

AFRONTANDO LA VIOLENCIA SOCIOPOLÍTICA Y PATRIARCAL:
VIVENCIAS DE DEFENSORAS DE DERECHOS HUMANOS EN MÉXICO

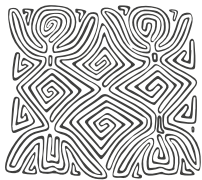
SI NO SOMOS
NOSOTRAS,
¿QUIÉNES?, SI
NO ES AHORA,
¿CUÁNDO?



| ALUNA |

ACOMPañAMIENTO PSICOSOCIAL

SI NO SOMOS
NOSOTRAS,
¿QUIÉNES?, SI
NO ES AHORA,
¿CUÁNDO?



ALUNA
ACOMPANAMIENTO PSICOSOCIAL

Aluna Acompañamiento Psicosocial, A.C.
Yosemite 45, of. 2
Col. Nápoles, Del. Benito Juárez
C.P. 03810 Ciudad de México, México
www.alunapsicosocial.org
www.facebook.com/alunapsicosocial

Esta publicación ha sido auspiciada por Pan para el Mundo en el marco del Servicio Civil para la Paz.

Segunda edición: agosto 2019. Ciudad de México, México.

Se autoriza la reproducción total o parcial de esta publicación, siempre y cuando se cite la fuente.

Publicación de distribución gratuita, prohibida su venta.

Si no somos nosotras, ¿quiénes?, si no es ahora, ¿cuándo? por Aluna Acompañamiento Psicosocial, A.C., se encuentra sujeta a la licencia Reconocimiento -NoComercial-Compartir Igual 4.0 Internacional de Creative Commons.



Impreso por Impresiones El recipiente en la Ciudad de México, México.

Autoría

Aluna Acompañamiento Psicosocial, A.C.

Coordinación del proceso de investigación

Clemencia Correa

Laura Papasergio

Stefania Grasso

Escritura

Clemencia Correa

Laura Papasergio

Raquel Celis Sánchez

Stefania Grasso

Fotografía

Joel Ortiz y Aluna Acompañamiento Psicosocial

Diseño editorial y portada

Gabriela Reygadas Robles

Silueta en portada, Pixabay

Revisión redacción y ortografía

Valentina Gatti

Agradecemos a las defensoras que han participado en esta investigación por compartir sus historias de vida y ser parte de un proceso que esperamos aporte a la reflexión sobre la situación que atraviesan mujeres en la defensa de los derechos humanos en México.

Agradecemos a personas y colectivos que hemos estado acompañando desde el enfoque psicosocial: su experiencia nos ha impulsado a dialogar con otros enfoques y ampliar nuestra mirada de lo que subyace a la violencia sociopolítica.

Defensoras participantes en los grupos focales

Ana Karen López Quintana, Tamaulipas Diversidad Vidha Trans A.C.

Ariana Denise García Bosque, asesor jurídico de Familias Unidas en la Búsqueda y Localización de Personas Desaparecidas A.C., Piedras Negras, Coahuila de Zaragoza, México

Cinthia Gabriela Ramírez Fernández, profesora de la Universidad Jesuita de Guadalajara, ITESO, y abogada defensora de derechos humanos

Clavel Carranza Bonifacio, Frente Popular 9 de Junio en Defensa de los Recursos Naturales, Coyotepec, Estado de México

Cristina Erandeni Paredes Lachino, Comité de Familiares de Personas Detenidas Desaparecidas en México (COFADDEM) “Alzando Voces”

Eva Lucero Rivero Ortiz

Felicitas Martínez Solano, consejera regional de la Coordinadora Regional de Autoridades Comunitarias (CRAC-PC)

Irma Leticia Hidalgo Rea, fundadora de Fuerzas Unidas por Nuestros Desaparecidos En Nuevo León

Isela González Díaz, defensora de derechos humanos, Alianza Sierra Madre, A.C.

Jackie Campbell

Nora María Vargas Contreras, Equipo Mujeres En Acción Solidaria (EMAS), A.C.

Olga Karina García Ramírez, Red por los Derechos Sexuales y Reproductivos en México (ddeser) Jalisco

Paulina Garrido Bonilla, presidenta de la Unión de Cooperativas Tosepan

Reyna Ramírez Sánchez, Colectivo Obreras Insumisas To Tlaktolte Calaki Mo Yolo A.C.

