de que todas las personas tienen los mismos derechos y dignidad, evitando causar daños o perjuicios.

Libertad.- Es la posibilidad de pensar, elegir, decidir y actuar sin presiones externas, siendo responsable de asumir las consecuencias y/o resultados para la misma persona y para las demás.

Pluralidad.- Es el reconocimiento e inclusión de las distintas formas de pensar, ser y actuar, lo que implica la tolerancia y el respeto y permite que las personas convivan mejor.

Responsabilidad.-Prever y asumir las consecuencias de los propios actos, para las demás personas y para el entorno. Cuando alguien es responsable se compromete con su decisión y comunidad.

Tolerancia.- Es cuando se tiene la disposición de respetar a quienes tienen formas de pensar, ser y actuar distintas a la propia, siempre y cuando estas personas no cuestionen y/o vulneren la dignidad de las otras personas.

Sin embargo, para ejercer los valores democráticos se requiere desarrollar diversas capacidades para la convivencia las cuales contribuyen a que las personas adquieran a su vez competencias cívicas. De modo que uno de los retos en los talleres a impartir, es generar procesos de formación creando espacios en donde las personas participantes se auto

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

reconozcan y reflexionen, al menos por un momento, sus propios valores, identifiquen aquellos que son democráticos y se sensibilicen en la importante función que éstos tienen para formar y ejercer ciudadanía activa, contribuyendo así a desarrollar y fortalecer competencias cívicas en ellas y ellos.

1.4.5 Lo lúdico como recurso didáctico del Modelo de formación del IECM

"*Puedes aprender más de un individuo, durante una hora de juego, que en un año de conversación*" Platón.[23]

El juego es un recurso que en sí mismo es grato y relajante para quien lo practica; es una actividad que crea reglas, permite la interacción e integración y ayuda a "romper el hielo" entre quienes lo llevan a cabo. Las actividades lúdicas son también una estrategia educativa que favorece el desarrollo intelectual y afectivo en un proceso de aprendizaje. Suele ser repetitivo, placentero y tiene diversas finalidades (fomentar la cooperación, el diálogo, el debate, etcétera); también es factor de socialización y motivación.

La función del juego en los talleres es estimular la identificación y aplicación de los contenidos que se trabajen, pero también ayudar a que las personas se puedan enfrentar a situaciones y ejemplos ficticios, pero que se refieren a situaciones de la vida real en las que se puede aplicar lo aprendido. De ahí que el juego facilite la interacción, relaje a las personas, pero también las coloque ante situaciones donde pueden aplicar, repasar, reflexionar y decidir tomando como referentes tanto los saberes propios como lo que se está aprendiendo. De manera que, al echar mano del recurso lúdico, se genera un proceso de formación vivencial y se explotan al máximo las experiencias de la vida, enriqueciendo el aprendizaje individual y colectivo.

1.4.6 Rol de las personas promotoras-facilitadoras ciudadanas

"El aprendizaje es experiencia, todo lo demás es información" Albert Einstein.

[23] Asociación internacional de aprendizaje experiencial. Ibídem.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

En el modelo de formación del IECM hay dos tipos de actores básicos: por un lado, están las personas participantes en los talleres y por el otro las personas promotoras-facilitadoras. Las personas promotoras-facilitadoras tienen la función de facilitar y motivar el intercambio de ideas, experiencias y reflexiones entre quienes asisten a tomar el taller. Facilitar significa hacer posible o más sencilla determinada tarea; de modo que la persona promotora-facilitadora es aquella quien posee determinadas aptitudes, principios, conocimientos y habilidades, que le permiten motivar procesos de información, sensibilización y formación en las personas y en los colectivos.[24]

Las personas promotoras-facilitadoras deben tener la capacidad de realizar el trabajo de guías, escuchar, identificar, reconocer los saberes de las personas participantes en los talleres, además de manejarse con respeto hacia ellas y aplicar los valores democráticos y fomentarlos durante el desarrollo del taller. Es decir, deben propiciar en cada taller un ambiente de respeto, pluralidad, tolerancia, diálogo y convivencia, donde se construya una cultura democrática.

En todos estos puntos, es muy importante tratar de aprovechar al máximo el tiempo con las personas participantes en los talleres e identificar hasta qué nivel se pretende incidir en ellas, clarificando ¿qué se va a transmitir? ¿cómo se va a hacer y con qué herramientas se cuenta? ¿a qué meta (s) de información, sensibilización y/o formación se aspira llegar?, y ¿durante cuánto tiempo se va a trabajar con ellas?, entre otros aspectos ya que, si la persona promotora-facilitadora tiene claro todo esto, será más realista y asertiva en su proceso de formación.

[24] FAO y SADER. Ibídem. *Metodología…*p.16.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

1.4.7 Enfoques transversales en el modelo de formación del IECM

Como se mencionó anteriormente, el modelo de formación del IECM incorpora cuatro enfoques de forma transversal a fin de que se visibilicen y se promuevan en el trabajo de información, sensibilización y formación que se lleve a cabo en los talleres.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Enfoque de derechos humanos[25]	Enfoque de género	Enfoque de inclusión	Enfoque medioambiental
Este enfoque busca que las personas estén informadas, conozcan y ejerzan sus derechos humanos en cualquier ámbito de su vida y promueve que el Estado sea garante de los derechos humanos, los respete y los cumpla. Cabe destacar que el ejercicio de todos los derechos humanos conlleva la responsabilidad de su ejercicio. Algunas de las obligaciones del Estado en materia de derechos humanos son: ● Promover los derechos humanos para fortalecer una cultura de	Género se refiere a las identidades socialmente construidas, los atributos y los roles asignados a mujeres y hombres. "Género" no equivale sólo a las "mujeres" sino que se atribuye a las diferencias sexuales que generan relaciones jerárquicas entre hombres y mujeres y a la distribución de facultades y derechos en favor del hombre y en detrimento de la mujer. [26] Visibiliza la desigualdad con base en el sexo de las personas. El enfoque de género busca:	La inclusión es un proceso de identificación y comprensión de la diversidad en la sociedad que busca reducir las barreras que obstaculizan y discriminan el reconocimiento del "otro" y de su participación, lo que implica compartir las oportunidades y los bienes y servicios que están disponibles y que se generan en la sociedad. La inclusión demanda flexibilidad, hacer visibles la diferencias y asignar a cada persona lo que le corresponde, además de reconocer la pluralidad entre la población de atención prioritaria como pueden ser las niñas, niños, adolescentes, personas jóvenes, mujeres, personas que forman parte de la comunidad de lesbianas, gays,	Promueve que las personas se sensibilicen y sean responsables del medioambiente y del entorno en donde viven. Procurando el desarrollo sostenible (es decir, la satisfacción de las necesidades de la generación presente sin comprometer los recursos de las generaciones futuras para satisfacer las necesidades propias).[28] Una persona que es responsable de su medioambiente: • Respeta y protege todas las formas de vida; • Reconoce y asume los impactos y costos ambientales de sus acciones y

[25] Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA). (24 de febrero 2020). *El enfoque basado en los derechos humanos*. UNFPA. https://www.unfpa.org/es/el-enfoque-basado-en-los-derechos-humanos.

[26] Naciones Unidas Derechos Humanos. Oficina del Alto Comisionado. (2017). *Los derechos de la mujer son derechos humanos*. ISBN 978-92-1-354131-9, p. 43. https://www.ohchr.org/Documents/Publications/HR-PUB-14-2_SP.pdf

[28] Brundtland, Gro. (2018). *SOCIEDAD Brundtland, ¿Dónde está nuestro futuro común?* United Explanations. https://www.unitedexplanations.org/2012/04/02/brundtland-donde-esta-nuestro-futuro-comun/.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

derechos humanos en el quehacer cotidiano; ● Respetar los límites del poder público frente a los derechos humanos de las personas y no impedir su goce; • Asegurar el pleno goce y ejercicio de los derechos humanos; ● Prevenir, investigar, sancionar y reparar las violaciones a los derechos humanos.	● Reflexionar sobre las diferencias entre mujeres y hombres, basadas en aspectos culturales (machismos, discriminación, etcétera); ● Visibilizar cómo es que las diferencias biológicas entre los sexos se convierten en desigualdades sociales, económicas, culturales, educativas, etcétera, que limitan el acceso equitativo entre mujeres	bisexuales, transexual, transgénero, travesti e intersexual (LGBTTTI+),[27] personas mayores, con discapacidad, indígenas, afromexicanas, migrantes y en situación de pobreza, entre otras. Este enfoque promueve la igualdad y acceso a las oportunidades disponibles o aquellas que se vayan a crear, considerando las características, condiciones y diferencias en la población perteneciente a alguno de los grupos de	los de otras personas, en el desarrollo y bienestar actual y futuro; • Valora los saberes ancestrales y locales que son expresiones de una mejor relación humano-naturaleza; • Trabaja por el bienestar y seguridad de las personas en el presente y futuro; • Impulsa acciones a favor del desarrollo sostenible, y •

[27] LGBTTTI+: Lesbiana: mujer que se siente atraída erótica, física, afectiva y sexualmente por mujeres. Es una expresión alternativa a "homosexual", que puede ser utilizada por las mujeres para enunciar o reivindicar su orientación sexual; Gay: hombre que se siente atraído -en los mismos términos mencionados recientemente- por otro hombre. Es una expresión alternativa a "homosexual" (de origen médico); Bisexual: capacidad de una persona de sentir atracción erótico-afectiva hacia hombres y mujeres por igual, más allá de que el género de la otra persona sea el mismo o no que el suyo; Transexual: personas que se sienten y se conciben a sí mismas como pertenecientes al género y al sexo opuestos a los que social y culturalmente se les asigna en función de su sexo de nacimiento, y que pueden optar por una intervención médica —hormonal, quirúrgica o ambas— para adecuar su apariencia física y corporalidad a su realidad psíquica, espiritual y social; Transgénero: este término –que incluye la subcategoría transexualidad y otras variaciones- es utilizado para describir las diferentes variantes de la identidad de género, cuyo común denominador es la no conformidad entre el sexo biológico de la persona y la identidad de género que ha sido tradicionalmente asignada a éste. Una persona trans puede construir su identidad de género independientemente de intervenciones quirúrgicas o tratamientos médicos; Travesti: aquellas personas que gustan de presentar de manera transitoria o duradera una apariencia opuesta a la del género que socialmente se asigna a su sexo de nacimiento, mediante la utilización de prendas de vestir, actitudes y comportamientos; Intersexual: se refiere a las situaciones en las que la anatomía o fisiología sexual de una persona no se ajusta completamente a los estándares definidos para los dos sexos que culturalmente han sido asignados como masculinos y femeninos, es decir que hay características sexuales innatas en las personas pero con variaciones intersexuales que podrían corresponder, en diferente grado, a ambos sexos. También existen otras identidades y orientaciones sexuales como son: Queer: aquellas personas que crean y manifiestan experiencias y expresiones alternativas más que una identidad fija; Asexual: personas que no sienten atracción sexual hacia otras personas pero sí se pueden relacionar afectivamente con ellas; y Pansexual: capacidad de una persona de sentir atracción -erótica, física, afectiva y sexual- hacia otra persona, con independencia del sexo, género, identidad de género, orientación sexual o roles sexuales, así como la capacidad de mantener relaciones íntimas y/o sexuales con ella. Además, se puede considerar cualquier otra disidencia que no sea aceptada por la heteronorma y el binarismo tradicional. CONAPRED. (2016). *Glosario de la diversidad sexual, de género y características sexuales*. Recuperado de http://sindis.conapred.org.mx/investigaciones/glosario-de-la-diversidad-sexual-de-genero-y-caracteristicas-sexuales y Comité Jurídico Interamericano. (2013). *Informe preliminar sobre el tema Orientación sexual, identidad de género y expresión de género*, p.12. Recuperado de http://www.oas.org/es/sla/cji/docs/cji_agenda_actual_Orientacion_Sexual.pdf.

● Garantizar los derechos humanos implica el deber de organizar el aparato gubernamental para que se puedan gozar y ejercer, plena y libremente estos derechos.	y hombres, a los recursos económicos, políticos y culturales, e ● Identificar vías y alternativas para modificar la desigualdad de género y promover la igualdad jurídica y la equidad entre mujeres y hombres.	atención prioritaria, así como sus necesidades individuales y/o colectivas.	• Promueve la consciencia de que sin un medioambiente sano y equilibrado no es posible la vida.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

II. Acercándonos a la democracia

El propósito del taller "Democracia y sexualidad" es el siguiente:

Objetivo general

Identificar a la democracia, sus elementos esenciales[29] y su construcción a partir de valores y principios; como una herramienta que contribuye al respeto, protección y educación para y en los derechos humanos, entre ellos los sexuales y reproductivos, y que coadyuva a la convivencia armónica; fomenta y reconoce la dignidad intrínseca de todas las personas y el ejercicio de sus derechos en el ámbito público y privado.

Objetivos específicos

- Dar a conocer en qué consiste el trabajo del IECM y específicamente en educación cívica.
- Conocer y reconocer a la democracia, sus elementos, valores y principios, su pertinencia; identificarla como forma de vida además de sus ventajas y retos al practicarla en los distintos ámbitos de la vida.
- Identificar la importancia del respeto y ejercicio de los derechos humanos, como parte fundamental de la democracia, y específicamente los sexuales y reproductivos.
- Reconocer qué es la sexualidad, así como los derechos sexuales y reproductivos que la abrigan.
- Identificar cómo se pueden practicar los valores democráticos en el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos, ejemplificando cómo estos derechos forman ciudadanía y contribuyen a la democracia.

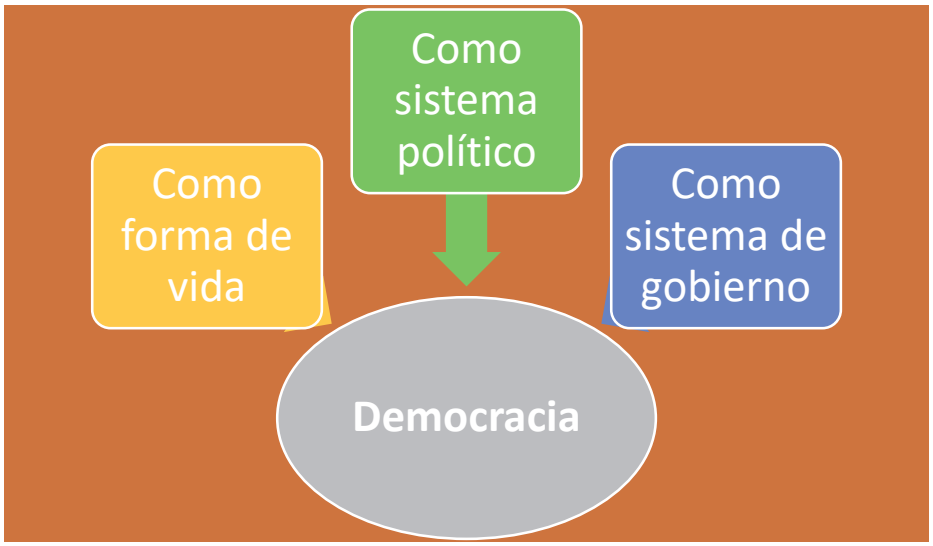
[29] Como son: el respeto por los derechos humanos y las libertades fundamentales; la libertad de asociación; de expresión y de opinión; el acceso al poder y su ejercicio de conformidad con el imperio de la ley; la celebración de elecciones periódicas, libres y justas por sufragio universal y por voto secreto como expresión de la voluntad de la población; la existencia de un sistema pluralista de partidos y organizaciones políticas; la separación de poderes; independencia del poder judicial; transparencia, la responsabilidad en la administración pública y la existencia de medios de información, libres, independientes y pluralistas. ONU, *La democracia y los derechos humanos.* Recuperado de https://www.un.org/es/events/democracyday/2008/pdf/DEMOCRACIAYDERECHOSHUMANOSDEFINITIVO.pdf.

A continuación, se aborda en qué consiste la democracia para poder entenderla mejor y comprender sus principios, ventajas y retos y los espacios en los cuáles se puede practicar.

2.1 ¿Qué es la democracia?

La educación en derechos humanos y la educación cívica fomentan la cultura y las prácticas democráticas, y promueven una cultura de paz.[30]

En este apartado se abordará qué es la democracia y tres formas en las que puede practicarse, las cuales coexisten de manera paralela:



Como ya se mencionó anteriormente, el IECM trabaja para promover la democracia no solo como un sistema político y de gobierno sino también como una a) **forma de vida** en la que se respeta y ejercen valores (como los revisados en la página 18) así como derechos humanos, lo que contribuye a crear ambientes de convivencia más favorables y menos conflictivos y/o adversos para las personas.

[30] Oficina del Alto Comisionado y del Secretario General. (2012). *Estudio sobre los problemas comunes a que se enfrentan los Estados en sus esfuerzos por garantizar la democracia y el estado de derecho desde una perspectiva de derechos humanos*. Informe de la Alta Comisionada de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos (A/HRC/22/29), p. 19. Recuperado de https://undocs.org/es/A/HRC/22/29

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Uno de los aspectos más importantes en las democracias es que salvaguarden tanto la dignidad de las personas como el respeto por el ejercicio de sus derechos humanos, más allá de su condición económica, discapacidad, raza, género y/o creencias religiosas, entre otros aspectos; y no se puede concebir una democracia que atenta contra la dignidad de las personas y no vela por sus derechos humanos.

Por otro lado, la democracia es también un b) **sistema político** que se deposita en el pueblo (demos), quien es el que ejerce el gobierno (kratos). Esta dimensión refleja la característica fundamental de la democracia, es decir, el gobierno de la mayoría —a diferencia de sistemas no democráticos como la autocracia (el gobierno de una sola persona), la oligarquía (el gobierno de pocos) y la aristocracia (el gobierno de "los mejores"). En realidad, en la democracia no debe existir el poder por encima del pueblo, sino que más bien el poder es detentado por la ciudadanía, de ahí que tanto sea legal y legítimo que prevalezca la voluntad popular y ésta sea soberana porque es "el gobierno del pueblo y por el pueblo".[31]

La democracia también es un c) **sistema de gobierno** que en el caso de México es representativo, republicano, democrático y laico en el que la ciudadanía tiene el derecho y el deber de participar en la resolución de problemas y temas de interés general, y en el mejoramiento de las normas que regulan las relaciones en la comunidad, a través de los mecanismos de democracia directa y participativa.

La democracia debe garantizar el derecho a votar en un sistema pluralista de partidos, conformar y formar parte de organizaciones políticas y a poder ser persona elegida en elecciones periódicas, auténticas, libres y limpias, realizadas por sufragio universal e igual donde el voto sea secreto y garantice la libre expresión de la voluntad de las y los electores, así como el respeto al Estado de derecho, la separación de poderes, la independencia del poder judicial, la transparencia y la rendición de cuentas en la administración pública y los

[31] Instituto Nacional Electoral (INE). (2019). *Principios y valores de la democracia*. Cuaderno de divulgación de la cultura democrática 1, p. 29. Disponible en https://www.ine.mx/wp-content/uploads/2020/02/cuaderno_01.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

procesos de adopción de decisiones y la existencia de medios de difusión libres, independientes y plurales.[32]

De ahí que la democracia y los derechos humanos tengan una relación de interdependencia que va más allá de que la primera no exista sin los segundos, ya que el goce y el ejercicio de los derechos humanos está vinculado a que se garanticen en un Estado de derecho, además de que si se viola ya sea a la democracia como a los derechos humanos, se ponen en riesgo ambos. Por tanto, la democracia debe garantizar el respeto de todos los derechos humanos y las libertades fundamentales como: la libertad de asociación y reunión pacífica, la libertad de expresión y opinión, de pensamiento, de conciencia, de religión o de creencias, el derecho en todas partes al reconocimiento de la personalidad jurídica y a participar en la dirección de los asuntos públicos, directamente o por medio de representantes políticos libremente elegidos.

La interdependencia entre la democracia y los derechos humanos se ha establecido en varios instrumentos internacionales de derechos humanos, como en el Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos y la Declaración Universal de Derechos Humanos, que dispone que: a) toda persona tiene derecho a participar en el gobierno de su país, directamente o por medio de representantes libremente escogidos; b) toda persona tiene el derecho de acceso, en condiciones de igualdad, a las funciones públicas de su país; c) la voluntad del pueblo es la base de la autoridad del poder público; esta voluntad se expresará mediante elecciones auténticas que habrán de celebrarse periódicamente, por sufragio universal e igual y por voto secreto u otro procedimiento equivalente que garantice la libertad del voto (art. 21).[33]

Para esto se requiere de la **institucionalidad**, es decir, crear, mantener y promover instituciones sólidas, transparentes, con funciones claras, con personas trabajadoras capacitadas para realizar sus funciones y sobre todo ser transparentes y que rindan cuentas

[32] INE, Ibídem. Principios y valores…
[33] INE, Ibídem. Principios y valores…, p.8.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

a la ciudadanía. Además de la institucionalidad, para que sea posible la democracia se requiere de un sistema de pesos y contrapesos para proteger de la impunidad, la corrupción y el abuso de poder en el marco de un **Estado de derecho**.

Por Estado de derecho se entiende…

> *un principio de gobernanza en el que todas las personas, instituciones y entidades, públicas y privadas, incluido el propio Estado, están sometidas a leyes que se promulgan públicamente, se hacen cumplir por igual y se aplican con independencia, además de ser compatibles con las normas y los principios internacionales de derechos humanos. Asimismo, exige que se adopten medidas para garantizar el respeto de los principios de primacía de la ley, igualdad ante la ley, separación de poderes, participación en la adopción de decisiones, legalidad, no arbitrariedad, y transparencia procesal y legal*».[34]

De modo que en un estado de derecho si alguna institución no está aplicando correctamente la ley, está haciendo procedimientos que no le corresponden, lo está haciendo erróneamente y/o violentando los derechos humanos de las personas, grupo de personas y/o afectando a otra (s) institución o pública o privada, se debe velar por su correcto y adecuado desempeño, conforme a la ley; por eso se habla de la importancia de crear un sistema de pesos y contrapesos, ya que cuando éste fracasa y se vulnera, la democracia puede dejar de funcionar; algunas causas de esto son:[35]

- Cuando se violan y vulneran los derechos humanos y las libertades de las personas;
- Se traspasan los límites de la participación ciudadana;
- Existe poca o nula libertad de expresión;
- Existe una falta de políticas efectivas de empoderamiento y acceso a la justicia;

[34] Naciones Unidas. *¿Qué es el estado de derecho?* NY. EEUU. https://www.un.org/ruleoflaw/es/what-is-the-rule-of-law/
[35] Oficina del Alto Comisionado y del Secretario General. (2012). Ibídem, *Estudio…,* pp. 9 y 10.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

- Se usurpa el poder y/o se dan gobiernos inconstitucionales que se pueden convertir en dictaduras;
- Existen problemas políticos y de seguridad nacional cuando existen gobiernos autocráticos y dictatoriales y/o existen grupos armados, guerrillas, delincuenciales que crean territorios de ingobernabilidad donde el Estado no puede acceder y están bajo su control, generando también inseguridad pública en la población;
- Existen problemas sociales y económicos como la pobreza y la marginación las cuales impiden el desarrollo humano de las personas, así como el debilitamiento del tejido social, además de la corrupción y la impunidad. Todo esto puede provocar que las personas dejen de creer en la democracia y se conformen con sistemas de gobierno mediocres y/o prefieran otros sistemas de gobierno;
- Cuando no son posibles las alternancias pacíficas y legítimas del poder político y se instauran gobiernos no legítimos, por la fuerza y que abusan del poder que les ha sido delegado por quienes gobiernan.

De ahí que sea tan importante hablar de gobernabilidad, porque el ejercicio de poder de la ciudadanía delegado en las personas que les gobiernan pasa por un acuerdo y un equilibrio que es corresponsabilidad de ambos mantenerlo. Por tanto, se puede establecer que la democracia se da en la medida en que:

a) Las personas y las instituciones actúan conforme el ejercicio de valores y derechos humanos, se promueve su conocimiento y respeto;
b) Se mantiene un estado de derecho donde las instituciones funcionan con un sistema de pesos y contrapesos y se crean condiciones de paz y seguridad tanto pública como privada, donde las personas se sienten seguras, acceden y ejercen sus derechos humanos, los cuales son respetados de forma igualitaria sin distinción de raza, sexo, edad, orientación sexual,[36] personas con discapacidad, afrodescendientes, etcétera; y

[36] La orientación sexual se refiere a la capacidad de cada persona de sentir una profunda atracción emocional, afectiva y sexual por otras personas de diferente sexo/género o del mismo sexo/género o más de un sexo/género, y de entablar relaciones íntimas y sexuales con ellas. Básicamente hay tres orientaciones sexuales predominantes: hacia el mismo sexo/género (homosexualidad), hacia el sexo/género

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

c) Se cuenta con las mismas oportunidades más allá de que sean hombres o mujeres, y tienen la posibilidad de acceder a la educación, al trabajo digno, a obtener ingresos suficientes y a vivir en un ambiente sano y equilibrado, por mencionar algunos aspectos, entonces tienen la posibilidad de desarrollarse de forma integral.

Por ello, la democracia es tan importante e indispensable puesto que si existe y funciona adecuadamente en sus tres ámbitos como: forma de vida, sistema político y de gobierno, entonces puede contribuir de manera conjunta, al desarrollo integral (conformado por el desarrollo humano, social, económico, cultural, político y medioambiental) de las personas, las sociedades y de los entornos donde viven.

A partir de esto se puede establecer que:

Fuente: elaboración propia con base en Naciones Unidas, Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD) e Institute for Democracy and Electoral Assistance (IDEA). (2013). *Democracia y desarrollo: El rol de las Naciones Unidas*, p. 20. Recuperado de https://www.idea.int/sites/default/files/publications/democracia-y-desarrollo.pdf

opuesto (heterosexualidad) o hacia ambos sexos/géneros (bisexualidad). ONU Mujeres. *Profundicemos en términos de género. Guía de terminología del lenguaje no sexista para periodistas y comunicadoras y comunicadores*, p.54. Recuperado de file:///C:/Users/Usuario/AppData/Local/Temp/Guia-lenguaje-no-sexista_onumujeres.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Ahora bien, la democracia tiene principios que son sus referentes y que la orientan en su actuar, enseguida se ve cuáles son.

2.2 Principios de la democracia[37]

La democracia tiene principios los cuales son sus puntos de partida, reglas que la rigen y orientan y que, si no se cumplen, deja de ser lo que es y lograr su propósito. Algunos de estos principios son:

El principio de la mayoría y la defensa de los derechos de las minorías: implica un sano equilibrio entre el respeto a las opiniones y toma de decisiones de la mayoría sin dejar de ver y tomar en cuenta a las minorías, garantizando su inclusión y su representación, tratando de evitar "la dictadura de las mayorías". Las opiniones de las minorías valen dado que también gozan de los mismos derechos como el resto, por lo que se les debe tomar en cuenta (mediante el diálogo y la toma de acuerdos) y evitar marginarles o discriminarles por el hecho de serlo.	**Principio de la representación política democrática:** en las democracias modernas no se puede ejercer el poder directamente, debido a que es casi imposible por la cantidad de personas a quienes hay que gobernar, sin embargo, el poder delegado por parte de las personas gobernadas en quienes les representan políticamente, no se pierde sólo se les transfiere y deben ser consultadas mediante instrumentos como la revocación del mandato, el referéndum y/o el plebiscito, entre otros.[38]	**La igualdad política de la democracia:** por igualdad política se entiende que toda la ciudadanía es igual ante la ley (isonomía); tiene el mismo derecho a participar en los asuntos públicos (isegoría); tiene originariamente o "por naturaleza", el mismo poder (isocratía) e igual derecho a expresar libremente su opinión y su parecer (parrhesía).
Control social: todas aquellas personas, sean representantes políticos y gobernantes, deben ejercer gobiernos transparentes,	**Separación de poderes:** es la creación, separación e independencia de los poderes públicos entre los que se encuentran: el poder	**Elecciones libres, periódicas y auténticas:** se debe garantizar la organización y celebración de elecciones para que se

[37] Instituto Nacional Electoral (INE). Ibídem. *Principios…,* p. 34-36.
Sandi C. (9 junio 2013). La democracia. Principios. https://es.slideshare.net/CarlomagnoSandi/principios-de-la-democracia. La democracia. Democracia e igualdad. (16 abril 2020). [Mensaje en un blog]. Recuperado de http://recursostic.educacion.es/secundaria/edad/4esoetica/quincena7/quincena7_contenidos_1c.htm y Dahl, R. *¿Qué es la democracia?* Recuperado de https://webs.ucm.es/info/cpuno/asoc/profesores/lecturas/dahl.pdf

[38] Para mayor información ver el material del taller "Ciudadanía y mujeres en la Ciudad de México" en el cual se dan a conocer los instrumentos de participación ciudadana establecidos en la Ley de Participación Ciudadana de la Ciudad de México.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

legítimos y hacer rendición de cuentas ante quienes representan. Por tanto, es indispensable crear mecanismos para ello y así evitar abusos de poder, corrupción y gobiernos ilegítimos.	Ejecutivo (presidente), el poder legislativo (diputadas y diputados y senadoras y senadores) y el judicial. Además, están los partidos políticos los cuales deben garantizar la libertad de organizarse y conformar agrupaciones políticas y participar libremente en ellas.	pueda ejercer el sufragio universal y secreto, donde la ciudadanía pueda participar y que sus decisiones valgan por igual; que se realicen elecciones transparentes y se realicen de forma periódica, organizadas de preferencia por entidades independientes y autónomas a los gobiernos.
Libertad de expresión: Deben ser sociedades en donde existe y se respeta la libertad de las expresiones y opiniones de las personas, grupos, organizaciones e instituciones públicas y privadas, así como de los medios de información y comunicación, salvaguardando a las personas que trabajan para ellos (como periodistas, reporteras y reporteros, defensoras y defensores de causas específicas, etcétera), su trabajo e integridad.	**Respeto a los derechos humanos:** Se debe promover que las personas conozcan sus derechos humanos y los ejerzan en cualquier ámbito además de que el Estado sea el principal promotor, protector y garante del respeto y ejercicio de los derechos humanos -sus instituciones y su personal-, evitando violentarlos.	**Creación de mecanismos de incidencia y participación ciudadana:** Es necesario que en las democracias existan mecanismos legales y legítimos que velen por quienes detentan el poder, es decir las y los ciudadanos; por tanto, se requieren mecanismos permanentes, accesibles y que garanticen que la voluntad popular, las decisiones y expresiones se expresen libremente y sean respetadas por los gobiernos.

Autonomía de las asociaciones: la ciudadanía tiene derecho a constituir asociaciones u organizaciones independientes y autónomas, incluyendo partidos políticos y grupos de interés en diversos temas.

También tiene valores como los vistos en la página 18. Ahora que se han revisado los principios de la democracia, se presentan algunas ventajas y retos al practicarla.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

2.3 Ventajas y retos al practicar la democracia

«*La igualdad de género, las políticas feministas, los derechos de las mujeres, el empoderamiento de la mujer […] solo han tenido apoyo en democracia, sólo cuando se han basado en la lucha por la transformación social y por el cambio en el pacto social*. [39]

Una de las formas en las que se puede identificar los aportes que alguien más o algo genera en la vida de una persona, es mediante los beneficios, ventajas y los retos que le representa, además de si esa persona o ese algo le motiva a generar cambios positivos en su vida.

La democracia es ese "algo" que genera ventajas y retos al practicarla en la vida de las personas:

Algunas de las **ventajas** de la democracia son:

a) Contribuye a crear condiciones para la gobernabilidad en las sociedades entendiendo por ésta un estado de equilibrio dinámico entre el nivel de las demandas de la sociedad y la capacidad del sistema político (Estado/gobierno) para responderlas de manera legítima y eficaz. La gobernabilidad se manifiesta en: i. La capacidad del mantenimiento del orden y la ley; ii. La capacidad del gobierno para una gestión eficaz de la economía; iii. La capacidad del gobierno para promover el bienestar social e, iiii. El control del orden político y la estabilidad institucional ya que un déficit de gobernabilidad se manifiesta cuando existe discrepancia, es decir, falta de acuerdos entre las demandas de las personas, grupos, organizaciones e instituciones tanto públicas como privadas en la sociedad, frente a las respuestas, decisiones y acciones de su gobierno.[40]

[39] *Democracia y desarrollo: El rol de las Naciones Unidas,* p. 24. Recuperado de https://www.idea.int/sites/default/files/publications/democracia-y-desarollo.pdf

[40] Mayorga, F. (2007). *Gobernabilidad y gobernanza en América Latina*. Institut de Recherche et Débat sur la Gouvernance. http://www.institut-gouvernance.org/es/analyse/fiche-analyse-334.html.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

b) Promueve la inclusión de todas las personas, sin distinción de clase social, raza, religión, características físicas y orientaciones sexuales, entre otros.
c) Promueve el conocimiento, apropiación, respeto y ejercicio de los derechos humanos de todas y todos sin distinción de nadie.
d) Contribuye a crear condiciones de paz y convivencia más armónica en la medida que promueve valores democráticos y derechos humanos, y que éstos son respetados y ejercidos en cualquier ámbito de la vida, ya sea en la familia, con la pareja, en la escuela y el trabajo, etcétera.
e) El que la democracia contribuya al ejercicio y respeto de los derechos humanos de las personas, ayuda a que se demande legítimamente el cumplimiento de estos derechos frente a los gobiernos electos y se promueva el desarrollo humano de las personas.
f) Las democracias ofrecen la posibilidad de que las personas accedan a ejercer el poder público y político de forma legítima y abierta a todas las personas para hacer gobierno.

Algunos de los **retos** de la democracia son:[41]

a) Requiere que se respete lo que las mayorías opinan y deciden, lo que puede resultar discriminatorio o visto como imposición para quien no forma parte de las mayorías, de ahí que sea tan importante el diálogo, la toma de acuerdos por consenso y el disenso, es decir, el desacuerdo, y reconocer a las minorías, así como respetar su dignidad y derechos humanos, tratando de encontrar sanos equilibrios y visiones incluyentes para que no se creen "dictaduras".
b) En ocasiones puede percibirse costosa la inversión en la creación, manutención y ejercicio de los instrumentos y mecanismos de participación ciudadana, así como el ejercicio del sufragio universal.
c) En países con elevada densidad demográfica es difícil que impere o se establezca la democracia directa, lo que obliga a crear sistemas de representación política con

[41] Dahl, R. *¿Qué es la democracia?* Ibídem.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

gobiernos que, en ocasiones, son corruptos, poco transparentes y se vuelven ilegítimos, lo que afecta la credibilidad y desvirtúa a la democracia.

d) El tener sistemas políticos representativos en ocasiones genera que las personas gobernadas deleguen e incluso casi se olviden, que ellos son quienes detentan el poder, ejerciendo ciudadanías muy débiles ante sus gobiernos, permitiendo abusos de poder.

e) La democracia demanda que la ciudadanía esté formada e informada, que sea activa y exija buenos gobiernos, sin embargo, en algunos países menos desarrollados y/o emergentes como México, esto no sucede y pueden existir ciudadanías débiles, poco empoderadas y desinformadas frente a sus gobiernos los cuales pueden ser corruptos, ineficaces y hasta autoritarios en su quehacer.

f) La libertad de expresión en las democracias permite que exista una variedad de voces y puntos de vista polarizados y divergentes, lo que en ocasiones puede complejizar la toma de decisiones para hacer gobierno.

g) La democracia demanda formación y educación cívica desde los niveles básicos para contribuir a que se forme una ciudadanía de calidad con gobiernos y sociedades que posean y ejerzan valores y derechos humanos, sin embargo, cuando este tipo de educación no se da, por diversas causas, se crean sociedades carentes de tejido social y civilidad.

Concretamente, el Estado Mexicano es el **GARANTE DE LOS DERECHOS CIVILES Y POLÍTICOS** y **SÓLO EL ESTADO PUEDE VIOLAR EL RESPETO A ESTOS DERECHOS**. Cuando una persona falta a alguno de estos derechos y afecta y/o agrede a otra persona, no se dice que comete "violación de derechos humanos" sino que se trata de un delito.[42]

[42] Huhle, R. (Diciembre 2021) *La violación de los derechos humanos ¿privilegio de los estados?* Recuperado de http://www.derechos.org/koaga/iv/1/huhle.html.
En junio de 2011 se publicaron diversas reformas a la Constitución mexicana (entre ellas al Artículo 1º constitucional) estableciendo lo siguiente: En los Estados Unidos Mexicanos todas las personas gozarán de los derechos humanos reconocidos en esta Constitución y en los tratados internacionales de los que el Estado mexicano sea parte, así como de las garantías para su protección, cuyo ejercicio no podrá restringirse ni suspenderse, salvo en los casos y bajo las condiciones que esta Constitución establece. Las normas relativas a los derechos humanos se interpretarán de conformidad con esta Constitución y con los tratados internacionales de la materia favoreciendo en todo tiempo a las personas la protección más amplia. Todas las autoridades, en el ámbito de sus competencias, tienen la obligación de promover, respetar, proteger y garantizar los derechos humanos de conformidad con los principios de universalidad, interdependencia, indivisibilidad y progresividad. En consecuencia, el Estado deberá prevenir, investigar, sancionar y reparar las violaciones a los derechos humanos, en los términos que establezca la ley. Senado de la República. *La reforma constitucional sobre*

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Una vez que se han abordado algunas de las ventajas y los retos que trae la práctica de la democracia, se abordará el ejercicio del poder, ya que este ejercicio no sólo se refiere al poder político de las personas quienes gobiernan, sino al poder que es detentado por la ciudadanía y que en ocasiones no es consciente de ello.

Hasta ahora se ha establecido que la democracia es una forma de vida en la que se ejercen valores y derechos humanos, así como el poder y que se tiene la posibilidad de crear, elegir y decidir vivir con esos valores y derechos, entonces cada persona también puede optar por la actitud con la que vive y enfrenta la vida también. De modo que una persona puede crear en sus ámbitos de vida íntimos y personales, ambientes favorables y armónicos practicando la democracia y ejerciendo su poder de forma responsable, pero también puede crear ambientes antidemocráticos, autoritarios, violentos y/o discriminatorios; de ahí la importancia de ser consciente de ello y revisar de forma individual, en pareja, en familia y/o con las personas con las que se convive cotidianamente según sea en caso, la manera de pensar, actitudes y comportamientos que se manifiestan en el día a día. Enseguida se aborda en qué espacios se puede practicar la democracia.

2.4 ¿En dónde se puede practicar la democracia?

La democracia sigue siendo el régimen que mejor servicio presta al desarrollo, puesto que establece un enlace político entre los ciudadanos y los responsables de las políticas que hace que estos últimos actúen de conformidad con el interés general o, al menos, con el de la mayoría». Claude Heller, Ex Representante Permanente de México ante las Naciones Unidas, 2007-2011.[43]

Como se mencionó anteriormente, la democracia se puede practicar en cualquier ámbito de la vida al ser una forma de vida, lo que significa que puede estar presente en la manera en la que las personas se relacionan, en las formas de pensar, de ser, en las actitudes y en los comportamientos. No se requiere tener un cargo político o trabajar como persona

derechos humanos. Una guía conceptual. Instituto Belisario Domínguez, p. 15. Recuperado de https://www.corteidh.or.cr/tablas/r33063.pdf

[43] *Democracia y desarrollo: El rol de las Naciones Unidas*. Ibídem, p. 20.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

servidora pública en el gobierno, para decir que sólo en estos casos se practica la democracia, ni tampoco es requisito tener una profesión ni mucho o poco dinero, depende más bien, de apropiarse de valores y derechos humanos y de la forma en la que cada persona decide relacionarse con las otras, creando así ambientes democráticos o antidemocráticos.

Enseguida se mencionan algunos de los distintos ámbitos en los que se puede practicar la democracia:

Fuente: elaboración propia.

Democracia en el **hogar** se puede practicar cuando se distribuyen las tareas entre las personas que lo habitan, ya sean mujeres u hombres, más allá del vínculo familiar y de su género; lo importante es la participación en el mantenimiento, limpieza y orden del

Democracia en las relaciones de **parejas** se da cuando se ejercen y respetan los valores y derechos humanos y se crean relaciones sanas y equilibradas que contribuyen al bienestar y crecimiento mutuo de las partes que la integran; por lo que no solo basta con que exista el

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

hogar, evitando que se le dejen las tareas a una sola persona y/o a las mujeres por el simple hecho de serlo.

Democracia en el **trabajo** es posible cuando se respetan los puntos de vista de todas las personas y se aplican los valores democráticos en la convivencia cotidiana y se crea un ambiente laboral agradable y respetuoso; cuando se garantizan las mismas oportunidades entre mujeres y hombres y se respetan sus derechos laborales por igual (como el derecho a la maternidad y/o a ganar lo mismo cuando se tiene el mismo cargo.

Democracia en la **escuela** se practica cuando se llevan a cabo elecciones de representantes de grupo y/o estudiantiles; cuando no se comete *bullying* y se respetan las opiniones y puntos de vista de las demás personas. O bien, cuando se es responsable del acceso a la educación sin desperdiciar el tiempo al no estudiar o reprobar.

Democracia en la **sociedad** se da cuando se participa en las elecciones o en los procesos de participación ciudadana, ejerciendo una ciudadanía activa, evitando la indiferencia y/o la apatía ante los problemas públicos y la toma de decisiones que afectan a todas y todos. Cuando se exige que los gobiernos sean eficientes, transparentes y rindan cuentas evitando que se haga un abuso de poder y/o actos de corrupción que queden en la impunidad.

"amor" y el enamoramiento, sino que haya también respeto mutuo y un trato digno, evitando relaciones destructivas y violentas.

Democracia con **las vecinas y los vecinos** se practica cuando se organizan las personas para las mejoras de la colonia; cuando se es corresponsable de la seguridad pública; cuando intercedo frente a actos que vulneran la seguridad de las otras personas y la propia y no solo me preocupo por lo que pasa en mi casa , etcétera.

Democracia con **las amistades** se da cuando se practica el diálogo, se tolera y reconoce la pluralidad de ideas, de formas de ser y pensar y se respetan las distintas formas de ser y actuar de cada persona, sin imponer los propios puntos de vista o pretender que sean como una o uno quiere que sean.

Democracia en el **entorno** donde se vive se practica cuando se mantiene una relación de cuidado y respeto por el medioambiente, cuando no se contaminan los parques, jardines, áreas naturales, bosques, ríos, lagos, mares, barrancas y/o cañadas. Cuando no se maltrata a los animales, mascotas y se respeta su vida; cuando se tiene conciencia de que los recursos naturales y la tierra en general, tienen un periodo de vida limitado y se deben cuidar y conservar de forma sostenible sin comprometer los recursos de las futuras generaciones.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Democracia en la **sexualidad** se practica cuando una persona ejerce su sexualidad (actividad sexual, orientación de género y reproducción, entre otros), con libertad, responsabilidad y en plenitud de sus derechos sexuales y reproductivos. Por ejemplo, cuando una persona decide manifestar abiertamente su orientación sexual, no debe ser mal vista, rechazada ni discriminada.

Democracia en las **masculinidades** se practica cuando un varón y/o una persona que se identifica con el género masculino, reconoce y ejerce tanto los valores democráticos como sus derechos humanos y trata a las otras personas con dignidad y respeto y está abierta a asumir y realizar actividades, actitudes y responsabilidades más allá de estereotipos y roles de género sobre cómo "debe" ser y lo que "debe" hacer o no un hombre. Además de que toma consciencia, evita y se hace responsable del ejercicio de poder desigual y de la violencia que se puede ejercer por parte del género masculino -al ser el poder hegemónico- sobre todo en sociedades machistas y patriarcales. Por ejemplo, cuando un varón asume de forma corresponsable la crianza de sus hijas e hijos y el cuidado de su hogar sin sentir "amenazada" su masculinidad.

La democracia como se puede ver es dinámica y se puede practicar en cualquiera de estos ámbitos recién mencionados, pero además es una herramienta valiosa que puede ayudar a construir, fortalecer y mejorar relaciones incluyentes y empáticas con las otras personas que les dignifiquen y reconozcan tanto su propia persona como sus derechos humanos. Concretamente, como ya se mencionó, uno de los espacios donde se puede practicar la democracia es en la sexualidad y enseguida se ve de qué forma es posible hacerlo.

III. Democracia en la sexualidad

3.1 ¿Qué es la sexualidad?

La **sexualidad** es la capacidad que conforma a cada ser humano y le permite sentir, vibrar y comunicarse a través del propio cuerpo. Forma parte de lo que se es y se expresa a través

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas y relaciones interpersonales y puede incluir todas estas dimensiones, aunque no siempre todas se manifiestan abiertamente. La sexualidad abarca al sexo, las orientaciones e identidades sexuales, los roles de género, el erotismo, el placer, la intimidad y la reproducción. Además, está influenciada por la correlación de diversos factores biológicos, psicológicos, sociales, económicos, políticos, culturales, éticos, legales, históricos, religiosos y espirituales[44] y cuenta con un conjunto de valores democráticos y derechos sexuales y reproductivos.