Rita Amador López, dirigente de la Unión Popular de Vendedores y Ambulantes “28 de Octubre” (UPVA 28 de octubre)

Sofía Virgen Rodríguez, Colectiva “Justicia para Imelda Virgen, justicia para todas”

Anónima

Participantes en el grupo de análisis

Alejandra González Marín, psicóloga feminista

Ana María Hernández Cárdenas, Consorcio para el Diálogo Parlamentario y la Equidad Oaxaca, A.C.

Clemencia Correa, Aluna Acompañamiento Psicosocial, A.C.

Dolores González Saravia, Servicios y Asesorías para la Paz, A.C. (SERAPAZ)

Morna MacLeod, académica, profesora e investigadora de Ciencias Sociales en la UAEM

Orfe Castillo, experta feminista, coordinadora en México de JASS (Asociadas por lo Justo) Mesoamérica

Índice

CAPÍTULO I.

INTRODUCCIÓN	6
--------------------	---

CAPÍTULO II.

MARCO TEÓRICO Y METODOLOGÍA	13
El enfoque psicosocial: el legado de Martín-Baró y la experiencia de Aluna	14
Trenzando el enfoque psicosocial con la perspectiva feminista	17
¿Cómo llevamos a cabo la investigación?	21
Unas claves de lectura	23

CAPÍTULO III.

SER DEFENSORA DE DERECHOS HUMANOS EN MÉXICO	27
---	----

CAPÍTULO IV.

CONTEXTUALIZANDO LAS VIOLENCIAS	35
Entramado de violencias	36
Desentrañando el contexto	38
Violencia patriarcal	46
Agresiones y riesgos por ser mujeres defensoras	50

CAPÍTULO V.

AFRONTANDO LOS IMPACTOS	59
Miedo	63
Culpa	66
Proyecto de vida y autocuidado	68
Impactos específicos	71
Interseccionalidad	73
Afrontamientos transversales	77

CAPÍTULO VI.

CONCLUSIONES	85
--------------------	----

ANEXO

Perfil de las defensoras participantes en los grupos focales	91
--	----

BIBLIOGRAFÍA	93
--------------------	----



I. INTRODUCCIÓN

La violencia sociopolítica que se vive actualmente en México, legitimada desde 2006 por la llamada guerra contra el narcotráfico, se ha generalizado a lo largo del país. Una violencia caracterizada por las desapariciones forzadas, la práctica sistemática de la tortura, las detenciones arbitrarias, las ejecuciones extrajudiciales, las masacres, el desplazamiento forzado de personas y el hallazgo de fosas clandestinas. Existen 40,180 casos oficiales de personas desaparecidas en el país y 36,708 personas fallecidas sin identificar.¹ Entre 2007 y 2016 se han encontrado 2,024 cuerpos en 1,075 fosas.² En 2017, México ocupaba además el cuarto lugar del Índice Global de Impunidad.³

-
- 1 ADN Político. (2019). *Al inicio de 2019, México registra a 40,180 personas desaparecidas*. Febrero 18, 2019, de ADN Político Sitio web: <https://adnpolitico.com/mexico/2019/01/17/al-inicio-de-2019-mexico-registra-a-40-180-personas-desaparecidas>
 - 2 González Núñez D. & Guadalupe Chávez Vargas L. (coords.). *Violencia y Terror, hallazgo sobre fosas clandestinas en México*. México: UIA&CMDPDH. Sitio web: <http://cmdpdh.org/project/violencia-terror-hallazgos-fosas-clandestinas-mexico/>
 - 3 Dato de la Universidad de Las Américas de Puebla. Más información disponible en: Le Clercq Ortega J. & Rodríguez Sánchez Lara G. (coord.). (2018). *La impunidad subnacional en México y sus dimensiones IGI-MEX 2018*. México: Editorial UDLAP. Disponible en: https://www.udlap.mx/igimex/assets/files/2018/igimex2018_ESP.pdf

En 2018, último año de la presidencia de Peña Nieto, se registró el nivel de violencia más alto en dos décadas.⁴ Según cifras oficiales 34,202 personas fueron asesinadas; 861 fueron mujeres víctimas de feminicidio.⁵ Este dato —aunque responde a un esfuerzo por la tipificación del delito— sigue estando muy lejos de reflejar la realidad de la violencia misógina en el país.

De 2006 a la fecha, 228 personas defensoras de derechos humanos han sido ejecutadas para detener su labor.⁶ Además, según la Iniciativa Mesoamericana de Mujeres Defensoras de Derechos Humanos (IM-Defensoras), entre 2015 y 2016 se han perpetrado en el país 862 agresiones a defensoras.⁷ Las defensoras del territorio y de los bienes naturales han sido las más violentadas.