La sexualidad es también una construcción social – al igual que el género- e incluso hasta un producto cultural, ya que la construcción de la sexualidad también conlleva un ejercicio de poder e idiosincrasia, ideologías y posturas sociales, culturales, económicas, educativas, políticas y religiosas; delimita y predetermina cómo ser, ejercerla, manifestarla y expresarla, sobre todo para el género femenino, ya que el masculino -al ser el hegemónico sobre todo en sociedades machistas y patriarcales- ha sido históricamente el constructor de la sexualidad de las mujeres e incluso las ha cosificado[45] como un producto de consumo sexual. El concepto de masculinidad hegemónica -utilizado desde 1985- surgió como parte de un modelo de comportamiento que se impuso y que originó una situación de desigualdad que ubica a los hombres como el sexo y el género dominantes, se les ve como exitosos, atractivos, seguros y capaces de dominar cualquier tipo de situación y a las mujeres en situación de subordinación.[46]

Por otro lado, a pesar de que las personas -mujeres y hombres cuentan con derechos sexuales y reproductivos que abrigan a la sexualidad, y que son para todas y todos, más allá de su género, sexo, raza, condición social, religión y/o nivel educativo, por mencionar algunos aspectos, en el caso de las mujeres estos derechos se han visto violentados,

[44] Velázquez, S. *Unidad 2. Sexualidad responsable*. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. Sistema de Universidad Virtual. https://www.uaeh.edu.mx/docencia/VI_Presentaciones/licenciatura_en_mercadotecnia/fundamentos_de_metodologia_investigacion/PRES44.pdf

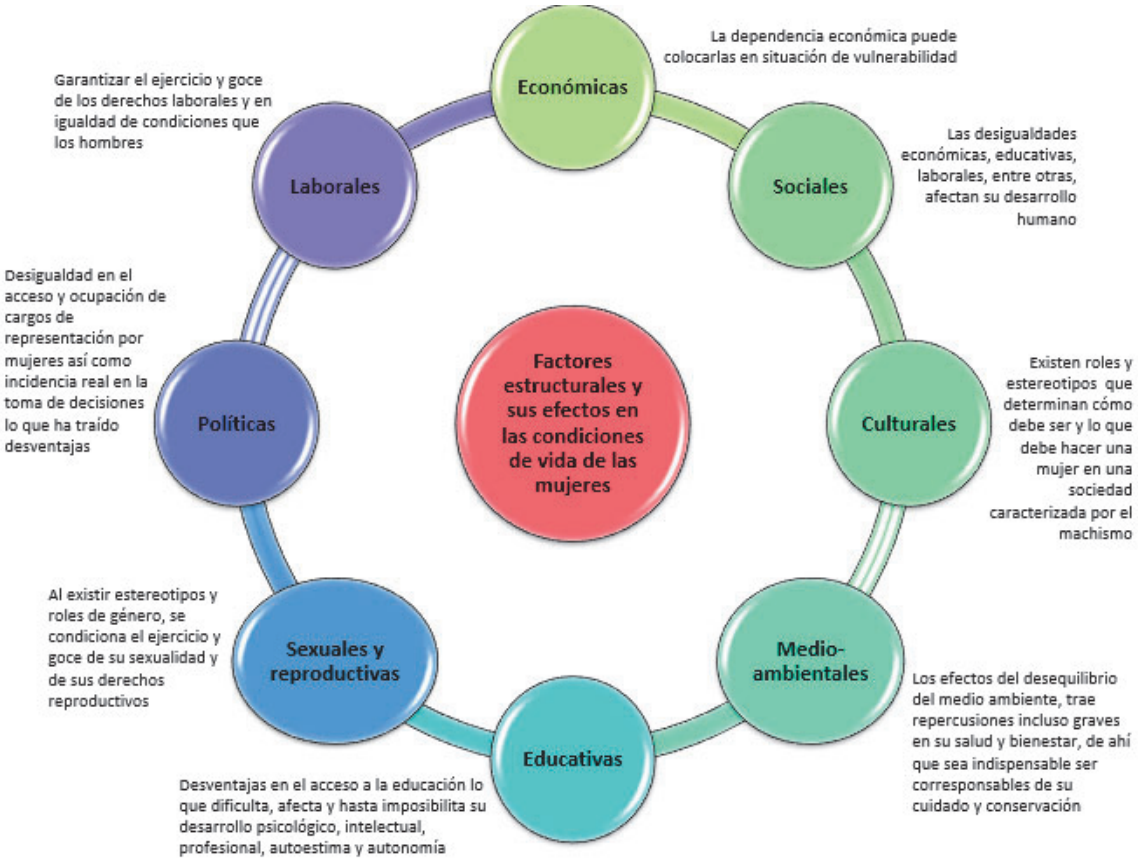
[45] Cosificar significa reducir a la condición de cosa a una persona. Real academia española. (26 octubre 2020). https://dle.rae.es/cosificar

[46] Gobierno de México. *Masculinidad hegemónica*. Secretaría de Relaciones Exteriores. [Mensaje en un blog]. Recuperado de https://www.gob.mx/sre/articulos/masculinidad-hegemonica-vs-masculinidades-igualitarias

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

limitados, castigados e incluso hasta prohibidos, lo cual se debe, a factores estructurales que han creado condiciones de vida para ellas, caracterizadas por la desigualdad, la violencia, la discriminación, el abuso y la explotación.

Factores estructurales y sus efectos en las condiciones de vida de las mujeres



Fuente: elaboración propia con base en Organización Panamericana de la Salud (OPS) y Organización Mundial de la Salud (OMS). (2019). *Masculinidades y salud en las Américas, pp*. 7-16. Recuperado de https://www.paho.org/es/publicaciones/masculinidades-salud-region-americas.

Como se puede ver, las condiciones de vida de las mujeres tienen causas multifactoriales en las que la sexualidad, tan solo es una arista que refleja los desequilibrios, desigualdades, abusos y las desventajas que han padecido las mujeres.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

La sexualidad, y no solo de las mujeres, también puede verse afectada por la práctica de la violencia física, verbal, psicológica, económica y patrimonial, etcétera (más información sobre este tema concretamente se puede ver el "Taller 4. Democracia en la pareja"), que se puede ejercer por cualquier persona y/o institución pública o privada. De ahí que la sexualidad sea un ámbito tan importante y sea necesario velar por su protección y libre ejercicio; al ser parte esencial de las personas, de sus derechos, de sus identidades y personalidades y de su vida cotidiana y por todo esto, es materia de la democracia.
Enseguida se abordan concretamente los derechos sexuales y reproductivos.

3.2 La sexualidad y los derechos sexuales y reproductivos

Los derechos humanos protegen y garantizan las libertades individuales, en condición de igualdad y sin ningún tipo de discriminación, es decir para todas y todos, sin distinción de nacionalidad, lugar de residencia, sexo, origen nacional o étnico, color, religión, lengua, identidad sexual o cualquier otra condición física, biológica, económica y /o cultural. Todas y todos tienen los mismos derechos humanos (igualdad ante la ley) así como la libertad de ejercerlos de forma responsable, respetando siempre la dignidad de las personas.

Los derechos humanos tienen como finalidad proteger la vida, la libertad, la justicia, la igualdad, la integridad de cada persona frente a la autoridad y se fundamentan en el reconocimiento de que la dignidad es un atributo común a todas y todos.[47] Dignidad significa "que conviene a", "que merece",[48] por tanto, cuando se dice que alguien es sujeta o sujeto de derechos humanos es porque cada persona los detenta y le pertenecen por el hecho de ser humano, más allá de su condición física, económica, educativa, étnica, religiosa y/o sus preferencias sexuales, por mencionar algunos aspectos.

Concretamente la sexualidad es un derecho humano y está cobijada por los **Derechos**

[47] INMUJERES. (2002). *Derechos humanos de las mujeres,* p. 3. Recuperado de http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/100850.pdf
[48] Ministerio de Salud de Argentina. (20 de febrero2020). *La dignidad humana.* Argentina. Diccionario Enciclopédico de la Legislación Sanitaria Argentina. (DELS *a* http://www.salud.gob.ar/dels/entradas/la-dignidad-humana

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Sexuales y Reproductivos reconocidos internacionalmente en las Conferencias Mundial de Población y Desarrollo de El Cairo (1994) y de la Mujer, de Beijing (1995), consideradas como las conferencias que "codificaron" en el orden internacional estos derechos. Concretamente en México en el artículo 4º. de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, se establece: el varón y la mujer son iguales ante la Ley. Toda persona tiene derecho a decidir de manera libre, responsable e informada sobre el número y espaciamiento de sus hijos. Toda persona tiene derecho a la protección de la salud.[49] México ha reconocido los instrumentos internacionales que amparan estos derechos, sin embargo, los derechos que aún tienen mayores áreas de oportunidad en esta nación son los sexuales.[50]

Los derechos sexuales y reproductivos reconocen que todas las personas y parejas puedan ejercer su sexualidad de forma independiente y autónoma sin que su sexualidad esté condicionada a la reproducción ni se manipule, explote o agreda; además de que puedan decidir libremente y de forma responsable, el número de hijas e hijos, el espaciamiento de los nacimientos y a disponer de la información y de los medios para ello, así como el derecho a alcanzar el nivel más elevado de salud sexual y reproductiva.

También incluyen el derecho a adoptar decisiones relativas a la reproducción sin sufrir discriminación, coacciones o violencia y buscan garantizar que las personas puedan tomar decisiones sobre su vida sexual y reproductiva con libertad, confianza y seguridad, de acuerdo a su vivencia interna (asociada al cuerpo, la mente, la espiritualidad, las emociones y la salud) y externa (asociada al contexto social, histórico, político y cultural).[51]

[49] Gobierno de México. *Marco Normativo y Jurídico del Programa de Salud Sexual y Reproductiva de los Adolescentes*. CNEGSR. Gobierno de México. https://www.gob.mx/salud/acciones-y-programas/marco-normativo-y-juridico-del-programa-de-salud-sexual-y-reproductiva-de-los-adolescentes-cnegsr

[50] Ávalos, J. (2013). *Derechos sexuales y reproductivos*. Instituto de Investigaciones Jurídicas de la UNAM. https://archivos.juridicas.unam.mx/www/bjv/libros/8/3568/38.pdf

[51] Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas. (6 de mayo 2014). *Derechos sexuales y reproductivos*. Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas. https://www.hchr.org.mx/index.php?option=com_k2&view=item&id=622:derechos-sexuales-y-reproductivos&Itemid=268

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Concretamente los derechos sexuales[52] y los reproductivos se refieren a:

Derechos sexuales abordan la libertad de las personas para **ejercer su sexualidad** lo que implica recibir educación en esta materia, respeto por la integridad física, a elegir pareja, a decidir si ser o no sexualmente activa o activo, a contraer matrimonio y mantener relaciones sexuales por mutuo acuerdo y llevar una vida sexual placentera, satisfactoria y segura, además de saludable, sin ningún tipo de abuso, coerción, violencia o discriminación.

Derechos reproductivos se refieren a la libertad de las personas para **decidir si tener o no hijas y/o hijos, la cantidad y el espaciamiento entre ellas y ellos, el tipo de familia que se quiere formar**, acceder a información y planificación para hacerlo, a métodos anticonceptivos y al aborto legal y seguro, así como a los servicios adecuados sobre fertilización asistida y servicios de salud pre y post embarazo.

El goce de estos derechos genera bienestar en las personas en cuanto a:[53]

Ejercer la sexualidad de manera independiente a la reproducción.	Estar libre de discriminación, presión o violencia en la práctica de la vida sexual y en las decisiones en esta materia.	Contar con acceso a educación sexual (y afectiva) desde temprana edad, dirigida al desarrollo de la persona y el ejercicio responsable de la sexualidad en forma plena, libre e informada.
Tener acceso a servicios médicos de calidad, adecuados y dignos para la	Decidir libremente la reproducción, lo que implica tener acceso a	Contar con atención médica adecuada en caso de decidir procrear a través de la

[52] Álvaro, C. Ibídem. *Derechos sexuales….*
[53] Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas. Ibídem. *Derechos sexuales….*

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

salud, con atención a la erradicación de la violencia obstétrica.	información, estar libre de presión, discriminación y/o violencia en caso de desear o no tener descendencia; cuántas hijas y/o hijos y el intervalo para tenerlos; además del acceso a la anticoncepción de emergencia; educación sexual y reproductiva e interrupción del embarazo legal y seguro.	reproducción asistida.

Ahora se abordará detalladamente en qué consisten los derechos sexuales y reproductivos:

[54]

[54] Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado, *Cartilla de Derechos Sexuales de Adolescentes y Jóvenes,* 2a ed, México, 2016. Recuperado de https://www.gob.mx/issste/articulos/cartilla-de-derechos-sexuales-de-adolescentes-y-jovenes?idiom=es, fecha de consulta 18 de septiembre de 2020.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

• **Derecho a decidir de forma libre, autónoma e informada sobre mi cuerpo y mi sexualidad**: la libertad y la autonomía son derechos reconocidos constitucionalmente entre los que se encuentran el derecho a la vida, a la integridad personal, a la libertad de ideas, a la libertad de religión, circulación, a la seguridad, al "honor" y a la intimidad, entre otros, los cuales son sustantivos para el ejercicio de la sexualidad libre, autónoma e informada. Por ejemplo, este derecho se ejerce cuando una persona mayor de edad elige y decide el momento en el cual quiere ejercer su maternidad, y su decisión es respetada.	• **Derecho a ejercer y disfrutar plenamente mi vida sexual:** abarca cualquier experiencia, expresión sexual y erótica o de género, siempre con respeto a los derechos humanos de las personas involucradas y acorde a las facultades en su evolución. Además, el Estado debe garantizar que este ejercicio sea libre de presiones, discriminación, inducción al remordimiento o castigo por ejercer o no actividades relacionadas con el cuerpo y la sexualidad. Por ejemplo, este derecho se ejerce cuando una persona elige de forma libre, la (s) persona (s) y el (los) momento (s) con quién desea tener relaciones sexuales.	• **Derecho a manifestar públicamente mis afectos**: y a ejercer la libertad individual de expresión, manifestación, reunión, identidad sexual[55], de género y cultural, sin prejuicios, discriminación ni violencia. El estado debe garantizar que se tenga la posibilidad de manifestar las ideas y afectos que contribuyen a la promoción de una cultura armónica, afectiva, libre de violencia y de respeto a la diversidad sexual. Por ejemplo, cuando una pareja con determinada orientación sexual (como las que forman parte de la comunidad LGBTTTI+), se besa en la calle y es respetada por todas las personas.
• **Derecho a decidir con quién o quiénes relacionarme afectiva, erótica y socialmente:** y a decidir y ejercer prácticas sexuales, elegir	• **Derecho a que se respete mi privacidad y a que se resguarde mi información personal:** en todos los ámbitos de la vida,	• **Derecho a la vida, a la integridad física, psicológica y sexual y a vivir libres de violencia**: y a que no se someta a

[55] Identidad sexual es la manera en que cada persona se proyecta frente a sí y ante la sociedad desde su perspectiva sexual, no sólo en cuanto a sus preferencias sexuales sino, primordialmente, en cuanto a cómo se percibe, con base en sus sentimientos y convicciones más profundos de pertenencia o no al sexo que legalmente le fue asignado al nacer y que, de acuerdo a ese ajuste personalísimo proyectará en todos los ámbitos de su vida. CONAPRED, (2016). *Glosario de la diversidad sexual, de género y características sexuales*, p.47. Recuperado de https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/471748/Glosario_TDSyG_WEB.pdf.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

diversas formas de relacionarse, elegir con quién compartir la vida, la sexualidad, emociones, deseos, placeres y/o afectos de manera libre y autónoma. El Estado debe garantizar el derecho a tomar medidas en contra de toda forma de coacción como los matrimonios forzados o trata de personas con fines de explotación, incluyendo la sexual. Por ejemplo, cuando una persona elige libremente y sin presiones, con quién quiere casarse legalmente y es respetada su decisión.	incluyendo el sexual, sin importar la edad. El cuerpo, la sexualidad, los espacios, las pertenencias y la forma de relacionarse con las demás personas son parte de la identidad y la privacidad y deben respetarse en cualquier espacio (escolar, familiar, social, laboral, etcétera). El Estado tiene la obligación de resguardar la información personal de forma confidencial. Por ejemplo, cuando una persona decide realizarse una cirugía de reasignación de sexo[56] y dicho procedimiento es resguardado por la institución de salud que lo realiza, sea privada o pública.	ningún tipo de tortura ni a tratos crueles, inhumanos ni degradantes. Ninguna persona o autoridad, en cualquier ámbito, puede ejercer ningún tipo de violencia (sexual, física, psicológica, patrimonial, económica) ni ninguna acción que lesione o dañe la vida, dignidad, integridad y/o libertad. Es obligación del Estado proveer asesoría legal, información, atención médica y psicológica para garantizar el acceso a la justicia y a la reparación del daño. Por ejemplo, cuando una persona le manifiesta a su pareja que no quiere tener relaciones sexuales en el momento que la otra parte sí lo desea, y es respetada la decisión de la pareja que no quiere.
• **Derecho a decidir de manera libre e informada sobre mi vida**	• **Derecho a la igualdad:** A vivir libres de prejuicios y estereotipos	• **Derecho a vivir libre de discriminación:** existen distintas

[56] Se trata de una operación con una finalidad radical: convertir los genitales de un sexo al sexo opuesto. Si el cambio de sexo de hombre a mujer se realiza una *vagineplastia* y si es un cambio de sexo de mujer a hombre, la técnica utilizada es conocida como *faloplastia*. La cirugía de cambio de sexo se lleva a cabo para dar una solución tanto física como psíquica a aquellas personas que no se sienten identificadas con el sexo con el que nacieron. Se trata de un procedimiento largo, que requiere de distintas operaciones y tratamientos como el hormonal. Top doctors. (24 noviembre 2020). *Cambio de sexo*. Recuperado de https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/cambio-de-sexo#

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

reproductiva: si se desea o no tener hijas e hijos, el número, el momento y con quién, sin que la orientación sexual, estado de salud, identidad de género, edad, estado civil o cualquier condición o característica personal sea un impedimento para ello. El Estado debe garantizar y promover el acceso a información y a los servicios de salud con pertinencia cultural, confidencialidad, incluyendo el acceso a todos los métodos anticonceptivos, la atención al embarazo saludable y los servicios de salud para el aborto legal y seguro, destacando que el aborto por violación es legal en todo el país. Por ejemplo, cuando una indígena acude a un centro de salud solicitando que se le coloque un dispositivo intrauterino porque ya no quiere tener más hijas y/o hijos, a pesar de que su marido no está de acuerdo, y se le respeta su decisión y se le atiende adecuadamente.	de género, que limiten las capacidades, prácticas y el ejercicio pleno de los derechos. Existe diversidad de características y necesidades específicas en todas las personas quienes son iguales en derechos ante la ley, lo que garantiza la posibilidad de ejercer todos los derechos sin discriminación, con igualdad de oportunidades y trato digno y equitativo. El Estado debe garantizar que las políticas públicas respondan a las características y necesidades de las personas y a tomar las medidas apropiadas para modificar estereotipos de género que refuerzan y promueven imaginarios, prácticas y comportamientos, que afecten la salud, la justicia, la igualdad y la equidad en todos los ámbitos de la vida. Por ejemplo, cuando en las familias mexicanas se fomenta la “virginidad” de las mujeres previamente al matrimonio, mientras que para el hombre se valoran las experiencias sexuales,	formas de expresar las identidades sexuales y culturales y las diferentes formas de vivir y ejercer la sexualidad, sin que se discrimine a nadie por ello (por edad, color de piel, cultura, sexo, género, discapacidades, por la condición económica, de salud, jurídica, religión, apariencia, situación migratoria, etcétera), ya que todo acto de discriminación atenta contra la dignidad. El Estado debe garantizar la protección contra cualquier forma de discriminación y tomar medidas adecuadas para prevenir, atender y sancionar las conductas discriminatorias. Por ejemplo, cuando una persona lleva a su hijo a inscribirse a la escuela quien tiene una identidad sexual que forma parte de la comunidad LGBTTTI+) y es admitido en igualdad de condiciones, como el resto del estudiantado.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

	sin embargo, todas las personas tienen los mismos derechos sexuales y reproductivos.	
• **Derecho a la información actualizada, veraz, completa, científica y laica sobre la sexualidad:** La sexualidad abarca lo relativo al género, al erotismo, los vínculos afectivos, la reproducción, el placer y la diversidad. Información que debe estar libre de estereotipos, prejuicios, mitos, culpa, deberá ser laica y estar basada en evidencia científica. El Estado debe garantizar el acceso a la información de manera continua y especialmente a los servicios de salud y educativos. La información debe impartirse de acuerdo con las necesidades particulares y atendiendo las facultades individuales de cada persona. Cuando un personal médico en la Ciudad de México, atiende una petición de una persona a practicarle un aborto y le atiende con profesionalismo, más allá de su postura ante el aborto.	• **Derecho a la educación integral en sexualidad:** que fomente la toma de decisiones libre e informada, la cultura del respeto a la dignidad humana, la igualdad de oportunidades y la equidad. La educación integral en sexualidad es necesaria para el bienestar físico, mental y social, y para el desarrollo humano en general. Los contenidos deben estar actualizados, ser laicos y basarse en evidencia científica, desde un marco de derechos humanos con perspectiva de género, pertinencia cultural y estar libre de estereotipos y prejuicios, estigmas y mitos. El Estado debe implementar, fortalecer y actualizar los programas y estrategias de educación integral en sexualidad, involucrando a distintas instancias (sobre todo las educativas y de salud además de la formación personal de	• **Derecho a los servicios de salud sexual y reproductiva:** que sean amigables para todo público, de calidad, gratuitos, oportunos y con pertinencia cultural. Deben incluir consejería con información, orientación y apoyo educativo, provisión de métodos anticonceptivos, aborto legal y seguro y atención durante el embarazo, parto y puerperio, detección oportuna y atención de infecciones de transmisión sexual (ITS) incluyendo el virus de inmunodeficiencia humana (VIH) y la detección de violencia. Es obligación del Estado garantizar el acceso universal a los servicios de salud sexual y reproductiva que promuevan la toma de decisiones de forma libre, informada y autónoma, así como la capacitación para sensibilizar al personal de salud en los servicios que presta.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

	educación y salud en todos los niveles). Por ejemplo, cuando en las escuelas se imparte educación sexual, pero con perspectiva de género, es decir, abordando la diversidad de orientaciones e identidades sexuales que existen -como las que hay en la comunidad LGBTTTI+-, para que se tenga una visión incluyente de todas y todos.	Por ejemplo, cuando personas adolescentes acuden a un centro de salud en la Ciudad de México para solicitar orientación en métodos anticonceptivos y se les brinda orientación sexual incluyendo el derecho al aborto legal, seguro y gratuito.
• **Derecho a la identidad sexual:** a construir, decidir y expresar la identidad de género, orientación e identidad política. Contar con identidad jurídica que corresponda con la identidad sexual, lo que posibilita el pleno acceso a todos los derechos humanos, la participación social e inclusión en la vida económica, política y cultural del país. El Estado debe garantizar que la identidad sea reconocida en documentos legales como elemento fundamental para contribuir activamente a la comunidad y construir ciudadanía. Por ejemplo, cuando una persona en la Ciudad de México acude al Registro Civil para realizar su cambio de identidad de género y es atendida de forma adecuada y profesional. •		
• **Derecho a la participación en las políticas públicas sobre sexualidad y reproducción:** en su diseño, implementación, evaluación y seguimiento. Es un derecho incidir en cualquier iniciativa de ley, plan o programa público, que involucre a los derechos sexuales, así como en la asignación y ejecución del presupuesto participativo. Se tiene derecho a expresarse, manifestarse y asociarse con otras personas para dialogar, crear y proponer acciones positivas que contribuyan a la salud y bienestar. El Estado tiene la obligación de garantizar espacios y mecanismos para la participación juvenil en condiciones de igualdad, así como para la transparencia y rendición de cuentas. Por ejemplo, cuando en un estado en México se aprueba el matrimonio igualitario como producto de la demanda y el activismo de la comunidad LGBTTTI+, entre otras personas, organizaciones e instituciones que han luchado por esto. En México ya son 13 estados de 32 que lo permiten.[57]		

[57] Milenio Digital. (24.06.2020) ¿Qué estados de México permiten el matrimonio igualitario*? Milenio 2020*. Recuperado de https://www.milenio.com/estados/que-estados-de-mexico-permiten-el-matrimonio-igualitario

Preguntas para la reflexión grupal:

¿Qué derechos sexuales y reproductivos ya conocías? ¿cuál (es) derecho de los recién mencionados fue el que más te llamó la atención? ¿cuáles de estos derechos has ejercido? ¿cuáles no has ejercido y por qué? ¿qué relación tendrán estos derechos con la democracia?

El conocimiento y apropiación de estos derechos sexuales y reproductivos es indispensable para que las personas también fortalezcan su ciudadanía y es indispensable que demanden al Estado su respeto y cumplimiento en cualquier espacio. Ahora bien, como se puede ver, en el ejercicio de estos derechos, también están presentes los valores democráticos como el respeto, la tolerancia, la pluralidad, la libertad, entre otros, como se verá a continuación.

3.3 Ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos con valores democráticos

La democracia es esa herramienta que sí funciona y ayuda a que la interacción entre las personas sea más armónica y respetuosa y en la cual se reconozcan los derechos, las condiciones de igualdad y la dignidad de cada persona.

Como se ha mencionado, la democracia está conformada por derechos humanos, entre ellos los derechos sexuales y reproductivos ya mencionados, pero también por un conjunto de valores que pueden ser practicados tanto de manera introspectiva, es decir, consigo misma o mismo, y hacia el exterior al interactuar con otras personas. A continuación, se abordan los valores democráticos y cómo es que se aplican en el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos:

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Sexualidad y diálogo.- Implica que en la práctica de la sexualidad exista la comunicación con la pareja y la libertad y la toma de acuerdos ante las preferencias, decisiones, opiniones, sentimientos, deseos, formas y comportamientos de cada persona como parte de su sexualidad, sin que haya violencia, imposiciones, restricciones, limitantes, discriminación ni violencia de ningún tipo por ello.

Por ejemplo, si una pareja ya tiene un hijo, pero ella ya no quiere tener más, que pueda dialogar con su pareja en torno a ello sin temor a represalias, discriminación y/o violencia y puedan tomar acuerdos respecto a esto.

Sexualidad e igualdad.- Todas las personas tienen las mismas posibilidades de ejercer su sexualidad en libertad, con dignidad, responsabilidad, y acorde a su orientación[58] e identidad sexual y más allá de su condición física, sexo, género, situación económica, social, cultural, educativa, religiosa, etnia, etcétera, sin sufrir discriminación, violencia, limitantes y cualquier otro impedimento ni por parte de su pareja, grupo de personas ni por cualquier institución pública o privada.

Por ejemplo, cuando una persona que forma parte de determinado grupo indígena accede a los mismos servicios de salud como el resto de la población, para que le receten el método anticonceptivo que mejor se ajuste a sus necesidades.

Sexualidad y participación.- La participación en la sexualidad es visible cuando una persona se apropia y ejerce sus derechos sexuales y reproductivos, así como su sexualidad en su integralidad y los hace valer; además de que actúa, piensa y se desenvuelve como parte de la ciudadanía -o aunque no lo sea aún-, ejerciendo sus derechos sexuales con el respeto y sin la intervención de otras personas en su vida íntima, privada y pública.

Por ejemplo, cuando una persona participa en la vida pública y se manifiesta abiertamente a favor de los derechos de la comunidad LGBTTTI.

Sexualidad y pluralidad.- Este valor se ejerce cuando las personas pueden practicar su sexualidad con integralidad y plenitud, con la orientación sexual, con las formas de pensamiento, de ser y actuar que ellas decidan y gusten, más allá de su condición física, económica, cultural, social ni religiosa y son respetadas por ello, sin temor a represalias, rechazo, discriminación, marginación ni violencia.

Por ejemplo, cuando una persona decide no tener pareja a lo largo de su vida y prefiere mantenerse sola, decisión que es respetada por las otras personas sin ser sujeta a presiones o burlas.

Sexualidad y respeto.- Este valor se practica en la sexualidad cuando una persona tiene la libertad de ser, pensar y actuar como quiere

Sexualidad y responsabilidad.- Este valor se da cuando se practica la sexualidad de manera responsable, tomando las

[58] La orientación sexual se refiere a la capacidad de cada persona de sentir una profunda atracción emocional, afectiva y sexual por otras personas de diferente sexo/género o del mismo sexo/género o más de un sexo/género, y de entablar relaciones íntimas y sexuales con ellas. Básicamente hay tres orientaciones sexuales predominantes: hacia el mismo sexo/género (homosexualidad), hacia el sexo/género opuesto (heterosexualidad) o hacia ambos sexos/géneros (bisexualidad). ONU Mujeres. Ibídem. *Profundicemos en términos*…, p. 54.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

y desea, además de ejercer su sexualidad de la manera y con quién guste, y de forma responsable, y las demás personas reconocen dicha libertad y derecho.
Por ejemplo, cuando en una familia, quienes son sus integrantes, aceptan y respetan la decisión de una de las personas que la integran, de tener una pareja de su mismo sexo.

Sexualidad y legalidad.- Se practica cuando los derechos sexuales y reproductivos se ejercen sin realizar conductas que impliquen la comisión de un delito establecido en el Código Penal, como son: la privación de la libertad con fines sexuales, así como aquellas que atentan contra la libertad y seguridad sexual y el normal desarrollo psicosexual (abuso, acoso, estupro, incesto, violación y contra la intimidad sexual).
Por ejemplo, cuando se obliga a una de las partes en la pareja a tener relaciones sexuales por lo que se comete el delito de violación.

precauciones necesarias e informándose sobre la salud sexual y reproductiva, evitando así los embarazos prematuros y no deseados; así como las enfermedades de transmisión sexual. También implica que la pareja se ponga de acuerdo y ejerzan sus derechos de manera voluntaria, sin presión, violencia, intimidación o amenazas.
Por ejemplo, cuando una pareja decide tener relaciones sexuales por primera vez y decide usar preservativo para evitar un embarazo no deseado.

Sexualidad y libertad.- Cuando en la práctica de la sexualidad, una persona tiene la posibilidad de ser, pensar, sentir, elegir, comportarse, desear y manifestarla acorde a sus preferencias y gustos, además de hacerlo de forma responsable.
Por ejemplo, cuando una persona en determinada etapa de su vida se reconoce como bisexual y decide manifestarlo abiertamente, por lo que ejerce su libertad y su decisión debe ser respetada.

Sexualidad y tolerancia.- Se da este valor cuando entre las personas respetan la diversidad sexual y las preferencias, sin ejercer discriminación o violencia. Por ejemplo, cuando una pareja del mismo sexo se besa en un lugar público y las demás personas respetan que la pareja ejerza sus derechos sexuales sin agredirla ni discriminarla.

A continuación, se presentan algunos ejemplos de la práctica de la democracia en el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos.

3.4 Ejemplos de la práctica de los valores democráticos en el ejercicio de los

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

derechos sexuales y reproductivos.

Algunos ejemplos de cómo aplicar los valores democráticos en el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos son los siguientes:

Soy una persona que practica su sexualidad y pone límites a su pareja sobre cuándo quiero o no tener relaciones sexuales y me niego hacer cosas que no me gustan, sin temor a represalias, violencia, agresiones y/o discriminación.	Soy una persona que solicité y recibí asesoría médica para saber qué tipo de anticonceptivo podía usar, así como sus efectos en mi cuerpo -a pesar de que mi pareja se negaba a que yo acudiera a recibir información porque decía que me cuidaría- y fue respetada mí decisión.
Soy una persona que fui tomada en cuenta junto con la organización para la cual trabajo, para que se modificara una política pública educativa en mi estado y se incluyera la educación sexual desde etapas tempranas.	Soy una persona que siendo lesbiana, he denunciado cuando he sido víctima de discriminación por tal hecho y suelo exigir que se respete mi orientación sexual en cualquier espacio donde convivo, sea con mi familia, en la escuela, trabajo y/o en donde vivo.
Soy una persona que pongo límites en mi trabajo cuando otra persona me acosa sexualmente y denuncio de ser necesario, sin temor a represalias.	Soy una persona que cuando voy en transporte público y alguna persona me acosa sexualmente, lo denuncio ante la autoridad.
Soy una persona que educo a mis hijas e hijos en el respeto e igualdad entre los géneros y en la no violencia hacia las mujeres, y procuro evidenciarlo en el lenguaje cotidiano y en cualquier espacio de la vida, evitando que esto se reproduzca en mi familia.	Soy una persona que decidí no tener hijas e hijos y cuando mi pareja, familia y/u otra persona ha emitido comentarios discriminatorios y/o agresivos hacia mi persona por esta decisión, pido respeto a mi persona y a mi derecho a la no reproducción.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

IV. Desarrollo del taller

Para el desarrollo del taller “Democracia y sexualidad”, se presenta a continuación una propuesta que busca orientar en los contenidos y en el cómo se pueden abordar, pero en ningún caso pretenden ser limitativos ni en fondo ni en forma, sino que más bien, se sugiere que el personal del IECM así como las personas prestadoras de servicio social se sientan en la libertad de adecuarlos y adaptarlos acorde al tipo de público participante en los talleres así como a las condiciones de tiempo, espacio y recursos disponibles en los territorios donde se trabaja. Además, se sugiere tomar en cuenta los contenidos abordados en el Marco general ya que pueden complementar y dar sustento al proceso de información, sensibilización y formación de las y los participantes.

Por otro lado, este taller cuenta con un juego didáctico llamado “Demosexualidad” el cual se puede jugar en el marco de dicho taller, acorde a la disponibilidad de tiempo, pero también se puede hacer uso de éste en otros espacios de difusión y formación conforme haya las condiciones favorables y se considere conveniente.

Así también, se adjunta un “Directorio de instituciones públicas y privadas que prestan algunos servicios a mujeres y hombres en la Ciudad de México” (Anexo 1) para su consulta.

4.1 Propósitos del taller

El propósito del taller “Democracia y sexualidad” es el siguiente:

Objetivo general

Identificar y reconocer a la democracia; sus elementos esenciales; su construcción a partir de valores y principios; como una herramienta que contribuye al respeto, protección y educación para y en los derechos humanos, entre ellos los sexuales y reproductivos, y que coadyuva a la convivencia armónica y fomenta y reconoce la dignidad intrínseca de todas las personas y el ejercicio de sus derechos en el ámbito público y privado.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Objetivos específicos

- Dar a conocer en qué consiste el trabajo del IECM y específicamente en educación cívica.
- Conocer y reconocer a la democracia, sus elementos, valores y principios, su pertinencia; identificarla como forma de vida además de sus ventajas y retos al practicarla en los distintos ámbitos de la vida.
- Identificar la importancia del respeto y ejercicio de los derechos humanos, como parte fundamental de la democracia, y específicamente los sexuales y reproductivos.
- Reconocer que es la sexualidad, así como los derechos sexuales y reproductivos que la abrigan.
- Identificar cómo se pueden practicar los valores democráticos en el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos, ejemplificando cómo estos derechos forman ciudadanía y contribuyen a la democracia.

4.2 Temas a desarrollar

I. Acercándonos a la democracia

1.1 Qué es la democracia, así como sus principios

1.2 Las ventajas y retos al practicarla

1.3 En dónde se puede practicar

II. Democracia en la sexualidad

2.1 ¿Qué es la sexualidad?

2.2 Derechos sexuales y reproductivos

2.3 Sexualidad con valores democráticos

2.4 Ejemplos de la práctica de la democracia en el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos

Duración del taller: 2 horas aproximadamente.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

4.3 Secuencia didáctica

Tema	Objetivo	Dinámica	Actividad	Tiempo	Material
Presentación institucional del IECM	Dar a conocer brevemente en qué consiste el trabajo del IECM, específicamente en educación cívica.	Exposición	Exposición en plenaria	5 min	Rotafolio y/o computadora con cañón para proyectar en pared.
Propósito del taller	Presentar a las personas participantes el propósito y contenidos del taller, destacando la importancia y el valor de uso al ejercer una ciudadanía activa.	Exposición	Exposición en plenaria	10 min	Rotafolio y/o computadora con cañón para proyectar en pared.
Apertura con dinámica "Manitas delatoras"	Generar la socialización entre las personas participantes del taller y que las personas "rompan el hielo", se sientan en confianza y relajadas previo al taller.	Grupal	Grupal	10 min	Dos hojas, una con la figura de una mano color verde y otra con la misma figura, pero en color rojo.
Presentación tema **I. Acercándonos a la democracia** 1.1 Qué es la democracia, así como sus principios 1.2 Ventajas y retos al practicarla 1.3 En dónde se puede practicar	Que las personas participantes conozcan y/o reconozcan en qué consiste la democracia, identificando sus principios; ventajas y retos al practicarla, así como los ámbitos en los cuales se puede practicar como es en la sexualidad.	La que se valore más conveniente	La que se valore más conveniente	25 min	El que se requiera conforme la actividad elegida.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Receso de 10 minutos					
II. Democracia en la sexualidad 2.1 ¿Qué es la sexualidad? 2.2 Derechos sexuales y reproductivos 2.3 Sexualidad con valores democráticos 2.4 Ejemplos de la práctica de la democracia en el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos	Que las personas participantes identifiquen qué es la sexualidad; los derechos sexuales y reproductivos y su vinculación con los valores democráticos y algunos ejemplos al practicarla en el ejercicio de estos derechos.	La que se valore más conveniente	La que se valore más conveniente	25 min	El que se requiera conforme la actividad elegida.
Dinámica "Mi reflejo"	Provocar la reflexión en las personas participantes en el taller a fin de que identifiquen aquellos derechos sexuales y reproductivos que se ejercen o no y cuáles requieren fortalecer más.	Dinámica en parejas	En parejas	25 min	Test para cada persona participante y lápices para cada una de ellas.
Reflexión final. Preguntas detonadoras: ¿Qué pienso de la mancuerna democracia y sexualidad? ¿De qué forma contribuye a mi persona el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos?	Que las personas participantes socialicen lo que aprendieron en el taller, el valor de uso de lo aprendido y los espacios en los que consideran pueden aplicarlo.	Plenaria	Plenaria	15 min	

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

¿Qué mensaje final me llevo a partir de este taller?					
Aplicación de encuesta de satisfacción y en su caso de la encuesta de calidad.		Aplicación individual	Aplicación individual	5 min	Encuestas impresas
			Total	140 min (2:10 minutos)	

4.4 Técnicas a utilizar en el taller

Nombre de la actividad	Descripción
"Manitas delatoras"	**Propósito**.- Generar la socialización entre las personas participantes del taller y "romper el hielo" para que se sientan en confianza y relajadas, previo a comenzar el taller. **Descripción**.- Se forma un círculo en el que se coloca en el centro la persona facilitadora, cierra los ojos y comienza a girar hasta parar señalando con su dedo a la persona que inicia el juego. Esta persona pasa al centro del círculo y se le dan dos hojas, en una está colocada la figura de una mano de color verde y en la otra, una mano de color rojo. La persona que primero participa deberá colocarse primero la mano verde en la parte de su cuerpo que más le gusta y decir por qué, y luego, colocarse la mano roja en la parte de su cuerpo que menos le guste, al final deberá decir la frase "así soy y me acepto" acompañándola de un movimiento del cuerpo divertido y/o sensual. Luego esta persona cierra los ojos y vuelve a girar para señalar a la otra persona participante quien hará lo mismo, señalando con las manitas las partes que le gustan y no y por qué, y deberá decir la misma frase, pero con otro movimiento, distinto al de la persona que le antecede. Así sucesivamente hasta que participan todas y todos los

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

	presentes en el círculo. **Reflexión final.-** Al final del ejercicio, las personas participantes comentan en plenaria cómo se sintieron con esta dinámica. Preguntas detonadoras ¿Cómo te sientes ahora para comenzar el taller? ¿Cómo te sientes ahora respecto a las otras personas participantes y que quizá no conocías? ¿Qué habría pasado si se hubiera iniciado el taller sin hacer esta dinámica?, ¿habría sido igual?
"Mi reflejo"	**Propósito**.- Provocar la reflexión en las personas participantes en el taller a fin de que identifiquen qué derechos sexuales y reproductivos ejercen o no. **Descripción**.- Se conforman parejas, de preferencia entre personas que no se conozcan, y se les da un papelógrafo con plumones para que dibujen su propia silueta, en los cuales identificarán y escribirán del lado derecho: los derechos sexuales y reproductivos que ejercen; del lado izquierdo los que no y en medio aquellos que les gustaría ejercer y fortalecer más. Preguntas guía e indicaciones: En primera instancia contesta las siguientes preguntas: 1.- ¿Qué derechos sexuales y reproductivos son los que identifico que ejerzo actualmente?

	2.- ¿Qué derechos considero que no ejerzo actualmente? 3.- ¿Cuáles derechos me gustaría ejercer y fortalecer más? 4.- Ahora dibuja tu silueta y del lado derecho escribe los derechos sexuales y reproductivos que sí ejerces en tu vida; del lado izquierdo los que no y en medio aquellos que te gustaría ejercer y fortalecer más. Una vez que cada parte en la pareja ha dibujado su silueta y contestado las siete preguntas, socializan en pareja su silueta, compartiendo sus respuestas a cada pregunta. **Reflexión final del ejercicio en plenaria** (participa el número de parejas que sea posible, dependiendo la disponibilidad de tiempo). Algunas parejas socializan sus siluetas en plenaria.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Fuentes de consulta

Publicaciones en línea

Aguilar, Magdalena (1998). *Las tres generaciones de los derechos humanos, Derechos Humanos*. Órgano informativo de la Comisión de Derechos Humanos del Estado de México (Año 6, núm. 30), p. 93. Recuperado de http://historico.juridicas.unam.mx/publica/librev/rev/derhum/cont/30/pr/pr20.

Aguirre, C. (2012). *Asignatura: Sexualidad Humana*. Recuperado de http://files.uladech.edu.pe/docente/09400711/Sexualidad_Humana/Sesi%C3%B3n_0/TEXTO%20SEXUALIDAD%20HUMANA.pdf

Ávalos, J. (2013). *Derechos sexuales y reproductivos*. Instituto de Investigaciones Jurídicas de la UNAM. https://archivos.juridicas.unam.mx/www/bjv/libros/8/3568/38.pdf

Dahl, R. ¿Qué es la democracia? Recuperado de https://webs.ucm.es/info/cpuno/asoc/profesores/lecturas/dahl.pdf

Democracia y desarrollo: *El rol de las Naciones Unidas*. Recuperado de https://www.idea.int/sites/default/files/publications/democracia-y-desarollo.pdf

Comisión Española de Ayuda al Refugiado. (2019). *Situación de la mujer*. Comisión Española de Ayuda al Refugiado. Recuperado de https://www.cear.es/wp-content/uploads/2019/05/Situaci%C3%B3n-de-la-mujer-en-M%C3%A9xico-2019.pdf

Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación (CONAPRED), (2016). *Glosario de la diversidad sexual, de género y características sexuales*, p.47. Recuperado de https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/471748/Glosario_TDSyG_WEB.pdf

FAO y SADER. (2016). *Metodología PESA México: manual para agentes de desarrollo rural*. Pp.14-19. Recuperado de http://www.fao.org/3/a-i5507s.pdf.

Fuentes y Covarrubias. (2016). Culturas familiares: hacia la construcción de familias democráticas. Guía para la implementación del taller. Recuperado de http://portal.iedf.org.mx/biblioteca/familia/culturas%20familiares_biblioteca%20e.pdf

IMSS CONAFE. (2011). Hablemos de sexualidad. Guía para promotores comunitarios de educación inicial. IMSS. CONAFE. Recuperado de http://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/salud/yosimecuido/Libro-Hablemos-de-Sexualidad.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

INMUJERES. (2002). Derechos humanos de las mujeres. Recuperado de http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/100850.pdf

Instituto Electoral del Distrito Federal. Estrategia Integral de Educación Cívica para la Ciudad de México 2017-2023. (EI1723). Recuperado de http://www.iedf.org.mx/www/sites/CapitalCivica/EI1723.pdf

Instituto Nacional Electoral (INE). (2014). Ciudadanía en México ¿Ciudadanía activa? Recuperado de https://portalanterior.ine.mx/archivos2/s/DECEYEC/EducacionCivica/Ciudadania-Activa.pdf

Instituto Interamericano de Derechos Humanos. (2008). Los derechos reproductivos son derechos humanos. ISBN 978-9968-917-77-3. Recuperado de http://www.corteidh.or.cr/tablas/24841.pdf

Instituto Nacional Electoral (INE). (2019). Principios y valores de la democracia. Cuaderno de divulgación de la cultura democrática 1. Disponible en https://www.ine.mx/wp-content/uploads/2020/02/cuaderno_01.pdf

Instituto de Investigaciones Jurídicas de la UNAM. (2015). *Concepto de Seguimiento de los DESCA en Panorama general de los DESCA en el derecho internacional de los derechos humanos.* Recuperado de https://archivos.juridicas.unam.mx/www/bjv/libros/10/4891/4.pdf

Lagarde, Marcela (1996). *El género*, fragmento literal: 'La perspectiva de género', en Género y feminismo. Desarrollo humano y democracia, España, Horas y HORAS. Recuperado de https://catedraunescodh.unam.mx/catedra/CONACYT/08_EducDHyMediacionEscolar/Contenidos/Biblioteca/Lecturas-Complementarias/Lagarde_Genero.pdf

Naciones Unidas Derechos Humanos. Oficina del Alto Comisionado. (2017). *Los derechos de la mujer son derechos humanos*. ISBN 978-92-1-354131-9. https://www.ohchr.org/Documents/Publications/HR-PUB-14-2_SP.pdf

ONU, *La democracia y los derechos humanos*, Recuperado de https://www.un.org/es/events/democracyday/2008/pdf/DEMOCRACIAYDERECHOSHUMANOSDEFINITIVO.pdf

ONU Mujeres. *Profundicemos en términos de género. Guía de terminología y uso del lenguaje no sexista para periodistas y comunicadoras y comunicadores*. Recuperado de file:///C:/Users/Usuario/Desktop/Enviados%20Comision/consulta/Leidos/Guia-lenguaje-no-sexista_onumujeres.pdf.

Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD). (2019). *El enfoque de la agenda 2030 en planes y programas públicos en México.* (PNUD). Recuperado de https://www.undp.org/content/dam/mexico/docs/Publicaciones/PublicacionesGobernabilidadDemocratica/190305Gu%C3%ADaPlanear.pdf

Rico, Olaf. (2007). *Educación cívica y personalidad democrática. Educar para la convivencia con vivencia.* Manual para educadores. Recuperado de http://portal.iedf.org.mx/biblioteca/docentes/02_ECPD_Manual%20educadores_2007.pdf

Universidad de Educación a Distancia. (2000). *Especificidad de la educación de adultos*. Bases psicopedagógicas y señas de identidad. Educación XX1. (ISSN: 1139-613X). Recuperado de https://www.redalyc.org/pdf/706/70600304.pdf

Velázquez, S. Unidad 2. *Sexualidad responsable*. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. Sistema de Universidad Virtual. https://www.uaeh.edu.mx/docencia/VI_Presentaciones/licenciatura_en_mercadotecnia/fundamentos_de_metodologia_investigacion/PRES44.pdf

Páginas web

Asociación Internacional de aprendizaje experiencial. (20 de febrero 2020). *Introducción. I. ¿Qué es la experiencia? Facilitando el camino a la maestría profesional*. Asociación Internacional de aprendizaje experiencial. Recuperado de https://www.aprendizaje-experiencial.org/intro.

Brundtland, Gro. (2018). *¿Dónde está nuestro futuro común?* United Explanations. SOCIEDAD Brundtland. https://www.unitedexplanations.org/2012/04/02/brundtland-donde-esta-nuestro-futuro-comun/.

CDHEC (20 de febrero 2020). *Clasificación de los Derechos Humanos.* Comisión de los Derechos Humanos del Estado de Coahuila. http://cdhec.org.mx/clasificacion-de-los-derechos-humanos/ y CNDH.

Comité para la eliminación de la discriminación contra la mujer. *Introducción*. Naciones Unidas.
https://www.un.org/womenwatch/daw/cedaw/cedaw25years/content/spanish/introduction.html#:~:text=Ese%20tratado%20internacional%20de%20derechos,sobre%20la%20base%20de%20la

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA). (24 de febrero 2020). *El enfoque basado en los derechos humanos*. UNFPA. https://www.unfpa.org/es/el-enfoque-basado-en-los-derechos-humanos.

Gobierno de México. *Marco Normativo y Jurídico del Programa de Salud Sexual y Reproductiva de los Adolescentes*. CNEGSR. Gobierno de México. https://www.gob.mx/salud/acciones-y-programas/marco-normativo-y-juridico-del-programa-de-salud-sexual-y-reproductiva-de-los-adolescentes-cnegsr

Huhle, Rainer. *La violación de los derechos humanos ¿privilegio de los estados?* http://www.derechos.org/koaga/iv/1/huhle.html

INEGI. (2016). *Encuesta Nacional sobre Dinámica de las Relaciones en los Hogares 2016* (ENDIREH). Recuperado de https://www.inegi.org.mx/programas/endireh/2016/

Mayorga, F. (2007). *Gobernabilidad y gobernanza en América Latina.* Institut de Recherche et Débat sur la Gouvernance. http://www.institut-gouvernance.org/es/analyse/fiche-analyse-334.html

Ministerio de Salud de Argentina. (20 de febrero2020). *La dignidad humana*. Diccionario Enciclopédico de la Legislación Sanitaria Argentina. (DELS a http://www.salud.gob.ar/dels/entradas/la-dignidad-humana

Naciones Unidas. *Derechos Humanos*. Naciones Unidas. https://www.un.org/es/sections/issues-depth/human-rights/index.html

(20 de febrero 2020). *Agenda 2030*. Recuperado de http://www.onu.org.mx/agenda-2030/

Naciones Unidas. Oficina del Alto Comisionado. *La Declaración Universal de los Derechos Humanos*. Naciones Unidas. https://www.standup4humanrights.org/es/declaration.html

Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas. (6 de mayo 2014). *Derechos sexuales y reproductivos*. Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas. https://www.hchr.org.mx/index.php?option=com_k2&view=item&id=622:derechos-sexuales-y-reproductivos&Itemid=268

Oficina del Alto Comisionado y del Secretario General. (2012). *Estudio sobre los problemas comunes a que se enfrentan los Estados en sus esfuerzos por garantizar la democracia y el estado de derecho desde una perspectiva de derechos humanos*. Informe de la Alta Comisionada de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos (A/HRC/22/29). Recuperado de https://undocs.org/es/A/HRC/22/29

ONU Mujeres. (2016). *Principios para el empoderamiento de las mujeres en las empresas*. Recuperado de https://www2.unwomen.org/-

/media/field%20office%20mexico/documentos/publicaciones/2016/publicacionweps.pdf?la=es&vs=1

Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD). *Informe Nacional de Desarrollo Humano*. Guatemala. PNUD. https://desarrollohumano.org.gt/desarrollo-humano/concepto/

Real academia española. (26 octubre 2020). https://dle.rae.es/cosificar

Sandi C. (9 junio 2013). *La democracia. Principios*. https://es.slideshare.net/CarlomagnoSandi/principios-de-la-democracia.

Top doctors. (24 noviembre 2020). Cambio de sexo. Recuperado de https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/cambio-de-sexo#

Turismo Marruecos. *Tatuajes de henna: una tradición de Marruecos*. Turismo Marruecos. https://www.turismomarruecos.net/cultura/tatuaje-henna/

Blogs y podcast

Acuña, L. (6 diciembre 2011). *Aprende a filosofar desde lo sencillo. Las dimensiones fundamentales de la sexualidad humana*. [Mensaje en un blog]. Recuperado de https://filosofiadelavida.wordpress.com/2011/12/06/las-dimensiones-fundamentales-de-la-sexualidad-humana/

Concepto y Contenido. (9 marzo 2020). *¿Qué es tropicalizar al español mexicano?* [Mensaje en un blog]. Recuperado de https://conceptoycontenido.com/f/%C2%BFqu%C3%A9-es-tropicalizar-al-espa%C3%B1ol-mexicano

Gobierno de México. Masculinidad hegemónica. Secretaría de Relaciones Exteriores. [Mensaje en un blog]. Recuperado de https://www.gob.mx/sre/articulos/masculinidad-hegemonica-vs-masculinidades-igualitarias

Marina, M. (16 enero 2019). *Logoterapia*. Saludterapia. [Mensaje en un blog]. Recuperado de https://www.saludterapia.com/glosario/d/49-logoterapia.html

Masala Dabba. *Significado de llevar anillos en los dedos de los pies*. [Mensaje en un blog]. Recuperado de http://www.masaladabbaindia.es/2016/04/significado-de-llevar-anillos-en-los.html

La democracia. Democracia e igualdad. (16 abril 2020). [Mensaje en un blog]. Recuperado de

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

http://recursostic.educacion.es/secundaria/edad/4esoetica/quincena7/quincena7_contenidos_1c.htm

Sánchez, E. (17 marzo 2019). *Biografía de Víktor Frankl, el padre de la logoterapia* [Mensaje en un blog]. Recuperado de https://lamenteesmaravillosa.com/biografia-viktor-frankl-padre-la-logoterapia/

Revistas en línea:

Ávila-Fuenmayor, F. (mayo-agosto 2006). El concepto de poder. *Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal*. (vol. 8, núm. 2), pp. 215-234. https://www.redalyc.org/pdf/993/99318557005.pdf.

Fondo Monetario Internacional. (2019). Las mujeres y el crecimiento económico. *Fondo Monetario Internacional*. Publicación trimestral Volumen 56 | Número 1. Finanzas y Desarrollo. Recuperado de https://www.imf.org/external/pubs/ft/fandd/spa/2019/03/pdf/fd0319s.pdf.

Mesa, A. y Rodríguez G. (marzo, 2003). Fundamentos internacionales en torno a los derechos sexuales de jóvenes. *Scielo. Perinatol. Reprod. Hum.* vol.18 no.1 México mar. 2004. Recuperado de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0187-53372004000100003

Universidad de Jaen. (2010). El aprendizaje experiencial y las nuevas demandas formativas. *Revista de Antropología Experimental,* nº 10, 2010. especial educación 8. Recuperado de http://revista.ujaen.es/huesped/rae/articulos2010/edu1008pdf.pdf.

Notas informativas

Animal Político. (25 de noviembre de 2019). Suman casi 3 mil mujeres asesinadas en México en 2019; solo 726 se investigan como feminicidios. *Animal político*. Recuperado de https://www.animalpolitico.com/2019/11/3-mil-mujeres-asesinadas-mexico-2019-ocnf/

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Anexo

Anexo 1. "Directorio de instituciones públicas que prestan algunos servicios a mujeres y hombres en la Ciudad de México"*

Servicios de atención y orientación sobre todo para mujeres y las familias	
Secretaría de las Mujeres Oficina central. Atención ciudadana Dirección: Avenida Morelos 20 Colonia Centro, Alcaldía Cuauhtémoc, C.P. 06000, Ciudad de México Teléfono: 5555122836 Horarios: Lunes a jueves 9:00 a 17:00 y Viernes 9:00 a 15:00 https://www.semujeres.cdmx.gob.mx/secretaria/acerca-de La Secretaría cuenta con "27 Lunas" y oficinas en las 16 Alcaldías de la Ciudad de México. https://www.semujeres.cdmx.gob.mx/asesorias/lunas	Servicios que ofrece: • **Asesorías** Brindamos a todas las mujeres una atención libre de prejuicios con perspectiva de género, a través de la cual proporciona las opciones, alternativas y/o herramientas para enfrentar y resolver su situación. • **Atención Inicial** Brindamos a todas las mujeres que acuden por primera vez a la Secretaría de las Mujeres de la Ciudad de México una atención con perspectiva de género y libre de prejuicios. • **Atención de mujeres víctimas** de violencia sexual en el transporte público. Brindamos atención a víctimas por violencia sexual en el transporte público a través de los módulos "Viaja Segura". Brindamos protección, asesoría y acompañamiento jurídico gratuito a través del personal especializado. • **Capacitación** Programa Institucional de Capacitación, se brindan talleres y cursos gratuitos en 27 LUNAS. • Corresponsabilidad Social para Beneficio de las Mujeres • Autonomía económica • Ciudadanía y Liderazgo • Juventudes • Salud emocional https://www.semujeres.cdmx.gob.mx/asesorias/talleres-y-cursos
Oficinas "27 Lunas" de la Secretaría de la Mujer CDMX	
LUNA 1. Alcaldía Álvaro Obregón "Alaíde Foppa".	**LUNA 2. Alcaldía Álvaro Obregón.** Dirección: Calle 22 y Av. Hidalgo esq. Calle 17, colonia Pre concreto, C.P. 01400.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Dirección: Prolongación Calle 4, colonia Tolteca, dentro del Parque de la Juventud, alcaldía Álvaro Obregón, C.P. 01150. Teléfono: 55 5276-68 87 / 55 5276-68 89	Teléfono 55 1857 7510 / 55 1857 7513
LUNAS Alcaldía Azcapotzalco "Marcela Lagarde". Dirección: Av. 22 de febrero 421, colonia Barrio de San Marcos, C.P. 02020. Teléfono: 55171 60998 / 55 1716 0848	**LUNAS Alcaldía Benito Juárez "Benita Galeana**". LUNA 1 Dirección: Eje Central Lázaro Cárdenas 695, piso 1, colonia Narvarte, alcaldía Benito Juárez, C.P. 03020. Teléfono 55 5160-0039
LUNA 2 Alcaldía Benito Juárez. Dirección: Eje 5 Sur Ramos Millán 95, colonia Niños Héroes de Chapultepec, C.P. 03440. Teléfono: 55 5590-4817	**LUNAS Alcaldía Coyoacán "Tina Modotti".** LUNA 1 Dirección: Leopoldo Salazar s/n, casi esq. Carlos González Peña, colonia Copilco el Alto, C.P. 04360. Teléfono 55 1545 4578 / 55 1545 4572
LUNA 2 Alcaldía Coyoacán. Dirección: Av. Rey Nezahualcóyotl, s/n esq. Yaquis, colonia Ajusco Huayamilpas, C.P. 04300 (interior del Parque Ecológico Huayamilpas). Teléfono: 55 1735 7469 / 55 1735 7467	**LUNAS Alcaldía Cuajimalpa de Morelos, "Amparo Ochoa".** LUNA 1. Dirección: Prolongación 16 de septiembre s/n casi esquina Av. Veracruz, colonia Contadero, C.P. 05500. Teléfonos: 55 1735 5998 / 55 1735 5968
LUNA 2. Alcaldía Cuajimalpa de Morelos. Dirección: José María Castorena 187, colonia Cuajimalpa, C.P. 05000. Teléfono: 55 1735 5999 / 55 1735 5997	**LUNAS Alcaldía Cuauhtémoc "Juana de Asbaje".** LUNA 1 Dirección: Aldama, Violeta y Mina s/n, sótano edificio de la alcaldía, colonia Buenavista, C.P. 06350. Teléfonos: 55 1707 6094 / 55 1707 6100
LUNA 2. Alcaldía Cuauhtémoc. Dirección: Lucas Alamán 122, colonia Obrera, alcaldía Cuauhtémoc, C.P. 06800. Teléfono: 55 2230 1573 / 55 2230 1557	**LUNAS Alcaldía Gustavo A. Madero "Nahui Ollín".** LUNA 1 Dirección: Av. Fray Juan de Zumárraga s/n, colonia Aragón la Villa, C.P. 07050. Teléfonos: 55 1549 0406 / 55 1549 0407

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

LUNA 2. Alcaldía Gustavo A. Madero. Dirección: Camellón de Oriente 95 y Norte 50, colonia La Joyita, C.P. 07860. Teléfono: 55 5537 0535	**LUNAS Alcaldía Iztacalco "Coatlicue".** LUNA 1 Dirección: Av. Santiago s/n esq. Playa Rosarito, colonia Barrio Santiago (dentro del centro social Josefina Díaz), C.P. 08800. Teléfonos: 55 1104 9226 / 55 1545 8172
LUNA 2. Alcaldía Iztacalco. Dirección: Av. Sur 8, s/n, casi con Av. Javier Rojo Gómez (atrás del deportivo Leandro Valle), colonia Agrícola Oriental, C.P. 08500. Teléfono: 55 5162 8122 / 55 5206 2601	**LUNAS Alcaldía Iztapalapa "Elena Poniatowska".** LUNA 1 y 2 Dirección: Centro Social Villa Estrella Módulo 4, Camino Cerro de la Estrella s/n, colonia el Santuario Aculco, C.P. 09009. Teléfonos: 55 2236 1593 / 55 2236 1595
LUNAS Alcaldía La Magdalena Contreras, "Cristina Pacheco". LUNAS 1 y 2 Dirección: Centro Social Atacaxco: Calle Piaztic s/n (frente a secundaria 262), colonia San José Atacaxco, C.P. 10378. Teléfonos: 55 5085 3832 / 55 5085 3851/5555959247	**LUNAS Alcaldía Miguel Hidalgo "Frida Kahlo".** LUNA 1 Dirección: Av. Parque Lira 128, colonia Ampliación Daniel Garza, C.P. 11840. Teléfonos: 55 5272 2630 / 55 2614 2564
LUNA 2. Alcaldía Miguel Hidalgo. Dirección: Av. Observatorio s/n esq. General José María Mendivil, colonia Daniel Garza, C.P. 11830. Teléfono: 55 2614-3582	**LUNAS Alcaldía Milpa Alta "Cihual in Calli".** LUNA 1 Dirección: Calle Yucatán s/n esq. Calle Constitución, colonia Centro en Villa Milpa Alta, (arriba del mercado Benito Juárez), C.P. 12000. Teléfonos: 55 1549 1743 / 55 1549 1512
LUNA 2 Alcaldía Milpa Alta. Dirección: Av. Puebla 250, esq. Av. Nuevo León, colonia Villa Milpa Alta, (interior Casa de Cultura CALMECAC), C.P. 12000. Teléfono: 55 1549 1472 / 55 1549 1500	**LUNAS Alcaldía Tláhuac "Rosario Castellanos"** LUNA 1 y 2 Dirección: Margarita 5 entre Geranio y Jacaranda, colonia Quiahuatla, C.P. 13090. Teléfono 55 5842 6573 / 55 5842 4934

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

<table>
<tr><td>LUNAS Alcaldía Tlalpan “Yaocíhuatl Tlalpan”.
LUNA 1
Dirección: Carretera Federal a Cuernavaca No. 2, colonia La Joya, C.P. 14090.
Teléfono: 55 1712 0492 / 55 1707 6599</td><td>LUNA 2. Alcaldía Tlalpan.
Dirección: Camino a Santa Úrsula 24, esq. Textitlán, colonia Santa Úrsula Xitla, C.P. 14420.
Teléfonos: 55 1707 6591 / 55 1707 6590</td></tr>
<tr><td>LUNAS Alcaldía Venustiano Carranza “Esperanza Brito de Martí”.
Dirección: Prolong. Lucas Alamán 11, piso 1, colonia Del Parque, C.P. 15960.
Teléfono 55 1673 1905 / 55 1673 1912</td><td>LUNAS Alcaldía Xochimilco “Laureana Wright González”.
LUNA 1
Dirección: Francisco I. Madero 11, colonia Barrio el Rosario, C.P. 16070.
Teléfonos: 55 9154 9156/ 5556769612 y 555676751188</td></tr>
<tr><td colspan="2">LUNA 2 Alcaldía Xochimilco.
Dirección: Dalia s/n, Plaza San Cristóbal, colonia Barrio San Cristóbal, C.P. 16080.
Teléfonos: 55 2208 5569 / 5556758270</td></tr>
<tr><td>Sistema integral para la familia (DIF) Ciudad de México.
Avenida San Francisco 1374
Colonia Tlacoquemécatl, Alcaldía Benito Juárez C.P. 03200, Ciudad de México.
Teléfono:
5555591919
Web: http://www.cdmx.gob.mx/atencion-ciudadana-jefatura
https://www.dif.cdmx.gob.mx/busqueda?etiqueta=mujeres</td><td>• Cartilla de Servicios primera infancia.
Servicio por el cual se brinda la cartilla de servicios a niñas y niños de 0 a 6 años para acceder a servicios correspondientes al desarrollo.
• Estancia Infantil en los Centros Asistenciales de Desarrollo Infantil.
Servicio por el que madres, padres o tutores realizan la inscripción de las niñas y niños de 6 meses de nacidos a 5 años 11 meses de edad.
• Atención re-educativa a hombres que ejercen violencia.
Servicio mediante el cual se proporciona atención re-educativa a hombres que ejercen violencia a fin de construir relaciones más equitativas.
• Prevención al maltrato infantil en la familia.
Servicio mediante el cual se proporcionan las herramientas necesarias para identificar y prevenir el maltrato infantil.
Orientación alimentaria.
Servicio por el que la población solicitante, recibe pláticas, talleres, cápsulas informativas y actividades lúdicas.</td></tr>
</table>

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

	• **Solicitud de convivencia o reintegración de una niña, niño o adolescente** (NNA), a un ambiente familiar libre de violencia.
Centros de Justicia para las Mujeres. **Alcaldía Azcapotzalco**. 55 5346 8370/ 55 5346 8394 maria_lopeza@pgjcdmx.gob.mx **Alcaldía Iztapapala** Centro 1. Avenida San Pablo Xalpa No. 396 casi esquina Eje 5 Norte, Col. San Martin Xochinahuac, C.P. 02920, Ciudad de México. Teléfono: 55 5345 5736 ext. 5736 dirgeneralcjm@gmail.com **Alcaldía Tlalpan** Centro 3. Calle Manuel Constanzo No. 43 Mza. 63, Lote. 10, (antes San Luis de la Paz No. 63 Col. Miguel Hidalgo, C.P. 14250 Ciudad de México Teléfono: 55 5200 9280 https://www.gob.mx/conavim/documentos/centros-de-justicia-para-las-mujeres-23094 nancya_gomez@pgj.cdmx.gob.mx	Servicios multidisciplinarios tales como: a) Atención psicológica, jurídica y médica; b) Albergues temporales; c) Ludoteca con expertas/os en temas de desarrollo infantil, y d) Talleres de empoderamiento social y económico para apoyar a las mujeres a salir del círculo de violencia.
Comisión de Derechos Humanos de la Ciudad de México. Avenida Universidad 1449, Colonia Pueblo Axotla, Alcaldía Álvaro Obregón, 01030 Ciudad de México. Teléfono: 52295600 Web: https://cdhcm.org.mx y	Puede acudir cualquier persona que considere que a ella o a un tercero le ha sido violado alguno de sus derechos humanos, independientemente de su condición social, nacionalidad, raza, religión, sexo, edad, estado civil, etcétera. La atención a las personas es directa. Para la formulación de una queja no se requiere de una abogada o abogado o persona gestora. Todos los servicios son gratuitos. Atiende todos los días del año, las 24 horas del día.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

http://cdhdfbeta.cdhdf.org.mx/ e-mail: cdhdf@cdhcm.org.mx	
Fiscalía General de Justicia de la Ciudad de México	
Centro de Apoyo Sociojurídico a Víctimas del Delito Violento (ADEVI). Horario: 9:00 a 19:00 horas de lunes a viernes Calle José Ma. Izazaga No. 89, 4º piso, Col. Centro. Alcaldía Cuauhtémoc. Teléfonos: 5200 9196, 9197, 9200 y 9215. Costo Gratuito. https://www.fgjcdmx.gob.mx/nuestros-servicios/ADEVI	Terapia psicológica en crisis, familiar y grupal; terapia para niños y niñas ante el duelo; gestión de servicios de asistencia social, salud, servicios funerarios, pasajes, hospedajes y medicamentos; acompañamiento, asesoría y representación jurídica a la víctima directa e indirecta en la Coordinación Territorial correspondiente; inconformidades y escritos para presentar pruebas que ayuden al esclarecimiento de los hechos que se investigan.
Centro de Investigación victimológica y de Apoyo Operativo (CIVA). Calzada de la Viga N°11175, Colonia el Triunfo, Alcaldía Iztapalapa, Código Postal 9430, 2do y 3er piso. Días y Horario de servicio: De lunes a viernes, en un horario de 9:00 a 19:00 horas. Teléfonos: 5200 9188 y 5200 9189. Los servicios del Centro son gratuitos. https://www.fgjcdmx.gob.mx/civa	Atención Psicológica a víctimas de amenazas y personas generadoras de violencia familiar
Centro de Apoyo a la Violencia Intrafamiliar (CAVI). General Gabriel Hernández número 56, planta baja, Col. Doctores, entre Dr. Lavista y Río de la Loza, C.P. 06720. En un horario de 9:00 a 19:00 horas de lunes a domingo.	Asistencia social, atención psicológica, asesoría legal, seguimiento jurídico en materia penal, atención médica de emergencia, tramitación de medidas de protección de emergencia previstas en la Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia de la Ciudad de México y como

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Teléfonos: 53 45 52 48, 53 45 52 28, 53 45 52 29. https://www.fgjcdmx.gob.mx/cavi	auxiliares de la autoridad ministerial y/o judicial, la elaboración de dictámenes psicológicos victimales.
Centro de Atención a Riesgos Victimales y Adicciones (CARIVA). Av. José Ma. Izazaga No. 86, 5º piso. Colonia Centro. En un horario de lunes a viernes de 09:00 a 19:00 horas. Teléfonos. 5200 9166, 9171 y 9172 https://www.fgjcdmx.gob.mx/CARIVA	
Centro de Estancia Transitoria para Niñas y Niños. Dr. Lavista 78, Doctores, Cuauhtémoc, 06720 Ciudad de México, CDMX. Horario de cierre: 18:00. Teléfono: 55 5242 6270. https://www.fgjcdmx.gob.mx/centro-de-estancia-transitoria	En colaboración con la autoridad ministerial, el Centro de Estancia Transitoria realiza acciones tendentes a favorecer la reintegración o integración de las niñas y niños a una familia de origen o alterna. En los casos de las personas menores de edad en calidad de expósitos, se garantiza su derecho a la familia por medio de la adopción.
Tandas para el bienestar. **Secretaria de Economía.** 01 (800) 08 32-666	El programa consiste en un apoyo, mediante financiamiento sin intereses, de $6 mil pesos que se entregan de forma individual a las personas que cumplan con los criterios de elegibilidad. Asimismo, quienes reintegren en su totalidad el primer apoyo, podrán acceder a un segundo financiamiento sin intereses por $10 mil pesos. En caso de reembolsarlo en su totalidad mediante entregas mensuales, se podrá tener acceso a un tercer apoyo mediante financiamiento sin intereses por $15 mil pesos.
Financiamiento de Microcréditos para Mujeres Emprendedoras (FONDESO). Dirección: Calle Tepozteco 36, Colonia	Busca impulsar la autonomía económica de las mujeres y contribuir a reducir la brecha de género en materia de desarrollo económico a través del crédito para el emprendimiento, para la creación o consolidación de micronegocios o para la ampliación de activos y el mayor acceso a la tecnología por

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Narvarte Poniente, Alcaldía Benito Juárez C.P. 03020, Ciudad de México. Teléfonos: 91 80 07 79, 56 98 90 60 Correo electrónico: fondeso@fondeso.cdmx.gob.mx Horarios: Lunes a jueves de 09:00 a 14:30 y de 16:00 a 17:30. Viernes 09:00 a 14:00 https://www.fondeso.cdmx.gob.mx/index.php/programas/programa/financiamiento-de-microcreditos-para-mujeres-emprendedoras	parte de mujeres empresarias.
Financiamiento para Mujeres Empresarias. Dirección: Calle Tepozteco 36, Colonia Narvarte Poniente, Alcaldía Benito Juárez C.P. 03020, Ciudad de México. Teléfonos: 91 80 07 79, 56 98 90 60 Correo electrónico: fondeso@fondeso.cdmx.gob.mx Horarios: Lunes a Jueves de 09:00 a 14:30 y de 16:00 a 17:30, viernes 09:00 a 14:00 https://www.fondeso.cdmx.gob.mx/index.php/programas/programa/financiamiento-de-microcreditos-para-mujeres-emprendedoras	Esta Estrategia tiene como fin impulsar la autonomía económica de las mujeres y contribuir a reducir la brecha de género en materia de desarrollo económico a través del crédito para el emprendimiento, para la creación o consolidación de micronegocios o para la ampliación de activos y el mayor acceso a la tecnología por parte de mujeres empresarias.
Instituto de Capacitación para el Trabajo.	• Personas que se encuentran trabajando actualmente y que buscan incrementar sus

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Dirección: Calle Dr. Lucio 220 Colonia Doctores, Alcaldía Cuauhtémoc C.P. 06720, Ciudad de México. Teléfono: 5740 0237 Horarios: Lunes a Jueves 9:00 a 18:00 y viernes 9:00 a 15:00. Para más información llamar al teléfono (55) 5740 0237 ext. 1029. https://www.icat.cdmx.gob.mx/servicios/servicio/2-capacitacion-para-y-en-el-trabajo Correo electrónico: icat@cdmx.gob.mx	conocimientos o mejorar sus habilidades. • Personal de RRHH de las empresas que requieren cumplir con sus obligaciones en materia de capacitación y adiestramiento. • Personas que se encuentran desempleadas y que buscan adquirir nuevos conocimientos ya sea para encontrar un trabajo remunerado o para emprender su propio negocio. La certificación de competencias busca reconocer el conocimiento y las habilidades que has adquirido a través de tu experiencia laboral. • El certificado de competencia es un documento oficial, expedido por la Secretaría de Educación Pública, que asegura que puedes desempeñarte en una ocupación (por ejemplo, como mesera o mesero o como recamarera o recamarero) según los requerimientos de las empresas y las instituciones.
Secretaria del Trabajo y Fomento al Empleo Servicio Nacional del Empleo. Calz. San Antonio Abad No. 32, Col. Tránsito, Alcaldía Cuauhtémoc, C.P. 06820. Ciudad de México. Horarios de atención L a V de 9 a 15 hrs. Teléfono(s) y extensión: 5709 3233 Ext. 3042. https://www.empleo.gob.mx/sne/directorio-de-oficinas-sne Correo electrónico subdireccion.snyco@gmail.com	• Capacitación Mixta. Para quienes aspiren a ser personas contratadas por una empresa que requiera personal capacitado de acuerdo a los requerimientos de sus vacantes disponibles. • Capacitación en la práctica laboral. Para quienes deseen adquirir o fortalecer sus competencias laborales capacitándose directamente en el proceso productivo de una empresa. • Capacitación para el autoempleo. Para quienes no logran vincularse a un puesto de trabajo y deseen desarrollar una actividad productiva por cuenta propia. • Vales de capacitación. Para quienes necesitan actualizar, mejorar y/o reconvertir sus competencias, habilidades y/o destrezas laborales con la finalidad de incrementar sus posibilidades de contratación.
Servicios de atención y orientación sobre todo para hombres	
Centro Mhoresvi Teléfono: +52 (55) 9180-4168.	Se trata de una organización que trabaja con hombres que necesitan y/o están dispuestos a cambiar sus conductas de violencia con su pareja y su familia y cambiarlas por conductas de respeto, equidad,

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

https://mhoresvi.wordpress.com/servicios/ Mail: mhoresvi@yahoo.com.mx	cercanía afectiva, responsabilidad y buen trato. Se imparten pláticas, conferencias, talleres de sensibilización, talleres de capacitación y participaciones en eventos públicos y ferias, siempre tocando los temas de la masculinidad, violencia de género, violencia de género de los hombres en la familia, alternativas para transitar de la violencia de género a la equidad, respeto y buen trato.
Colectivo de Hombres para Relaciones Igualitarias A.C. (CORIAC) Diego Arenas Guzmán N°189 Col. Iztaccíhuatl, a una cuadra del metro Villa de Cortés. Ciudad de México, México. Teléfono: 56 963498 - Fax: 56 963498 http://www.gloobal.net/iepala/gloobal/fichas/ficha.php?id=2831&entidad=Agentes&html=1 Mail: colectivo@coriac.org.mx	Se trata de un colectivo de hombres que elabora propuestas transformadoras en las relaciones de género. Se trabaja por cambiar actitudes y comportamientos masculinos que empobrecen las relaciones humanas y someten a las mujeres e investigan, promueven y desarrollan acciones de cambio personal, institucional y social basadas en relaciones de igualdad para ambos sexos. Sus acciones se dirigen a hombres de diversas clases sociales, etnia, y nacionalidad interesados en construir formas diferentes de ser hombres desde un punto de vista crítico y propositivo. Se aborda la problemática de las masculinidades en espacios públicos y privados.
Sistema de Atención Integral para la Familia DIF Servicio de Atención Psicológica y Reeducativa a Hombres que Ejercen Violencia de Género. Dirección de Programas a NNA Zona B Xochicalco 1000 2° Piso, edificio "A". Teléfono 5556040127 ext. 4001 y 4309. https://dif.cdmx.gob.mx/comunicacion/nota/servicio-de-atencion-psicologica-y-reeducativa-hombres-que-ejercen-violencia-de-genero Mail:	Se ofrecen: • Talleres • Pláticas • Cine debates • Ferias educativas Requisitos: Mínimo 10 personas, en un horario de 9 am a 15 horas.

erradicandolaviolencia@dif.cdmx.gob.mx	

*Directorio en proceso de actualización ante la pandemia.

Otros servicios, se pueden consultar en el “Directorio de canalización Guardianes, Ciudad de México”: http://guardianes.org.mx/wp-content/themes/guardianes/pdf/Directorio_canalizacion_Guardianes_VF%2005062018%20CDMX.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Taller 5. “Democracia y sexualidad”

Juego didáctico

“Demosexualidad”

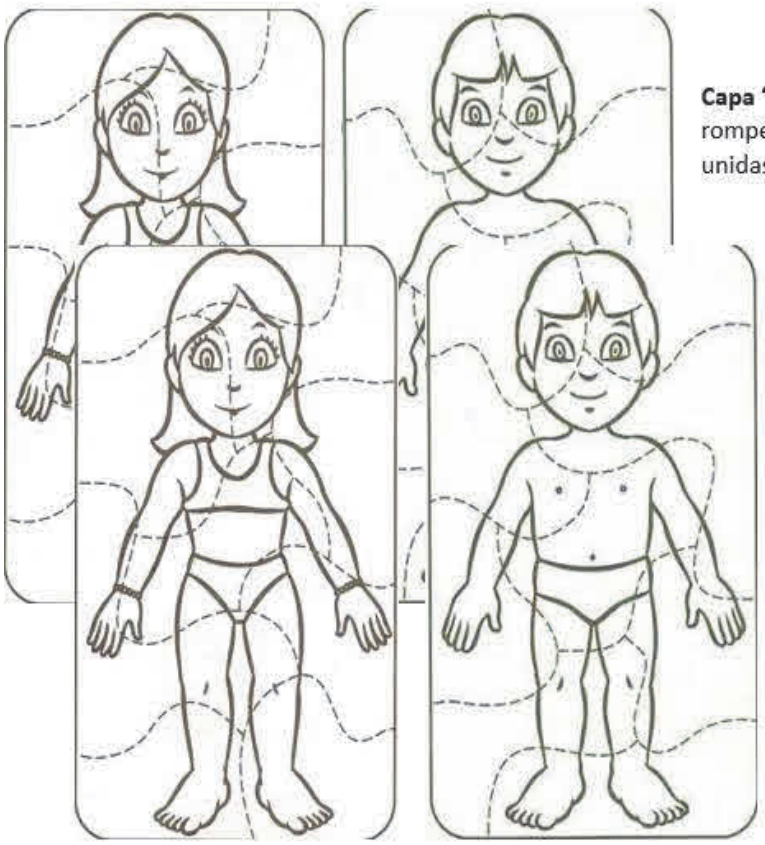
Presentación

El juego didáctico “Demosexualidad” es un instrumento elaborado por el Instituto Electoral de la Ciudad de México, y tiene el propósito de que las personas identifiquen a la democracia como una herramienta que contribuye a la convivencia más armónica, donde se reconoce la dignidad de las personas, así como el respeto y ejercicio de sus derechos humanos, entre ellos los sexuales y reproductivos, ejercicio en el que también se pueden practicar los valores democráticos.

Este juego se puede desarrollar en el marco del taller “Democracia y sexualidad” o bien de manera independiente, en diferentes espacios de difusión y formación o en otros como con la familia y/o con las amistades.

Descripción del juego

El juego didáctico “Demosexualidad” se trata de dos siluetas (la de una mujer y un hombre) tomadas de la mano en rompecabezas, el primer rompecabezas está unido en un pliego y conforma la capa inferior “A” y encima, es el mismo rompecabezas, pero con piezas movibles el cual conforma la capa superior “B”.



Capa "A" inferior con rompecabezas con piezas unidas en un pliego

Capa "B" superior con rompecabezas con piezas movibles

En la capa superior "B" cada pieza tiene dos caras, la cara "X" con una agarradera y la cara "Y" con el nombre de un derecho sexual y reproductivo, un valor democrático o un signo de interrogación. Por su parte, la capa inferior "A" tiene en cada pieza del rompecabezas, una situación referida a los derechos sexuales y reproductivos y/o a los valores democráticos que corresponden a alguno de los derechos y valores enunciados en las piezas de la capa de arriba, a fin de que se armen piezas pares.

La persona jugadora deberá tomar cada una de las piezas de la capa "B" e irla colocando gradualmente con su par de la capa "A". De esta forma se irán armando piezas pares hasta que se armen dos rompecabezas espejo, es decir, iguales uno sobre otro.

Cuando una persona jugadora intenta armar un par de piezas, pero no acierta, aunado a que deberá de esperar su turno para volver a jugar, la persona verificadora de respuestas

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

le mostrará la tarjera “Anda cuéntanos” para que conteste una pregunta indiscreta que le formularán las otras personas compañeras de juego. Finalmente gana la persona jugadora que más piezas pares arme.

Partes del juego

1. Un pliego para colocarse en la pared, con los derechos sexuales y reproductivos y los valores democráticos.
2. Un pliego con la capa “A” del rompecabezas con el cuerpo de una mujer y un hombre, dividido en 20 piezas fijas e inamovibles (10 por cada silueta), cada pieza enuncia una situación-ejemplo de un derecho sexual y reproductivo y/o un valor democrático.
3. Piezas de rompecabezas capa “B” (20 en total, 10 por cada silueta) con el cuerpo humano de una mujer y un hombre: cada pieza tiene dos caras, la “X” con una pequeña agarradera y la cara “Y” con el nombre de un derecho sexual y reproductivo o un valor democrático.
4. Una tarjeta que dice “Anda cuéntanos”.
5. Hoja de respuestas.

Indicaciones

1.- Todas las personas jugadoras deberán leer cuidadosamente el pliego con los derechos sexuales y reproductivos y valores democráticos.

2.- Se coloca en una superficie plana, el pliego capa “A” con el rompecabezas fijo.

3.- Luego se colocan a un costado del pliego capa “A”, todas las piezas movibles del rompecabezas capa “B” con las agarraderas hacia arriba y “boca abajo” los nombres de los derechos y/o valores democráticos a descubrir.

4.- Se nombra a la persona verificadora de respuestas quien deberá corroborar las respuestas dadas por cada persona jugadora y llevará el conteo de piezas pares que conforma cada persona jugadora y verifica las respuestas correctas.

5.- Se define quién empieza el juego y se asigna el orden de participación a cada persona

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

jugadora.

6.- Cada persona jugadora va tomando una pieza del rompecabezas y lee en voz alta el nombre del derecho o valor democrático que eligió, y selecciona la pieza de abajo con la que considera hace el par, es importante que argumente por qué considera que va con ese derecho o valor y puede o no coincidir con los mencionados en la hoja de respuestas.

7.- Entre todas las personas participantes, escuchan y reflexionan si está bien o mal armado el par que recién armó la persona jugadora y en caso de que sí, ya puede colocar la pieza encima de su par, sin embargo, en caso de que no consideren que está bien armado (se puede corroborar en la hoja de respuestas), la persona verificadora le muestra la tarjeta "Anda cuéntanos", para que le hagan una pregunta indiscreta que deberá contestar y luego esperar nuevamente su turno para jugar.

8.- Así sucesivamente cada persona jugadora va armando las piezas pares. La persona que acumule más pares y aciertos, gana.

Reflexión al final del juego

Al finalizar el juego, se sugiere en plenaria, contestar las siguientes preguntas:

1. ¿Cómo me sentí al jugar este juego?
2. ¿Qué aprendizajes y reflexiones me generó?
3. ¿En qué cambió mi percepción en torno a la democracia?
4. ¿Considero viable practicar mis derechos sexuales y reproductivos?, ¿por qué sí o no?
5. ¿Qué ventajas y retos identifico que puede traerme practicarla la democracia en mi sexualidad?

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Pliego con los derechos sexuales y reproductivos

1. **Derecho a decidir de forma libre, autónoma e informada sobre mi cuerpo y mi sexualidad**: la libertad y la autonomía son derechos reconocidos constitucionalmente entre los que se encuentran el derecho a la vida, a la integridad personal, a la libertad de ideas, a la libertad de religión, circulación, a la seguridad, al "honor" y a la intimidad, entre otros, los cuales son sustantivos para el ejercicio de la sexualidad libre, autónoma e informada.	2. **Derecho a ejercer y disfrutar plenamente mi vida sexual:** abarca cualquier experiencia, expresión sexual y erótica o de género, siempre con respeto a los derechos humanos de las personas involucradas y acorde a las facultades en su evolución. Además, el Estado debe garantizar que este ejercicio sea libre de presiones, discriminación, inducción al remordimiento o castigo.	3. **Derecho a manifestar públicamente mis afectos**: y a ejercer la libertad individual de expresión, manifestación, reunión, identidad sexual[1], de género y cultural, sin prejuicios, discriminación ni violencia. El estado debe garantizar que se tenga la posibilidad de manifestar las ideas y afectos que contribuyen a la promoción de una cultura armónica, afectiva, libre de violencia y de respeto a la diversidad sexual.
4. **Derecho a decidir con quién o quiénes relacionarme afectiva, erótica y socialmente:** y a decidir y ejercer prácticas sexuales, elegir diversas formas de relacionarse, elegir con quién compartir la vida, la sexualidad, emociones, deseos, placeres y/o afectos de manera	5. **Derecho a que se respete mi privacidad y a que se resguarde mi información personal:** en todos los ámbitos de la vida, incluyendo el sexual, sin importar la edad. El cuerpo, la sexualidad, los espacios, las pertenencias y la forma de relacionarse con las	6. **Derecho a la vida, a la integridad física, psicológica y sexual y a vivir libres de violencia**: y a que no se someta a ningún tipo de tortura ni a tratos crueles, inhumanos ni degradantes. Ninguna persona o autoridad, en cualquier ámbito,

[1] Identidad sexual es la manera en que cada persona se proyecta frente a sí y ante la sociedad desde su perspectiva sexual, no sólo en cuanto a sus preferencias sexuales sino, primordialmente, en cuanto a cómo se percibe, con base en sus sentimientos y convicciones más profundos de pertenencia o no al sexo que legalmente le fue asignado al nacer y que, de acuerdo a ese ajuste personalísimo proyectará en todos los ámbitos de su vida. CONAPRED, (2016). *Glosario de la diversidad sexual, de género y características sexuales*, p.47. Recuperado de https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/471748/Glosario_TDSyG_WEB.pdf.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

libre y autónoma. El Estado debe garantizar el derecho a tomar medidas en contra de toda forma de coacción como los matrimonios forzados o trata de personas con fines de explotación, incluyendo la sexual.	demás personas, son parte de la identidad y la privacidad y deben respetarse en cualquier espacio (escolar, familiar, social, laboral, etcétera). El Estado tiene la obligación de resguardar la información personal de forma confidencial.	puede ejercer ningún tipo de violencia (sexual, física, psicológica, patrimonial, económica) ni ninguna acción que lesione o dañe la vida, dignidad, integridad y/o libertad. Es obligación del Estado proveer asesoría legal, información, atención médica y psicológica para garantizar el acceso a la justicia y a la reparación del daño.
7. **Derecho a decidir de manera libre e informada sobre mi vida reproductiva:** si se desea o no tener hijas e hijos, el número, el momento y con quién, sin que la orientación sexual,[2] estado de salud, identidad de género, edad, estado civil o cualquier condición o característica personal sea un impedimento para ello. El Estado debe garantizar y promover el acceso a información y a los servicios de salud con pertinencia cultural, confidencialidad,	8. **Derecho a la igualdad:** A vivir libres de prejuicios y estereotipos de género, que limiten las capacidades, prácticas y el ejercicio pleno de los derechos. Existe diversidad de características y necesidades específicas en todas las personas quienes son iguales en derechos ante la ley, lo que garantiza la posibilidad de ejercer todos los derechos sin discriminación, con igualdad de oportunidades y trato digno y equitativo. El Estado debe	9. **Derecho a vivir libre de discriminación:** existen distintas formas de expresar las identidades sexuales y culturales y las diferencias formas de vivir y ejercer la sexualidad, sin que se discrimine a nadie por ello (por edad, color de piel, cultura, sexo, género, discapacidades, por la condición económica, de salud, jurídica, religión, apariencia, situación migratoria, etcétera), ya que todo acto de discriminación atenta contra la

[2] La orientación sexual se refiere a la capacidad de cada persona de sentir una profunda atracción emocional, afectiva y sexual por otras personas de diferente sexo/género o del mismo sexo/género o más de un sexo/género, y de entablar relaciones íntimas y sexuales con ellas. Básicamente hay tres orientaciones sexuales predominantes: hacia el mismo sexo/género (homosexualidad), hacia el sexo/género opuesto (heterosexualidad) o hacia ambos sexos/géneros (bisexualidad).

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

incluyendo el acceso a todos los métodos anticonceptivos, la atención al embarazo saludable y los servicios de salud para el aborto legal y seguro, destacando que el aborto por violación es legal en todo el país.	garantizar que las políticas públicas respondan a las características y necesidades de las personas y a tomar las medidas apropiadas para modificar estereotipos de género que refuerzan y promueven imaginarios, prácticas y comportamientos, que afecten la salud, la justicia, la igualdad y la equidad en todos los ámbitos de la vida.	dignidad. El Estado debe garantizar la protección contra cualquier forma de discriminación y tomar medidas adecuadas para prevenir, atender y sancionar las conductas discriminatorias.
10. **Derecho a la información actualizada, veraz, completa, científica y laica sobre la sexualidad:** La sexualidad abarca lo relativo al género, al erotismo, los vínculos afectivos, la reproducción, el placer y la diversidad. Información que debe estar libre de estereotipos, prejuicios, mitos, culpa, deberá ser laica y estar basada en evidencia científica. El Estado debe garantizar el acceso a la información de manera continua y especialmente a los servicios de salud y educativos. La información debe impartirse de acuerdo con	11. **Derecho a la educación integral en sexualidad:** que fomente la toma de decisiones libre e informada, la cultura del respeto a la dignidad humana, la igualdad de oportunidades y la equidad. La educación integral en sexualidad es necesaria para el bienestar físico, mental y social, y para el desarrollo humano en general. Los contenidos deben estar actualizados, ser laicos y basarse en evidencia científica, desde un marco de derechos humanos con perspectiva de género, pertinencia cultural y estar libre de estereotipos y prejuicios,	12. **Derecho a los servicios de salud sexual y reproductiva:** que sean amigables para todo público, de calidad, gratuitos, oportunos y con pertinencia cultural. Deben incluir consejería con información, orientación y apoyo educativo, provisión de métodos anticonceptivos, aborto legal y seguro y atención durante el embarazo, parto y puerperio, detección oportuna y atención de infecciones de transmisión sexual (ITS) incluyendo el virus de inmunodeficiencia humana (VIH) y la detección de violencia. Es

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

las necesidades particulares y atendiendo las facultades individuales de cada persona.	estigmas y mitos. El Estado debe implementar, fortalecer y actualizar los programas y estrategias de educación integral en sexualidad, involucrando a distintas instancias (sobre todo las educativas y de salud además de la formación personal de educación y salud en todos los niveles).	obligación del Estado garantizar el acceso universal a los servicios de salud sexual y reproductiva que promuevan la toma de decisiones de forma libre, informada y autónoma, así como la capacitación para sensibilizar al personal de salud en los servicios que presta.
13. **Derecho a la identidad sexual:** a construir, decidir y expresar la identidad de género, orientación e identidad política. Contar con identidad jurídica que corresponda con la identidad sexual, lo que posibilita el pleno acceso a todos los derechos humanos, la participación social e inclusión en la vida económica, política y cultural del país. El Estado debe garantizar que la identidad sea reconocida en documentos legales como elemento fundamental para contribuir activamente a la comunidad y construir ciudadanía.		
14. **Derecho a la participación en las políticas públicas sobre sexualidad y reproducción:** en su diseño, implementación, evaluación y seguimiento. Es un derecho incidir en cualquier iniciativa de ley, plan o programa público, que involucre a los derechos sexuales, así como en la asignación y ejecución del presupuesto participativo. Se tiene derecho a expresarse, manifestarse y asociarse con otras personas para dialogar, crear y proponer acciones positivas que contribuyan a la salud y bienestar. El Estado tiene la obligación de garantizar espacios y mecanismos para la participación juvenil en condiciones de igualdad, así como para la transparencia y rendición de cuentas.		