La violencia sociopolítica, sustentada en un sistema capitalista y patriarcal, exagera formas de violencia de género dirigidas de manera distinta hacia mujeres, hombres y población con identidades de género y preferencias sexuales distintas a las heteronormativas (LGBTIQ).

-
- 4 Ángel A. (2018). *México atraviesa el año más violento del que haya registro con casi 16 mil asesinatos en 2018*. Febrero 8, 2019 de Animal Político. Sitio web: <https://www.animalpolitico.com/2018/07/mexico-violento-asesinatos-2018/>
 - 5 Ángel A. (2018). *2018, el año más violento con más de 34 mil homicidios; en diciembre aumentaron 9%*. Febrero 8, 2019, de Animal Político. Sitio web: <https://www.animalpolitico.com/2019/01/2018-violencia-homicidios-delitos-mexico/>
 - 6 Acción Urgente para Defensores de Derechos Humanos, A.C. (ACUDDEH). (2018). *Defender los derechos humanos en México: El sexenio de la impunidad. Informe junio de 2017 a mayo de 2018*. México: Acción Urgente para Defensores de Derechos Humanos, A.C. (ACUDDEH). Disponible en: https://www.comitecerezo.org/IMG/pdf/vdh_7.pdf. Sobre la situación de personas defensoras de derechos humanos en México se puede ver también: Relator Especial de la ONU sobre la situación de los defensores de los derechos humanos, Michel Forst (2018). *Informe del Relator Especial de la ONU sobre la situación de los defensores de los derechos humanos acerca de su misión a México*. Febrero 19, 2019, de Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos en México. Sitio web: http://www.hchr.org.mx/images/doc_pub/A_HRC_37_51_Add_2_EN.pdf
 - 7 Iniciativa Mesoamericana de Mujeres Defensoras de Derechos Humanos. (2017). *Cuerpos, territorios y movimientos en resistencia en Mesoamérica. Informe de agresiones a defensoras 2015-2016*. Disponible en: <http://im-defensoras.org/wp-content/uploads/2018/05/INFORME-DE-AGRESIONES-A-DEFENSORAS-2015-2016-FINAL-DEF.pdf>. Sobre la situación de defensoras de derechos humanos en México, véase también: Red Nacional de Defensoras de Derechos Humanos México. (2017). *Agresiones contra defensoras de derechos humanos en México. Diagnóstico Nacional*. Ciudad de México. Disponible en: http://im-defensoras.org/wp-content/uploads/2017/03/INFORME_interactivo.pdf



Esta violencia se ha apoyado, además, en el uso de medios de comunicación privados para realizar propaganda oficial e infundir el miedo en la población y el estigma hacia defensores y defensoras de derechos humanos. Periodistas críticos y medios independientes sufren ataques, calumnias, asesinatos y desapariciones. Según Reporteros Sin Fronteras, México es uno de los países más peligrosos al mundo para ejercer esta profesión.⁸ La organización Artículo 19 ha documentado el asesinato de 122 periodistas (nueve mujeres y 113 hombres) de 2000 a enero de 2019, nueve de ellos en el último año del gobierno de Enrique Peña Nieto.⁹

Mientras se edita el presente documento, se vive en México un cambio de gobierno de enorme relevancia con la salida del Partido Revolucionario Institucional (PRI) y la asunción de la presidencia por parte de Andrés Manuel López Obrador, del Movimiento Regeneración Nacional (MORENA), cuyas repercusiones aún no pueden valorarse. Existen expectativas positivas, aunque algunas decisiones, como la creación de la Guardia Nacional —integrada mayoritariamente por militares que cumplirán funciones de seguridad pública— y la proyección de megaproyectos criticados por parte de las organizaciones de la sociedad civil, han sembrado la alerta.

En el marco del trabajo de acompañamiento que realizamos desde Aluna,¹⁰ hemos visto cómo la violencia sociopolítica impacta tanto a mujeres como a hombres defensores. Aunque la gravedad y magnitud de esta violencia afecta a todas y todos ellos, se dan elementos diferenciales que no siempre se tienen en cuenta. A lo largo de los últimos años nos han surgido algunas preguntas relacionadas con las implicaciones específicas de las violencias que viven las mujeres defensoras en México. Preguntas que nos han motivado a realizar esta investigación integrando el enfoque psicosocial, que nos es propio, y la perspectiva feminista, en sus dimensiones metodológicas y analíticas.