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Valores democráticos en el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos

Sexualidad y diálogo.- Implica que en la práctica de la sexualidad exista la comunicación con la pareja y que exista la libertad y la toma de acuerdos ante las preferencias, decisiones, opiniones, sentimientos, deseos, formas y comportamientos de cada persona como parte de su sexualidad, sin que haya violencia, imposiciones, restricciones, limitantes, discriminación ni violencia de ningún tipo por ello.	**Sexualidad e igualdad**.- Todas las personas tienen las mismas posibilidades de ejercer su sexualidad en libertad, con dignidad, responsabilidad, y acorde a su orientación[3] e identidad sexual y más allá de su condición física, sexo, género, situación económica, social, cultural, educativa, religiosa, etcétera, sin sufrir discriminación, violencia, limitantes y cualquier otro impedimento ni por parte de su pareja, grupo de personas ni por cualquier institución pública o privada.
Sexualidad y participación.- La participación en la sexualidad es visible cuando una persona se apropia y ejerce sus derechos sexuales y reproductivos, así como su sexualidad en su integralidad y los hace valer; además de que actúa, piensa y se desenvuelve como parte de la ciudadanía -o en proceso de llegar a serlo, ejerciendo sus derechos sexuales con el respeto y sin la intervención de otras personas en su vida íntima, privada y pública.	**Sexualidad y pluralidad**.- Este valor se ejerce cuando las personas pueden practicar su sexualidad con integralidad y plenitud, con la orientación sexual, con las formas de pensamiento, de ser y actuar que ellas decidan y gusten, más allá de su condición física, económica, cultural, social ni religiosa y son respetadas por ello, sin temor a represalias, rechazo, discriminación, marginación ni violencia.
Sexualidad y respeto.- Este valor se practica en la sexualidad cuando una persona tiene la libertad de ser, pensar y actuar como quiere y desea, además	**Sexualidad y responsabilidad.**- Este valor se da cuando se practica tomando las precauciones necesarias e informándose sobre la salud sexual y

[3] La orientación sexual se refiere a la capacidad de cada persona de sentir una profunda atracción emocional, afectiva y sexual por otras personas de diferente sexo/género o del mismo sexo/género o más de un sexo/género, y de entablar relaciones íntimas y sexuales con ellas. Básicamente hay tres orientaciones sexuales predominantes: hacia el mismo sexo/género (homosexualidad), hacia el sexo/género opuesto (heterosexualidad) o hacia ambos sexos/géneros (bisexualidad). ONU Mujeres. *Profundicemos en términos de género. Guía de terminología y uso del lenguaje no sexista para periodistas y comunicadoras y comunicadores*, p. 54. Recuperado de file:///C:/Users/Usuario/Desktop/Enviados%20Comision/consulta/Leidos/Guia-lenguaje-no-sexista_onumujeres.pdf.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

de ejercer su sexualidad de la manera y con quién guste, y de forma responsable, y las demás personas reconocen dicha libertad y derecho.	reproductiva, evitando así los embarazos prematuros y no deseados; así como las enfermedades de transmisión sexual. También implica que la pareja se ponga de acuerdo y ejerzan sus derechos de manera voluntaria, sin presión, violencia, intimidación o amenazas.
Sexualidad y legalidad.- Se practica cuando los derechos sexuales y reproductivos se ejercen sin realizar conductas que impliquen la comisión de un delito establecido en el Código Penal, como la privación de la libertad con fines sexuales o aquellas conductas que atentan contra la libertad y seguridad sexual y el normal desarrollo psicosexual como el abuso, el acoso, el estupro, el incesto, la violación y las que van en contra la intimidad sexual.	**Sexualidad y libertad**.- Cuando en la práctica de la sexualidad, una persona tiene la posibilidad de ser, pensar, sentir, elegir, comportarse, desear y manifestarla acorde a sus preferencias y gustos, además de hacerlo de forma responsable.
Sexualidad y tolerancia.- Se da este valor cuando entre las personas respetan la diversidad sexual y las preferencias, sin ejercer discriminación o violencia. Por ejemplo, cuando una pareja del mismo sexo se besa en un lugar público por lo que las demás personas deben respetar que ejerzan sus derechos sexuales sin agredir, ni discriminar.	

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Contenidos de las 20 piezas del rompecabezas y hoja de respuestas

Contenidos de la capa "A" con rompecabezas fijo (20 en cada figura del cuerpo humano mujer y hombre)	Contenidos de la capa "B" con 20 piezas en rompecabezas con piezas movibles (10 en cada figura del cuerpo humano mujer y hombre)
Cuando una mujer expresa a su pareja que ya no quiere tener más hijos y es respetada su decisión sin que por ello sufra violencia o discriminación. ¿A qué derecho se refiere?	**7. Derecho a decidir de manera libre e informada sobre mi vida reproductiva**
Cuando una persona transita libremente por las calles sin recibir acoso sexual. ¿A qué valor de la democracia se refiere?	**Respeto**
Cuando una mujer recibe atención médica, necesaria y oportuna, durante su embarazo, así como en el momento del parto, más allá de su condición física, raza, orientación sexual y/o condición económica, por mencionar algunos. ¿A qué derecho se refiere?	**12. Derecho a los servicios de salud sexual y reproductiva**
Cuando cualquier persona acude a marchas por el respeto y ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos de las comunidades LGBTTTI+.[4]	**Participación**

[4] LGBTTTI+: Lesbiana: mujer que se siente atraída erótica, física, afectiva y sexualmente por mujeres. Es una expresión alternativa a "homosexual", que puede ser utilizada por las mujeres para enunciar o reivindicar su orientación sexual; Gay: hombre que se siente atraído -en los mismos términos mencionados recientemente- por otro hombre. Es una expresión alternativa a "homosexual" (de origen médico); Bisexual: capacidad de una persona de sentir una atracción por personas de un género diferente al suyo y de su mismo género, así como la capacidad de mantener relaciones íntimas y sexuales con ellas; Transexual: personas que se sienten y se conciben a sí mismas como pertenecientes al género y al sexo opuestos a los que social y culturalmente se les asigna en función de su sexo de nacimiento, y que pueden optar por una intervención médica —hormonal, quirúrgica o ambas— para adecuar su apariencia física y corporalidad a su realidad psíquica, espiritual y social; Transgénero: este término –que incluye la subcategoría transexualidad y otras variaciones- es utilizado para describir las diferentes variantes de la identidad de género, cuyo común denominador es la no conformidad entre el sexo biológico de la persona y la identidad de género que ha sido tradicionalmente asignada a éste. Una persona trans puede construir su identidad de género independientemente de intervenciones quirúrgicas o tratamientos médicos; Travesti: aquellas personas que gustan de presentar de manera transitoria o duradera una apariencia opuesta a la del género que socialmente se asigna a su sexo de nacimiento, mediante la utilización de prendas de vestir, actitudes y comportamientos; Intersexual: se refiere a las situaciones en las que la anatomía o fisiología sexual de una persona no se ajusta completamente a los estándares definidos para los dos sexos que culturalmente han sido asignados como masculinos y femeninos, es decir que hay características sexuales innatas en las personas pero con variaciones intersexuales que podrían corresponder, en diferente grado, a ambos sexos. También existen otras identidades y orientaciones sexuales como son: Queer: aquellas personas que crean y manifiestan experiencias y expresiones alternativas más que una identidad fija; Asexual: personas que no siente atracción hacia otras personas pero sí se relacionan afectivamente con otras personas y no implica que no tenga libido o no practicar sexo o no poder sentir excitación; y Pansexual: capacidad de una persona de sentir atracción -erótica, física, afectiva y sexual- hacia otra persona, con independencia del sexo, género, identidad de género, orientación sexual o roles sexuales, así como la capacidad de mantener relaciones íntimas y/o sexuales con ella. Además, se puede considerar cualquier otra disidencia que no sea aceptada por la heteronorma y el binarismo tradicional. CONAPRED. (2016). *Glosario de la diversidad sexual, de género y características sexuales*. Recuperado de http://sindis.conapred.org.mx/investigaciones/glosario-de-la-diversidad-sexual-de-genero-y-caracteristicas-

¿A qué valor de la democracia se refiere?	
Cuando una escuela sanciona el *bullying* y cualquier tipo de violencia y discriminación hacia las personas que manifiestan abiertamente su orientación sexual. ¿A qué derecho se refiere?	**9. Derecho a vivir libre de discriminación**
Cuando una mujer transita por las calles sintiéndose segura y sin temor de que se atente contra su persona e integridad por el simple hecho de ser mujer. ¿A qué valor de la democracia se refiere?	**Legalidad**
Cuando una pareja del mismo sexo abiertamente expresa sus sentimientos en la calle y se abrazan y besan sin recibir ningún tipo de violencia ni discriminación. ¿A qué derecho se refiere?	**3. Derecho a manifestar públicamente mis afectos**
Cuando en un hospital el personal médico, muestra el mismo respeto y atención a todas las personas internadas, sin hacer ningún tipo de distinción ni discriminación por el sexo, la edad, orientación sexual, religión ni condición económica, por mencionar algunos. ¿A qué valor de la democracia se refiere?	**Pluralidad**
Cuando ninguna persona es sometida, obligada, amenazada ni explotada para tener relaciones sexuales en contra su voluntad. ¿A qué derecho se refiere?	**6. Derecho a la vida, a la integridad física, psicológica y sexual y a vivir libres de violencia**
Cuando una persona acude a un centro de salud a solicitar qué método anticonceptivo puede utilizar y recibe la atención al igual que el resto de personas sin distinción de sexo, capacidades físicas, psicológicas o intelectuales u orientación sexual, etcétera. ¿A qué valor de la democracia se refiere?	**Igualdad**

sexuales y Comité Jurídico Interamericano. (2013). *Informe preliminar sobre el tema Orientación sexual, identidad de género y expresión de género*, p.12. Recuperado de http://www.oas.org/es/sla/cji/docs/cji_agenda_actual_Orientacion_Sexual.pdf.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Cuando las escuelas de nivel medio básico (secundarias) procuran impartir educación sexual integral, actualizada y laica, para prevenir embarazos de personas adolescentes. ¿A qué derecho se refiere?	**10. Derecho a la información veraz, completa, científica y laica sobre la sexualidad**
Cuando una madre se niega a que su hija menor de edad sea entregada a otra persona para que se case en contra de su voluntad conforme a la tradición en su comunidad. ¿A qué derecho se refiere?	**4. Derecho a decidir con quién o quiénes relacionarme afectiva, erótica y socialmente:**
Cuando una persona que no desea procrear por el momento decide utilizar algún método anticonceptivo antes de tener relaciones sexuales, previendo un embarazo no deseado. ¿A qué valor se refiere?	**Responsabilidad**
Cuando grupos activistas, sobre todo de mujeres, demandan y logran que el gobierno implemente políticas de prevención y atención al acoso sexual en el transporte público, y logran que se designen espacios donde sólo pueden transitar mujeres y niñas y niños menores de edad. ¿A qué derecho se refiere?	**14. Derecho a la participación en las políticas públicas sobre sexualidad y reproducción**
Cuando un hombre decide libremente hacerse la vasectomía como método de planificación y no se deja influenciar o afectar por las presiones machistas que le llegan del exterior. ¿A qué valor se refiere?	**Libertad**
Cuando una persona decide manifestar abiertamente su identidad sexual y cambiar su identidad de género y su decisión es respetada. ¿A qué derecho se refiere?	**13. Derecho a la identidad sexual**
Cuando en una familia se respeta la libertad de cada integrante de optar por la pareja que quiera y vaya acorde a su orientación sexual (lesbiana, gay o queer, por mencionar algunas), más allá de que sus integrantes estén de acuerdo o no con dicha elección.	**Tolerancia**

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

¿A qué valor se refiere?	
Cuando el Estado promueve y garantiza que todas las personas conozcan y ejerzan sus derechos sexuales y reproductivos sin hacer ningún tipo de distinción por alguna condición o característica específica. ¿De qué derecho se trata?	**7. Derecho a la igualdad**
Cuando una pareja se comunica y manifiesta de qué forma y en qué momento quiere o no tener relaciones sexuales y la manera en que le gusta tenerlas y son respetados sus deseos y preferencias, sin que esto sea motivo del ejercicio de ningún tipo de violencia (sexual, psicológica, económica, etcétera). ¿A qué valor se refiere?	**Diálogo**
Cuando una persona acude al servicio médico (público o privado) para conocer si está infectada con el Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH) y se resguarda la información de los resultados. ¿A qué derecho se refiere?	**5. Derecho a que se respete mi privacidad y a que se resguarde mi información personal**

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Fuentes de consulta

Comité Jurídico Interamericano. (2013). *Informe preliminar sobre el tema Orientación sexual, identidad de género y expresión de género*, p.12. Recuperado de http://www.oas.org/es/sla/cji/docs/cji_agenda_actual_Orientacion_Sexual.pdf

CONAPRED, (2016). *Glosario de la diversidad sexual, de género y características sexuales*, p.47. Recuperado de https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/471748/Glosario_TDSyG_WEB.pdf.

ONU Mujeres. *Profundicemos en términos de género. Guía de terminología y uso del lenguaje no sexista para periodistas y comunicadoras y comunicadores*. Recuperado de file:///C:/Users/Usuario/Desktop/Enviados%20Comision/consulta/Leidos/Guia-lenguaje-no-sexista_onumujeres.pdf.

Taller

“Democracia y masculinidades”

Ciudad de México

2021

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Índice

Contenido

Presentación.....4

I. Marco general del Taller "Democracia y Masculinidades" 7

1.1 Cómo viven las mujeres en la actualidad 7

1.2 Los desafíos en la "Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible" 10

1.3 Contribución del Instituto Electoral de la Ciudad de México para construir ciudadanía democrática 11

1.4 Modelo de formación del IECM.....13

1.4.1 Perfil de las personas adultas.....14

1.4.2 Método "Ve que sí puedes" 15

1.4.3 Aprendizaje experiencial 16

1.4.4 Formación en valores de la democracia.....17

1.4.5 Lo lúdico como recurso didáctico del Modelo de formación del IECM 19

1.4.6 Rol de las personas promotoras-facilitadoras ciudadanas 19

1.4.7 Enfoques transversales en el modelo de formación del IECM.....20

II. Acercándonos a la democracia.....24

2.1 ¿Qué es la democracia?.....24

2.2 Principios de la democracia 30

2.3 Ventajas y retos al practicar la democracia.....32

2.4 ¿En dónde se puede practicar la democracia?.....36

III. Masculinidades democráticas 39

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

3.1 ¿Qué es la masculinidad? 40

3.2 Implicaciones de las masculinidades 44

3.3 Tipos de masculinidades frente a la masculinidad hegemónica 48

3.4 Democracia y masculinidades 58

3.5 Ejemplos de la práctica de masculinidades democráticas 68

IV. Desarrollo del taller 70

4.1 Propósitos del taller 70

4.2 Temas a desarrollar 71

4.3 Secuencia didáctica 72

4.4 Técnicas a utilizar en el taller 74

Fuentes de consulta 78

Anexo 85

Anexo 1. "Directorio de instituciones públicas que prestan algunos servicios a mujeres y hombres 85

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Presentación

El Instituto Electoral de la Ciudad de México (IECM) tiene la importante tarea de contribuir al desarrollo de la vida democrática en la Ciudad de México y promover la celebración de elecciones pacíficas, respetando el voto de la ciudadanía. Además, lleva a cabo acciones para la educación cívica, brindando apoyo, sobre todo, a personas que forman parte de los grupos de atención prioritaria ya que debido a la situación de desigualdad estructural que enfrentan, tienen mayores obstáculos para el pleno ejercicio de sus derechos político-electorales, por lo que a través de estas acciones se busca su inclusión efectiva en la sociedad a partir de una participación ciudadana más activa.

Entre la población y grupos de atención prioritaria se encuentran las mujeres con quienes el IECM, en el cumplimiento de sus obligaciones, realiza acciones para que conozcan y ejerzan sus derechos humanos, enfocándose, sobre todo, a los civiles y políticos. En virtud de lo anterior, el IECM propone talleres formativos presenciales o en línea, como la Colección titulada "Mujeres libres, solidarias y participativas" la cual tiene la finalidad de promover en las personas participantes el conocimiento, reconocimiento y la importancia del ejercicio de los derechos humanos, concretamente de los civiles y políticos, en cualquier ámbito de sus vidas como es con la pareja, familia, escuela, trabajo y/o comunidad, entre otros, para construir y fortalecer su ciudadanía activa. Dicha Colección está conformada por cinco talleres: 1) Derechos civiles y políticos: conócelos y ejércelos; 2) Ciudadanía y mujeres en la Ciudad de México; 3) Democracia en el hogar; 4) Democracia en las parejas y 5) Democracia y sexualidad y cada uno cuenta con su respectivo juego didáctico.

Cabe destacar que de forma complementaria y con una visión incluyente de la "otra mirada", es decir, la masculina, se elaboró un taller más titulado **"Democracia y masculinidades"**. Este taller tiene como público meta en primera instancia, al personal que trabaja en el IECM y en otros Institutos Electorales, además de diferentes personas, grupos, organizaciones e instituciones públicas y privadas que llevan a cabo trabajo de

formación y promoción en materia de educación cívica, democracia y ciudadanía; así como a las personas prestadoras de servicio social –que son las personas promotoras-facilitadoras ciudadanas- quienes también desempeñan una importante labor en el trabajo de información, sensibilización y formación que lleva a cabo el IECM con la población. En segunda instancia, el público meta final son las mujeres y los hombres que forman parte de la población y los grupos de atención prioritaria, de los estratos socioeconómicos "C", "D" y "E",[1] quienes se caracterizan por contar con estudios de educación primaria en la mayoría de los casos; escaso o nulo acceso a internet en sus viviendas y limitados o muy limitados ingresos económicos que se destinan sobre todo a la alimentación y al transporte público.

El Taller "Democracia y masculinidades" tiene el propósito de que las personas conozcan y reconozcan cómo se construyen y ejercen las masculinidades y los diversos aspectos que las influyen, a fin de generar un proceso reflexivo y de sensibilización, además de identificar su vínculo con la democracia, promoviendo así el desarrollo y la práctica de masculinidades democráticas.

Los temas que aborda este taller son los siguientes: en el apartado I. Marco general que aplica para todos los talleres, en el cual se establece la situación que viven las mujeres en la actualidad; los desafíos que establece la Agenda 2030, en lo que se refiere a la igualdad de género y la reducción de las desigualdades, y la apuesta del modelo de formación que tiene el IECM para promover la educación cívica y democrática en la Ciudad de México,

[1] El nivel socioeconómico es un parámetro económico y sociológico que combina la preparación laboral de una persona, la posición económica y social individual o familiar, en relación con otras personas, basada en sus ingresos, educación y empleo. Algunas de sus características son: Nivel socioeconómico "C" (Nivel Medio Emergente) son familias con escasos recursos para cubrir sus necesidades básicas; la persona jefa de familia tiene un nivel de estudios promedio de secundaria o preparatoria; el nivel de estudios de la persona jefa de familia puede tener estudios mayores a primaria; el principal ingreso viene del trabajo asalariado y del comercio formal o informal; casi la mitad de los hogares pueden contar con conexión a Internet fijo en la vivienda. El Nivel "D" son familias con una mala calidad de vida; tienen problemas para contar con lo básico para vivir, y regularmente pasan por condiciones sanitarias mínimas; su nivel de estudios de la persona jefa de familia es de secundaria y/o primaria; se emplean en empresa (s), fábrica (s) además de que pueden recibir ayudas del gobierno; sus principales gastos son: alimentos, transportación, pago de servicios y cuidado personal. En el caso del nivel "E" son familias que tienen escasez de todos los servicios y bienes; construyen sus hogares con materiales de desecho y tienen problemas permanentes y graves para subsistir; el nivel de estudios de la persona jefa de familia es menor a primaria; compran únicamente alimentos básicos y necesarios y pueden carecer de aparatos electrodomésticos que les faciliten las labores del hogar, entre otras características. Rankia. (12 de marzo 2021). *"Niveles socioeconómicos en México"*. España México. https://www.rankia.mx/blog/mejores-opiniones-mexico/3095882-niveles-socioeconomicos-mexico

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

haciendo énfasis en cuatro enfoques transversales como son: el de derechos humanos, de género, inclusión y medioambiental.

Posteriormente se aborda el apartado II. Acercándonos a la democracia donde se presenta qué es, sus principios y algunas de las ventajas y retos al practicarla y los ámbitos en los cuáles se puede ejercer como es en las masculinidades. Luego en el apartado III, qué es la masculinidad; algunas de sus implicaciones; los tipos de masculinidades que hay frente a la masculinidad hegemónica; la democracia y las masculinidades con un decálogo de algunos aspectos que pueden contribuir a construir masculinidades democráticas, así como algunos ejemplos de la práctica de éstas y, finalmente, en el apartado IV. Desarrollo del taller, en el cual se presenta la propuesta de contenidos, sus propósitos, los temas que aborda, la secuencia didáctica y la descripción de las técnicas a utilizar.

Cabe destacar el reconocimiento al *expertise* y a las competencias establecidas tanto en el personal del IECM como en las personas prestadoras de servicio social, quienes tendrán en todo momento la posibilidad y libertad de adecuar y enriquecer los contenidos de este taller, es decir "tropicalizarlos,"[2] acorde al público meta final y a los territorios y condiciones en las que se trabaja en la Ciudad de México.

Es así que, con este taller se espera crear un espacio de observación, reflexión y sensibilización en torno a cómo se ejercen las masculinidades y, sobre todo, que las personas identifiquen viable practicarlas de la mano de la democracia lo que contribuirá a lograr convivencias más respetuosas y armónicas en las cuales las personas sean tratadas con dignidad y ejerzan sus derechos humanos.

[2] Aunque es un término no aceptado por la Real Academia Española, se refiere a la acción de optimizar y producir contenidos relevantes dirigidos a determinadas audiencias. Concepto y Contenido. (9 marzo 2020). *¿Qué es tropicalizar al español mexicano?* [Mensaje en un blog]. Recuperado de https://conceptoycontenido.com/f/%C2%BFqu%C3%A9-es-tropicalizar-al-espa%C3%B1ol-mexicano.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

I. Marco general del Taller "Democracia y Masculinidades"

Este Taller comparte, al igual que la Colección "Mujeres libres, solidarias y participativas", un marco general que presenta un "lugar común" para todos los talleres, en el que se problematiza la realidad que enfrentan las mujeres en la actualidad, la importancia de incorporar y atender la "Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible" así como el modelo de formación del IECM.

1.1 Cómo viven las mujeres en la actualidad

En México se ha ido transformando el papel tanto de las mujeres como de los hombres y se ha avanzado en el reconocimiento y ejercicio de los derechos humanos, sobre todo en aquellos que reconocen la igualdad entre las personas más allá de su condición física, económica, de género y educativa, entre otras. Sin embargo, esta transformación es paulatina y en momentos lenta, ya que aún prevalece un contexto desfavorable hacia las mujeres el cual se caracteriza por la violencia, los feminicidios, la falta de oportunidades educativas, económicas, laborales y políticas, así como por las desigualdades, además de la discriminación y el machismo, por mencionar algunos aspectos.

Entérate de algunas cifras

Se calcula que el 25.3% de las mujeres de 15 años y más, han experimentado **violencia en la escuela**; casi 3 mil mujeres fueron asesinadas en México en el 2019 y sólo 726 (24%) casos se investigan como **feminicidios;**[3] **las mujeres indígenas** apenas alcanzan 5.7 años de escolaridad promedio y su desempeño en cargos de **representación política** en los Congresos Locales, es inferior en un 40% respecto a los hombres; el 21.9% de las mujeres han padecido **discriminación en el trabajo**; el 10.3% tiene menos oportunidades para ascender en este ámbito y el 5.7% cuenta con menos prestaciones que un hombre con el mismo nivel laboral,

[3] Animal Político. (25 de noviembre de 2019). Suman casi 3 mil mujeres asesinadas en México en 2019; sólo 726 se investigan como feminicidios. *Animal político*. Recuperado de https://www.animalpolitico.com/2019/11/3-mil-mujeres-asesinadas-mexico-2019-ocnf/

además de que 947 mil mujeres mayores de 15 años han sido forzadas a casarse.[4y5] En el mundo, las mujeres ganan 63% menos que los hombres y dedican el triple de horas a trabajos no remunerados.[6]

Como se puede ver las cifras son muy alarmantes y muestran parte de las condiciones de vida en que han vivido y viven las mujeres, sobre todo en sociedades machistas en las cuales también prevalece el patriarcado y las construcciones de género,[7] las cuales determinan en mucho cómo es y lo que debe hacer una mujer.

Las Feminidades son atribuidas a las mujeres y a todos los cuerpos y personas que tienen rasgos, cualidades, comportamientos, actitudes, sentimientos, creencias, formas de pensamiento, lenguajes y formas de relacionarse entendibles dentro del estereotipo de lo que es "ser mujer". En la construcción de lo femenino, también prevalece la mentalidad de la mujer como el sexo débil, la que cuida, procura, es sensible además de ser "cosificadas" (es decir considerarse como "cosas") y objetos sexuales que "provocan" y "están para gustar" y dar placer, lo que "justifica" que se intercambian por dinero, animales o propiedades como la tierra o los inmuebles, tal cual sucede en localidades rurales y con la población indígena, aunque también se da en la población mestiza como sucede en los estados de Guerrero, Michoacán o Oaxaca.

Las Masculinidades son atribuidas a los hombres y a todos los cuerpos y personas que tienen rasgos, cualidades, comportamientos, actitudes, sentimientos, creencias, formas de pensamiento y comportamientos entendibles dentro del estereotipo de lo que es "ser hombre". Son otra de las construcciones culturales que predeterminan que lo masculino es lo opuesto a lo femenino, es decir lo que no es débil o emocional y que es más bien confiable, sólido, claro, comprensible, valiente, arrojado y firme. Los hombres tienen la necesidad de demostrar que lo son y requieren que otros les reconozcan. La sociedad patriarcal define al hombre como un ser potente con mandato, autoridad y con poder. Por ejemplo, en los perfiles sicológicos se identifica que la violencia sexual y doméstica son una demostración de la necesidad de confirmación y dominio y de ejercicio de poder de lo que es ser varón frente a una mujer.

[4] INEGI. (2016). *Encuesta Nacional sobre Dinámica de las Relaciones en los Hogares 2016* (ENDIREH). Recuperado de https://www.inegi.org.mx/programas/endireh/2016/

[5] Comisión Española de Ayuda al Refugiado. (2019). *Situación de la mujer*. Comisión Española de Ayuda al Refugiado, pp. 6, 8 y 15. Recuperado de https://www.cear.es/wp-content/uploads/2019/05/Situaci%C3%B3n-de-la-mujer-en-M%C3%A9xico-2019.pdf

[6] Fondo Monetario Internacional. (2019). *Las mujeres y el crecimiento económico*. (Publicación trimestral Volumen 56 | Número 1. Finanzas y Desarrollo). Recuperado de https://www.imf.org/external/pubs/ft/fandd/spa/2019/03/pdf/fd0319s.pdf.

[7] Patriarcado plantea un ejercicio autoritario del poder a quien lo ejerce, concentrado en una o en pocas personas. Este esquema de relación aleja a quien ejerce el poder, del grupo que domina y le impide tomar decisiones apropiadas y acordes con las necesidades y condiciones de aquellas personas a quienes representa. Esta situación genera desigualdad en el acceso al poder y limita la construcción de sociedades democráticas y sostenibles. Instituto Veracruzano de las Mujeres y Gobierno Federal. (2009). Cuadernillo. "Participación comunitaria de las mujeres: El papel de los agentes y agentas municipales con perspectiva de género". p. 10. Recuperado de http://www.ivermujeres.gob.mx/wp-content/uploads/sites/16/2015/10/30-Participaci%C3%B3n-Comunitaria-de-las-Mujeres-El-Papel-de-los-Agentes-y-Agentas-Municipales-con-Perspectiva-de-G%C3%A9nero.pdf

El género se refiere a los comportamientos, actividades, y atributos que una sociedad determinada, en una época determinada, considera apropiados para hombres y mujeres. Además, de los atributos sociales y las oportunidades asociadas con la condición de ser hombre y mujer, y las relaciones entre mujeres y hombres, y niñas y niños. Estos atributos, oportunidades y relaciones son construidos socialmente y aprendidos a través del proceso de socialización y son específicos al contexto/época y son cambiantes. El género ha desarrollado autocategorizaciones que incluyen rasgos de personalidad, actitudes y percepciones que derivan de características biológicas, físicas, económicas, sociales, psicológicas, eróticas, jurídicas, políticas y culturales que moldean y determinan qué se espera, se permite y se valora en una mujer (es decir lo femenino) o en un hombre (lo masculino) en un contexto determinado. Lagarde, Marcela (1996). *El género, fragmento literal: 'La perspectiva de género', en Género y feminismo. Desarrollo humano y democracia*, España, Horas y HORAS, pp. 13-38. Recuperado de https://catedraunescodh.unam.mx/catedra/CONACYT/08_EducDHyMediacionEscolar/Contenidos/Biblioteca/Lecturas-Complementarias/Lagarde_Genero.pdf.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Aunque los cambios son paulatinos, sí han sido significativos y han favorecido a la transformación de algunas de las condiciones adversas hacia las mujeres e incluso algunas de ellas han ido desapareciendo y se han ido modificando gradualmente, generando que exista mayor igualdad de género,[8] aunque aún no es suficiente.

Ahora bien, aunque hay aspectos favorables dado que hay mayor igualdad de género, también hay consecuencias negativas porque prevalece la desigualdad ya que, actualmente, las mujeres están asumiendo mayores cargas de trabajo, responsabilidades y obligaciones que se suman a las que ya tienen de por sí y que no siempre son remuneradas, valoradas ni reconocidas; e incluso llegan a afectar su salud física y emocional, incrementando la precarización de sus condiciones de vida. Actualmente las mujeres tienen que asumir dobles o triples jornadas de trabajo que se suman a las jornadas que ya de por sí tenían dentro del hogar, viven con más estrés y tienen que salir a trabajar fuera del hogar en condiciones desventajosas porque en ocasiones no reciben salarios justos ni son tratadas en igualdad con los hombres.

Por tanto, el reconocimiento, la adopción y el ejercicio de los derechos humanos, es imprescindible para que las mujeres -así como toda aquella otra población, grupos y sectores de atención prioritaria-[9] cuenten con las condiciones necesarias y favorables para que se puedan desarrollar, asumiéndose como ciudadanas con derechos y con poder de decisión tanto en su vida personal como en la vida pública. Por eso es tan importante que desde instituciones como el IECM, se trabaje por alinear y asumir compromisos establecidos por México en acuerdos internacionales como lo establecido en

[8] Por igualdad de género se entiende la igualdad de derechos, responsabilidades y oportunidades de todas las personas. La igualdad no significa que las mujeres y los hombres sean iguales, sino que los derechos, responsabilidades y oportunidades no dependen de si nacieron con determinado sexo. Implica que los intereses, necesidades y prioridades de mujeres y hombres se toman en cuenta, reconociendo la diversidad que existe entre ellas y ellos y en general entre todas las personas, y a que no es sólo un asunto de mujeres, sino que concierne e involucra tanto a ellas como a los hombres. La igualdad entre mujeres y hombres se considera una cuestión de derechos humanos y es un requisito como un indicador del desarrollo centrado en las personas. ONU Mujeres. Ibídem. *Profundicemos,* p. 46.

[9] Como son niñas, niños y adolescentes; personas jóvenes; personas adultas mayores; con discapacidad; quienes forman parte de la diversidad sexual; migrantes; víctimas; en situación de calle; privadas de la libertad; que residen en instituciones de asistencia social; afrodescendientes; indígenas y minorías religiosas, entre otras y otros, conforme lo mandata la Constitución local para que se garantice su atención preferente para que gocen del pleno ejercicio de sus derechos y se eliminen progresivamente las barreras que impiden la realización de sus derechos y alcancen su inclusión efectiva en la sociedad. Comisión de Derechos Humanos del Distrito Federal. Los derechos humanos de grupos de atención prioritaria. *Defensor (Número 9, año xvi, septiembre 2018).* https://cdhcm.org.mx/wp-content/uploads/2019/01/dfensor_09_2018.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

"Transformar nuestro mundo: la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible", la cual tiene entre sus planteamientos el "no dejar a nadie atrás", como se verá a continuación.

1.2 Los desafíos en la "Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible"

El documento para "Transformar nuestro mundo: la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible", conocido como la "Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible", fue aprobado el 25 de septiembre de 2015.[10] Dicha Agenda plantea 17 Objetivos del Desarrollo Sostenible (ODS) cuyo objetivo es poner fin a la pobreza, luchar contra la desigualdad y la injusticia, y hacer frente al cambio climático sin que nadie quede rezagado para el año 2030. Cabe destacar que México ha promovido en esta Agenda los temas de inclusión y equidad en un marco de derechos, además de seguir construyendo ciudadanía para las mexicanas y mexicanos.

La Agenda 2030 es considerada por los Estados como la expresión de una "visión de futuro ambiciosa y transformativa" y un compromiso para construir un mundo ambientalmente sostenible, socialmente justo y económicamente productivo, donde todas las personas disfruten del pleno respeto de sus derechos humanos. Sus 17 ODS son los siguientes:[11]

[10] Es un acuerdo que, si bien no es un documento jurídicamente vinculante, sí está relacionado con Convenciones y Pactos de Derechos Humanos de carácter vinculante y es un marco referencial que orienta las políticas y programas públicos en todos los niveles (municipal, estatal, nacional e internacional) de los 193 países que la adoptaron -todos Estados Miembros de las Naciones Unidas-, entre ellos México. Naciones Unidas México. (20 de febrero 2020). *Agenda 2030*. Recuperado de http://www.onu.org.mx/agenda-2030/

[11] Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD). (2019). El enfoque de la agenda 2030 en planes y programas públicos en México. (PNUD), p. 16. Recuperado de https://www.undp.org/content/dam/mexico/docs/Publicaciones/PublicacionesGobernabilidadDemocratica/190305Gu%C3%ADaPlanear.pdf

Fuente: Agenda 2030 para el desarrollo sostenible, disponible en: http://www.onu.org.mx/agenda-2030/

Aunque se trata de 17 ODS, destacan los objetivos 5, 8, 10, 13 y 16, vinculados a la igualdad de género y a la reducción de las desigualdades. (Para más información véase el contenido de esta Agenda en http://www.onu.org.mx/agenda-2030/). Asimismo, dicha Agenda establece como enfoques transversales el de derechos humanos, de género, inclusión y medioambiental.[12]

1.3 Contribución del Instituto Electoral de la Ciudad de México para construir ciudadanía democrática

El IECM es la autoridad electoral depositaria de la función estatal para organizar las elecciones en la Ciudad de México y los procedimientos de participación ciudadana. Como organismo público autónomo, desde hace dos décadas, contribuye a fortalecer el régimen de partidos políticos y agrupaciones políticas locales, y trabaja en la **construcción de una ciudadanía más democrática y participativa** con el propósito de contribuir a generar una cultura cívica en la población y que ésta no sólo participe en procesos electorales específicos, sino que tenga un desempeño corresponsable en la vida pública de esta ciudad, del país y del mundo.

[12] El enfoque de derechos humanos busca que las personas estén informadas, conozcan y ejerzan sus derechos humanos en cualquier ámbito de su vida y promueve que el Estado sea garante de los derechos humanos, los respete y los cumpla. El ejercicio de todos los derechos humanos conlleva la responsabilidad de su ejercicio. Por su parte, el enfoque de género promueve que en el mundo prevalezca el "respeto universal por los derechos humanos y la dignidad humana" y que "todas las mujeres y niñas gocen de la plena igualdad de género, y donde se hayan eliminado todos los obstáculos jurídicos, sociales y económicos que impiden su empoderamiento". Concretamente la Agenda 2030 promueve la igualdad de género no sólo como un derecho humano fundamental, sino como una base necesaria para lograr un mundo pacífico, próspero y sostenible. Respecto al enfoque de inclusión, demanda flexibilidad, hacer visibles la diferencias y asignar a cada persona lo que le corresponde, además de reconocer la pluralidad entre las personas, sobre todo con aquellas que forman parte de los grupos de atención prioritaria como pueden ser las niñas, niños, adolescentes, personas jóvenes, mujeres, personas que forman parte de la comunidad de lesbianas, gays, bisexuales, transexual, transgénero, travesti e intersexual, entre otras (LGBTTTI+), personas mayores, con discapacidad, indígenas, afromexicanas, migrantes y en situación de pobreza, entre otras. Y el enfoque medioambiental, el cual se interrelaciona con otras esferas como la social y la económica en pro del desarrollo sostenible y se denomina "Enfoque integrado para el desarrollo sostenible", aunque en el marco general de este taller se continuará llamando enfoque medioambiental. Este enfoque plantea la interdependencia entre el progreso social, el crecimiento económico y la protección ambiental y, por otro, la necesidad de asegurar beneficios simultáneos y de largo plazo en todos estos ámbitos (PNUMA, 2016). Por ello, la vinculación entre las esferas económica, social y ambiental. ONU Medio ambiente. (2018). *El Enfoque Integrado y la Dimensión Ambiental en la Agenda 2030.* Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente, p.6. Recuperado de https://wedocs.unep.org/bitstream/handle/20.500.11822/25644/dimension_ambiental_agenda2030.pdf?sequence=1&isAllowed=y y PNUD. (20 enero 2021). *Agenda 2030 Igualdad de Género para no dejar a nadie atrás*. Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD). Recuperado de http://americalatinagenera.org/newsite/index.php/es/igualdad-de-genero-y-agenda-2030

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Por otro lado, para el IECM es estratégico promover a la **democracia** como una **forma de vida**; en la que las personas interactúan y se comportan respetando las leyes, ejerciendo **valores democráticos** como la tolerancia, la legalidad, el respeto, el diálogo, la pluralidad y la convivencia pacífica, entre otros, y en donde se reconoce la dignidad de las personas y la igualdad en la posesión y ejercicio de los derechos humanos, entre ellos los civiles y políticos.[13] La democracia está presente en la vida social, familiar, en la escuela, en la pareja, en el trabajo, es decir, en todos los ámbitos de la vida de una persona porque está conformada por un conjunto de valores que ayudan a convivir de forma pacífica y armónica.[14]

Así también, la democracia tiene que ver, tanto en lo político como en lo social, con las formas de participar e interactuar, es decir, con la posibilidad de coexistir de manera armónica e incluyente, gracias a actitudes y prácticas basadas en el respeto a las personas y a la ley, reconociendo su igualdad y dignidad así como con el ejercicio de la tolerancia y el diálogo como medios para conciliar las divergencias.[15] Otra tarea importante llevada a cabo por el IECM es la **educación cívica**, la cual tiene el propósito de contribuir al desarrollo de la **personalidad democrática**[16] con atributos y conductas orientadas al respeto y ejercicio de los derechos y valores humanos.

Asimismo, el IECM cuenta con la "***Estrategia Integral de Educación Cívica para la Ciudad de México 2017-2023***" (EI1723) cuyo propósito es generar las condiciones necesarias para el desarrollo de habilidades que permitan a la ciudadanía, la deliberación democrática y el

[13] Rico, O. (2007). *Educación cívica y personalidad democrática*. *Educar para la convivencia con vivencia*. Manual para educadores, p.31. Recuperado de http://portal.iedf.org.mx/biblioteca/docentes/02_ECPD_Manual%20educadores_2007.pdf

[14] Fuentes y Covarrubias. (2016). Culturas familiares: hacia la construcción de familias democráticas. Guía para la implementación del taller, p.33. Recuperado de http://portal.iedf.org.mx/biblioteca/familia/culturas%20familiares_biblioteca%20e.pdf

[15] Rico, O. Ibídem, Educación cívica…p. 33.

[16] La personalidad democrática está conformada por un conjunto de capacidades y competencias cívicas que derivan del aprendizaje de diversos contenidos cognitivos, actitudinales y axiológicos, así como del desarrollo de habilidades como el diálogo, la autorregulación o la empatía que favorecen a una mejor convivencia. Por su parte las competencias cívicas implican lo que sabe una persona, lo que puede hacer (capacidades), lo que tiene la voluntad de hacer y lo que es (personalidad y actitud). Es el conjunto de nociones, conocimientos adquiridos y actitudes que permiten a las personas responder ante situaciones de su vida personal y social, en las que se involucra su perspectiva moral y cívica, así como su capacidad de resolver necesidades y conflictos tanto individuales como aquellos que se presentan en la interacción con las otras personas, estableciendo relaciones positivas. Conllevan diversas capacidades como: el auto reconocimiento y el auto cuidado de sí misma o mismo; el ejercicio responsable de algunos valores como la libertad.; el respeto y la pluralidad; el sentido de pertenencia a la comunidad, a la nación y la humanidad; el manejo y resolución de los conflictos; la participación social y política; el apego a la legalidad y al sentido de justicia, además del aprecio y la valoración de la democracia. Rico, O. Ibídem. *Educación cívica y personalidad democrática*…pp. 37-41.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

uso de los mecanismos de exigencia para incidir en la solución de problemas públicos en su ciudad;[17] además de haber desarrollado, a lo largo de más de veinte años de existencia, un modelo de formación que busca promover la educación cívica y democrática en la Ciudad de México, haciendo énfasis en cuatro enfoques transversales como son: el de derechos humanos, género, inclusión y medioambiental, los cuales se abordarán más adelante.

1.4 Modelo de formación del IECM

Como ya se mencionó, el IECM ha desarrollado a lo largo de sus veinte años de existencia, un **Modelo de Formación Ciudadana** el cual pretende, entre otros aspectos, que las personas fortalezcan su ciudadanía y pasen del ejercicio de una ciudadanía pasiva a una activa. Por ciudadanía pasiva se entiende aquella en la que se tienen actitudes y comportamientos que muestran un nulo o escaso conocimiento y ejercicio de los derechos y valores democráticos; prevalece la apatía y se es indiferente a lo que acontece en la vida pública y en el entorno; sólo se busca el beneficio y bienestar individual, no tanto el bienestar común ni del medioambiente en donde se vive y se tienen actitudes más reactivas que proactivas, y su participación en la vida pública responde más bien a estímulos externos como pueden ser recibir dinero, camisetas, gorras, etcétera.

Por su parte la ciudadanía activa implica el conocimiento y ejercicio de los derechos y valores humanos y se manifiesta en las actitudes y acciones que emprende una persona para buscar el bienestar común y no sólo el propio; incluyendo el medioambiente que le rodea. La ciudadanía activa se informa, se forma, asume la corresponsabilidad de lo que acontece en la vida pública y aportar soluciones para crear mejores condiciones de vida para todas y todos,[18] sin esperar a que el gobierno "lo haga todo". Por ejemplo, una

[17] La EI1723 retoma tres ejes estratégicos para el fortalecimiento de la cultura cívica: Verdad, Diálogo y Exigencia, y propone procesos formativos para que la ciudadanía: a) Incremente el uso práctico de la información pública relacionada con la cultura cívica; b) Se apropie del valor del diálogo como medio para articular demandas, y c) Elabore soluciones como ente colectivo además de que exija congruencia del servicio público e incida en la solución de problemáticas públicas. Asimismo, la EI1723 cuenta con 3 ejes transversales: 1) Las alianzas interinstitucionales, 2) La perspectiva de género e inclusión, el uso del lenguaje no sexista e incluyente y 3) Una ruta de seguimiento y evaluación en su implementación. Instituto Electoral del Distrito Federal. *Estrategia Integral de Educación Cívica para la Ciudad de México 2017-2023*. (EI1723), pp. 27 y 29. Recuperado de http://www.iedf.org.mx/www/sites/CapitalCivica/EI1723.pdf

[18] Instituto Nacional Electoral (INE). (2014). Ciudadanía en México ¿Ciudadanía activa?, p. 14. Recuperado de

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

ciudadanía activa es aquella que cuida y procura su medioambiente inmediato, no lo contamina y trata de mantenerlo limpio sin esperar a que sus vecinas y vecinos limpien la calle o el gobierno mande el servicio de limpieza.

Ahora bien, el **Modelo de formación Ciudadana del IECM** está conformado por seis pilares y cuatro enfoques transversales:

Fuente: elaboración propia con base en el modelo de formación del IECM.

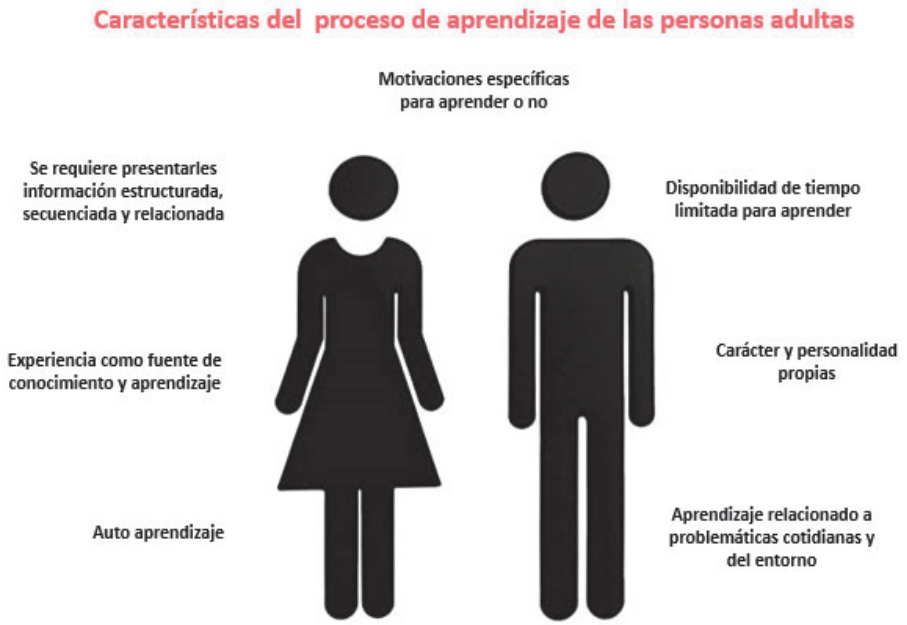
1.4.1 Perfil de las personas adultas.- El proceso de aprendizaje en las personas adultas[19] implica la adquisición, confrontación, cuestionamiento, replanteamiento, reafirmación y enriquecimiento de información, conocimientos, valores y saberes, etcétera, que ya se poseen y que pueden contribuir a modificar sus percepciones, pensamientos, conocimientos, saberes, opiniones y comportamientos. Algunas de las características del proceso de aprendizaje en las personas adultas son:

https://portalanterior.ine.mx/archivos2/s/DECEYEC/EducacionCivica/Ciudadania-Activa.pdf

[19] Las etapas tanto de la juventud como de la adultez, así como las capacidades físicas como la fuerza, la velocidad, la resistencia y la edad en las personas ya que estas capacidades entran en una etapa de plenitud entre los 20 y los 30 años, y pueden tener una reducción, en ocasiones significativa, durante la vejez del ser humano. Universidad de Educación a Distancia. (2000). Especificidad de la educación de adultos. Bases psicopedagógicas y señas de identidad. *Educación XX1. (ISSN: 1139-613X*), pp.9, 14-15. Recuperado de https://www.redalyc.org/pdf/706/70600304.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento



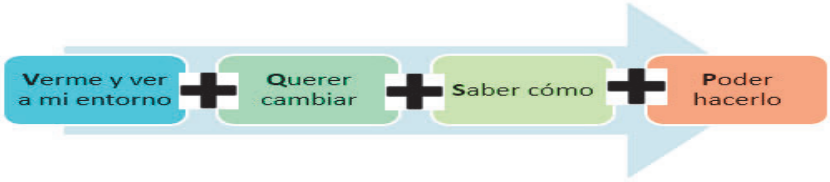
Fuente: elaboración propia con base en Universidad de Educación a Distancia. Ibídem. *Especificidad de la educación...* p. 110.

Algunos aspectos que pueden facilitar el proceso de aprendizaje en las personas adultas son: a) Realizar actividades que vinculen los contenidos abordados a su aplicación práctica;

b) Analizar las situaciones y no sólo exponerlas; c) Visibilizar los resultados durante el proceso de aprendizaje y reforzar el aprendizaje deseado; d) Realizar ejercicios y repeticiones para corroborar y clarificar los contenidos; h) Motivar la comprensión, relevancia y aplicación de lo que se va a aprender y k) Tomar en cuenta el estado de salud, sobre todo si las personas se sienten fatigadas o enfermas, para recuperar su atención y ánimo.

1.4.2 Método "Ve que sí puedes": Dicho método atiende la necesidad de que las personas participantes en los talleres reflexionen, por un momento, y se motiven sobre el tipo de ciudadanía que están ejerciendo, comenzando por el auto reconocimiento de sí mismas y de su entorno a fin de identificar cómo se encuentran en este tema y valorar si desde su perspectiva, consideran conveniente modificar algunos aspectos para que ejerzan una ciudadanía más activa, de ser el caso. El método "Ve Que Sí Puedes" está

compuesto por las iniciales de las palabras:



Fuente: elaboración propia con base en: Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. Ibídem. "Metodología PESA…"

Verme y ver mi entorno: Este auto reconocimiento es indispensable para comenzar a revisar "cómo estoy y me encuentro" al momento, así como observar cómo se encuentra mi entorno.	**Querer cambiar**: Se requiere el convencimiento y la voluntad de querer cambiar y pasar del pensamiento a la acción y no sólo quedarse en el plano del "así estoy bien" o el "sí quiero cambiar" pero en realidad no se hace nada.
Saber cómo: A partir de la información-conocimientos que una persona recibe, incorporarlos a fin de adquirir nuevas herramientas y habilidades y aplicarlos en el día a día para hacer las cosas de forma distinta y mejores.	**Poder hacerlo**: Tomar la decisión de actuar, modificar, mejorar, fortalecer y/o transformar aspectos personales con efectos en el entorno inmediato (pareja, familia, amistades, medio ambiente, etcétera).

1.4.3 Aprendizaje experiencial: Consiste en la interrelación entre la experiencia y la reflexión por parte de las personas adultas, donde no sólo basta con la experiencia para asegurar el aprendizaje, sino que éste debe estar íntimamente ligado a un proceso de reflexión personal, en el que se construyen significados a partir de experiencias vividas.[20] De ahí que sea tan importante que las personas a quienes se pretende formar, manifiesten sus conocimientos, valores propios, percepciones, fortalezas personales así como sus limitaciones, ya que todo en conjunto conforma los **saberes** que ya poseen. De ahí que sea tan importante cuidar tanto la forma como el fondo, para que las sesiones

[20] Universidad de Jaen. (2010). El aprendizaje experiencial y las nuevas demandas formativas. *Revista de Antropología Experimental* (*nº 10, 2010, especial educación 8)*, pp. 89-102. Recuperado de http://revista.ujaen.es/huesped/rae/articulos2010/edu1008pdf.pdf[21] Fuentes y Covarrubias. Ibídem. Culturas familiares…, p. 32.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

sean en la medida de lo posible, espacios informativos, pero también de sensibilización y reflexión con nueva información y contenidos que aporten y enriquezcan los saberes que ya traen las personas.

1.4.4 Formación en valores de la democracia.- Otro de los pilares del Modelo de formación del IECM, es la formación en valores de la democracia.[21] Los valores son el conjunto de apreciaciones y opciones que afectan la conducta y configuran y moldean tanto ideas como formas de pensar, así como los sentimientos de las personas. Se trata de habilidades que se desarrollan mediante la práctica. De modo que formar en valores de la democracia implica que las personas reconozcan los beneficios, perjuicios y efectos que provocan su adopción y práctica en la interacción con las otras personas, con la finalidad de que, de manera consciente y responsable, se opte por ellos para crear ambientes de convivencia sanos donde prevalezca el beneficio mutuo y común y no solo el propio.

En la medida que se desarrollen capacidades en las personas para ejercer los valores de la democracia, esto ayudará, junto con otros aspectos, a construir sociedades que convivan de manera más armónica, respetuosa y pacífica, donde las personas se puedan desarrollar humanamente, sobre todo en sociedades actuales que se caracterizan por estar más bien "deshumanizándose", sin tejido social, individualizadas y empobrecidas en diversos aspectos, lo que ha llevado a contextos sociales, económicos y políticos donde prevalece la inseguridad, la violencia y el miedo, por mencionar algunas problemáticas. Los **valores democráticos** son los siguientes:[22]

[21] Fuentes y Covarrubias. Ibídem. Culturas familiares…, p. 32.
[22] IEDF. Ibídem. *Culturas familiares*… p. 34.[23] Asociación internacional de aprendizaje experiencial. Ibídem.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Diálogo.- Es el intercambio de opiniones y sentimientos de manera tranquila, respetuosa y pacífica para convivir y entenderse mutuamente.

Igualdad.- Implica reconocer y respetar el valor de las personas por ser seres humanos, reconociendo sus derechos humanos y dignidad sin discriminar.

Legalidad.- Es actuar conforme a las reglas y normas establecidas y en el marco de la ley, evitando así dañar a terceras personas y respetando sus derechos humanos y dignidad.

Participación.- Es la acción de tomar parte de algo, junto con más personas, para alcanzar un objetivo común.

Respeto.- Es un valor social en el trato entre las personas y que se muestra también ante situaciones y/o circunstancias; parte del reconocimiento de que todas las personas tienen los mismos derechos y dignidad, evitando causar daños o perjuicios.

Libertad.- Es la posibilidad de pensar, elegir, decidir y actuar sin presiones externas, siendo responsable de asumir las consecuencias y/o resultados para la misma persona y para las demás personas.

Pluralidad.- Es el reconocimiento e inclusión de las distintas formas de pensar, ser y actuar, lo que implica la tolerancia y el respeto y permite que las personas convivan mejor.

Responsabilidad.-Prever y asumir las consecuencias de los propios actos, para las demás personas y para el entorno. Cuando alguien es responsable se compromete con su decisión y comunidad.

Tolerancia.- Es cuando se tiene la disposición de respetar a quienes tienen formas de pensar, ser y actuar distintas a la propia, siempre y cuando estas personas no cuestionen y/o vulneren la dignidad de las otras personas.

Sin embargo, para ejercer los valores democráticos se requiere desarrollar diversas capacidades para la convivencia las cuales contribuyen a que las personas adquieran a su vez competencias cívicas. De modo que uno de los retos en los talleres a impartir, es generar procesos de formación creando espacios en donde las personas participantes se

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

auto reconozcan y reflexionen, al menos por un momento, sus propios valores, identifiquen aquellos que son democráticos y se sensibilicen en la importante función que éstos tienen para formar y ejercer ciudadanía activa, contribuyendo así a desarrollar y fortalecer competencias cívicas en ellas y ellos.

1.4.5 Lo lúdico como recurso didáctico del Modelo de formación del IECM

"*Puedes aprender más de un individuo, durante una hora de juego, que en un año de conversación*" Platón.[23]

El juego es un recurso que en sí mismo es grato y relajante para quien lo practica; es una actividad que crea reglas, permite la interacción e integración y ayuda a "romper el hielo" entre quienes lo llevan a cabo. Las actividades lúdicas son también una estrategia educativa que favorece el desarrollo intelectual y afectivo en un proceso de aprendizaje. Suele ser repetitivo, placentero y tiene diversas finalidades (fomentar la cooperación, el diálogo, el debate, etcétera); también es factor de socialización y motivación.

La función del juego en los talleres es estimular la identificación y aplicación de los contenidos que se trabajen, pero también ayudar a que las personas se puedan enfrentar a situaciones y ejemplos ficticios, pero que se refieren a situaciones de la vida real en las que se puede aplicar lo aprendido. De ahí que el juego facilite la interacción, relaje a las personas, pero también las coloque ante situaciones donde pueden aplicar, repasar, reflexionar y decidir tomando como referentes tanto los saberes propios como lo que se está aprendiendo. De manera que, al echar mano del recurso lúdico, se genera un proceso de formación vivencial y se explotan al máximo las experiencias de la vida, enriqueciendo el aprendizaje individual y colectivo.

1.4.6 Rol de las personas promotoras-facilitadoras ciudadanas

"El aprendizaje es experiencia, todo lo demás es información" Albert Einstein.

[23] Asociación internacional de aprendizaje experiencial. Ibídem.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

En el modelo de formación del IECM hay dos tipos de actores básicos: por un lado, están las personas participantes en los talleres y por el otro las personas promotoras-facilitadoras. Las personas promotoras-facilitadoras tienen la función de facilitar y motivar el intercambio de ideas, experiencias y reflexiones entre quienes asisten a tomar el taller. Facilitar significa hacer posible o más sencilla determinada tarea; de modo que la persona promotora-facilitadora es aquella quien posee determinadas aptitudes, principios, conocimientos y habilidades, que le permiten motivar procesos de información, sensibilización y formación en las personas y en los colectivos.[24]

Las personas promotoras-facilitadoras deben tener la capacidad de realizar el trabajo de guías, escuchar, identificar, reconocer los saberes de las personas participantes en los talleres, además de manejarse con respeto hacia ellas y aplicar los valores democráticos y fomentarlos durante el desarrollo del taller. Es decir, deben propiciar en cada taller un ambiente de respeto, pluralidad, tolerancia, diálogo y convivencia, donde se construya una cultura democrática.

En todos estos puntos, es muy importante tratar de aprovechar al máximo el tiempo con las personas participantes en los talleres e identificar hasta qué nivel se pretende incidir en ellas, clarificando ¿qué se va a transmitir? ¿cómo se va a hacer y con qué herramientas se cuenta? ¿a qué meta (s) de información, sensibilización y/o formación se aspira llegar?, y ¿durante cuánto tiempo se va a trabajar con ellas?, entre otros aspectos ya que, si la persona promotora-facilitadora tiene claro todo esto, será más realista y asertiva en su proceso de formación.

1.4.7 Enfoques transversales en el modelo de formación del IECM

Como se mencionó anteriormente, el modelo de formación del IECM incorpora cuatro enfoques de forma transversal a fin de que se visibilicen y se promuevan en el trabajo de información, sensibilización y formación que se lleve a cabo en los talleres.

[24] FAO y SADER. Ibídem. *Metodología…*p.16.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Enfoque de derechos humanos[25]	Enfoque de género	Enfoque de inclusión	Enfoque medioambiental
Este enfoque busca que las personas estén informadas, conozcan y ejerzan sus derechos humanos en cualquier ámbito de su vida y promueve que el Estado sea garante de los derechos humanos, los respete y los cumpla. Cabe destacar que el ejercicio de todos los derechos humanos conlleva la responsabilidad de su ejercicio. Algunas de las obligaciones del Estado en materia de derechos humanos son: ● Promover los derechos humanos para fortalecer una cultura de derechos humanos en el quehacer cotidiano;	Género se refiere a las identidades socialmente construidas, los atributos y los roles asignados a mujeres y hombres. "Género" no equivale sólo a las "mujeres" sino que se atribuye a las diferencias sexuales que generan relaciones jerárquicas entre hombres y mujeres y a la distribución de facultades y derechos en favor del hombre y en detrimento de la mujer. [26] Visibiliza la desigualdad con base en el sexo de las personas. El enfoque de género busca: ● Reflexionar sobre las diferencias entre mujeres y	La inclusión es un proceso de identificación y comprensión de la diversidad en la sociedad que busca reducir las barreras que obstaculizan y discriminan el reconocimiento del "otro" y de su participación, lo que implica compartir las oportunidades y los bienes y servicios que están disponibles y que se generan en la sociedad. La inclusión demanda flexibilidad, hacer visibles la diferencias y asignar a cada persona lo que le corresponde, además de reconocer la pluralidad entre la población de atención prioritaria como pueden ser las niñas, niños, adolescentes, personas jóvenes, mujeres, personas que forman parte de la comunidad de lesbianas, gays, bisexuales, transexual, transgénero,	Promueve que las personas se sensibilicen y sean responsables del medioambiente y del entorno en donde viven. Procurando el desarrollo sostenible (es decir, la satisfacción de las necesidades de la generación presente sin comprometer los recursos de las generaciones futuras para satisfacer las necesidades propias).[28] Una persona que es responsable de su medioambiente: • Respeta y protege todas las formas de vida; • Reconoce y asume los impactos y costos ambientales de sus acciones y los de otras personas, en el desarrollo y bienestar actual y futuro;

[25] Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA). (24 de febrero 2020). *El enfoque basado en los derechos humanos*. UNFPA. https://www.unfpa.org/es/el-enfoque-basado-en-los-derechos-humanos.

[26] Naciones Unidas Derechos Humanos. Oficina del Alto Comisionado. (2017). *Los derechos de la mujer son derechos humanos*. ISBN 978-92-1-354131-9, p. 43. https://www.ohchr.org/Documents/Publications/HR-PUB-14-2_SP.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

● Respetar los límites del poder público frente a los derechos humanos de las personas y no impedir su goce; • Asegurar el pleno goce y ejercicio de los derechos humanos; ● Prevenir, investigar, sancionar y reparar las violaciones a los derechos humanos.	hombres, basadas en aspectos culturales (machismos, discriminación, etcétera); ● Visibilizar cómo es que las diferencias biológicas entre los sexos se convierten en desigualdades sociales, económicas, culturales, educativas, etcétera, que limitan el acceso equitativo entre mujeres y hombres, a los	travesti e intersexual (LGBTTTI+),[27] personas mayores, con discapacidad, indígenas, afromexicanas, migrantes y en situación de pobreza, entre otras. Este enfoque promueve la igualdad y acceso a las oportunidades disponibles o aquellas que se vayan a crear, considerando las características, condiciones y diferencias en la población perteneciente a alguno de los grupos de atención prioritaria, así como sus	• Valora los saberes ancestrales y locales que son expresiones de una mejor relación humano-naturaleza; • Trabaja por el bienestar y seguridad de las personas en el presente y futuro; • Impulsa acciones a favor del desarrollo sostenible, y • • Promueve la consciencia de que sin un medioambiente

[28] Brundtland, Gro. (2018). *SOCIEDAD Brundtland, ¿Dónde está nuestro futuro común?* United Explanations. https://www.unitedexplanations.org/2012/04/02/brundtland-donde-esta-nuestro-futuro-comun/.

[27] LGBTTTI+: Lesbiana: mujer que se siente atraída erótica, física, afectiva y sexualmente por mujeres. Es una expresión alternativa a "homosexual", que puede ser utilizada por las mujeres para enunciar o reivindicar su orientación sexual; Gay: hombre que se siente atraído -en los mismos términos mencionados recientemente- por otro hombre. Es una expresión alternativa a "homosexual" (de origen médico); Bisexual: capacidad de una persona de sentir atracción erótico-afectiva hacia hombres y mujeres por igual, más allá de que el género de la otra persona sea el mismo o no que el suyo; Transexual: personas que se sienten y se conciben a sí mismas como pertenecientes al género y al sexo opuestos a los que social y culturalmente se les asigna en función de su sexo de nacimiento, y que pueden optar por una intervención médica —hormonal, quirúrgica o ambas— para adecuar su apariencia física y corporalidad a su realidad psíquica, espiritual y social; Transgénero: este término –que incluye la subcategoría transexualidad y otras variaciones- es utilizado para describir las diferentes variantes de la identidad de género, cuyo común denominador es la no conformidad entre el sexo biológico de la persona y la identidad de género que ha sido tradicionalmente asignada a éste. Una persona trans puede construir su identidad de género independientemente de intervenciones quirúrgicas o tratamientos médicos; Travesti: aquellas personas que gustan de presentar de manera transitoria o duradera una apariencia opuesta a la del género que socialmente se asigna a su sexo de nacimiento, mediante la utilización de prendas de vestir, actitudes y comportamientos; Intersexual: se refiere a las situaciones en las que la anatomía o fisiología sexual de una persona no se ajusta completamente a los estándares definidos para los dos sexos que culturalmente han sido asignados como masculinos y femeninos, es decir que hay características sexuales innatas en las personas pero con variaciones intersexuales que podrían corresponder, en diferente grado, a ambos sexos. También existen otras identidades y orientaciones sexuales como son: Queer: aquellas personas que crean y manifiestan experiencias y expresiones alternativas más que una identidad fija; Asexual: personas que no sienten atracción sexual hacia otras personas pero sí se pueden relacionar afectivamente con ellas; y Pansexual: capacidad de una persona de sentir atracción -erótica, física, afectiva y sexual- hacia otra persona, con independencia del sexo, género, identidad de género, orientación sexual o roles sexuales, así como la capacidad de mantener relaciones íntimas y/o sexuales con ella. Además, se puede considerar cualquier otra disidencia que no sea aceptada por la heteronorma y el binarismo tradicional. CONAPRED. (2016). *Glosario de la diversidad sexual, de género y características sexuales*. Recuperado de http://sindis.conapred.org.mx/investigaciones/glosario-de-la-diversidad-sexual-de-genero-y-caracteristicas-sexuales y Comité Jurídico Interamericano. (2013). *Informe preliminar sobre el tema Orientación sexual, identidad de género y expresión de género*, p.12. Recuperado de http://www.oas.org/es/sla/cji/docs/cji_agenda_actual_Orientacion_Sexual.pdf.

● Garantizar los derechos humanos implica el deber de organizar el aparato gubernamental para que se puedan gozar y ejercer, plena y libremente estos derechos.	recursos económicos, políticos y culturales, e ● Identificar vías y alternativas para modificar la desigualdad de género y promover la igualdad jurídica y la equidad entre mujeres y hombres.	necesidades individuales y/o colectivas.	sano y equilibrado no es posible la vida.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

II. Acercándonos a la democracia

El propósito del Taller “Democracia y masculinidades” es el siguiente:

Objetivo general

Conocer y reconocer cómo se construyen y ejercen las masculinidades y los diversos aspectos que las influyen, a fin de generar un proceso reflexivo y de sensibilización, además de identificar su vínculo con la democracia, promoviendo así el desarrollo y la práctica de masculinidades democráticas.

Objetivos específicos

- Dar a conocer a las y los participantes en qué consiste el trabajo del IECM y específicamente el de educación cívica.
- Conocer y reconocer a la democracia como una herramienta útil para la vida que se puede practicar en las masculinidades.
- Identificar y reconocer qué es la masculinidad; algunas de sus implicaciones y los tipos que hay frente a la masculinidad hegemónica.
- Identificar la viabilidad de la democracia en la práctica de las masculinidades con un decálogo de algunos aspectos que pueden contribuir a construir masculinidades democráticas, así como algunos ejemplos que la ilustran.

En este apartado se aborda qué es la democracia, sus principios, ventajas y retos al practicarla, así como los espacios en dónde se puede ejercer como es en las masculinidades.

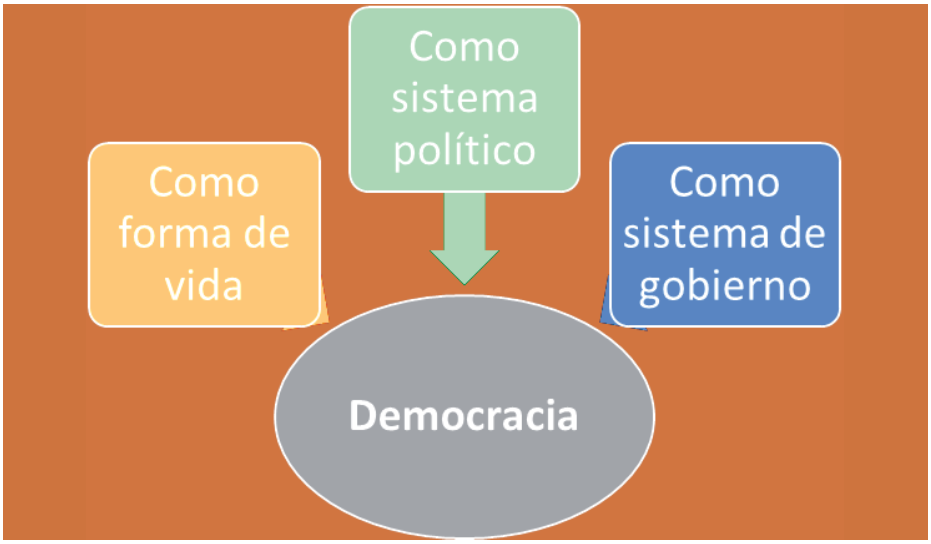
2.1 ¿Qué es la democracia?

La educación en derechos humanos y la educación cívica fomentan la cultura y

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

las prácticas democráticas, y promueven una cultura de paz.[29]

En este apartado se abordará qué es la democracia y tres formas en las que puede practicarse, las cuales coexisten de manera paralela:



Como ya se mencionó anteriormente, el IECM trabaja para promover la democracia no solo como un sistema político y de gobierno sino también como una a) **forma de vida** en la que se respeta y ejercen valores (como los revisados en la página 18) así como derechos humanos, lo que contribuye a crear ambientes de convivencia más favorables y menos conflictivos y/o adversos para las personas.

Uno de los aspectos más importantes en las democracias es que salvaguarden tanto la dignidad de las personas como el respeto por el ejercicio de sus derechos humanos, más allá de su condición económica, discapacidad, raza, género y/o creencias religiosas, entre otros aspectos; y no se puede concebir una democracia que atenta contra la dignidad de las personas y no vela por sus derechos humanos.

[29] Oficina del Alto Comisionado y del Secretario General. (2012). *Estudio sobre los problemas comunes a que se enfrentan los Estados en sus esfuerzos por garantizar la democracia y el estado de derecho desde una perspectiva de derechos humanos*. Informe de la Alta Comisionada de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos (A/HRC/22/29), p. 19. Recuperado de https://undocs.org/es/A/HRC/22/29

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Por otro lado, la democracia es también un b) **sistema político** que se deposita en el pueblo (demos), quien es el que ejerce el gobierno (kratos). Esta dimensión refleja la característica fundamental de la democracia, es decir, el gobierno de la mayoría —a diferencia de sistemas no democráticos como la autocracia (el gobierno de una sola persona), la oligarquía (el gobierno de pocos) y la aristocracia (el gobierno de "los mejores"). En realidad, en la democracia no debe existir el poder por encima del pueblo, sino que más bien el poder es detentado por la ciudadanía, de ahí que tanto sea legal y legítimo que prevalezca la voluntad popular y ésta sea soberana porque es "el gobierno del pueblo y por el pueblo".[30]

La democracia también es un c) **sistema de gobierno** que en el caso de México es representativo, republicano, democrático y laico en el que la ciudadanía tiene el derecho y el deber de participar en la resolución de problemas y temas de interés general, y en el mejoramiento de las normas que regulan las relaciones en la comunidad, a través de los mecanismos de democracia directa y participativa.

La democracia debe garantizar el derecho a votar en un sistema pluralista de partidos, conformar y formar parte de organizaciones políticas y a poder ser persona elegida en elecciones periódicas, auténticas, libres y limpias, realizadas por sufragio universal e igual donde el voto sea secreto y garantice la libre expresión de la voluntad de las y los electores, así como el respeto al Estado de derecho, la separación de poderes, la independencia del poder judicial, la transparencia y la rendición de cuentas en la administración pública y los procesos de adopción de decisiones y la existencia de medios de difusión libres, independientes y plurales.[31]

De ahí que la democracia y los derechos humanos tengan una relación de interdependencia que va más allá de que la primera no exista sin los segundos, ya que el

[30] Instituto Nacional Electoral (INE). (2019). *Principios y valores de la democracia*. Cuaderno de divulgación de la cultura democrática 1, p. 29. Disponible en https://www.ine.mx/wp-content/uploads/2020/02/cuaderno_01.pdf
[31] INE, Ibídem. "Principios y valores…".

goce y el ejercicio de los derechos humanos está vinculado a que se garanticen en un Estado de derecho, además de que si se viola ya sea a la democracia como a los derechos humanos, se ponen en riesgo ambos. Por tanto, la democracia debe garantizar el respeto de todos los derechos humanos y las libertades fundamentales como: la libertad de asociación y reunión pacífica, la libertad de expresión y opinión, de pensamiento, de conciencia, de religión o de creencias, el derecho en todas partes al reconocimiento de la personalidad jurídica y a participar en la dirección de los asuntos públicos, directamente o por medio de representantes políticos libremente elegidos.

La interdependencia entre la democracia y los derechos humanos se ha establecido en varios instrumentos internacionales de derechos humanos, como en el Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos y la Declaración Universal de Derechos Humanos, que dispone que: a) toda persona tiene derecho a participar en el gobierno de su país, directamente o por medio de representantes libremente escogidos; b) toda persona tiene el derecho de acceso, en condiciones de igualdad, a las funciones públicas de su país; c) la voluntad del pueblo es la base de la autoridad del poder público; esta voluntad se expresará mediante elecciones auténticas que habrán de celebrarse periódicamente, por sufragio universal e igual y por voto secreto u otro procedimiento equivalente que garantice la libertad del voto (art. 21).[32]

Para esto se requiere de la **institucionalidad**, es decir, crear, mantener y promover instituciones sólidas, transparentes, con funciones claras, con personas trabajadoras capacitadas para realizar sus funciones y sobre todo ser transparentes y que rindan cuentas a la ciudadanía. Además de la institucionalidad, para que sea posible la democracia se requiere de un sistema de pesos y contrapesos para proteger de la impunidad, la corrupción y el abuso de poder en el marco de un **Estado de derecho**.

Por Estado de derecho se entiende…

[32] INE, Ibídem. Principios y valores…, p.8.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

un principio de gobernanza en el que todas las personas, instituciones y entidades, públicas y privadas, incluido el propio Estado, están sometidas a leyes que se promulgan públicamente, se hacen cumplir por igual y se aplican con independencia, además de ser compatibles con las normas y los principios internacionales de derechos humanos. Asimismo, exige que se adopten medidas para garantizar el respeto de los principios de primacía de la ley, igualdad ante la ley, separación de poderes, participación en la adopción de decisiones, legalidad, no arbitrariedad, y transparencia procesal y legal».[33]

De modo que en un estado de derecho si alguna institución no está aplicando correctamente la ley, está haciendo procedimientos que no le corresponden, lo está haciendo erróneamente y/o violentando los derechos humanos de las personas, grupo de personas y/o afectando a otra (s) institución o pública o privada, se debe velar por su correcto y adecuado desempeño, conforme a la ley; por eso se habla de la importancia de crear un sistema de pesos y contrapesos, ya que cuando éste fracasa y se vulnera, la democracia puede dejar de funcionar; algunas causas de esto son:[34]

- Cuando se violan y vulneran los derechos humanos y las libertades de las personas;
- Se traspasan los límites de la participación ciudadana;
- Existe poca o nula libertad de expresión;
- Existe una falta de políticas efectivas de empoderamiento y acceso a la justicia;
- Se usurpa el poder y/o se dan gobiernos inconstitucionales que se pueden convertir en dictaduras;
- Existen problemas políticos y de seguridad nacional cuando existen gobiernos autocráticos y dictatoriales y/o existen grupos armados, guerrillas, delincuenciales que crean territorios de ingobernabilidad donde el Estado no puede acceder y están bajo su control, generando también inseguridad pública en la población;

[33] Naciones Unidas. *¿Qué es el estado de derecho?* NY. EEUU. https://www.un.org/ruleoflaw/es/what-is-the-rule-of-law/
[34] Oficina del Alto Comisionado y del Secretario General. (2012). Ibídem, *Estudio…,* pp. 9 y 10.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

- Existen problemas sociales y económicos como la pobreza y la marginación las cuales impiden el desarrollo humano de las personas, así como el debilitamiento del tejido social, además de la corrupción y la impunidad. Todo esto puede provocar que las personas dejen de creer en la democracia y se conformen con sistemas de gobierno mediocres y/o prefieran otros sistemas de gobierno;
- Cuando no son posibles las alternancias pacíficas y legítimas del poder político y se instauran gobiernos no legítimos, por la fuerza y que abusan del poder que les ha sido delegado por quienes gobiernan.

De ahí que sea tan importante hablar de gobernabilidad, porque el ejercicio de poder de la ciudadanía delegado en las personas que les gobiernan pasa por un acuerdo y un equilibrio que es corresponsabilidad de ambos mantenerlo. Por tanto, se puede establecer que la democracia se da en la medida en que:

a) Las personas y las instituciones actúan conforme el ejercicio de valores y derechos humanos, se promueve su conocimiento y respeto;
b) Se mantiene un estado de derecho donde las instituciones funcionan con un sistema de pesos y contrapesos y se crean condiciones de paz y seguridad tanto pública como privada, donde las personas se sienten seguras, acceden y ejercen sus derechos humanos, los cuales son respetados de forma igualitaria sin distinción de raza, sexo, edad, orientación sexual,[35] personas con discapacidad, afrodescendientes, etcétera; y
c) Se cuenta con las mismas oportunidades más allá de que sean hombres o mujeres, y tienen la posibilidad de acceder a la educación, al trabajo digno, a obtener ingresos suficientes y a vivir en un ambiente sano y equilibrado, por mencionar algunos aspectos, entonces tienen la posibilidad de desarrollarse de forma integral.

[35] La orientación sexual se refiere a la capacidad de cada persona de sentir una profunda atracción emocional, afectiva y sexual por otras personas de diferente sexo/género o del mismo sexo/género o más de un sexo/género, y de entablar relaciones íntimas y sexuales con ellas. Básicamente hay tres orientaciones sexuales predominantes: hacia el mismo sexo/género (homosexualidad), hacia el sexo/género opuesto (heterosexualidad) o hacia ambos sexos/géneros (bisexualidad). ONU Mujeres. *Profundicemos en términos de género. Guía de terminología del lenguaje no sexista para periodistas y comunicadoras y comunicadores*, p.54. Recuperado de file:///C:/Users/Usuario/AppData/Local/Temp/Guia-lenguaje-no-sexista_onumujeres.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Por ello, la democracia es tan importante e indispensable puesto que si existe y funciona adecuadamente en sus tres ámbitos como: forma de vida, sistema político y de gobierno, entonces puede contribuir de manera conjunta, al desarrollo integral (conformado por el desarrollo humano, social, económico, cultural, político y medioambiental) de las personas, las sociedades y de los entornos donde viven.

A partir de esto se puede establecer que:

Fuente: elaboración propia con base en Naciones Unidas, Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD) e Institute for Democracy and Electoral Assistance (IDEA). (2013). *Democracia y desarrollo: El rol de las Naciones Unidas*, p. 20. Recuperado de https://www.idea.int/sites/default/files/publications/democracia-y-desarollo.pdf

Ahora bien, la democracia tiene principios que son sus referentes y que la orientan en su actuar, enseguida, se ve cuáles son.

2.2 Principios de la democracia[36]

[36] Instituto Nacional Electoral (INE). Ibídem. *Principios…,* p. 34-36.
Sandi C. (9 junio 2013). La democracia. Principios. https://es.slideshare.net/CarlomagnoSandi/principios-de-la-democracia. La democracia. Democracia e igualdad. (16 abril 2020). [Mensaje en un blog]. Recuperado de http://recursostic.educacion.es/secundaria/edad/4esoetica/quincena7/quincena7_contenidos_1c.htm y Dahl, R. *¿Qué es la democracia?* Recuperado de https://webs.ucm.es/info/cpuno/asoc/profesores/lecturas/dahl.pdf

La democracia tiene principios los cuales son sus puntos de partida, reglas que la rigen y orientan y que, si no se cumplen, deja de ser lo que es y lograr su propósito. Algunos de estos principios son:

El principio de la mayoría y la defensa de los derechos de las minorías: implica un sano equilibrio entre el respeto a las opiniones y toma de decisiones de la mayoría sin dejar de ver y tomar en cuenta a las minorías, garantizando su inclusión y su representación, tratando de evitar "la dictadura de las mayorías". Las opiniones de las minorías valen dado que también gozan de los mismos derechos como el resto, por lo que se les debe tomar en cuenta (mediante el diálogo y la toma de acuerdos) y evitar marginarles o discriminarles por el hecho de serlo.	**Principio de la representación política democrática:** en las democracias modernas no se puede ejercer el poder directamente, debido a que es casi imposible por la cantidad de personas a quienes hay que gobernar, sin embargo, el poder delegado por parte de las personas gobernadas en quienes les representan políticamente, no se pierde sólo se les transfiere y deben ser consultadas mediante instrumentos como la revocación del mandato, el referéndum y/o el plebiscito, entre otros.[37]	**La igualdad política de la democracia:** por igualdad política se entiende que toda la ciudadanía es igual ante la ley (isonomía); tiene el mismo derecho a participar en los asuntos públicos (isegoría); tiene originariamente o "por naturaleza", el mismo poder (isocratía) e igual derecho a expresar libremente su opinión y su parecer (parrhesía).
Control social: todas aquellas personas, sean representantes políticos y gobernantes, deben ejercer gobiernos transparentes, legítimos y hacer rendición de cuentas ante quienes representan. Por tanto, es indispensable crear mecanismos para ello y así evitar abusos de poder, corrupción y gobiernos	**Separación de poderes:** es la creación, separación e independencia de los poderes públicos entre los que se encuentran: el poder Ejecutivo (presidente), el poder legislativo (diputadas y diputados y senadoras y senadores) y el judicial. Además, están los partidos políticos los cuales deben	**Elecciones libres, periódicas y auténticas:** se debe garantizar la organización y celebración de elecciones para que se pueda ejercer el sufragio universal y secreto, donde la ciudadanía pueda participar y que sus decisiones valgan por igual; que se realicen elecciones transparentes y se realicen

[37] Para mayor información ver el material del taller "Ciudadanía y mujeres en la Ciudad de México" en el cual se dan a conocer los instrumentos de participación ciudadana establecidos en la Ley de Participación Ciudadana de la Ciudad de México.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

ilegítimos.	garantizar la libertad de organizarse y conformar agrupaciones políticas y participar libremente en ellas.	de forma periódica, organizadas de preferencia por entidades independientes y autónomas a los gobiernos.
Libertad de expresión: Deben ser sociedades en donde existe y se respeta la libertad de las expresiones y opiniones de las personas, grupos, organizaciones e instituciones públicas y privadas, así como de los medios de información y comunicación, salvaguardando a las personas que trabajan para ellos (como periodistas, reporteras y reporteros, defensoras y defensores de causas específicas, etcétera), su trabajo e integridad.	**Respeto a los derechos humanos:** Se debe promover que las personas conozcan sus derechos humanos y los ejerzan en cualquier ámbito además de que el Estado sea el principal promotor, protector y garante del respeto y ejercicio de los derechos humanos -sus instituciones y su personal-, evitando violentarlos.	**Creación de mecanismos de incidencia y participación ciudadana:** Es necesario que en las democracias existan mecanismos legales y legítimos que velen por quienes detentan el poder, es decir las y los ciudadanos; por tanto, se requieren mecanismos permanentes, accesibles y que garanticen que la voluntad popular, las decisiones y expresiones se expresen libremente y sean respetadas por los gobiernos.

Autonomía de las asociaciones: la ciudadanía tiene derecho a constituir asociaciones u organizaciones independientes y autónomas, incluyendo partidos políticos y grupos de interés en diversos temas.

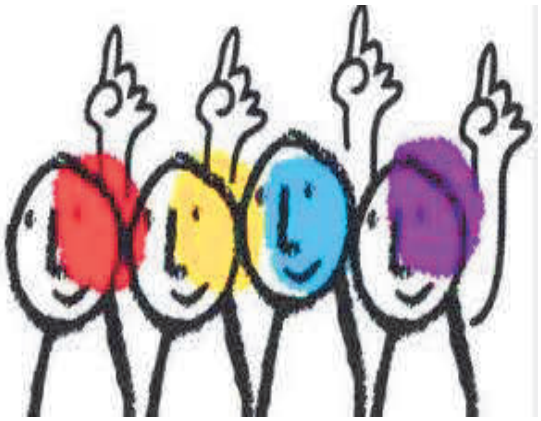
También tiene valores como los vistos en la página 18. Ahora que se han revisado los principios de la democracia, se presentan algunas ventajas y retos al practicarla.

2.3 Ventajas y retos al practicar la democracia

«*La igualdad de género, las políticas feministas, los derechos de las mujeres, el empoderamiento de la mujer […] solo han tenido apoyo en democracia, sólo cuando se han basado en la lucha por la transformación social y por el cambio en el pacto social*. [38]

[38] *Democracia y desarrollo: El rol de las Naciones Unidas,* p. 24. Recuperado de https://www.idea.int/sites/default/files/publications/democracia-y-desarollo.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento



Una de las formas en las que se puede identificar los aportes que alguien más o algo genera en la vida de una persona, es mediante los beneficios, ventajas y los retos que le representa, además de si esa persona o ese algo le motiva a generar cambios positivos en su vida.

La democracia es ese "algo" que genera ventajas y retos al practicarla en la vida de las personas:

Algunas de las **ventajas** de la democracia son:

a) Contribuye a crear condiciones para la gobernabilidad en las sociedades entendiendo por ésta un estado de equilibrio dinámico entre el nivel de las demandas de la sociedad y la capacidad del sistema político (Estado/gobierno) para responderlas de manera legítima y eficaz. La gobernabilidad se manifiesta en: i. La capacidad del mantenimiento del orden y la ley; ii. La capacidad del gobierno para una gestión eficaz de la economía; iii. La capacidad del gobierno para promover el bienestar social e, iiii. El control del orden político y la estabilidad institucional ya que un déficit de gobernabilidad se manifiesta cuando existe discrepancia, es decir, falta de acuerdos entre las demandas de las personas, grupos, organizaciones e instituciones tanto públicas como privadas en la sociedad, frente a las respuestas, decisiones y acciones de su gobierno.[39]
b) Promueve la inclusión de todas las personas, sin distinción de clase social, raza, religión, características físicas y orientaciones sexuales, entre otros.
c) Promueve el conocimiento, apropiación, respeto y ejercicio de los derechos humanos de todas y todos sin distinción de nadie.

[39] Mayorga, F. (2007). *Gobernabilidad y gobernanza en América Latina*. Institut de Recherche et Débat sur la Gouvernance. http://www.institut-gouvernance.org/es/analyse/fiche-analyse-334.html.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

d) Contribuye a crear condiciones de paz y convivencia más armónica en la medida que promueve valores democráticos y derechos humanos, y que éstos son respetados y ejercidos en cualquier ámbito de la vida, ya sea en la familia, con la pareja, en la escuela y el trabajo, etcétera.
e) El que la democracia contribuya al ejercicio y respeto de los derechos humanos de las personas, ayuda a que se demande legítimamente el cumplimiento de estos derechos frente a los gobiernos electos y se promueva el desarrollo humano de las personas.
f) Las democracias ofrecen la posibilidad de que las personas accedan a ejercer el poder público y político de forma legítima y abierta a todas las personas para hacer gobierno.

Algunos de los **retos** de la democracia son:[40]

a) Requiere que se respete lo que las mayorías opinan y deciden, lo que puede resultar discriminatorio o visto como imposición para quien no forma parte de las mayorías, de ahí que sea tan importante el diálogo, la toma de acuerdos por consenso y el disenso, es decir, el desacuerdo, y reconocer a las minorías, así como respetar su dignidad y derechos humanos, tratando de encontrar sanos equilibrios y visiones incluyentes para que no se creen "dictaduras".
b) En ocasiones puede percibirse costosa la inversión en la creación, manutención y ejercicio de los instrumentos y mecanismos de participación ciudadana, así como el ejercicio del sufragio universal.
c) En países con elevada densidad demográfica es difícil que impere o se establezca la democracia directa, lo que obliga a crear sistemas de representación política con gobiernos que, en ocasiones, son corruptos, poco transparentes y se vuelven ilegítimos, lo que afecta la credibilidad y desvirtúa a la democracia.
d) El tener sistemas políticos representativos en ocasiones genera que las personas gobernadas deleguen e incluso casi se olviden, que ellos son quienes detentan el

[40] Dahl, R. *¿Qué es la democracia?* Ibídem.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

poder, ejerciendo ciudadanías muy débiles ante sus gobiernos, permitiendo abusos de poder.

e) La democracia demanda que la ciudadanía esté formada e informada, que sea activa y exija buenos gobiernos, sin embargo, en algunos países menos desarrollados y/o emergentes como México, esto no sucede y pueden existir ciudadanías débiles, poco empoderadas y desinformadas frente a sus gobiernos los cuales pueden ser corruptos, ineficaces y hasta autoritarios en su quehacer.

f) La libertad de expresión en las democracias permite que exista una variedad de voces y puntos de vista polarizados y divergentes, lo que en ocasiones puede complejizar la toma de decisiones para hacer gobierno.

g) La democracia demanda formación y educación cívica desde los niveles básicos para contribuir a que se forme una ciudadanía de calidad con gobiernos y sociedades que posean y ejerzan valores y derechos humanos, sin embargo, cuando este tipo de educación no se da, por diversas causas, se crean sociedades carentes de tejido social y civilidad.

Concretamente, el Estado Mexicano es el **GARANTE DE LOS DERECHOS CIVILES Y POLÍTICOS** y **SÓLO EL ESTADO PUEDE VIOLAR EL RESPETO A ESTOS DERECHOS**. Cuando una persona falta a alguno de estos derechos y afecta y/o agrede a otra persona, no se dice que comete "violación de derechos humanos" sino que se trata de un delito.[41]

Una vez que se han abordado algunas de las ventajas y los retos que trae la práctica de la democracia, se abordará el ejercicio del poder, ya que este ejercicio no sólo se refiere al

[41] Huhle, R. (Diciembre 2021) *La violación de los derechos humanos ¿privilegio de los estados?* Recuperado de http://www.derechos.org/koaga/iv/1/huhle.html.
En junio de 2011 se publicaron diversas reformas a la Constitución mexicana (entre ellas al Artículo 1º constitucional) estableciendo lo siguiente: En los Estados Unidos Mexicanos todas las personas gozarán de los derechos humanos reconocidos en esta Constitución y en los tratados internacionales de los que el Estado mexicano sea parte, así como de las garantías para su protección, cuyo ejercicio no podrá restringirse ni suspenderse, salvo en los casos y bajo las condiciones que esta Constitución establece. Las normas relativas a los derechos humanos se interpretarán de conformidad con esta Constitución y con los tratados internacionales de la materia favoreciendo en todo tiempo a las personas la protección más amplia. Todas las autoridades, en el ámbito de sus competencias, tienen la obligación de promover, respetar, proteger y garantizar los derechos humanos de conformidad con los principios de universalidad, interdependencia, indivisibilidad y progresividad. En consecuencia, el Estado deberá prevenir, investigar, sancionar y reparar las violaciones a los derechos humanos, en los términos que establezca la ley. Senado de la República. *La reforma constitucional sobre derechos humanos. Una guía conceptual*. Instituto Belisario Domínguez, p. 15. Recuperado de https://www.corteidh.or.cr/tablas/r33063.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

poder político de las personas quienes gobiernan, sino al poder que es detentado por la ciudadanía y que en ocasiones no es consciente de ello.

Hasta ahora se ha establecido que la democracia es una forma de vida en la que se ejercen valores y derechos humanos, así como el poder y que se tiene la posibilidad de crear, elegir y decidir vivir con esos valores y derechos, entonces cada persona también puede optar por la actitud con la que vive y enfrenta la vida también. De modo que una persona puede crear en sus ámbitos de vida íntimos y personales, ambientes favorables y armónicos practicando la democracia y ejerciendo su poder de forma responsable, pero también puede crear ambientes antidemocráticos, autoritarios, violentos y/o discriminatorios; de ahí la importancia de ser consciente de ello y revisar de forma individual, en pareja, en familia y/o con las personas con las que se convive cotidianamente según sea en caso, la manera de pensar, actitudes y comportamientos que se manifiestan en el día a día. Enseguida se aborda en qué espacios se puede practicar la democracia.

2.4 ¿En dónde se puede practicar la democracia?

La democracia sigue siendo el régimen que mejor servicio presta al desarrollo, puesto que establece un enlace político entre los ciudadanos y los responsables de las políticas que hace que estos últimos actúen de conformidad con el interés general o, al menos, con el de la mayoría».
Claude Heller, Ex Representante Permanente de México ante las Naciones Unidas, 2007-2011.[42]

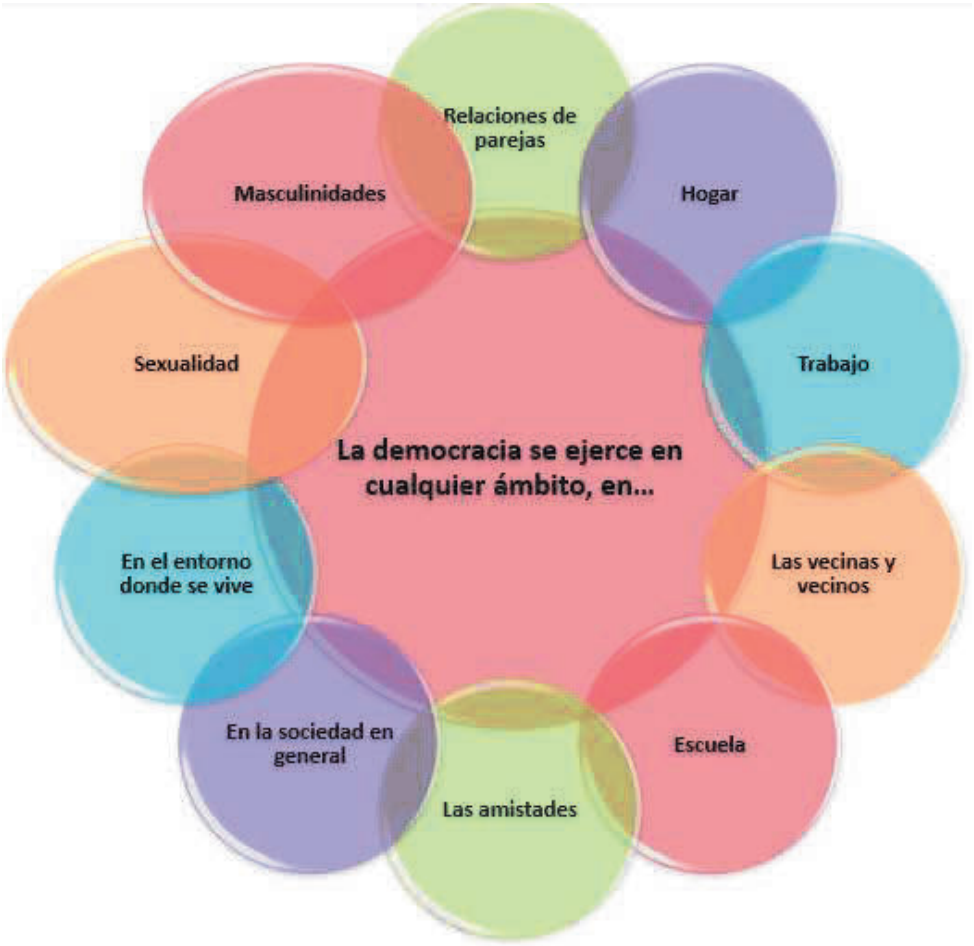
Como se mencionó anteriormente, la democracia se puede practicar en cualquier ámbito de la vida al ser una forma de vida, lo que significa que puede estar presente en la manera en la que las personas se relacionan, en las formas de pensar, de ser, en las actitudes y en los comportamientos. No se requiere tener un cargo político o trabajar como persona servidora pública en el gobierno, para decir que sólo en estos casos se practica la democracia, ni tampoco es requisito tener una profesión ni mucho o poco dinero, depende más bien, de apropiarse de valores y derechos humanos y de la forma

[42] *Democracia y desarrollo: El rol de las Naciones Unidas*. Ibídem, p. 20.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

en la que cada persona decide relacionarse con las otras, creando así ambientes democráticos o antidemocráticos.

Enseguida se mencionan algunos de los distintos ámbitos en los que se puede practicar la democracia:



Fuente: elaboración propia.

Democracia en el **hogar** se puede practicar cuando se distribuyen las tareas entre las personas que lo habitan, ya sean mujeres u hombres, más allá del vínculo familiar y de su género; lo importante es la participación en el mantenimiento, limpieza y orden del hogar, evitando que se le dejen las tareas a una sola persona y/o a las mujeres por el simple hecho de serlo.

Democracia en las relaciones de **parejas** se da cuando se ejercen y respetan los valores y derechos humanos y se crean relaciones sanas y equilibradas que contribuyen al bienestar y crecimiento mutuo de las partes que la integran; por lo que no solo basta con que exista el "amor" y el enamoramiento, sino que haya también respeto mutuo y un trato digno, evitando relaciones destructivas y

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

violentas.

Democracia en el **trabajo** es posible cuando se respetan los puntos de vista de todas las personas y se aplican los valores democráticos en la convivencia cotidiana y se crea un ambiente laboral agradable y respetuoso; cuando se garantizan las mismas oportunidades entre mujeres y hombres y se respetan sus derechos laborales por igual (como el derecho a la maternidad y/o a ganar lo mismo cuando se tiene el mismo cargo.

Democracia en la **escuela** se practica cuando se llevan a cabo elecciones de representantes de grupo y/o estudiantiles; cuando no se comete *bullying* y se respetan las opiniones y puntos de vista de las demás personas. O bien, cuando se es responsable del acceso a la educación sin desperdiciar el tiempo al no estudiar o reprobar.

Democracia en la **sociedad** se da cuando se participa en las elecciones o en los procesos de participación ciudadana, ejerciendo una ciudadanía activa, evitando la indiferencia y/o la apatía ante los problemas públicos y la toma de decisiones que afectan a todas y todos. Cuando se exige que los gobiernos sean eficientes, transparentes y rindan cuentas evitando que se haga un abuso de poder y/o actos de corrupción que queden en la impunidad.

Democracia en la **sexualidad** se practica cuando una persona ejerce su sexualidad (actividad sexual, orientación

Democracia con **las vecinas y los vecinos** se practica cuando se organizan las personas para las mejoras de la colonia; cuando se es corresponsable de la seguridad pública; cuando intercedo frente a actos que vulneran la seguridad de las otras personas y la propia y no solo me preocupo por lo que pasa en mi casa , etcétera.

Democracia con **las amistades** se da cuando se practica el diálogo, se tolera y reconoce la pluralidad de ideas, de formas de ser y pensar y se respetan las distintas formas de ser y actuar de cada persona, sin imponer los propios puntos de vista o pretender que sean como una o uno quiere que sean.

Democracia en el **entorno** donde se vive se practica cuando se mantiene una relación de cuidado y respeto por el medioambiente, cuando no se contaminan los parques, jardines, áreas naturales, bosques, ríos, lagos, mares, barrancas y/o cañadas. Cuando no se maltrata a los animales, mascotas y se respeta su vida; cuando se tiene conciencia de que los recursos naturales y la tierra en general, tienen un periodo de vida limitado y se deben cuidar y conservar de forma sostenible sin comprometer los recursos de las futuras generaciones.

Democracia en las **masculinidades** se practica cuando un varón y/o una persona que se identifica con el género

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

de género y reproducción, entre otros), con libertad, responsabilidad y en plenitud de sus derechos sexuales y reproductivos. Por ejemplo, cuando una persona decide manifestar abiertamente su orientación sexual, no debe ser mal vista, rechazada ni discriminada.

masculino, reconoce y ejerce tanto los valores democráticos como sus derechos humanos y trata a las otras personas con dignidad y respeto y está abierta a asumir y realizar actividades, actitudes y responsabilidades más allá de estereotipos y roles de género sobre cómo "debe" ser y lo que "debe" hacer o no un hombre. Además de que toma consciencia, evita y se hace responsable del ejercicio de poder desigual y de la violencia que se puede ejercer por parte del género masculino -al ser el poder hegemónico- sobre todo en sociedades machistas y patriarcales. Por ejemplo, cuando un varón asume de forma corresponsable la crianza de sus hijas e hijos y el cuidado de su hogar sin sentir "amenazada" su masculinidad.

La democracia como se puede ver es dinámica y se puede practicar en cualquiera de estos ámbitos recién mencionados, pero también es una herramienta valiosa que puede ayudar a construir, fortalecer y mejorar relaciones incluyentes y empáticas con las otras personas que les dignifiquen y reconozcan tanto su propia persona como sus derechos humanos y que se puede practicar también en las masculinidades.

III. Masculinidades democráticas

"*El hombre al igual que la mujer es un producto social, una construcción simbólica de lo que debe ser un hombre. Apenas identificado por sus genitales como hombre, la sociedad tratará de hacer de él lo que entiende como varón. Fomentando en él comportamientos, reprimiéndole y transmitiendo ciertas convicciones de lo que significa ser hombre*". [43]

[43] Gallegos, M. (2012). La identidad de género: masculino versus femenino. *I. Congreso Internacional de Comunicación y Género*, p.9. UNAM. Recuperado de https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/34671/Pages%20from%20LIBRO%20ACTAS%20I%20CONGRESO%20COMUNICACI%D3N%20Y%20G%C9NERO-4.pdf;jsessionid=21B880C1C154FA70310016A65D17FAC8?sequence=1

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

3.1 ¿Qué es la masculinidad?

Desde que las personas nacen lo hacen con un sexo -ya sea mujer, hombre o persona intersexual- el cual se define por cuestiones físicas y biológicas y una vez que nacen, se les educa conforme a las características propias de su sexo y del género femenino y masculino.[44]

Para ello existen agentes socializadores, es decir, aquellas personas, grupos sociales e instituciones que son las y los formadores entre los que se encuentran: la familia, la escuela, las amigas y los amigos, el vecindario, la religión, los medios masivos de información y comunicación, entre otros.[45] Por ejemplo, a una niña desde que nace se le viste de color rosa con vestidos y/o faldas, se le dan muñecas, se le ponen moñitos en la cabeza y bolsitas para cuando sale de paseo; mientras que a un niño se le viste de color azul, con pantalón, se le compran carritos, pelotas y/o soldados de juguete. Lo cierto es que nada de esto se cuestiona y simplemente se replica de generación en generación y de familia en familia, ya que es lo "socialmente común" y aceptado, por lo que se educa y forma conforme el género femenino y masculino sin mayor problema.

Lo masculino puede pertenecer tanto al varón como a aquella persona que se identifique con éste. Es una construcción multifactorial -psicológica, social, educativa, cultural y

[44] Recordar que el género es una construcción simbólica que contiene un conjunto de atributos asignados a las personas a partir de su sexo mujer u hombre. También es el conjunto de características sociales, culturales, políticas, psicológicas, jurídicas y económicas que las diferentes sociedades asignan a las personas de forma diferenciada como propias de varones o de mujeres. De modo que el género es una construcción sociocultural que varía a través de la historia y se refiere a los rasgos psicológicos y culturales y a las especificidades que la sociedad atribuye a lo que se considera "masculino" o "femenino". Esta atribución se concreta utilizando, como medios privilegiados, la educación, el uso del lenguaje, el "ideal" de la familia heterosexual, las instituciones y la religión en sociedades que son predominantemente patriarcales. Unicef. (2017). *Perspectiva de género. ¿De qué hablamos cuando hablamos de perspectiva de género? Comunicación, infancia y adolescencia. Guía para periodistas,* p. 13. Recuperado de https://www.unicef.org/argentina/sites/unicef.org.argentina/files/2018-04/com-1_perspectivagenero_web.pdf

[45] Instituto Salvadoreño para el Desarrollo de la Mujer. *Masculinidad-Es*. Escuela de Formación para la Igualdad Sustantiva. https://www.salud.gob.sv/archivos/pdf/telesalud_2017_presentaciones/presentacion11072017/GENERO-Y-MASCULINIDADES.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

política, entre otras- caracterizada por una forma de ser, pensar y actuar específica y que genera una forma de ser reconocido ante el otro.

La **masculinidad** se define como el conjunto de atributos, valores, comportamientos y conductas que son característicos del hombre y de quien se asume como tal, en una sociedad determinada. Es válido afirmar que existen muchas formas de ser hombre, ya que en cada cultura se encuentran presentes mecanismos y códigos aprendidos que fundamentan esta diversidad.[46]

No es lo mismo un hombre en la sociedad y cultura mexicana que uno en la tailandesa o la sudanesa, aunque puede haber rasgos generalizados, ya que las masculinidades van acorde a las costumbres, tradiciones y a la cultura de los lugares, incluso de las personas, por eso se habla de **masculinidades**, es decir, de diferentes formas de ser, pensar y actuar de quienes se asumen como hombres y no se puede decir que sólo existe una masculinidad, sino que hay una diversidad de masculinidades. Las masculinidades se construyen con base en arquetipos y estereotipos:[47]

Los **arquetipos** se asocian con esquemas generales de pensamiento, ideas y normas sociales que a su vez crean imágenes, figuras y opiniones sobre la masculinidad. Hay tres cualidades atribuidas a los

Los estereotipos son construcciones mentales que se caracterizan por representaciones específicas y particulares conforme al modo de vida y la cultura en un momento y espacio determinados.

[46] CNDH. (2018). *Respeto a las Diferentes Masculinidades*. Recuperado de https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/doc/Programas/Ninez_familia/Material/trip-respeto-dif-masculinidades.pdf

[47] Con base en: Gallegos, M. La identidad de género… Ibídem, pp.713-716. Recuperado de https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/34671/Pages%20from%20LIBRO%20ACTAS%20I%20CONGRESO%20COMUNICACI%D3N%20Y%20G%C9NERO-4.pdf;jsessionid=21B880C1C154FA70310016A65D17FAC8?sequence=1 y
Gobierno del Estado de México, Secretaría de Desarrollo Social y Consejo Estatal de la Mujer y Bienestar (2011). *Sensibilización en masculinidad y violencia de género. Guía metodológica*. Recuperado de Socialfile:///C:/Users/Sonia/Desktop/Sonia%202020/IECM/Docs%20Sonia/Materiales%20talleres/Nuevos%20contenidos/Taller%206%20Masculinidades/Material%20consulta/Masculinidades%20edomex.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

hombres producto de arquetipos como son la fuerza, la razón y el poder:

a) La fuerza física, mental y sexual. Por ejemplo, se cree que los varones tienen amplia vida sexual que la practican con diversas mujeres producto de su virilidad. Además, el hombre cuida de los otros, es proveedor y no muestra debilidad ante los demás.
b) La razón, la lógica y la fuerza. Los varones han sido quienes históricamente han creado las leyes, las normas y gobernado al mundo.
c) El poder y el mando, ya que dominan, son "líderes" y exigen a otras personas.

Existen los estereotipos de género[48] los cuales son generalizaciones simplistas de los atributos de género, las diferencias y los roles de las mujeres y los hombres; se trata de características estereotipificadas sobre los hombres que los definen como competitivos, codiciosos, autónomos, independientes, beligerantes, interesados en los bienes privados. En el caso de las mujeres se caracterizan como cooperadoras, acogedoras, atentas, comunicativas, orientadas al grupo, interesadas en los bienes públicos los cuales son construcciones y elementos de distinción que refuerzan la identidad de género.

De esta forma con base en arquetipos y estereotipos, se ha construido la imagen e identidad de los hombres que se va matizando, acentuando, modificando y evolucionando conforme el paso del tiempo, de cambios y transformaciones socioculturales que acontecen y que se producen y reproducen de forma automática.

La construcción de las masculinidades tiene pilares como la legitimidad del patriarcado entendido como la forma tradicional de organización social que suele ser la base de la desigualdad de género, en el que se confiere más importancia a los hombres o a lo que se considera masculino, que a las mujeres o a lo que se considera femenino.

[48] ONU Mujeres. Ibídem. *Profundicemos…,* p.38.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Tradicionalmente, las sociedades han sido organizadas de tal manera que la propiedad, la residencia, y la descendencia, así como la adopción de decisiones con respecto a la mayoría de las áreas de la vida, han sido dominio de los hombres. Uno de sus fundamentos son las razones biológicas que determinan que las mujeres por ”naturaleza”, son más aptas para ser cuidadoras, por ejemplo.[49]

También en las masculinidades, sobre todo en el caso mexicano, prevalece el machismo[50] entendido como un fenómeno social que se caracteriza por una forma de hipermasculinidad, es decir, de una actitud de “superioridad” del hombre sobre las otras personas, entre ellas las mujeres, y que tiene rasgos de agresividad, dominio, valentía, promiscuidad, virilidad, violencia, ejercicio de poder desigual, sexismo, autonomía, fortaleza y de asumir el rol de proveedor y omitir la manifestación de emociones, porque un “hombre no debe y ni lo deben ver llorar”.

Incluso existen micromachismos que son expresiones que pueden parecer menos evidentes que el machismo pero que de igual forma manifiestan dicha “superioridad” como por ejemplo, cuando el hombre toma todo tipo de decisiones sin consultar a su pareja (mujer) porque la descalifica y desvaloriza y en realidad, está ejerciendo poder y violencia sobre ella -considerando los distintos tipos de violencia: física, sexual, psicológica, etcétera- y, aunque se muestre sumamente protector, amoroso y atento, en realidad lo que oculta es un “mejor yo decido porque yo sí sé cómo hacer las cosas y ella no”.

[49] ONU Mujeres. Ibídem. *Profundicemos en términos de género...,* p.57.

[50] Machismo Este término incluye una serie de comportamientos estereotipados de supremacía masculina, de dominio y control, cuyas manifestaciones son diversas y tienen impacto diferenciado en las personas a quienes se dirige. Pueden ser sutiles, como sugerir la comida o vestimenta para alguien, o extremos, como forzar a otra persona —a través de algún tipo de violencia— a realizar conductas no deseadas justificando de cualquier forma la agresión.
Micromachismos Son mecanismos sutiles de dominación, ejercidos por los hombres hacia las mujeres. Se caracterizan por no ser abiertamente violentos e incluso pueden ser advertidos como aceptables y esperados; por ejemplo, no consensuar o tomar en cuenta a la pareja en las decisiones que impliquen a ambos o descalificar sus opiniones. Una manera sofisticada y socialmente aceptada es la falsa “caballerosidad”. Sin embargo, al ser la masculinidad construida y además socialmente aprendida, entonces es posible modificarla, a través del autorreconocimiento individual, por la exploración física y emocional, así como al permitirse vivir plenamente las emociones y los sentimientos. Replantear formas distintas de relacionarse con las y los otros lo que implica asumir obligaciones y cumplirlas, sin embargo, a veces es necesario el apoyo profesional para lograr estos cambios. CNDH. *Respeto a las Diferentes*... Ibídem y Uresti, K y et. al. (Julio- agosto 2017). *Percepción del machismo, rasgos de expresividad y estrategias de afrontamiento al estrés en hombres adultos del noreste de México*. *Acta Universitaria* (Vol. 27 No. 4), pp. 1-2. http://www.scielo.org.mx/pdf/au/v27n4/2007-9621-au-27-04-59.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Considerando tanto los arquetipos y estereotipos en el caso mexicano, la masculinidad se caracteriza por ser:

Como se puede ver en esta imagen, en las características de lo que conlleva la masculinidad, están implícitos aspectos socioculturales pero también económicos, psicológicos, físicos y políticos, entre otras, lo que complejiza la masculinidad. Por tanto, a continuación, se abordan algunas de estas implicaciones para comprender mejor este término.

3.2 Implicaciones de las masculinidades

Es así que tanto el patriarcado como el machismo han otorgado históricamente privilegios a los hombres y les ha colocado en condiciones de vida mucho más favorables que las de las mujeres, creando condiciones estructurales educativas, laborales, familiares, en la pareja, económicas, sexuales y reproductivas, que les han permitido ejercer y gozar también de sus derechos humanos, mucho más que en el caso de las mujeres. De ahí que los hombres hayan podido ir a la escuela, votar, tener una vida pública, ejercer cargos políticos, elaborar leyes, políticas públicas, ser independientes económicamente, tener profesiones, propiedades, etcétera, desde mucho tiempo antes que esto fuera posible

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

para las mujeres.

Todas estas condiciones estructurales favorables a los hombres tienen implicaciones que las hacen posibles como se ve enseguida:

Implicación **sociocultural**: existe una construcción simbólica que influye y moldea al hombre y que establece social y culturalmente que es y cómo es ser sexy, atractivo, varonil, conquistador, apuesto, atlético e incluso cómo ser un "buen partido". Por ejemplo, es común que, en México, un hombre sea macho, galán, conquistador, coqueto, varonil, aventado e infiel, lo que puede contribuir a reafirmar su "virilidad" e incluso "aumentarla", porque "tener muchas mujeres, es ser muy hombre".

Implicación **política**: Tradicionalmente los hombres han tenido y tienen una vida más pública y visible en la sociedad; además de que han ejercido -y lo siguen haciendo- cargos políticos en los diversos niveles de gobierno (local, estatal y nacional) e institucionalizado incluso al género femenino. Por ejemplo, durante muchos años las leyes en México no permitieron que las mujeres pudieran votar y fue hasta 1955 que se logró como producto de luchas, de modo que el voto de las mujeres no fue regalado.

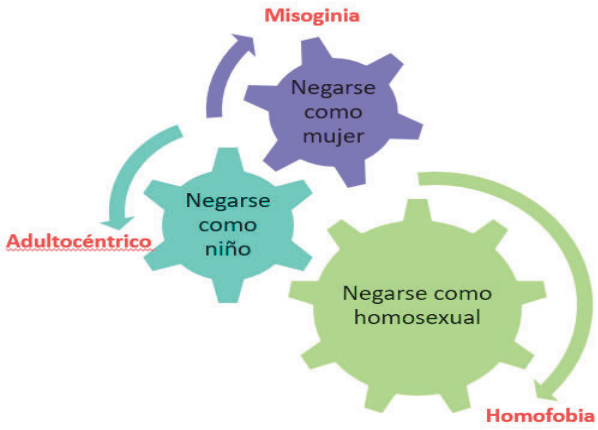
Implicación **psicológica**: Los hombres han sido educados con cierto rigor psicológico que les forma y/o deforma, en ocasiones, e incluso les puede generar traumas ya que se les limita la capacidad de expresar sus emociones, sentimientos y su sensibilidad, cuando ellos también tienen derecho a sentirlas y expresarlas, como el resto de personas. Los hombres en sociedad como la mexicana "deben" ser fuertes y valientes, ser los "jefes" en la casa y conquistar, mostrando en todo momento control de sus emociones y de las situaciones. Por ejemplo, cuando a un hombre "no se le perdona" que muestre miedo, debilidad y/o inseguridad al realizar alguna actividad, tomar una decisión o ante determinadas situaciones y se le descalifica, se burla y/o agrede por ello.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Implicación **económica**: Tradicionalmente los hombres en México han sido los proveedores de la economía y del sustento propio y de sus familias y han contado con el poder de decidir en qué y cómo gastar el dinero lo que ha contribuido al ejercicio de poder desigual y hegemónico sobre las otras personas. Por ejemplo, un hombre que mantiene a su pareja probablemente pueda "controlar" más su vida si él es quien "paga todo", lo que puede colocar a la pareja en situación de vulnerabilidad más aún cuando hay hijas e hijos de por medio, ya que la dependencia económica puede ser aún mayor.

Todos estos aspectos han construido cultural y socialmente, una masculinidad hegemónica, que se explicará más adelante y que tiene que ver con esa masculinidad que predomina en la sociedad mexicana, y en otras, más, y que es la que ejerce el poder desigual, ya que es la que es producto de estas sociedades patriarcales y machistas que privilegia a los hombres por encima de cualquier otra población y que "clasifica, enmarca, discrimina, determina, violenta, agrede y/o reconoce cómo deben ser los "otros", entre ellos el género femenino. Dicha masculinidad hegemónica, tiene como sustento la triple negación:[51]

Triple negación en la masculinidad y sus efectos



Fuente: Instituto Salvadoreño para el Desarrollo de la Mujer. *Masculinidad-Es*. Escuela de Formación para la Igualdad Sustantiva. https://www.salud.gob.sv/archivos/pdf/telesalud_2017_presentaciones/presentacion11072017/GENERO-Y-MASCULINIDADES.pdf

[51] Instituto Salvadoreño para el Desarrollo de la Mujer... Ibídem.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

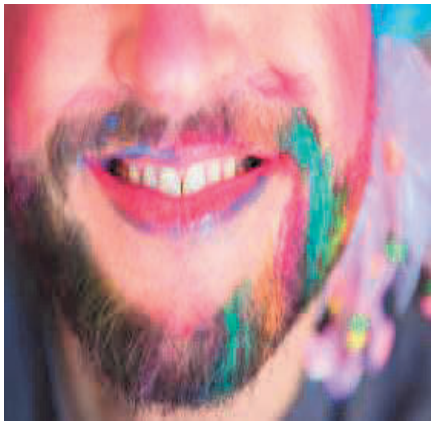
a) Negarse como mujer implica casi la total anulación del manifestar rasgos tradicionalmente asociados con lo femenino (ademanes, sentimientos y expresiones de debilidad, delicadeza, miedo, dulzura, compasión, autocuidado, etcétera) en la personalidad de un varón, lo que le puede significar ser juzgado, insultado agredido y/o descalificado, a pesar de que él también tenga derecho a sentir y manifestar todas estas emociones y actitudes como el resto de personas más allá de su género.

Por tanto, algunos hombres generan "aversiones" hacia características que identifican en sí mismos y en otros hombres relacionados con la feminidad -feminidad socialmente relacionada con las mujeres- y hacia lo que pueda parecerles "afeminado", teniendo comportamientos y actitudes misóginas, es decir, aquellas manifestaciones del sexismo que muestran repudio a todo lo asociado con las mujeres y lo femenino, como son la falta de confianza hacia estas personas, comportamientos agresivos, violentos, discriminatorios, vejaciones hasta los feminicidios.

b) Negarse como niño significa la eliminación de todo comportamiento infantil, asumiéndose como "adultos" y anulando la manifestación de emociones y sentimientos. El varón se muestra casi inexpresivo y no pierde el control de sí mismo ante cualquier acontecimiento por doloroso y trágico que sea, ya que teme ser descalificado y juzgado si los hace, Incluso discrimina o rechaza, en momentos, a mujeres, niñas y

niños y personas adultas mayores o a otros hombres que se muestran infantiles, juguetones, miedosos o débiles, etcétera.

c) Negarse como homosexual, este rasgo muestra la aversión, desaprobación y discriminación ante todo aquello que refiere a la homosexualidad y/u otra orientación e identidad sexual –como las que existen en la comunidad LGBTTTI+-.



El comportamiento de estas personas es homofóbico, es decir, de odio, desprecio, discriminación y violencia -consciente e inconsciente- hacia personas que no "cumplen" con la masculinidad "socialmente aceptada", cometiendo incluso hasta crímenes de odio contra las personas LGBTTTI+.

Preguntas detonadoras para la reflexión grupal

Ahora que conoces cómo se construyen las masculinidades de un hombre, concretamente la hegemónica, ¿qué piensas al respecto? ¿qué arquetipos y estereotipos identificas en tu propia persona siendo hombre y en los otros hombres? ¿qué opinas de las implicaciones que sustentan la masculinidad hegemónica y de qué manera las ves reflejadas en tu propia persona y en las demás personas?

Ahora se abordarán los tipos de masculinidades, partiendo del reconocimiento de que la hegemónica es la predominante y a partir de la cual, se clasifican las demás.

3.3 Tipos de masculinidades frente a la masculinidad hegemónica

Como se mencionó, los tipos de masculinidades[52] que se mencionan a continuación,

[52] Esta tipología es un referente y no es única, ya que existen distintas clasificaciones. Con base en CNDH. Ibídem. *Respeto a las Diferentes Masculinidades…*; Gobierno de México. *Masculinidad hegemónica vs masculinidades igualitarias*. Recuperado de https://www.gob.mx/sre/articulos/masculinidad-hegemonica-vs-masculinidades-igualitarias y Connel, R. *La organización social de la masculinidad*, pp. 13 a 16.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

parten del predominio de la masculinidad hegemónica y desde su perspectiva, ya que, en las culturas Occidentales, ésta es la que ejerce el poder desigual y tiene el control frente al resto de masculinidades.

Masculinidad hegemónica.-[53] Es aquella en la que las personas que se identifican con el género masculino y ejercen el poder y la autoridad sobre las otras personas, con énfasis en las mujeres. El ejercicio de poder es desigual, son personas que pueden llegar a ser violentas, agresivas y tratar con menosprecio, ya que se asumen como "superiores a las mujeres". Este tipo de masculinidad tiene características machistas[54] caracterizadas por

---

https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/62109219/CONNELL__R._W._Organizacion_social_de_la_masculinidad20200215-83921-182f776.pdf?1581808165=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DLa_organizacion_social_de_la_masculinida.pdf&Expires=1607455678&Signature=KLGAGD1eoLc5jSX-JhNtVk0J84bBXyq5XwwzKQ8SfxhbT2GmhZ~6jyHZbSvJF5y5cuVQal8bzlyKz5pVd6BAnLEn6Au8oB9DWFHTf6zDnM8zECgQdUmz8B1~yYNg2mnv9VxVaknzYJGhoO28g7sY2xtausxKWYdxZsCNQ6WUINwaeUTRJVFTffnTibtEDb0IpUB3xgtdmRi1XJSStvVMLyycc2q2uZqDfPJDAzy5ErQ9ltp02Cp59ZRwwlISOny70oQj15EXCv5bnhVey-qBdiZpnik6TQCVy5jXq69C7ZCMe8bCU0eQRmaiso2YctkUGECZ5IvBcFqYZXJs5C6irw__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA y a INCIDE FEMME (7 de diciembre 2020). *Conversatorio La responsabilidad de los hombres en la eliminación de la violencia contra las mujeres*. https://www.facebook.com/incidefemme/videos/216764779857703/ y Arroyo, M., Perroni, A., y Rivas O. 7 de diciembre 2020. *Conversatorio La responsabilidad de los hombres en la eliminación de la violencia contra las mujeres*. INCIDE FEMME. México. https://www.facebook.com/incidefemme/videos/216764779857703/

[53] Connel, R. Ibídem. "*La organización social…",* p. 10, e INCIDE FEMME (7 de diciembre 2020). *Conversatorio La responsabilidad de los hombres en la eliminación de la violencia contra las mujeres*. https://www.facebook.com/incidefemme/videos/216764779857703/ y Arroyo, M., Perroni, A., y Rivas O. 7 de diciembre 2020. *Conversatorio La responsabilidad de los hombres en la eliminación de la violencia contra las mujeres*. INCIDE FEMME. México. https://www.facebook.com/incidefemme/videos/216764779857703/

[54] Machismo Este término incluye una serie de comportamientos estereotipados de supremacía masculina, de dominio y control, cuyas manifestaciones son diversas y tienen impacto diferenciado en las personas a quienes se dirige. Pueden ser sutiles, como sugerir la comida o vestimenta para alguien, o extremos, como forzar a otra persona —a través de algún tipo de violencia— a realizar conductas no deseadas justificando de cualquier forma la agresión.

Micromachismos Son mecanismos sutiles de dominación, ejercidos por los hombres hacia las mujeres. Se caracterizan por no ser abiertamente violentos e incluso pueden ser advertidos como aceptables y esperados; por ejemplo, no consensuar o tomar en cuenta a la pareja en las decisiones que impliquen a ambos o descalificar sus opiniones. Una manera sofisticada y socialmente aceptada es la falsa "caballerosidad". Sin embargo, al ser la masculinidad construida y además socialmente aprendida, entonces es posible

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

auto percibirse como personas “importantes”, independientes, autónomas, activas, productivas, heterosexuales, promiscuas y con un amplio “control” sobre sus emociones; a nivel familiar suelen ser proveedoras lo que puede aumentar el ejercicio de poder desigual.

Otra característica de este tipo de masculinidad, es el androcentrismo el cual se da cuando todo gira en torno a la perspectiva masculina y es lo central en la experiencia humana y, por ende, como la única relevante. Consiste en ver el mundo desde lo masculino, tomando al varón como el “parámetro o modelo de lo humano”. Dos formas extremas del androcentrismo son la ginopia y la misoginia. La primera se refiere a la imposibilidad de ver lo femenino, es hacerlo invisible en la experiencia humana y, la segunda, la misoginia, que se refiere al repudio u odio a lo femenino.[55]

En este tipo de masculinidad, puede estar presente el ejercicio de la violencia, sobre todo en sociedad machistas y patriarcales. Concretamente la Organización Mundial de la Salud define a la violencia como el uso deliberado de la fuerza física o el poder, ya sea en grado de amenaza o efectivo, contra sí misma o mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones. La violencia contra las mujeres es cualquier acción u omisión, basada en su sexo y género, que les cause daño o sufrimiento psicológico, físico, patrimonial, económico, sexual o la muerte tanto en el ámbito privado como en el público.[56]

Existen tres tipos de violencia son: a) la autoinflingida, b) la interpersonal y c) la colectiva. La autoinflingida es aquella que puede ejercerse sobre sí misma o mismo; la interpersonal es infligida por otra persona o grupo pequeño de personas, y la colectiva, es practicada

modificarla, a través del autorreconocimiento individual, por la exploración física y emocional, así como al permitirse vivir plenamente las emociones y los sentimientos. Replantear formas distintas de relacionarnos con las y los otros implica asumir obligaciones y cumplirlas, sin embargo, a veces es necesario el apoyo profesional para lograr estos cambios. CNDH. *Respeto a las Diferentes*..., Ibídem.

[55] ONU Mujeres. Ibídem. “Profundicemos en…”, p.13.

[56] Cámara de Diputados. (13-04-2020). *Ley General de Acceso de las Mujeres a una vida libre de violencia*, p. 2. Recuperado de http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGAMVLV_130420.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

por grupos más grandes como los Estados, los grupos políticos organizados, las milicias o las organizaciones terroristas. A continuación, se explica cada una:

a) La autoinflingida es la violencia que se lleva a cabo una persona sobre sí misma y que puede ser a través de autolesiones y/o automutilaciones que pueden llegar hasta la propia muerte como sucede con el suicidio.

b) La interpersonal se divide en dos subcategorías, la violencia intrafamiliar o de pareja, así como la violencia comunitaria, la cual se produce entre individuos no relacionados entre sí y que pueden conocerse o no, suele efectuarse fuera de hogar como el comportamiento suicida y los conflictos armados. Cubre también una amplia gama de actos que van más allá del acto físico como las amenazas e intimidaciones.[57]

c) La violencia colectiva se da entre personas que se identifican a sí mismas como parte de un grupo y que ejercen sobre otro grupo, con objeto de lograr objetivos políticos, económicos o sociales. Adopta diversas formas como pueden ser conflictos armados dentro de los Estados o genocidios, represión y otras violaciones de los derechos humanos; terrorismo y crimen organizado, entre otras.

Ahora bien, es importante mencionar que la violencia tiene distintas manifestaciones como son las siguientes:[58]

Violencia física.- Se trata de cualquier acción que provoca daño o sufrimiento físico y afecta la integridad de una persona al producir: hematomas, heridas, quemaduras e incluso hasta un empujón intencional es	**Violencia sexual**.- Toda acción que amenaza o viola el derecho de una persona a decidir sobre su sexualidad y abarca cualquier forma de contacto sexual. Como por ejemplo, el acoso, la	**Violencia psicológica**.- Es cualquier acción en la que una persona se siente degradada, hostigada o humillada, siente temor y miedo. Por ejemplo, cuando en el hogar una parte de la pareja acosa a la

[57] Organización Mundial de la Salud (2002*). Informe mundial sobre la violencia y la salud*. ISBN 92 4 154562 3, p. 14-16. Recuperado de https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/es/summary_es.pdf

[58] Ayuda en Acción. (5 julio 2018). *Tipos de violencia contra las mujeres*. México, Ayuda en Acción. https://ayudaenaccion.org/ong/blog/mujer/tipos-violencia-mujeres/ y Cámara de Diputados. (13-04-2020). *Ley General de Acceso de las Mujeres a una vida libre de violencia*. Recuperado de http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGAMVLV_130420.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

violencia física. Por ejemplo, cuando una parte de la pareja golpea a la otra porque según él o ella, "provocó" su enojo.

Violencia institucional.- Se da cuando funcionarios o autoridades dificultan, retrasan o impiden que ciertos grupos sociales o personas gocen de los beneficios de algún programa o política pública, e incluso impiden que las personas ejerzan sus derechos humanos. Por ejemplo, cuando se le niega u obstaculiza la prestación de un servicio público (agua, alcantarillado, luz, etcétera) a un grupo de personas por ser opositoras al partido en el poder.

Violencia política contra

explotación sexual, el abuso y/ o la intimidación sexual en cualquier tipo de relación.

Violencia económica.- Son las acciones u omisiones que afectan la economía de las personas sobre quienes se ejerce, a través de limitaciones que controlan el ingreso de sus percepciones económicas, en la restricción, limitación y/o negación injustificada para obtener recursos económicos. Por ejemplo, en algunas comunidades, las mujeres no pueden ser titulares de propiedad de tierras, por lo que son sólo los hombres (padres, hermanos, parejas sentimentales y maridos, etcétera) quienes pueden disfrutar de la titularidad.

Violencia laboral.- Abarca a

otra parte y constantemente la maltrata, humilla y comete vejaciones hacia su persona.

Violencia simbólica.- Se da cuando se promueven y/o educa con base en estereotipos, mensajes, valores y/o signos que favorecen actitudes, comportamientos y acciones que contribuyen a la desigualdad, al machismo, la discriminación y/o a la naturalización de cualquier rol de subordinación. Por ejemplo, cuando se demerita a las mujeres como "objetos sexuales" de consumo privado y público a través de la pornografía.

Violencia por motivos de

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

las mujeres en razón de género.-[59] Es toda acción u omisión ejercida en contra de una mujer, en el ámbito político o público, que tenga por objeto o resultado sesgar, condicionar, impedir, restringir, suspender, menoscabar, anular, obstaculizar, excluir o afectar el reconocimiento, acceso, goce o ejercicio de los derechos político electorales de una mujer, así como el acceso al pleno ejercicio de las atribuciones inherentes a su cargo o función en el poder público. Por ejemplo, crímenes cometidos específicamente contra mujeres que son líderes comunitarias, defensoras de derechos humanos y/o son personas representantes del poder

todas las personas y se puede intensificar conforme algunas condiciones de género, capacidades físicas, intelectuales, económicas, etnia, apariencias físicas, entre otros. Por ejemplo, no permitir el ascenso de mujeres a puestos directivos o que ganen los mismos sueldos o incluso mayores que los hombres o bien, no se les promueve para que complementen su formación académica y/o profesional. Por ejemplo, no permitir el ascenso de mujeres a puestos directivos o que ganen los mismos sueldos o incluso mayores que los hombres o bien, no se les promueve para que complementen su formación académica y/o profesional.

género.-[60] Las agresiones (que se manifiestan mediante la discriminación, el odio y/u otro tipo de violencia que puede llegar hasta el homicidio) contra las personas por su orientación sexual o su identidad de género. Una forma de violencia es la homofobia (hacia las personas homosexuales) y transfobia (hacia las personas transgénero y/o transexuales). Por ejemplo, cuando se agrede a una persona que forma parte de la comunidad LGBTTTI+ en el salón de clases y se acepta, sin que nadie haga nada.

[59] IECM. (2021). "Manual sobre la violencia política contra las mujeres en razón de género. ¿Qué hago si soy víctima?", p. 17. Recuperado de file:///C:/Users/Usuario/Desktop/IECM%202021/Curso%20INE%20viol/Material%20consulta/MANUAL-VPG-2021-FEB-17.pdf

[60] Naciones Unidas. *Violencia homofóbica y transfóbica*. *Libres e Iguales*. Recuperado de https://www.unfe.org/wp-content/uploads/2017/05/Violence-Factsheet-Esp.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

público.

Violencia patrimonial.- Se trata del conjunto de acciones, omisiones y conductas que realiza una persona en lo individual, grupal o institucional para afectar a otra (s) persona o grupo de personas, para impedir, obstaculizar y/o limitar la libre disposición y acceso a un patrimonio. (es decir bienes como objetos, documentos personales, valores, inmuebles, tierras, etcétera) que puede tener un valor económico y que se adquirieron, o se pueden adquirir, mediante el matrimonio, la unión libre, de manera independiente y/o por herencia, entre otros. Dicha afectación puede ser mediante la transformación, sustracción, destrucción, distracción, daño, pérdida, limitación y/o retención.[61] Por ejemplo, en algunas comunidades, las mujeres no pueden ser titulares de propiedad de tierras, sólo los hombres (padres, hermanos, maridos) quienes pueden disfrutar de la titularidad, esto es una forma de violencia patrimonial hacia las mujeres.

Violencia digital.-[62] Es cualquier acto realizado mediante el uso de materiales impresos, correo electrónico, mensajes telefónicos, redes sociales, plataformas de internet o cualquier medio tecnológico, por el que se obtenga, exponga, distribuya, difunda, exhiba, reproduzca, transmita, comercialice, oferte, intercambie y comparta imágenes, audios o videos audios o videos reales o simulados de contenido sexual íntimo de una persona, sin su consentimiento; que atente contra la integridad, la dignidad, la intimidad, la libertad, la vida privada de las mujeres o cause daño psicológico, económico o sexual tanto en el ámbito privado como en el público, además de daño moral, tanto a ellas como a sus familias. Se manifiesta en presión, persecución, hostigamiento, acoso, coacción, vejación, discriminación, amenazas o privación de la libertad o de la vida en razón de género. Por ejemplo, cuando una persona integrante de una pareja amenaza a la otra parte con publicar fotografías íntimas de su persona, sin su consentimiento.

[61] Córdova, O. (2017). La violencia económica y/o patrimonial contra las mujeres en el ámbito familiar. *Revista del Instituto de la Familia*. Facultad de Derecho. Persona y familia (N° 06), pp. 39-58. https://www.unife.edu.pe/facultad/derecho/familia/publicaciones/REVISTA_PERSONA_Y_FAMILIA_2017/LA%20VIOLENCIA%20ECON%C3%93MICA%20Y.O%20PATRIMONIAL%20CONTRA%20LAS%20MUJERES%20EN%20EL%20%C3%81MBITO%20FAMILIAR.pdf .

[62] IECM. Ibídem. "Manual sobre la violencia política…", p. 17.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Violencia contra los derechos reproductivos:[63] Acción u omisión que limite o vulnere el derecho de las mujeres a decidir libre y voluntariamente sobre su función reproductiva, en relación con el número y espaciamiento de los hijos, acceso a métodos anticonceptivos de su elección, acceso a una maternidad elegida y segura, así como el acceso a servicios de aborto seguro en el marco previsto por la ley para la interrupción legal del embarazo, a servicios de atención prenatal, así como a servicios obstétricos de emergencia.

Violencia obstétrica:[64] Acción u omisión que provenga de una o varias personas, que proporcionen atención médica o administrativa, en un establecimiento privado o institución de salud pública del gobierno de la Ciudad de México que dañe, lastime, o denigre a las mujeres de cualquier edad durante el embarazo, parto o puerperio, así como la negligencia, juzgamiento, maltrato, discriminación y vejación en su atención médica; se expresa por el trato deshumanizado, abuso de medicación y patologización de los procesos naturales, vulnerando la libertad e información completa, así como la capacidad de las mujeres para decidir libremente sobre su cuerpo, salud, sexualidad o sobre el número y espaciamiento de sus hijas e hijos.

[63] IECM. Ibídem. "Manual sobre la violencia política…", pp. 13 y 14.
[64] IECM. Ibídem. "Manual sobre la violencia política…", p. 14.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Masculinidad subordinada.- este tipo de masculinidad no comparte las características de la hegemónica; quienes forman parte de la subordinada pertenecen a una minoría que no se identifica con el estereotipo o prototipo masculino hegemónico. Frente a la masculinidad hegemónica, la subordinada es percibida como inmadura además de que se le relaciona con "lo femenino".

En la cultura Occidental, la subordinada se encarna con la figura del hombre homosexual, ya que en esta cultura dominan los hombres heterosexuales como producto de las relaciones de poder y el control desigual que ejercen sobre las mujeres, otros hombres no heterosexuales y otros grupos subordinados.

Masculinidad cómplice.- son aquellos hombres -y quienes se identifican con el género masculino-, que replican el proyecto hegemónico y el modelo patriarcal, por lo que son cómplices de la masculinidad hegemónica; los reproducen y funcionan acorde a ellos, pero también, son respetuosos de sus esposas y madres, y no son violentos con las mujeres en general.

Estas masculinidades realizan quehaceres domésticos, aportan a la economía familiar y pueden estar a favor del feminismo.

Masculinidad marginada.- la hegemonía, la subordinación y la complicidad, son relaciones internas al orden de género, pero el género se interrelaciona con otras estructuras como la clase y la raza y el origen étnico, lo que crea relaciones más amplias entre las masculinidades como la marginada.

En ésta, la supremacía blanca ejerce el poder y se coloca ante las masculinidades de otras personas como las de color, y les asigna roles y estereotipos de género como por ejemplo: los hombres de color son vinculados con la comisión de delitos, violaciones o delincuencia organizada y, concretamente los deportistas con la rudeza y "hombría" masculina, por mencionar algunos.

Masculinidad democrática.-[65] Es aquella que se ejerce poniendo en práctica valores democráticos, reconociendo los derechos humanos de las personas, así como su dignidad, más allá de su condición económica, social, sexo, género, religión, etcétera. En esta masculinidad las personas que se identifican con el género masculino están abiertas a las transformaciones y cambios que contribuyen a construir una mejor sociedad; se autovigila y son conscientes de las actitudes y comportamientos producto del modelo patriarcal y del machismo, y de los efectos desiguales, inequitativos, discriminatorios y hasta violentos, que afectan tanto a los propios hombres como a otras personas, grupos, colectivos y poblaciones en general, entre ellas las mujeres, tanto en los ambitos privados como públicos de la sociedad.

Quienes ejercen este tipo de masculinidad también observan, se repleantean, modifican y asumen la corresponsabilidad de crear otro tipo de masculinidades frente a la hegemónica, expresan sus afectos, gestionan sus frustraciones, emociones, se autobservan y observan las relaciones de poder y los patrones de conducta patriarcales y hegémonicos de los hombres, evitan ejercer violencia y están dispuestas a transformarlos en su propia persona; asumen y desempeñan distintas actividades de manera corresponsable, más allá de si están o no acordes a los roles de género y ejercen el poder reconociendo al "otro" en igualdad de derechos humanos, dignidad y respeto. Ahora que se han planteado los tipos de masculinidades y concretamente la democrática, se abordan con mayor detenimiento algunos aspectos que pueden contribuir a entender mejor esta mancuerna democracia y masculinidades y a desarrollar y practicar masculinidades democráticas.

Preguntas detonadoras para la reflexión grupal

Ahora que se han revisado los tipos de masculinidades, así como la forma en la que se ejerce, ¿qué opinas de todo esto? ¿con cuál de los tipos de masculinidades tú te identificas más? ¿qué ventajas y desventajas crees que tiene cada uno de estos tipos?

[65] Elaboración propia tomando como referente a Gobierno de México. *Masculinidad hegemónica vs masculinidades igualitarias*. Recuperado de https://www.gob.mx/sre/articulos/masculinidad-hegemonica-vs-masculinidades-igualitarias

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

3.4 Democracia y masculinidades

Como se ha visto hasta ahora, las masculinidades es un tema complejo que conlleva diversos aspectos, además de que se ejerce de varias maneras, sin embargo, al ser construcciones socioculturales, también ofrecen la posibilidad de ser revisadas, modificadas, transformadas y evolucionar tanto como la misma sociedad y cada persona lo vaya permitiendo. De ahí que sean tan importantes talleres como este de "Democracia y masculinidades" ya que permiten reflexionar y replantear si es posible pensarlas haciendo mancuerna.

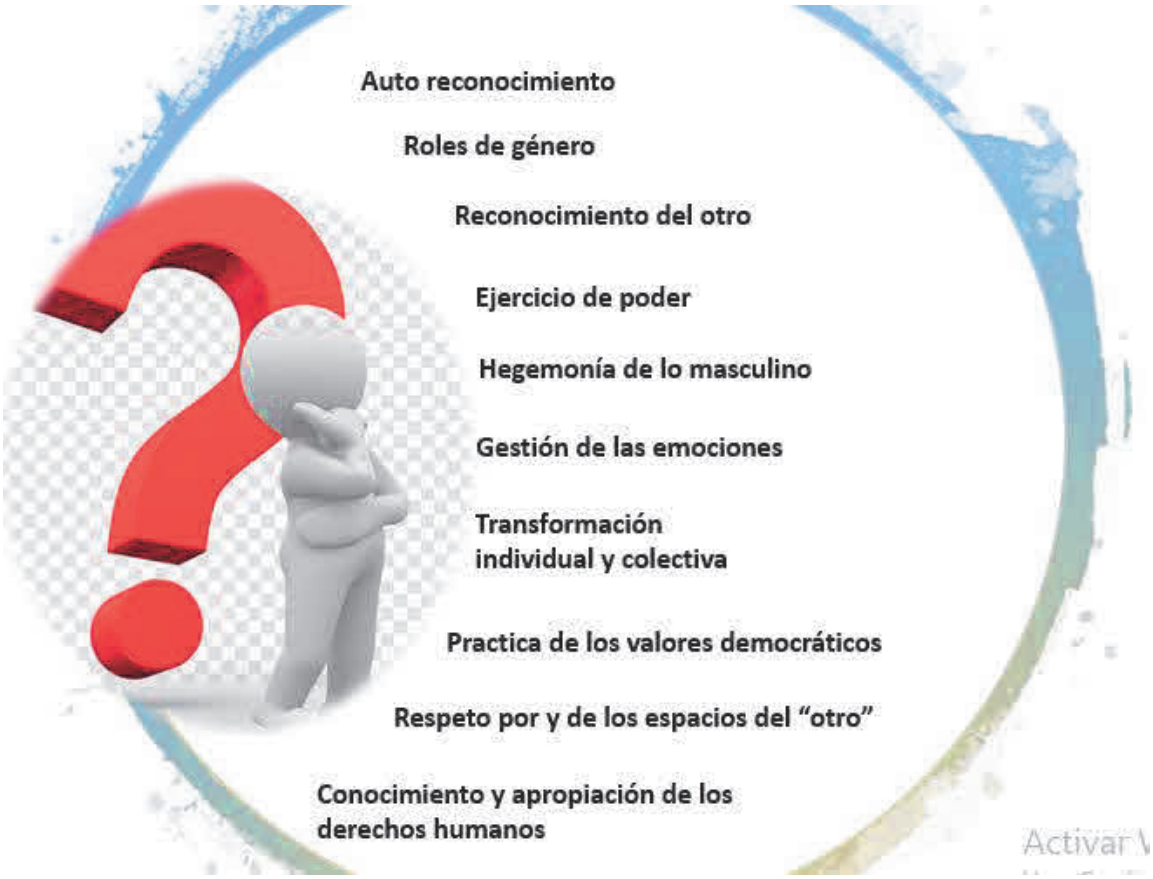
La democracia tiene mucho que aportar a las masculinidades y ser una de sus herramientas que la complementa, transforma y enriquecerla, además de fortalecerla, porque como se ha visto, no es lo mismo ejercer la masculinidad con violencia que una con democracia, las diferencias son significativas y beneficia y/o afecta no solo a la persona que la ejerce de esta forma sino a su entorno y a aquellas personas con las que convive en su día a día. Es importante sensibilizarse en este aspecto porque los cambios y transformaciones en cada persona, se dan a partir de la toma de consciencia y de lo que cada quién va asumiendo, y si herramientas como la democracia llegan a la vida de alguien, puede ser una excelente oportunidad para aprovecharla e ir modificando comportamientos y actitudes sin agarrarse de pretexto para seguir siendo igual.

Para dimensionar esta mancuerna entre masculinidades y democracia, enseguida, se presentan un decálogo con algunos aspectos indispensables de ser observados de forma crítica y reflexiva, tanto de manera individual como colectiva, además de trabajarlos, modificarlos, fortalecerlos y apropiarse de ellos de forma consciente y corresponsable, a fin de desarrollar, fomentar y practicar masculinidades democráticas:[66]

[66] Para la identificación de estas categorías se tomó como referentes a: Connel, R. Ibídem. *La organización social*… y Arroyo, M. Ibídem. *Conversatorio "La responsabilidad de…".*

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento



Auto reconocimiento: implica que las personas, y específicamente aquellas que se identifican con el género masculino, se auto observen, identifiquen y cuestionen cómo ha sido construida su masculinidad -a la luz del modelo patriarcal y machista que ha creado la masculinidad hegemónica y le ha otorgado privilegios-, el tipo (s) de masculinidad que practican y cómo se ven reflejadas en sus condiciones de vida, las diversas implicaciones (sociales, físicas, etcétera) mencionadas. Esto con la finalidad de tomar consciencia y

Roles de género: En la medida que se observen de manera crítica tanto el género como sus roles, sus implicaciones (económicas, culturales, políticas, educativas, laborales), las relaciones desiguales de poder, la cultura patriarcal y sus efectos al generar y acentuar las diferencias y desigualdades estructurales, discriminación, precarización y violencia sobre aquellas personas que no forman parte del género masculino (como son las mujeres y quienes conforman la comunidad LGBTTTI+, entre otras), se puede

reconocer qué tan democráticos o antidemocráticos son e identificar, tanto de forma individual como colectiva, aquellos aspectos que pueden modificar tanto en su propia persona como en aquellos espacios donde interactúan y conviven con las otras personas.

Reconocimiento del otro: Identificar de manera individual y observar de forma autocrítica, cómo se reconoce a las otras personas, más allá del vínculo amistoso, laboral y/o afectivo que haya con ellas. Ya que cada persona posee derechos humanos, dignidad y debe ser tratada con respeto, más allá de cuál sea su condición social, económica, política, cultural, educativa, su orientación sexual, etcétera, y cómo esta forma de reconocimiento refleja el tipo de relaciones (pacíficas, armoniosas, igualitarias, democráticas o antidemocráticas, violentas, desiguales y/o discriminatorias, etcétera) que se establecen con ellas. Además, en el otro también está el medio ambiente, cómo se reconoce o no al entorno y la relación que se establece con éste, se cuida, conserva, preserva, se hace un manejo responsable de este o se contamina, sobre explota y/o descuida.

Hegemonía de lo masculino: Conlleva abrir una ventana de oportunidad para generar cambios tanto en lo individual como en lo colectivo.

Ejercicio del poder: Implica la necesidad de auto observar de forma crítica e individual en primera instancia, la forma en la que se ejerce el poder y las relaciones que se establecen a partir de dicho ejercicio, en los distintos espacios donde se interactúa, sea con la pareja, con la familia, en el trabajo, en la escuela, en la calle, etcétera; dado que el poder se puede ejercer en cualquier ámbito de forma desigual, arbitraria, violenta, discriminatoria, machista y antidemocrática o igualitaria, respetuosa, democrática y dignificando y reconociendo a las otras personas como sujetas de derechos humanos. También implica observar el ejercicio de poder en lo externo, es decir, en la sociedad ya que en ésta se crean, promueven y reproducen formas antidemocráticas, violentas y autoritarias del ejercicio de poder.

Gestión de las emociones: es necesario que

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

cuestionar e ir modificando gradualmente dicha hegemonía, sobre todo en sociedades patriarcales y machistas, así como identificar aquellos estereotipos, patrones de conducta y el modelo de masculinidad predominante ya introyectados y que pueden incluso, ya ni siquiera observarse porque ya constituyen las personalidades individuales. Dicha hegemonía de lo masculino ha generado y sigue generando privilegios, condiciones de desigualdad, violencia, discriminación y precarización no sólo en las mujeres, sino en todas y todos aquellos que no forman parte del género masculino como sucede también con la comunidad LGBTTTI+ y esto no es posible en sociedades que se asumen democráticas.

las personas que se identifican con el género masculino observen y sean conscientes de sus propias emociones a fin de hacer una adecuada gestión de las mismas, ya que en sociedades predominantemente machistas, donde se educa para que no muestren debilidad, emociones ni sentimientos, "ya que los hombres no deben llorar", sin embargo, puede ser contraproducente y puede devenir en detrimento de sí mismos y afectar incluso sus relaciones interpersonales ya que bloquean dichas emociones por temor a ser criticados y descalificados. De ahí que sea necesario observar de manera crítica esos patrones y valorar y trabajar en sí mismos dicha manifestación, sin represiones, miedos, inseguridades ni discriminación.

Transformación individual y colectiva: con la finalidad de construir sociedades más igualitarias, incluyentes y basadas en el respeto y ejercicio de los derechos humanos y en el reconocimiento de la dignidad humana, se requiere de los cambios y transformaciones tanto individuales como colectivas, en las que todas y todos reconozcan y modifiquen aquellos comportamientos, actitudes, formas de ser y pensar que no contribuyen a lograr dicha finalidad, empezando por sí mismas y mismos y en los entornos más inmediatos como es en el hogar, con la pareja, con la familia, en la escuela, en el trabajo, en la calle; sin estar esperando que el otro o la sociedad cambien, sino empezar en la propia persona y contribuir a que ese cambio vaya permeando gradualmente los distintos ámbitos de interacción y convivencia. Estos cambios individuales irán transformando e impactando también a los otros.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Practica de los valores democráticos: es indispensable el reconocimiento, la apropiación y la práctica de los valores democráticos en el ejercicio de las masculinidades como son los siguientes:

Diálogo.- El diálogo se da cuando se muestra la disposición para conocer y escuchar las opiniones, ideas, sentimientos y/o expresiones del otro -sin imponer, callar, descalificar y/o desvalorizarlas-. El diálogo contribuye a lograr mantener un intercambio donde puede o no llegarse a acuerdos, lo importante es el proceso de comunicarse de forma respetuosa y abierta sin agresiones ni violencia;

Igualdad.- Cuando se trata a las personas con respeto y reconocimiento a sus derechos humanos y dignidad –al igual que cada persona los tiene- sin menospreciarle ni discriminarle por su sexo, edad, condición económica, religión, orientación sexual, etcétera;

Participación.- En el ejercicio de la masculinidad, la participación es muy importante porque es la forma de manifestar el involucramiento, la responsabilidad y corresponsabilidad de una persona en actividades, con actitudes, comportamientos y formas de pensar;

Pluralidad.- Cuando una persona reconoce la variedad y las diferentes formas de ser, pensar y actuar que hay y muestra respeto por ellas, sin descalificarlas ni discriminarlas, ya que las personas tienen el derecho de actuar y ser libremente -pero con responsabilidad- y sin dañar a terceros;

Respeto.- Es el trato digno que se le da a otra persona, reconociendo sus derechos humanos y preferencias. Por ejemplo, cuando una persona decide terminar su relación con su pareja actual porque le manifiesta que ya tiene otra orientación sexual por lo que su pareja reconoce y respeta este derecho;

Responsabilidad.- Una persona ejerce su masculinidad con responsabilidad cuando asume las consecuencias positivas y negativas de sus actos, sin buscar a quién echarle culpas y ver cómo evadir las cosas;

Legalidad.- Es actuar conforme a las reglas y normas establecidas y en el marco de la ley, evitando así dañar a terceros y respetando sus derechos humanos y dignidad;

Libertad.- Este valor se practica cuando las personas pueden decidir cómo ser, pensar y actuar conforme sus intereses y necesidades, sin que nada ni nadie ejerza presiones, violencia,

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

intimidación ni amenazas sobre las otras personas y,

Tolerancia.- La masculinidad con tolerancia se ejerce cuando a pesar de ser distinto, pensar y/o actuar de forma diferente a otra persona, se muestra respeto por la otra persona (s), aunque no se esté de acuerdo e incluso sea confrontante ante su forma de ser o actuar.

Respeto por y de los espacios del "otro".- La observación y el respeto de aquellas plataformas y espacios que son propiamente de las mujeres porque ellas los han gestionado, creado, ganado y/o han sido "cedidos" para ellas, pero donde prevalece el dominio masculino. Esto sucede cuando los hombres continúan controlando, incidiendo, acaparando y pretendiendo dominar aquellos espacios que son de las mujeres, en los cuales están haciendo gestiones, legislando, proponiendo e impulsando, etcétera, diversas acciones, iniciativas, leyes, normas, programas y/o políticas, entre otros -ya sea ejerciendo cargos políticos, públicos, representación, creando plataformas digitales, colectivos, organizaciones y apropiándose de espacios públicos como las marchas, entre otras formas- que contribuyen a visibilizar y atender las inequidades y desigualdades, en pleno ejercicio de sus derechos humanos y trabajando por la igualdad sustantiva.

De ahí que se tan importante que los hombres identifiquen y modifiquen dichas injerencias, imposiciones, sin llevar a cabo "simulaciones", "ceder" espacios de poder e intentar promover , acciones afirmativas que en realidad se toman como concesiones cuando en realidad, continúan ejerciendo el influyentismo, el control, la represión, las amenazas, la violencia y los condicionamientos para no perder esos espacios frente y sobre las mujeres. Un ejemplo de todo ello son los años que tuvieron que pasar hasta que finalmente se pudo tipificar y reconocer recientemente en la legislación mexicana, la violencia política contra las mujeres en razón de género, cuando está ha existido históricamente pero no se reconocía como tal, a pesar de que se llevaba a cabo de muchas maneras cometiendo atropellos, amenazadas, feminicidios y asesinatos de muchas mujeres lideresas, políticas, activistas, defensoras de diversas causas, pero que desafortunadamente no fueron tipificados, reconocidos, sancionados y muchos quedaron impunes, sin reconocerlos como tal.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Conocimiento y apropiación de los derechos humanos.- Se requiere que todas las personas en general, y obviamente aquellas que se identifican con el género masculino, conozcan y se apropien de los derechos humanos, a fin de que los ejerzan y respeten tanto en sí mismos como en todas las personas, ya que en esta medida, se puede contribuir a ejercer masculinidades más democráticas, incluyentes y respetuosas, al igual que crear ambientes de convivencia, tanto públicos como privados, más armónicos y pacíficos.

Aunado a estos aspectos que pueden contribuir a construir masculinidades democráticas o más democráticas, y conscientes de la existencia de la existencia de la masculinidad hegemónica, con todo lo que ésta implica en un modelo patriarcal desigual, predominante, con privilegios y que es y puede ser discriminatorio, excluyente y violento no solo hacia las mujeres, sino hacia otras masculinidades y formas de ser, pensar y actuar como de las personas que integran a la comunidad LGBTTTI+, personas con discapacidades, etcétera; también existen otros planteamientos, posturas e ideologías que están generando nuevas formas de concebir y ser de las masculinidades, lo que está implicando también cambios estructurales y la forma en la que se concibe el ser hombre y lo masculino en la sociedad.

> Las nuevas masculinidades son *"las maneras no tradicionales de ser varón, que emergen como respuesta y confrontación de un contexto de desigualdad, donde los hombres ejercen la dominación a través de la fuerza, el autoritarismo y la violencia. Es una propuesta que trabaja sobre otras maneras de ser varones y los modos como se construye la masculinidad dominante para desarticularla. Supone investigaciones e intervenciones políticas en diferentes ámbitos: por un lado, cambiar los enfoques institucionales y organizacionales sobre la cuestión de género, generalmente asociados solamente a las problemáticas de las mujeres, así como modificar las actitudes y prácticas de los varones de manera individual y*

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

colectiva, para constituir relaciones más igualitarias en las familias, en las comunidades, instituciones y entre las propias naciones". [67]

Algunos planteamientos que están contribuyendo a resignificar las nuevas masculinidades son: [68]

a) El cuestionamiento ante los "privilegios" de los hombres, lo que implica observarlos y tomar consciencia de lo que históricamente ha sido visto como "normal", "porque así tiene que ser" y romper, modificar y replantear dichos privilegios ante las desigualdades, desventajas, violaciones, discriminaciones y condiciones de precariedad existentes y que se han generado para quienes no gozan de estos privilegios, entre ellos las mujeres. Sin embargo, también requiere cuestionar que estos efectos del goce de privilegios no son para todos los hombres, sobre todo para quienes practican la masculinidad hegemónica, ya que entre los mismos hombres y quienes practican otro tipo de masculinidades, se dan situaciones de discriminación, violencia y exclusión, cuando no "cumplen" con los "patrones" y modelos de conducta propios de su género y de la masculinidad hegemónica. Pero este replanteamiento y cuestionamiento no sólo involucra a los varones sino también a toda la sociedad, entre ésta a las mujeres, ya que la mayoría de la sociedad aún continúa reproduciendo -de alguna u otra manera dicho modelo y forma en la masculinidad hegemónica-.

Por tanto, no hay replanteamientos, toma de conciencia y transformaciones en la sociedad que sólo impliquen luchas de unas cuántas personas, ya sea por parte sólo de las mujeres o de los hombres, del feminismo o de las nuevas masculinidades, sino que son luchas de todas y todos en pro de generar una cultura más democrática, incluyente, con mayores equilibrios y equidades en las relaciones de poder y de género, donde los derechos humanos y la dignidad de las personas sean reconocidos y respetados, donde existan nuevas construcciones y resignificaciones entorno al género, a las masculinidades,

[67] Bard, G. (8 marzo, 2016). "Aferrarse o soltar privilegios de género: sobre masculinidades hegemónicas y disidentes". Science Direct. Recuperado de https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1870576616300058 y Fabián, L. (2015). "Nuevas masculinidades: discursos y prácticas de resistencia al patriarcado", p. 82. Recuperado de https://biblio.flacsoandes.edu.ec/libros/digital/55344.pdf

[68] Se toma como referente lo establecido en Bard, G. Ibídem. "Aferrarse o soltar…", p. 82, 88-101, 108.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

donde exista la libertad de tener las orientaciones e identidades sexuales que las personas deseen y puedan ser y pensar en libertad sin la presión, la discriminación y la violencia por apegarse o no la masculinidad hegemónica y todo lo que ésta conlleva.

> "*…los hombres se permiten cuestionar el ser hombres desde una masculinidad patriarcal*". (Huertas et al. 2009, 45)[69]

b) Necesidad de reconocer los sentimientos de los hombres lo cual pasa por la revisión de sí mismos, de cómo han sido criados, cómo han sido sus padres, cómo son ellos mismos y cómo son siendo padres, de ser el caso; lo que tienen o no permitido sentir, expresar y manifestar sobre todo en sociedades machistas y desde la masculinidad hegemónica. Las nuevas masculinidades está replanteando y demandando el derecho a humanizarse, es decir, a verse como personas en su integralidad, sin castigarse, reprimirse o sentir culpas por expresar y vivir sus sentimientos, emociones y las cualidades que habitualmente han sido consideradas como "femeninas" -como son la ternura, la escucha, el afecto y la contención, a manifestar sus miedos, temores, apegos, a conectarse con su cuerpo, a auto cuidarse, a asumir nuevos roles y realizar actividades de forma corresponsable, aunque no vayan "acorde" con su género masculino- sin que esto les implique ser agredidos, descalificados, discriminados ni rechazados por la sociedad.

Como sucede con el tipo de paternidad que algunos hombres practican y que sienten la necesidad de ser "padres presentes" con sus hijas e hijos y por ende en sus empleos negocian permisos, jornadas semipresenciales, periodos vacacionales, licencias, etcétera, para estar más tiempo con ellas y ellos y atender sus necesidades y actividades de manera directa y corresponsable, lo que también impacta en ir modificando las dinámicas estructurales con las cuales la sociedad ha funcionado hasta ahora.

c) Trabajar en el reencuentro consigo mismos y con otras personas en perspectivas

[69] Fabián, L. Ibídem. "Nuevas masculinidades…", p.86.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

de ejercicio de la libertad, la autonomía y el libre desarrollo de la personalidad, en un marco innegociable de garantía, ejercicio y promoción de los derechos humanos, entre ellos los sexuales y reproductivos. Lo que implica el reconocimiento a poder manifestar abiertamente las orientaciones e identidades sexuales, sin temor a represalias y en pleno ejercicio de sus derechos sexuales y reproductivos; respetar las orientaciones sexuales de las demás personas; asumir la corresponsabilidad en la prevención de embarazos no deseados practicándose la vasectomía y/o usar métodos anticonceptivos al igual que las mujeres e incluso, evitar que ellas los utilicen, optando por hacerlo ellos mismos. Es decir…

> hacer un ejercicio sano, responsable, gratificante, sensible, afectivo y placentero del erotismo, sin las afectaciones de las presiones sociales, el alardeo, la perentoriedad sexual, la obsesión penetrativa, el acoso sexual, la explotación sexual de niñas, niños y adolescentes y la prostitución de personas adultas (…); promover la democracia y la equidad, un diálogo intergeneracional; eliminar la violencia intrafamiliar, la violencia de género y el maltrato infantil y juvenil; solucionar pacíficamente los conflictos y replantear positivamente las relaciones de crianza y socialización (...); superar el sexismo, el racismo, el clasismo, la misoginia, la homofobia, la transfobia, el adulto centrismo, la xenofobia y cualesquiera otras formas de marginación y exclusión, así como el autoritarismo, la manipulación y las violencias (…), distanciándose de posturas de complicidad con el sistema patriarcal, ejerciendo acciones críticas y movilizando iniciativas de cambio frente a situaciones de autoritarismo familiar, comunitario, laboral, social, económico y político (CHM 2009).[70]

Estos son tan solo algunos planteamientos que hacen las nuevas masculinidades y que muestran que, cuando los varones observan, reflexionan, son educados con perspectivas distintas, distanciadas del modelo patriarcal, trabajan en su condición de género y en el

[70] Fabián, L. Ibídem. “Nuevas masculinidades…”, p. 108.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

tipo de masculinidades que practican - ya sea tanto de forma individual como colectiva a través de grupos de autoayuda, terapias psicológicas, etcétera- todo esto contribuye a replantear masculinidades más democráticas, humanizadas, incluyentes, equitativas, respetuosas y apropiadas de sus derechos humanos y de los derechos de las otras personas.

Enseguida, se muestran algunos ejemplos de cómo se pueden ejercer masculinidades democráticas.

3.5 Ejemplos de la práctica de masculinidades democráticas

Cuando una persona que se identifica con el género masculino y que recién asume el cargo de director en una empresa, identifica que existen salarios desiguales entre mujeres y hombres con el mismo cargo, por lo que toma cartas en el asunto y elimina dicha distinción para que se homologuen dichos salarios.	Cuando una persona que se identifica con el género masculino observa y evita reproducir comportamientos machistas con su pareja, respetando y contribuyendo a que ella logre su propia autonomía económica.	Cuando una persona que se identifica con el género masculino identifica en sí misma actitudes misóginas, por lo que trabaja por no tenerlas y valorar a las personas más allá de su sexo, género y orientación sexual, entre otros.
Cuando una persona que se identifica con el género masculino y es proveedor económico en el hogar, evita ejercer violencia disminuyendo o interrumpiendo dicha	Cuando una persona que se identifica con el género masculino y que es padre de familia, procura brindar a sus hijas e hijos las mismas oportunidades educativas para que todas y todos, por	Cuando una persona que se identifica con el género masculino se da la oportunidad de manifestar sus sentimientos (alegría, tristeza, dolor, sufrimiento, temor, etcétera), de

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

proveeduría cuando hay conflictos con su pareja.	igual, logren la formación profesional que deseen, sin hacer ningún tipo de distinción o discriminación por el género que tengan.	manera libre y sin sentir temor o amenazada su masculinidad por ello.
Cuando una persona que se identifica con el género masculino educa a sus hijas e hijos en su hogar de manera que observen y eviten reproducir actitudes y comportamientos machistas o misóginos.	Cuando una persona que se identifica con el género masculino promueve en su empresa políticas laborales incluyentes para que todas las personas en igualdad y más allá de su género, orientación sexual, apariencia física, etcétera, asciendan a cargos más altos conforme sus capacidades profesionales y desempeño.	Cuando una persona que se identifica con el género masculino transita por las calles con respeto hacia todas las personas, más allá de su sexo u orientación sexual, evitando realizar acoso callejero.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

IV. Desarrollo del taller

Para el desarrollo del taller “Democracia y masculinidades”, se presenta a continuación, una propuesta que busca orientar en los contenidos y en el cómo se pueden abordar, pero en ningún caso pretenden ser limitativos ni en fondo ni en forma, sino que más bien, se sugiere que el personal del IECM, así como las personas prestadoras de servicio social se sientan en la libertad de adecuarlos y adaptarlos acorde al tipo de público participante en los talleres así como a las condiciones de tiempo, espacio y recursos disponibles en los territorios donde se trabaja. Además, se sugiere tomar en cuenta los contenidos abordados en el Marco general ya que pueden complementar y dar sustento al proceso de información, sensibilización y formación de las y los participantes.

Por otro lado, este taller cuenta con un juego didáctico llamado “Aplícate con la democracia” el cual se puede jugar en el marco de dicho taller, acorde a la disponibilidad de tiempo, pero también se puede hacer uso de éste en otros espacios de difusión y formación conforme haya las condiciones favorables y se considere conveniente.

4.1 Propósitos del taller

El propósito del taller “Democracia y masculinidades” es el siguiente:

Objetivo general

Conocer y reconocer cómo se construyen y ejercen las masculinidades y los diversos aspectos que las influyen, a fin de generar un proceso reflexivo y de sensibilización, además de identificar su vínculo con la democracia, promoviendo así el desarrollo y la práctica de masculinidades democráticas.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Objetivos específicos

- Dar a conocer a las y los participantes en qué consiste el trabajo del IECM y específicamente el de educación cívica.
- Conocer y reconocer a la democracia como una herramienta útil para la vida que se puede practicar en las masculinidades.
- Identificar y reconocer qué es la masculinidad; algunas de sus implicaciones y los tipos que hay frente a la masculinidad hegemónica.
- Identificar la viabilidad de la democracia en la práctica de las masculinidades con un decálogo de algunos aspectos que pueden contribuir a construir masculinidades democráticas, así como algunos ejemplos que la ilustran.

4.2 Temas a desarrollar

I. Acercándonos a la democracia

1.1 Qué es la democracia, así como sus principios

1.2 Ventajas y retos al practicarla

1.3 En dónde se puede practicar

II. Masculinidades con democracia

2.1 ¿Qué es la masculinidad?

2.2 Implicaciones de las masculinidades

2.3 Tipos de masculinidades frente a la masculinidad hegemónica

2.4 Democracia y masculinidades

2.5 Ejemplos del ejercicio de masculinidades democráticas

Duración del taller: 2 horas aproximadamente.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

4.3 Secuencia didáctica

Tema	Objetivo	Dinámica	Actividad	Tiempo	Material
Presentación institucional del IECM	Dar a conocer brevemente en qué consiste el trabajo del IECM, específicamente en educación cívica.	Exposición	Exposición en plenaria	5 min	Rotafolio y/o computadora con cañón para proyectar en pared.
Propósito del taller	Presentar a las personas participantes el propósito y contenidos del taller.	Exposición	Exposición en plenaria	10 min	Rotafolio y/o computadora con cañón para proyectar en pared.
Apertura con dinámica "Guapo a la vista"	Generar la socialización entre las personas participantes del taller y que las personas "rompan el hielo", se sientan en confianza y relajadas previo al taller.	Grupal	Grupal	10 min	
Presentación tema **I. Acercándonos a la democracia** 1.1 Qué es la democracia, así como sus principios. 1.2 Ventajas y retos al practicarla. 1.3 En dónde se puede practicar.	Que las personas participantes conozcan y/o reconozcan en qué consiste la democracia, sus principios, ventajas y retos al practicarla y los espacios en los que se puede ejercer.	La que se valore más conveniente	La que se valore más conveniente	25 min	El que se requiera conforme la actividad elegida.
Receso de 10 min					

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

II. Masculinidades con democracia 2.1 ¿Qué es la masculinidad? 2.2 Implicaciones de las masculinidades 2.3 Tipos de masculinidades frente a la masculinidad hegemónica 2.4 Democracia y masculinidades 2.5 Ejemplos del ejercicio de masculinidades democráticas	Que las personas participantes conozcan y reconozcan que es la masculinidad, sus implicaciones y tipos, además de identificar cómo se puede practicar la democracia en las masculinidades y algunos ejemplos que lo ilustran.	La que se valore más conveniente	La que se valore más conveniente	25 min	El que se requiera conforme la actividad elegida.
Dinámica "Reconociéndome mejor"	Provocar la observación y reflexión en las personas participantes en torno a lo que implica formar parte del género masculino, además de identificar la viabilidad de practicar masculinidades democráticas.	En parejas	En parejas y grupal	30 min	Test 1 y 2 por participante y lápices o plumas
Reflexión final. Preguntas detonadoras: ¿Qué aportes considero que puede dar la democracia al ejercicio de la masculinidad?	Que las personas participantes socialicen lo que aprendieron en el taller, el valor de uso de lo aprendido y los espacios en los que consideran pueden aplicarlo.	Plenaria	Plenaria	15 min	

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

¿Qué ventajas y desventajas veo de practicar la democracia en la masculinidad? ¿Qué mensaje final me llevo?					
Aplicación de encuesta de satisfacción y en su caso de la encuesta de calidad.		Aplicación individual	Aplicación individual	5 min	Encuestas impresas
Total				125 min (2:05 horas)	

4.4 Técnicas a utilizar en el taller

Nombre de la actividad	Descripción
"Guapo a la vista"	**Propósito**.- Generar la socialización entre las personas participantes del taller y "romper el hielo" para que se sientan en confianza y relajadas, previo a comenzar el taller. **Descripción**.- Las personas participantes se colocan en círculo; la persona facilitadora grita "ensalada de frutas" y todas y todos deben cambiarse de lugar, sin repetir estar con la misma persona que inicialmente tenían al lado. Una vez que se hace esto, las personas participantes se voltean con la persona de la derecha y hacen parejas o triadas, dependiendo el número de participantes. Luego cada participante (al azar o con un "disparejo") deberá imitar una actitud, postura y/o comportamiento del estereotipo del ser macho (como

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

	puede ser: galán, apuesto, coqueto, infiel, conquistador, controlador, violento, etcétera) pero lo hará con mímica, sin decir una sola palabra, y sólo usando su cuerpo y sus gestos para que la persona con la que están adivine a qué estereotipo se refiere, cuando terminen, la persona facilitadora volverá a gritar "ensalada de frutas" para volver a cambiar de pareja o triada. **Reflexión final.-** Al final del ejercicio, las personas participantes comentan en plenaria cómo se sintieron con esta dinámica. Preguntas detonadoras ¿Cómo te sientes ahora para comenzar el taller? ¿Cómo te sientes ahora respecto a las otras personas participantes y que quizá no conocías? ¿Qué habría pasado si se hubiera iniciado el taller sin hacer esta dinámica?, ¿habría sido igual?
"Reconociéndome mejor"	**Propósito**.- Provocar la observación y reflexión en las personas participantes en torno a lo que implica ser parte del género masculino visto desde ellas mismas, pero también desde un tercero, además de identificar la viabilidad de la relación democracia- masculinidades. **Indicaciones**: Conformar parejas, de preferencia de una mujer con una persona que se identifique con el género masculino o bien triadas, conforme las personas participantes; lo importante es que en cada una haya una persona que se identifique con el género masculino. Enseguida, las personas del género masculino contestan el Test 1 "Reconociéndome mejor" y el resto el Test 2 "Reconociéndolo mejor", refiriéndose a una figura

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

masculina que ellas elijan y les sea familiar como puede ser la pareja, novio, amigo, padre, hermano, etcétera, y que conozcan bien. Una vez que cada integrante de la pareja o triada haya contestado su respectivo test, lo socializan entre sí.

Test 1 "Reconociéndome mejor" (sólo para quienes se identifican con el género masculino).
Indicaciones: contesta las siguientes preguntas

Preguntas	Respuestas
1. **¿Qué opinas de cómo son criadas/formadas las personas que forman parte del género masculino en este país?**	
2. ¿Cómo me siento **de ser parte del género masculino**? 3. **¿Qué es lo que más me gusta de ello?, ¿por qué?**	
4. **¿Qué es lo que menos me gusta de ello?, ¿por qué?**	
5. **¿Considero compatible el ejercicio mi masculinidad con la democracia?, ¿sí o no y por qué?**	

Test 2. "Reconociéndolo mejor" (para el resto de personas)
Indicaciones: contesta las siguientes preguntas

Preguntas	Respuestas
1. **¿Qué opinas de cómo son criadas/formadas las personas que forman parte del género masculino en este país?, ¿por qué?**	
2. **¿Qué consideras que es lo que más disfrutan estas personas de su masculinidad?, ¿por qué?**	

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

	3. **¿Qué consideras que es lo que menos disfrutan?, ¿por qué?**	
	4. **¿Qué tipo de masculinidad es la que a ti te gusta?, ¿por qué?**	
	5. **¿Consideras compatible el ejercicio de la masculinidad con la democracia?, ¿sí o no y por qué?**	

Preguntas para la reflexión final:

a) ¿Qué es lo que más te ha llamado la atención de lo visto hasta el momento en el taller sobre la democracia?

b) ¿Consideras viable la relación entre la democracia y las masculinidades en México?, ¿sí o no y por qué?

c) ¿Qué consideras que puede aportar la democracia a las masculinidades?

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Fuentes de consulta

Publicaciones en línea

Cámara de Diputados. (13-04-2020). *Ley General de Acceso de las Mujeres a una vida libre de violencia*, Recuperado de http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGAMVLV_130420.pdf

Comisión Española de Ayuda al Refugiado. (2019). *Situación de la mujer*. Comisión Española de Ayuda al Refugiado. Recuperado de https://www.cear.es/wp-content/uploads/2019/05/Situaci%C3%B3n-de-la-mujer-en-M%C3%A9xico-2019.pdf.

Comité Jurídico Interamericano. (2013). *Informe preliminar sobre el tema Orientación sexual, identidad de género y expresión de género*. Recuperado de http://www.oas.org/es/sla/cji/docs/cji_agenda_actual_Orientacion_Sexual.pdf

Connel, R. "*La organización social de la masculinidad"*. Recuperado de https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/62109219/CONNELL__R._W._Organizacion_social_de_la_masculinidad20200215-83921-182f776.pdf?1581808165=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DLa_organizacion_social_de_la_masculinida.pdf&Expires=1607455678&Signature=KLGAGD1eoLc5jSX-JhNtVk0J84bBXyq5XwwzKQ8SfxhbT2GmhZ~6jyHZbSvJF5y5cuVQal8bzlyKz5pVd6BAnLEn6Au8oB9DWFHTf6zDnM8zECgQdUmz8B1~yYNg2mnv9VxVaknzYJGhoO28g7sY2xtausxKWYdxZsCNQ6WUINwaeUTRJVFTffnTibtEDb0IpUB3xgtdmRi1XJSStvVMLyycc2q2uZqDfPJDAzy5ErQ9ltp02Cp59ZRwwlISOny70oQj15EXCv5bnhVey-qBdiZpnik6TQCVy5jXq69C7ZCMe8bCU0eQRmaiso2YctkUGECZ5IvBcFqYZXJs5C6irw__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA

Consejo Nacional para la Prevención de la Discriminación (CONAPRED). (2016). *Glosario de la diversidad sexual, de género y características sexuales.* CONAPRED. Recuperado de http://sindis.conapred.org.mx/investigaciones/glosario-de-la-diversidad-sexual-de-genero-y-caracteristicas-sexuales/

CNDH. (2018). *Respeto a las Diferentes Masculinidades*. Recuperado de https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/doc/Programas/Ninez_familia/Material/trip-respeto-dif-masculinidades.pdf

Dahl, R. *¿Qué es la democracia?* Recuperado de https://webs.ucm.es/info/cpuno/asoc/profesores/lecturas/dahl.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Democracia y desarrollo: El rol de las Naciones Unidas. Recuperado de https://www.idea.int/sites/default/files/publications/democracia-y-desarollo.pdf

Fabián, L. (2015). "Nuevas masculinidades: discursos y prácticas de resistencia al patriarcado". Recuperado de https://biblio.flacsoandes.edu.ec/libros/digital/55344.pdf

Fuentes y Covarrubias. (2016). *Culturas familiares: hacia la construcción de familias democráticas. Guía para la implementación del taller*. Recuperado de http://portal.iedf.org.mx/biblioteca/familia/culturas%20familiares_biblioteca%20e.pdf (p.

Fondo Monetario Internacional. (2019). *Las mujeres y el crecimiento económico*. (Publicación trimestral Volumen 56 | Número 1. Finanzas y Desarrollo). Recuperado de https://www.imf.org/external/pubs/ft/fandd/spa/2019/03/pdf/fd0319s.pdf.

Fuentes y Covarrubias. (2016). *Culturas familiares: hacia la construcción de familias democráticas. Guía para la implementación del taller*. Recuperado de http://portal.iedf.org.mx/biblioteca/familia/culturas%20familiares_biblioteca%20e.pdf (p.

Gobierno del Estado de México, Secretaría de Desarrollo Social y Consejo Estatal de la Mujer y Bienestar (2011). *Sensibilización en masculinidad y violencia de género. Guía metodológica.* Recuperado de Socialfile:///C:/Users/Sonia/Desktop/Sonia%202020/IECM/Docs%20Sonia/Materiales%20talleres/Nuevos%20contenidos/Taller%206%20Masculinidades/Material%20consulta/Masculinidades%20edomex.pdf

INEGI. (2016). *Encuesta Nacional sobre Dinámica de las Relaciones en los Hogares 2016* (ENDIREH). Recuperado de https://www.inegi.org.mx/programas/endireh/2016/

Instituto Electoral del Distrito Federal. E*strategia Integral de Educación Cívica para la Ciudad de México 2017-2023*. (EI1723). Recuperado de http://www.iedf.org.mx/www/sites/CapitalCivica/EI1723.pdf

Instituto Salvadoreño para el Desarrollo de la Mujer. *Masculinidad-Es*. Escuela de Formación para la Igualdad Sustantiva. https://www.salud.gob.sv/archivos/pdf/telesalud_2017_presentaciones/presentacion11072017/GENERO-Y-MASCULINIDADES.pdf

Instituto Nacional Electoral (INE). (2019). *Principios y valores de la democracia. Cuaderno de divulgación de la cultura democrática 1*. Disponible en https://www.ine.mx/wp-content/uploads/2020/02/cuaderno_01.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Instituto Electoral de la Ciudad de México. (2019). *Manual para el uso incluyente, no sexista y no discriminatorio del lenguaje en el instituto electoral de la Ciudad de México*. Recuperado de http://www.iecm.mx/www/sites/paridad/01/docs/productos201506.pdf

Lagarde, Marcela (1996). *El género*, fragmento literal: 'La perspectiva de género', en Género y feminismo. Desarrollo humano y democracia, España, Horas y HORAS pp. 13-38. Recuperado de https://catedraunescodh.unam.mx/catedra/CONACYT/08_EducDHyMediacionEscolar/Contenidos/Biblioteca/Lecturas-Complementarias/Lagarde_Genero.pdf

Naciones Unidas Derechos Humanos. Oficina del Alto Comisionado. (2017). *Los derechos de la mujer son derechos humanos*. ISBN 978-92-1-354131-9. https://www.ohchr.org/Documents/Publications/HR-PUB-14-2_SP.pdf

Negrete, M. (2016). *Discursos relacionados a las masculinidades y la violencia en adolescentes escolarizados de Asunción,* Consejo Latinoamericano de Ciencias Sociales (CLACSO). Recuperado de http://biblioteca.clacso.edu.ar/clacso/becas/20160401125212/informefinal.pdf

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) y Secretaria de Agricultura y Desarrollo Rural (SADER). Metodología PESA México: manual para agentes de desarrollo rural. FAO y SADER. Recuperado de http://www.fao.org/3/a-i5507s.pdf.

ONU Mujeres. *Profundicemos en términos de género. Guía de terminología y uso del lenguaje no sexista para periodistas y comunicadoras y comunicadores*. Recuperado de file:///C:/Users/Usuario/Desktop/Enviados%20Comision/consulta/Leidos/Guia-lenguaje-no-sexista_onumujeres.pdf.

(2016). *Principios para el empoderamiento de las mujeres en las empresas*. Recuperado de https://www2.unwomen.org/-/media/field%20office%20mexico/documentos/publicaciones/2016/publicacionweps.pdf?la=es&vs=1

"Violencia contra mujeres y niñas en el espacio digital lo que es virtual también es real", pp. 1 y 4. Recuperado de https://www2.unwomen.org/-/media/field%20office%20mexico/documentos/publicaciones/2020/diciembre%202020/factsheet%20violencia%20digital.pdf?la=es&vs=1331

Organización Mundial de la Salud (2002). *Informe mundial sobre la violencia y la salud*. ISBN 92 4 154562 3. Recuperado de

https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/es/summary_es.pdf

Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD). (2019). *El enfoque de la agenda 2030 en planes y programas públicos en México.* (PNUD). Recuperado de https://www.undp.org/content/dam/mexico/docs/Publicaciones/PublicacionesGobernabilidadDemocratica/190305Gu%C3%ADaPlanear.pdf

Rico, Olaf. (2007). *Educación cívica y personalidad democrática. Educar para la convivencia con vivencia. Manual para educadores*. Recuperado de http://portal.iedf.org.mx/biblioteca/docentes/02_ECPD_Manual%20educadores_2007.pdf

SEGOB (2020). "DECRETO por el que se reforman y adicionan diversas disposiciones de la Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia, de la Ley General de Instituciones y Procedimientos Electorales, de la Ley General del Sistema de Medios de Impugnación en Materia Electoral, de la Ley General de Partidos Políticos, de la Ley General en Materia de Delitos Electorales, de la Ley Orgánica de la Fiscalía General de la República, de la Ley Orgánica del Poder Judicial de la Federación y de la Ley General de Responsabilidades Administrativas". Artículo 20 bis. Secretaría de Gobernación. Recuperado de https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5591565&fecha=13%2F04%2F2020

Senado de la República. La reforma constitucional sobre derechos humanos. Una guía conceptual. Instituto Belisario Domínguez. Recuperado de https://www.corteidh.or.cr/tablas/r33063.pdf

Universidad de Educación a Distancia. (2000). *Especificidad de la educación de adultos. Bases psicopedagógicas y señas de identidad*. Educación XX1. (ISSN: 1139-613X). Recuperado de https://www.redalyc.org/pdf/706/70600304.pdf

Unicef. (2017). *Perspectiva de género. ¿De qué hablamos cuando hablamos de perspectiva de género? Comunicación, infancia y adolescencia. Guía para periodistas*. Recuperado de https://www.unicef.org/argentina/sites/unicef.org.argentina/files/2018-04/com-1_perspectivagenero_web.pdf

Páginas web

Asociación Internacional de aprendizaje experiencial. (20 de febrero 2020). *Introducción. I. ¿Qué es la experiencia?* Facilitando el camino a la maestría profesional. Asociación

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Internacional de aprendizaje experiencial. Recuperado de https://www.aprendizaje-experiencial.org/intro

Ayuda en Acción. (5 julio 2018). *Tipos de violencia contra las mujeres*. México, Ayuda en Acción. https://ayudaenaccion.org/ong/blog/mujer/tipos-violencia-mujeres/

Brundtland, Gro. (2018). SOCIEDAD Brundtland, *¿Dónde está nuestro futuro común?* United Explanations. https://www.unitedexplanations.org/2012/04/02/brundtland-donde-esta-nuestro-futuro-comun/.

Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA). (24 de febrero 2020). *El enfoque basado en los derechos humanos*. UNFPA. https://www.unfpa.org/es/el-enfoque-basado-en-los-derechos-humanos.

Gallegos, M. (2012). *La identidad de género: masculino versus femenino*. I. Congreso Internacional de Comunicación y Género. UNAM. Recuperado de https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/34671/Pages%20from%20LIBRO%20ACTAS%20I%20CONGRESO%20COMUNICACI%D3N%20Y%20G%C9NERO-4.pdf;jsessionid=21B880C1C154FA70310016A65D17FAC8?sequence=1

Gobierno de México. *Masculinidad hegemónica vs masculinidades igualitarias*. Recuperado de https://www.gob.mx/sre/articulos/masculinidad-hegemonica-vs-masculinidades-igualitarias

Mayorga, F. (2007). *Gobernabilidad y gobernanza en América Latina*. Institut de Recherche et Débat sur la Gouvernance. http://www.institut-gouvernance.org/es/analyse/fiche-analyse-334.html.

Naciones Unidas México. (20 de febrero 2020). *Agenda 2030*. Recuperado de http://www.onu.org.mx/agenda-2030/

OTC. (3 marzo 2020). *Aprendizaje experiencial*. Certificación de facilitadores experienciales. http://www.aprendizajeexperiencial.com/

Oficina del Alto Comisionado y del Secretario General. (2012). *Estudio sobre los problemas comunes a que se enfrentan los Estados en sus esfuerzos por garantizar la democracia y el estado de derecho desde una perspectiva de derechos humanos*. Informe de la Alta Comisionada de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos (A/HRC/22/29). Recuperado de https://undocs.org/es/A/HRC/22/29

Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD*). Informe Nacional de Desarrollo Humano.* Guatemala. PNUD. https://desarrollohumano.org.gt/desarrollo-humano/concepto/

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

PNUD. (20 enero 2021). *Agenda 2030 Igualdad de Género para no dejar a nadie atrás*. Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo. Recuperado de http://americalatinagenera.org/newsite/index.php/es/igualdad-de-genero-y-agenda-2030

Real Academia Española. Masculino. Madrid, España. https://dle.rae.es/masculino

Sandi C. (9 junio 2013). *La democracia*. Principios. https://es.slideshare.net/CarlomagnoSandi/principios-de-la-democracia.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Blogs y podcast

Concepto y Contenido. (9 marzo 2020). ¿Qué es tropicalizar al español mexicano? [Mensaje en un blog]. Recuperado de https://conceptoycontenido.com/f/%C2%BFqu%C3%A9-es-tropicalizar-al-espa%C3%B1ol-mexicano

La democracia. Democracia e igualdad. (16 abril 2020). [Mensaje en un blog]. Recuperado de http://recursostic.educacion.es/secundaria/edad/4esoetica/quincena7/quincena7_contenidos_1c.htm.

Marina, M. (16 enero 2019). Logoterapia. Saludterapia. [Mensaje en un blog]. Recuperado de https://www.saludterapia.com/glosario/d/49-logoterapia.html

Revistas en línea

Ávila-Fuenmayor, F. (Mayo-agosto 2006). El concepto de poder. *Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal*. (vol. 8, núm. 2), pp. 215-234. https://www.redalyc.org/pdf/993/99318557005.pdf.

Bard, G. (8 marzo, 2016). “Aferrarse o soltar privilegios de género: sobre masculinidades hegemónicas y disidentesholding on to or letting go of gender privileges: on hegemonic masculinities and dissidents”. *Science Direct*. Recuperado de https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1870576616300058

Córdova, O. (2017). La violencia económica y/o patrimonial contra las mujeres en el ámbito familiar. Revista del Instituto de la Familia. Facultad de Derecho. Persona y familia (N° 06). 39-58. https://www.unife.edu.pe/facultad/derecho/familia/publicaciones/REVISTA_PERSONA_Y_

FAMILIA_2017/LA%20VIOLENCIA%20ECON%C3%93MICA%20Y.O%20PATRIMONIAL%20CONTRA%20LAS%20MUJERES%20EN%20EL%20%C3%81MBITO%20FAMILIAR.pdf

Universidad de Jaen. (8 del 2010). El aprendizaje experiencial y las nuevas demandas formativas*. Revista de Antropología Experimental* (nº 10, 2010. especial educación 8: 89-102). Recuperado de http://revista.ujaen.es/huesped/rae/articulos2010/edu1008pdf.pdf.

Uresti, K y et.al. (Julio-Agosto 2017). Percepción del machismo, rasgos de expresividad y estrategias de afrontamiento al estrés en hombres adultos del noreste de México. *Acta Universitaria* (Vol. 27 No. 4). http://www.scielo.org.mx/pdf/au/v27n4/2007-9621-au-27-04-59.pdf

Notas informativas

Animal Político. (25 de noviembre de 2019). Suman casi 3 mil mujeres asesinadas en México en 2019; sólo 726 se investigan como feminicidios. *Animal político*. Recuperado de https://www.animalpolitico.com/2019/11/3-mil-mujeres-asesinadas-mexico-2019-ocnf/

Otros

Arroyo, M., Perroni, A., y Rivas O. 7 de diciembre 2020. *Conversatorio La responsabilidad de los hombres en la eliminación de la violencia contra las mujeres*. INCIDE FEMME. México. https://www.facebook.com/incidefemme/videos/216764779857703/

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Anexo

Anexo 1. "Directorio de instituciones públicas que prestan algunos servicios a mujeres y hombres en la Ciudad de México"*

Servicios de atención y orientación sobre todo para mujeres y las familias	
Secretaría de las Mujeres Oficina central. Atención ciudadana Dirección: Avenida Morelos 20 Colonia Centro, Alcaldía Cuauhtémoc, C.P. 06000, Ciudad de México Teléfono: 5555122836 Horarios: Lunes a jueves 9:00 a 17:00 y Viernes 9:00 a 15:00 https://www.semujeres.cdmx.gob.mx/secretaria/acerca-de La Secretaría cuenta con "27 Lunas" y oficinas en las 16 Alcaldías de la Ciudad de México. https://www.semujeres.cdmx.gob.mx/asesorias/lunas	Servicios que ofrece: • **Asesorías** Brindamos a todas las mujeres una atención libre de prejuicios con perspectiva de género, a través de la cual proporciona las opciones, alternativas y/o herramientas para enfrentar y resolver su situación. • **Atención Inicial** Brindamos a todas las mujeres que acuden por primera vez a la Secretaría de las Mujeres de la Ciudad de México una atención con perspectiva de género y libre de prejuicios. • **Atención de mujeres víctimas** de violencia sexual en el transporte público. Brindamos atención a víctimas por violencia sexual en el transporte público a través de los módulos "Viaja Segura". Brindamos protección, asesoría y acompañamiento jurídico gratuito a través del personal especializado. • **Capacitación** Programa Institucional de Capacitación, se brindan talleres y cursos gratuitos en 27 LUNAS. • Corresponsabilidad Social para Beneficio de las Mujeres • Autonomía económica • Ciudadanía y Liderazgo • Juventudes • Salud emocional https://www.semujeres.cdmx.gob.mx/asesorias/talleres-y-cursos
Oficinas "27 Lunas" de la Secretaría de la Mujer CDMX	
LUNA 1. Alcaldía Álvaro Obregón "Alaíde Foppa".	**LUNA 2. Alcaldía Álvaro Obregón.** Dirección: Calle 22 y Av. Hidalgo esq. Calle 17, colonia Pre concreto, C.P. 01400.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Dirección: Prolongación Calle 4, colonia Tolteca, dentro del Parque de la Juventud, alcaldía Álvaro Obregón, C.P. 01150. Teléfono: 55 5276-68 87 / 55 5276-68 89	Teléfono 55 1857 7510 / 55 1857 7513
LUNAS Alcaldía Azcapotzalco "Marcela Lagarde". Dirección: Av. 22 de febrero 421, colonia Barrio de San Marcos, C.P. 02020. Teléfono: 55171 60998 / 55 1716 0848	**LUNAS Alcaldía Benito Juárez "Benita Galeana**". LUNA 1 Dirección: Eje Central Lázaro Cárdenas 695, piso 1, colonia Narvarte, alcaldía Benito Juárez, C.P. 03020. Teléfono 55 5160-0039
LUNA 2 Alcaldía Benito Juárez. Dirección: Eje 5 Sur Ramos Millán 95, colonia Niños Héroes de Chapultepec, C.P. 03440. Teléfono: 55 5590-4817	**LUNAS Alcaldía Coyoacán "Tina Modotti".** LUNA 1 Dirección: Leopoldo Salazar s/n, casi esq. Carlos González Peña, colonia Copilco el Alto, C.P. 04360. Teléfono 55 1545 4578 / 55 1545 4572
LUNA 2 Alcaldía Coyoacán. Dirección: Av. Rey Nezahualcóyotl, s/n esq. Yaquis, colonia Ajusco Huayamilpas, C.P. 04300 (interior del Parque Ecológico Huayamilpas). Teléfono: 55 1735 7469 / 55 1735 7467	**LUNAS Alcaldía Cuajimalpa de Morelos, "Amparo Ochoa".** LUNA 1. Dirección: Prolongación 16 de septiembre s/n casi esquina Av. Veracruz, colonia Contadero, C.P. 05500. Teléfonos: 55 1735 5998 / 55 1735 5968
LUNA 2. Alcaldía Cuajimalpa de Morelos. Dirección: José María Castorena 187, colonia Cuajimalpa, C.P. 05000. Teléfono: 55 1735 5999 / 55 1735 5997	**LUNAS Alcaldía Cuauhtémoc "Juana de Asbaje".** LUNA 1 Dirección: Aldama, Violeta y Mina s/n, sótano edificio de la alcaldía, colonia Buenavista, C.P. 06350. Teléfonos: 55 1707 6094 / 55 1707 6100
LUNA 2. Alcaldía Cuauhtémoc. Dirección: Lucas Alamán 122, colonia Obrera, alcaldía Cuauhtémoc, C.P. 06800.	**LUNAS Alcaldía Gustavo A. Madero "Nahui Ollín".** LUNA 1 Dirección: Av. Fray Juan de Zumárraga s/n, colonia Aragón la Villa, C.P. 07050.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Teléfono: 55 2230 1573 / 55 2230 1557	Teléfonos: 55 1549 0406 / 55 1549 0407
LUNA 2. Alcaldía Gustavo A. Madero. Dirección: Camellón de Oriente 95 y Norte 50, colonia La Joyita, C.P. 07860. Teléfono: 55 5537 0535	**LUNAS Alcaldía Iztacalco "Coatlicue".** LUNA 1 Dirección: Av. Santiago s/n esq. Playa Rosarito, colonia Barrio Santiago (dentro del centro social Josefina Díaz), C.P. 08800. Teléfonos: 55 1104 9226 / 55 1545 8172
LUNA 2. Alcaldía Iztacalco. Dirección: Av. Sur 8, s/n, casi con Av. Javier Rojo Gómez (atrás del deportivo Leandro Valle), colonia Agrícola Oriental, C.P. 08500. Teléfono: 55 5162 8122 / 55 5206 2601	**LUNAS Alcaldía Iztapalapa "Elena Poniatowska".** LUNA 1 y 2 Dirección: Centro Social Villa Estrella Módulo 4, Camino Cerro de la Estrella s/n, colonia el Santuario Aculco, C.P. 09009. Teléfonos: 55 2236 1593 / 55 2236 1595
LUNAS Alcaldía La Magdalena Contreras, "Cristina Pacheco". LUNAS 1 y 2 Dirección: Centro Social Atacaxco: Calle Piaztic s/n (frente a secundaria 262), colonia San José Atacaxco, C.P. 10378. Teléfonos: 55 5085 3832 / 55 5085 3851/5555959247	**LUNAS Alcaldía Miguel Hidalgo "Frida Kahlo".** LUNA 1 Dirección: Av. Parque Lira 128, colonia Ampliación Daniel Garza, C.P. 11840. Teléfonos: 55 5272 2630 / 55 2614 2564
LUNA 2. Alcaldía Miguel Hidalgo. Dirección: Av. Observatorio s/n esq. General José María Mendivil, colonia Daniel Garza, C.P. 11830. Teléfono: 55 2614-3582	**LUNAS Alcaldía Milpa Alta "Cihual in Calli".** LUNA 1 Dirección: Calle Yucatán s/n esq. Calle Constitución, colonia Centro en Villa Milpa Alta, (arriba del mercado Benito Juárez), C.P. 12000. Teléfonos: 55 1549 1743 / 55 1549 1512
LUNA 2 Alcaldía Milpa Alta. Dirección: Av. Puebla 250, esq. Av. Nuevo León, colonia Villa Milpa Alta, (interior Casa	**LUNAS Alcaldía Tláhuac "Rosario Castellanos"** LUNA 1 y 2 Dirección: Margarita 5 entre Geranio y Jacaranda, colonia Quiahuatla, C.P. 13090.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

<table>
<tr><td>de Cultura CALMECAC), C.P. 12000.
Teléfono: 55 1549 1472 / 55 1549 1500</td><td>Teléfono 55 5842 6573 / 55 5842 4934</td></tr>
<tr><td>LUNAS Alcaldía Tlalpan “Yaocíhuatl Tlalpan”.
LUNA 1
Dirección: Carretera Federal a Cuernavaca No. 2, colonia La Joya, C.P. 14090.
Teléfono: 55 1712 0492 / 55 1707 6599</td><td>LUNA 2. Alcaldía Tlalpan.
Dirección: Camino a Santa Úrsula 24, esq. Textitlán, colonia Santa Úrsula Xitla, C.P. 14420.
Teléfonos: 55 1707 6591 / 55 1707 6590</td></tr>
<tr><td>LUNAS Alcaldía Venustiano Carranza “Esperanza Brito de Martí”.
Dirección: Prolong. Lucas Alamán 11, piso 1, colonia Del Parque, C.P. 15960.
Teléfono 55 1673 1905 / 55 1673 1912</td><td>LUNAS Alcaldía Xochimilco “Laureana Wright González”.
LUNA 1
Dirección: Francisco I. Madero 11, colonia Barrio el Rosario, C.P. 16070.
Teléfonos: 55 9154 9156/ 5556769612 y 555676751188</td></tr>
<tr><td colspan="2">LUNA 2 Alcaldía Xochimilco.
Dirección: Dalia s/n, Plaza San Cristóbal, colonia Barrio San Cristóbal, C.P. 16080.
Teléfonos: 55 2208 5569 / 5556758270</td></tr>
<tr><td>Sistema integral para la familia (DIF) Ciudad de México.
Avenida San Francisco 1374
Colonia Tlacoquemécatl, Alcaldía Benito Juárez C.P. 03200, Ciudad de México.
Teléfono:
5555591919
Web: http://www.cdmx.gob.mx/atencion-ciudadana-jefatura
https://www.dif.cdmx.gob.mx/busqueda?etiqueta=mujeres</td><td>• Cartilla de Servicios primera infancia.
Servicio por el cual se brinda la cartilla de servicios a niñas y niños de 0 a 6 años para acceder a servicios correspondientes al desarrollo.
• Estancia Infantil en los Centros Asistenciales de Desarrollo Infantil.
Servicio por el que madres, padres o tutores realizan la inscripción de las niñas y niños de 6 meses de nacidos a 5 años 11 meses de edad.
• Atención re-educativa a hombres que ejercen violencia.
Servicio mediante el cual se proporciona atención re-educativa a hombres que ejercen violencia a fin de construir relaciones más equitativas.
• Prevención al maltrato infantil en la familia.
Servicio mediante el cual se proporcionan las herramientas necesarias para identificar y prevenir el maltrato infantil.</td></tr>
</table>

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

	Orientación alimentaria. Servicio por el que la población solicitante, recibe pláticas, talleres, cápsulas informativas y actividades lúdicas. • **Solicitud de convivencia o reintegración de una niña, niño o adolescente** (NNA), a un ambiente familiar libre de violencia.
Centros de Justicia para las Mujeres. **Alcaldía Azcapotzalco**. 55 5346 8370/ 55 5346 8394 maria_lopeza@pgjcdmx.gob.mx **Alcaldía Iztapapala** Centro 1. Avenida San Pablo Xalpa No. 396 casi esquina Eje 5 Norte, Col. San Martin Xochinahuac, C.P. 02920, Ciudad de México. Teléfono: 55 5345 5736 ext. 5736 dirgeneralcjm@gmail.com **Alcaldía Tlalpan** Centro 3. Calle Manuel Constanzo No. 43 Mza. 63, Lote. 10, (antes San Luis de la Paz No. 63 Col. Miguel Hidalgo, C.P. 14250 Ciudad de México Teléfono: 55 5200 9280 https://www.gob.mx/conavim/documentos/centros-de-justicia-para-las-mujeres-23094 nancya_gomez@pgj.cdmx.gob.mx	Servicios multidisciplinarios tales como: a) Atención psicológica, jurídica y médica; b) Albergues temporales; c) Ludoteca con expertas/os en temas de desarrollo infantil, y d) Talleres de empoderamiento social y económico para apoyar a las mujeres a salir del círculo de violencia.
Comisión de Derechos Humanos de la Ciudad de México. Avenida Universidad 1449, Colonia Pueblo	Puede acudir cualquier persona que considere que a ella o a un tercero le ha sido violado alguno de sus derechos humanos, independientemente de su condición social, nacionalidad, raza, religión, sexo, edad, estado civil, etcétera. La atención a las personas es directa. Para la

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Axotla, Alcaldía Álvaro Obregón, 01030 Ciudad de México. Teléfono: 52295600 Web: https://cdhcm.org.mx y http://cdhdfbeta.cdhdf.org.mx/ e-mail: cdhdf@cdhcm.org.mx	formulación de una queja no se requiere de una abogada o abogado o persona gestora. Todos los servicios son gratuitos. Atiende todos los días del año, las 24 horas del día.
	Fiscalía General de Justicia de la Ciudad de México
Centro de Apoyo Sociojurídico a Víctimas del Delito Violento (ADEVI). Horario: 9:00 a 19:00 horas de lunes a viernes Calle José Ma. Izazaga No. 89, 4º piso, Col. Centro. Alcaldía Cuauhtémoc. Teléfonos: 5200 9196, 9197, 9200 y 9215. Costo Gratuito. https://www.fgjcdmx.gob.mx/nuestros-servicios/ADEVI	Terapia psicológica en crisis, familiar y grupal; terapia para niños y niñas ante el duelo; gestión de servicios de asistencia social, salud, servicios funerarios, pasajes, hospedajes y medicamentos; acompañamiento, asesoría y representación jurídica a la víctima directa e indirecta en la Coordinación Territorial correspondiente; inconformidades y escritos para presentar pruebas que ayuden al esclarecimiento de los hechos que se investigan.
Centro de Investigación victimológica y de Apoyo Operativo (CIVA). Calzada de la Viga N°11175, Colonia el Triunfo, Alcaldía Iztapalapa, Código Postal 9430, 2do y 3er piso. Días y Horario de servicio: De lunes a viernes, en un horario de 9:00 a 19:00 horas. Teléfonos: 5200 9188 y 5200 9189. Los servicios del Centro son gratuitos. https://www.fgjcdmx.gob.mx/civa	Atención Psicológica a víctimas de amenazas y personas generadoras de violencia familiar
Centro de Apoyo a la Violencia Intrafamiliar (CAVI).	

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

General Gabriel Hernández número 56, planta baja, Col. Doctores, entre Dr. Lavista y Río de la Loza, C.P. 06720. En un horario de 9:00 a 19:00 horas de lunes a domingo. Teléfonos: 53 45 52 48, 53 45 52 28, 53 45 52 29. https://www.fgjcdmx.gob.mx/cavi	Asistencia social, atención psicológica, asesoría legal, seguimiento jurídico en materia penal, atención médica de emergencia, tramitación de medidas de protección de emergencia previstas en la Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia de la Ciudad de México y como auxiliares de la autoridad ministerial y/o judicial, la elaboración de dictámenes psicológicos victimales.
Centro de Atención a Riesgos Victimales y Adicciones (CARIVA). Av. José Ma. Izazaga No. 86, 5º piso. Colonia Centro. En un horario de lunes a viernes de 09:00 a 19:00 horas. Teléfonos. 5200 9166, 9171 y 9172 https://www.fgjcdmx.gob.mx/CARIVA	
Centro de Estancia Transitoria para Niñas y Niños. Dr. Lavista 78, Doctores, Cuauhtémoc, 06720 Ciudad de México, CDMX. Horario de cierre: 18:00. Teléfono: 55 5242 6270. https://www.fgjcdmx.gob.mx/centro-de-estancia-transitoria	En colaboración con la autoridad ministerial, el Centro de Estancia Transitoria realiza acciones tendentes a favorecer la reintegración o integración de las niñas y niños a una familia de origen o alterna. En los casos de las personas menores de edad en calidad de expósitos, se garantiza su derecho a la familia por medio de la adopción.
Tandas para el bienestar. **Secretaria de Economía.** 01 (800) 08 32-666	El programa consiste en un apoyo, mediante financiamiento sin intereses, de $6 mil pesos que se entregan de forma individual a las personas que cumplan con los criterios de elegibilidad. Asimismo, quienes reintegren en su totalidad el primer apoyo, podrán acceder a un segundo financiamiento sin intereses por $10 mil pesos. En caso de reembolsarlo en su totalidad mediante entregas mensuales, se podrá tener acceso a un

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

	tercer apoyo mediante financiamiento sin intereses por $15 mil pesos.
Financiamiento de Microcréditos para Mujeres Emprendedoras (FONDESO). Dirección: Calle Tepozteco 36, Colonia Narvarte Poniente, Alcaldía Benito Juárez C.P. 03020, Ciudad de México. Teléfonos: 91 80 07 79, 56 98 90 60 Correo electrónico: fondeso@fondeso.cdmx.gob.mx Horarios: Lunes a jueves de 09:00 a 14:30 y de 16:00 a 17:30. Viernes 09:00 a 14:00 https://www.fondeso.cdmx.gob.mx/index.php/programas/programa/financiamiento-de-microcreditos-para-mujeres-emprendedoras	Busca impulsar la autonomía económica de las mujeres y contribuir a reducir la brecha de género en materia de desarrollo económico a través del crédito para el emprendimiento, para la creación o consolidación de micronegocios o para la ampliación de activos y el mayor acceso a la tecnología por parte de mujeres empresarias.
Financiamiento para Mujeres Empresarias. Dirección: Calle Tepozteco 36, Colonia Narvarte Poniente, Alcaldía Benito Juárez C.P. 03020, Ciudad de México. Teléfonos: 91 80 07 79, 56 98 90 60 Correo electrónico: fondeso@fondeso.cdmx.gob.mx Horarios: Lunes a Jueves de 09:00 a 14:30 y de 16:00 a 17:30, viernes 09:00 a 14:00 https://www.fondeso.cdmx.gob.mx/index.p	Esta Estrategia tiene como fin impulsar la autonomía económica de las mujeres y contribuir a reducir la brecha de género en materia de desarrollo económico a través del crédito para el emprendimiento, para la creación o consolidación de micronegocios o para la ampliación de activos y el mayor acceso a la tecnología por parte de mujeres empresarias.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

hp/programas/programa/financiamiento-de-microcreditos-para-mujeres-emprendedoras	
Instituto de Capacitación para el Trabajo. Dirección: Calle Dr. Lucio 220 Colonia Doctores, Alcaldía Cuauhtémoc C.P. 06720, Ciudad de México. Teléfono: 5740 0237 Horarios: Lunes a Jueves 9:00 a 18:00 y viernes 9:00 a 15:00. Para más información llamar al teléfono (55) 5740 0237 ext. 1029. https://www.icat.cdmx.gob.mx/servicios/servicio/2-capacitacion-para-y-en-el-trabajo Correo electrónico: icat@cdmx.gob.mx	• Personas que se encuentran trabajando actualmente y que buscan incrementar sus conocimientos o mejorar sus habilidades. • Personal de RRHH de las empresas que requieren cumplir con sus obligaciones en materia de capacitación y adiestramiento. • Personas que se encuentran desempleadas y que buscan adquirir nuevos conocimientos ya sea para encontrar un trabajo remunerado o para emprender su propio negocio. La certificación de competencias busca reconocer el conocimiento y las habilidades que has adquirido a través de tu experiencia laboral. • El certificado de competencia es un documento oficial, expedido por la Secretaría de Educación Pública, que asegura que puedes desempeñarte en una ocupación (por ejemplo, como mesera o mesero o como recamarera o recamarero) según los requerimientos de las empresas y las instituciones.
Secretaria del Trabajo y Fomento al Empleo Servicio Nacional del Empleo. Calz. San Antonio Abad No. 32, Col. Tránsito, Alcaldía Cuauhtémoc, C.P. 06820. Ciudad de México. Horarios de atención L a V de 9 a 15 hrs. Teléfono(s) y extensión: 5709 3233 Ext. 3042. https://www.empleo.gob.mx/sne/directorio-de-oficinas-sne Correo electrónico	• Capacitación Mixta. Para quienes aspiren a ser personas contratadas por una empresa que requiera personal capacitado de acuerdo a los requerimientos de sus vacantes disponibles. • Capacitación en la práctica laboral. Para quienes deseen adquirir o fortalecer sus competencias laborales capacitándose directamente en el proceso productivo de una empresa. • Capacitación para el autoempleo. Para quienes no logran vincularse a un puesto de trabajo y deseen desarrollar una actividad productiva por cuenta propia. • Vales de capacitación. Para quienes necesitan actualizar, mejorar y/o reconvertir sus competencias, habilidades y/o

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

subdireccion.snyco@gmail.com	destrezas laborales con la finalidad de incrementar sus posibilidades de contratación.
Servicios de atención y orientación sobre todo para hombres	
Centro Mhoresvi Teléfono: +52 (55) 9180-4168. https://mhoresvi.wordpress.com/servicios/ Mail: mhoresvi@yahoo.com.mx	Se trata de una organización que trabaja con hombres que necesitan y/o están dispuestos a cambiar sus conductas de violencia con su pareja y su familia y cambiarlas por conductas de respeto, equidad, cercanía afectiva, responsabilidad y buen trato. Se imparten pláticas, conferencias, talleres de sensibilización, talleres de capacitación y participaciones en eventos públicos y ferias, siempre tocando los temas de la masculinidad, violencia de género, violencia de género de los hombres en la familia, alternativas para transitar de la violencia de género a la equidad, respeto y buen trato.
Colectivo de Hombres para Relaciones Igualitarias A.C. (CORIAC) Diego Arenas Guzmán N°189 Col. Iztaccíhuatl, a una cuadra del metro Villa de Cortés. Ciudad de México, México. Teléfono: 56 963498 - Fax: 56 963498 http://www.gloobal.net/iepala/gloobal/fichas/ficha.php?id=2831&entidad=Agentes&html=1 Mail: colectivo@coriac.org.mx	Se trata de un colectivo de hombres que elabora propuestas transformadoras en las relaciones de género. Se trabaja por cambiar actitudes y comportamientos masculinos que empobrecen las relaciones humanas y someten a las mujeres e investigan, promueven y desarrollan acciones de cambio personal, institucional y social basadas en relaciones de igualdad para ambos sexos. Sus acciones se dirigen a hombres de diversas clases sociales, etnia, y nacionalidad interesados en construir formas diferentes de ser hombres desde un punto de vista crítico y propositivo. Se aborda la problemática de las masculinidades en espacios públicos y privados.
Sistema de Atención Integral para la Familia DIF Servicio de Atención Psicológica y Reeducativa a Hombres que Ejercen Violencia de Género. Dirección de Programas a NNA Zona B Xochicalco 1000 2° Piso, edificio "A". Teléfono 5556040127 ext. 4001 y 4309.	Se ofrecen: • Talleres • Pláticas • Cine debates • Ferias educativas Requisitos: Mínimo 10 personas, en un horario de 9 am a 15 horas.

https://dif.cdmx.gob.mx/comunicacion/nota/servicio-de-atencion-psicologica-y-reeducativa-hombres-que-ejercen-violencia-de-genero Mail: erradicandolaviolencia@dif.cdmx.gob.mx	

*Directorio en proceso de actualización ante la pandemia.

Otros servicios, se pueden consultar en el “Directorio de canalización Guardianes, Ciudad de México”:
http://guardianes.org.mx/wp-content/themes/guardianes/pdf/Directorio_canalizacion_Guardianes_VF%2005062018%20CDMX.pdf

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Taller “Democracia y masculinidades”

Juego didáctico

“¡Aplícate con la democracia!”

Presentación

El juego didáctico “Aplícate con la democracia” es un instrumento elaborado por el Instituto Electoral de la Ciudad de México (IECM), y tiene el propósito de que las personas conozcan y reconozcan cómo se construyen y ejercen las masculinidades y los diversos aspectos que las influyen, a fin de generar un proceso reflexivo y de sensibilización, además de identificar su vínculo con la democracia, promoviendo así el desarrollo y la práctica de masculinidades democráticas.

Este juego se puede desarrollar en el marco del taller “Democracia y masculinidades” o bien de manera independiente, en diferentes espacios de difusión y formación o en otros como con la familia y/o con las amistades.

Descripción del juego

El juego didáctico “Aplícate con la democracia” se circunscribe únicamente al ejercicio de valores democráticos en las masculinidades, aunque como se puede ver en el contenido del “Taller Democracia y Masculinidades”, la construcción y ejercicio de las masculinidades democráticas implican otros aspectos.

Este juego se trata de un recorrido a las orillas de un río el cual tiene 10 estaciones de descanso (cada estación tiene un número los cuales no son consecutivos, sólo indican el número de la estación al que se debe avanzar); la estación 11 es la meta a la cual sólo se puede llegar siempre y cuando se haya pasado por las 10 estaciones. Cada estación está conectada por puentes que hay que atravesar, los cuales tienen peticiones a realizar y retos que superar. Además, cada persona jugadora cuenta con un bastón de persona

exploradora, con distintos colores, uno por participante, el cual les representa durante el juego.

Cada estación presenta diferentes situaciones de cómo se ejercen las masculinidades democráticas o antidemocráticas, ejemplificando cómo se aplican valores o antivalores democráticos y cada persona jugadora, deberá adivinar y argumentar de qué valor o antivalor se trata (pueden ser incluso distintos a los que vienen mencionados en la hoja de respuestas), por lo que el resto de personas participantes deberá dialogar y reflexionar si la respuesta dada es correcta (pueden verificarlo en la hoja de respuestas), de ser así, la persona jugadora podrá atravesar el puente para pasar a la siguiente estación.

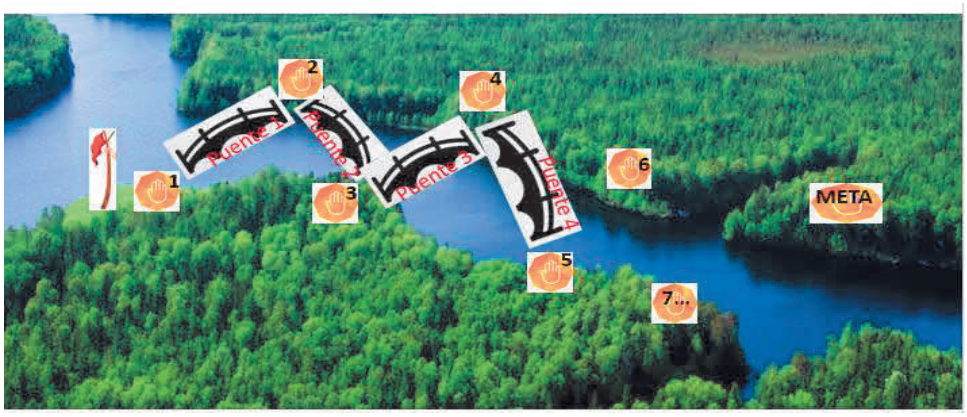
Para avanzar por las estaciones, cada persona jugadora debe tirar el dado (conforme los 6 lados que tiene el dado y se tira dos veces para que indique los números del 7 al 10) que le marcará a qué estación avanzar, en caso de que el dado señale la misma estación de la persona participante inmediata anterior, puede optar por adivinar la situación ya contestada, pero eligiendo y argumentando otro valor/antivalor o bien, volver a tirar el dado para que le salga un número distinto. En caso de que sea validada su respuesta por el resto de las personas participantes puede atravesar el puente que le corresponde a la estación en la que estaba, realizando la petición o superando el reto respectivo, en caso de no hacerlo, no podrá avanzar y deberá permanecer en la misma estación hasta esperar su turno nuevamente y volver a tirar el dado.

Este juego se desarrolla con hasta 4 personas jugadoras y antes de comenzar, se nombra a una persona verificadora quien llevará el control de las estaciones por las que cada persona jugadora va pasando y leerá, de ser el caso, la hoja de respuestas cuando así se le solicite. La persona jugadora que llegue primero a la meta gana.

Partes del juego

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento



1. Un pliego con la imagen del río.
2. Un pliego con los valores democráticos y sus antivalores para colocarlo en la pared.
3. 4 bastones de persona exploradora de distintos colores.
4. Un dado.
5. 10 tarjetas con situaciones sobre valores y antivalores democráticos que se colocan a un costado del pliego, cada tarjeta tiene dos caras: cara “A” con el número de tarjeta y cara “B” con la situación a adivinar, todos se colocan con la cara “A” hacia arriba.
6. 10 puentes enumerados conforme el número de la estación que le antecede y que conectan a todas las estaciones; todos los puentes tienen dos caras: cara “A” con el número de puente y cara “B” con el reto a superar, todos los puentes se colocan con la cara “A” hacia arriba.
7. Hoja de respuestas.

Indicaciones

1.- Se coloca en una superficie plana el pliego con el río.

2.- Todas las personas jugadoras deberán leer cuidadosamente el pliego con los valores y antivalores democráticos.

3.- Se nombra a la persona verificadora de respuestas quien deberá, de ser necesario, corroborar las respuestas dadas por cada participante en el juego y llevar el control de las estaciones por las que cada uno va pasando.

4.- Se define quién empieza el juego y se asigna el orden de participación de cada persona

jugadora.

5.- Cada persona jugadora toma su respectivo bastón explorador para que con ese vaya avanzando a lo largo del juego hasta llegar a la meta.

6. Cada persona jugadora tira el dado y avanza a la estación que indique, toma la tarjeta con el número de la estación indicado y lee en voz alta la situación que ésta plantea; deberá argumentar por qué eligió el valor o antivalor en cuestión y las personas participantes del juego deberán validar su respuesta. Recordar que su respuesta puede ser diferente a la mencionada en la hoja de respuestas ya que lo importante es motivar el diálogo y la reflexión entre las personas participantes del juego.

7. En caso de que se valide la respuesta de la persona jugadora, intentará cruzar el puente siguiente superando el reto que conlleva. Si lo hace, podrá tirar el dado para avanzar a la estación que éste le indique, de lo contrario, se regresa a la estación que estaba y esperar su turno nuevamente para volver a tirar el dado.

8.- Gana aquella persona jugadora que llegue primero a la meta siempre y cuando haya pasado por todas las 10 estaciones anteriores y haya superado todos los retos.

Reflexión al final del juego

Al finalizar el juego, se sugiere en plenaria, contestar las siguientes preguntas:

1. ¿Cómo me sentí al jugar este juego?
2. ¿Qué aprendizajes y reflexiones me generó?
3. ¿En qué cambió mi percepción en torno a la democracia?
4. Para quienes se identifican con el género masculino ¿considero viable practicar la democracia en mi masculinidad?, ¿por qué sí o no?
5. ¿Qué ventajas o áreas de oportunidad identifico que puede traerme en lo individual y en la sociedad ejercer masculinidades democráticas?

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Pliego con los valores democráticos y sus antivalores

Diálogo.- Es el intercambio de opiniones y sentimientos de manera tranquila, respetuosa y pacífica para convivir y entenderse mutuamente.
Antivalor: No escucha.

Igualdad.- Implica reconocer y respetar el valor de las personas por ser seres humanos, reconociendo sus derechos humanos, dignidad, así como sus diferencias y particularidades, sin discriminar a nadie.
Antivalor: desigualdad.

Legalidad.- Es actuar conforme a las reglas y normas establecidas y en el marco de la ley, evitando así dañar a terceras personas y respetando sus derechos humanos y dignidad.
Antivalor: ilegalidad.

Libertad.- Es la posibilidad de pensar, elegir, decidir y actuar sin presiones externas, siendo responsable de asumir las consecuencias y/o resultados para la misma persona y para las demás personas.
Antivalor: Prohibición.

Participación.- Es la acción de tomar parte de algo, junto con más personas, para alcanzar un objetivo común.
Antivalor: apatía

Pluralidad.- Es el reconocimiento e inclusión de las distintas formas de pensar, ser y actuar, lo que implica la tolerancia y el respeto y permite que las personas convivan mejor.
Antivalor: No reconocimiento de las diferencias.

Respeto.- Es la manera de tratar a las personas y parte del reconocimiento de que todas tienen los mismos derechos y dignidad por ser seres humanos.
Antivalor: irrespeto.

Responsabilidad.- Prever y asumir las consecuencias de los propios actos, para las demás personas y para el entorno. Cuando alguien es responsable se compromete con su decisión y comunidad.
Antivalor: irresponsabilidad.

Tolerancia.- Es cuando se tiene la disposición de respetar a quienes tienen formas de pensar, ser y actuar distintas a la propia, lo que puede resultar confrontante, incómodo y/o enriquecer la propia forma de ser y pensar.
Antivalor: intolerancia.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Tarjetas con estaciones sobre valores y antivalores democráticos

Estación 1. ¿A qué valor o antivalor se refiere la siguiente situación? Explica por qué elegiste ese valor o antivalor. **"X" es una persona que constantemente comete acoso callejero sin embargo un día que camina en la calle al lado de su hermana y otra persona le hace acoso a ella, "X" se molesta mucho.**
Puente 1. Para quienes se identifican con el género masculino, comparte alguna experiencia tuya en la que te hayas comportado como todo un "macho mexicano". Si no tienes ninguna experiencia así, las personas participantes en el juego te pondrán un reto que deberás superar.
Estación 2. ¿A qué valor o antivalor se refiere la siguiente situación? Explica por qué elegiste ese valor o antivalor. **"X" es una persona que le gusta tratar muy bien a su pareja y le dice que la ama mucho, sin embargo, cuando tienen diferencias con ella, "X" siempre le dice que no le discuta y le haga caso porque sí sabe cómo hacer las cosas bien y corta la discusión sin dejarla hablar más.**
Puente 2. Actúa con mímica, uno de los valores que, desde tu punto de vista, mejor ejemplifica las masculinidades democráticas. Deja que las personas participantes adivinen qué valor es.
Estación 3. ¿A qué valor o antivalor se refiere la siguiente situación? Explica por qué elegiste ese valor o antivalor. **"X" se encuentra en su hogar con su familia y un día escucha que el hermano le pide a su hermana que le tienda su cama diciéndole que por eso ella es mujer y que "debe atender a los hombres de la casa". Esto le molesta mucho a "X" y cuando está a punto de regañar al hermano por dicho comentario, escucha que la hermana le contesta que está muy equivocado porque "ser mujer no significa atender a los hombres" y que además es su responsabilidad tender su propia cama.**
Puente 3. Cruza tranquilamente el puente para pasar a la estación que te tocó.
Estación 4. ¿A qué valor o antivalor se refiere la siguiente situación? Explica por qué elegiste ese valor o antivalor.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

Una mañana "X" sale junto con su pareja a caminar por su colonia, sin embargo se da cuenta que en el área verde que se encuentra cerca de su casa, hay mucha basura y se están secando las plantas, de modo que decide regresar a su casa y tomar los utensilios de limpieza (escoba, recogedor, cubeta y bote de basura) y limpiarla; cuando pasa otro vecino le pide que le ayude ya que hay mucho qué limpiar, por lo que el vecino también se pone "manos a la obra" hasta que ambos dejan el área verde nuevamente limpia.

Puente 4. Para ejemplificar alguna actitud misógina que hayas atestiguado o tú misma o mismo hayas tenido, imítala con mímica para que las personas participantes en el juego la adivinen.
Si no cuentas con ninguna experiencia, las personas participantes en el juego te pondrán un reto que deberás superar.

Estación 5. ¿A qué valor o antivalor se refiere la siguiente situación?
Explica por qué elegiste ese valor o antivalor.

"X" está tomando la clase de civismo y están abordando el tema de las orientaciones sexuales y una persona compañera de clase, se "sincera" ante el grupo y confiesa abiertamente que es gay por lo que el resto de integrantes de la clase le aplauden y le dicen "ya te estabas tardando y mereces ser feliz tal y como eres".

Puente 5. Actúa con mímica, es decir, sin hablar, un comportamiento que consideres representa al "típico macho mexicano" y deja que las personas participantes adivinen el comportamiento que ven.

Estación 6. ¿A qué valor o antivalor se refiere la siguiente situación?
Explica por qué elegiste ese valor o antivalor.

"X" es una persona que dirige una empresa y siempre ha preferido contratar a hombres por lo que hay pocas mujeres; hace poco una empleada tuvo un bebé, pero "X" no le quiso dar los días posteriores para la lactancia y le advierte que, si no se presenta a la brevedad, perderá su trabajo. Cuando ella le cuestiona dicha indicación, le contesta que en la empresa hay "mucho trabajo" a lo que ella le responde que es una violación a sus derechos y que lo denunciará.

Puente 6. ¡Prepárate!, porque entre las personas participantes te pondrán un reto que deberás superar.

Estación 7. ¿A qué valor o antivalor se refiere la siguiente situación?
Explica por qué elegiste ese valor o antivalor.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

“X” es una persona que suele mostrarse respetuosa en su círculo de amistades respetando las orientaciones sexuales de cada quién, aunque él no las comparta siempre tiene presente que todas las personas tienen el derecho a ser y pensar como ellas quieran y les gusta verlas felices.
Puente 7. Relata a las personas participantes del juego alguna experiencia que hayas atestiguado o vivido, en la que identificaste cómo es que se “educa a los hombres” de forma machista. Si no tienes ninguna experiencia, las personas participantes en el juego te pondrán un reto que deberás superar.
Estación 8. ¿A qué valor o antivalor se refiere la siguiente situación? Explica por qué elegiste ese valor o antivalor. **“X” suele salir con sus amistades los fines de semana, un día al cruzar una avenida se encuentran por casualidad con el punto de reunión donde inicia una manifestación por los derechos de la comunidad LGBTTTI. A pesar de que “X” les exhorta a sus amistades a participar en dicha manifestación, algunas de ellas se niegan y se van, sin embargo “X” sí decide sumarse ya que, para él, todas las personas deben tener los mismos derechos.**
Puente 8. Comparte algún comportamiento homofóbico que tú hayas tenido o visto en alguna de tus amistades o familiares. En caso de que no cuentes con ningún comportamiento así, las personas participantes en el juego te pondrán un reto que deberás superar.
Estación 9. ¿A qué valor o antivalor se refiere la siguiente situación? Explica por qué elegiste ese valor o antivalor. **“X” suele ser muy explosivo y se enoja con mucha facilidad, sin embargo desde que comenzó a vivir con su pareja, decidió acudir con una persona terapeuta para que le ayude a controlar su carácter ya que quiere evitar ejercer cualquier tipo de violencia hacia ella.**
Puente 9. Comparte con las personas participantes en el juego, qué es lo que consideras es más difícil de formar parte del género masculino en la sociedad mexicana. Si no quieres compartirlo, las personas participantes en el juego te pondrán un reto que deberás superar.
Estación 10. ¿A qué valor o antivalor se refiere la siguiente situación? Explica por qué elegiste ese valor o antivalor.

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

“X” se ha dado cuenta con el paso del tiempo, de que aprendió muchas actitudes y comportamientos machistas ya que así lo criaron, sin embargo, ha decidido cambiar estas formas siendo respetuoso con su pareja y tratándola dignamente, ya que considera que así es como se comienzan los cambios verdaderos en la sociedad.
Puente 10. ¡Prepárate!, las otras personas en el juego te pondrán un reto que deberás superar.
META Recuerda que todas las personas jugadoras deben pasar por las 10 estaciones y superar todos los retos para poder llegar a esta estación.

Hoja de respuestas

Situación 1	**Ilegalidad**
Situación 2	**No escucha**
Situación 3	**Irrespeto**
Situación 4	**Participación**
Situación 5	**Libertad**
Situación 6	**Ilegalidad**
Situación 7	**Tolerancia**
Situación 8	**Pluralidad**
Situación 9	**Respeto**
Situación 10	**Responsabilidad**

Este documento ha sido firmado con la firma electrónica del IECM, todas las firmas se encuentran al final del documento

HOJA DE FIRMAS

Documento firmado por: CN= Gustavo Uribe Robles
Certificado: 38000002F6127D0ED3F2B7BC140000000002F6
Sello Digital: B/eE7LobN03QfT7/mZLyQSmb29QB7Nffpl7TvcHxMxo=
Fecha de Firma: 29/10/2021 03:32:02 p. m.

Documento firmado por: CN= Patricia Avendaño Durán
Certificado: 38000002FCEC747BED816BAE700000000002FC
Sello Digital: wOBKEQteHmKq88WBnD8bkhFg4EAkotgupbk4VM6hBSc=
Fecha de Firma: 29/10/2021 04:22:10 p. m.