-
- 8 Sección Española de Reporteros Sin Fronteras. (2019). *INFORME ANUAL 2018 | Reporteros Sin Fronteras alerta sobre la expansión generalizada del odio al periodista*. Febrero 28, 2019, de Reporteros Sin Fronteras. Sitio web: <https://www.rsf-es.org/news/informe-anual-2018-reporteros-sin-fronteras-alerta-sobre-la-expansion-generalizada-del-odio-al-periodista/>
- 9 Article 19. (2019). *Periodistas asesinados en México, en relación con su labor informativa*. Febrero 28, 2019, de Article 19. Sitio web: <https://articulo19.org/periodistasasesinados/>
- 10 Aluna Acompañamiento Psicosocial (Aluna) es una asociación civil mexicana fundada en 2015 cuyo objetivo es brindar herramientas a organizaciones y comunidades víctimas de violaciones a los derechos humanos para que puedan afrontar los efectos de la violencia sociopolítica y tengan condiciones que les permitan desarrollar su labor. Sitio web: www.alunapsicosocial.org

El objetivo de esta investigación es visibilizar la situación de las defensoras y abordar aquellos elementos que permitan conocer el análisis que hacen de la violencia contra ellas, sus causas, sus impactos psicosociales y las estrategias de afrontamiento, tanto individuales como colectivas, que desarrollan para transformar estos impactos. Consideramos que puede ser un espejo en el que otras se reflejen, se identifiquen, se diferencien, pero sobre todo encuentren referencias sobre lo que supone para una mujer asumirse en la defensa de los derechos humanos en México.

Recogemos sus lecturas en torno al contexto, a los impactos de la violencia sociopolítica, a la represión que están viviendo por el hecho de ser defensoras y a la opresión por el hecho de ser mujeres, y las formas en que afrontan estas violencias. Ser defensora significa desafiar la estrategia ideológica, económica, político-militar y psicológica desplegada por el Estado mexicano y por poderes fácticos legales (empresas) e ilegales (crimen organizado), una estrategia mediante la que se ejerce la violencia y la represión contra la disidencia y los movimientos sociales y se emplea y modifica el marco normativo para legitimar el despojo y legalizar las agresiones en contra de la sociedad civil.

Además, ser mujer defensora conlleva desafiar las normas, políticas y estereotipos culturales; salvar condiciones de desigualdad que conllevan una falta de reconocimiento social a su labor; compaginar el activismo con la sobrecarga de trabajo doméstico y de cuidado; sobrevivir a la discriminación y a la violencia, entre otros factores que vulneran su libertad e inhiben su participación en la vida pública.

A la complejidad que soportan y comparten defensoras y defensores para desarrollar su trabajo, a la violencia patriarcal que ellas enfrentan y afrontan, se suman otras dimensiones que interseccionan, como la identidad étnica, la edad, la preferencia sexual, el rol familiar y la clase social, entre otras. Es en este escenario donde las defensoras potencian sus mecanismos de afrontamiento individuales y en colectivo, desde la dignidad y la salvaguarda de sus vidas y las de sus familias.

Organizaciones latinoamericanas han generado información sobre esta problemática desde metodologías y enfoques complementarios. Recordamos, entre otros, los esfuerzos hechos por IM-Defensoras de documentar, sistematizar y visibilizar las agresiones a defensoras en varios países de Centroamérica.¹¹ También cabe mencionar el extenso trabajo que desde JASS (Aso-

11 Los informes de la IM-Defensoras están disponibles en <https://im-defensoras.org/categoria/acciones/publicaciones/>



ciadas por lo Justo) Mesoamérica se ha hecho para impulsar el debate sobre los desafíos de la protección a las defensoras de derechos humanos.¹² Consorcio para el Diálogo Parlamentario y la Equidad Oaxaca también ha dado un aporte fundamental al bienestar y a la lucha de las mujeres defensoras, apostando por el autocuidado y el cuidado colectivo como estrategia política.¹³

Esta investigación se ha desarrollado además con el aporte de la Red Nacional de Defensoras de Derechos Humanos México (RNDDHM),¹⁴ lo que ha contribuido a enriquecer la perspectiva feminista de la investigación, complejizando el análisis y nutriendo y complementando la perspectiva psicosocial.

Se trata de un trabajo inspirado en la Investigación Acción Participativa (IAP), un proceso crítico de reflexión colectivo que reúne las voces, vivencias y análisis de 17 mujeres defensoras de derechos humanos. Compañeras provenientes de 11 estados de la República que enfrentan la interacción de la violencia sociopolítica y patriarcal desde distintas luchas. Sus voces son las protagonistas, sus experiencias son el corazón de esta investigación.

-
- 12 Señalamos, entre otras, las siguientes publicaciones: López M. & Bradley A. (2017). *Haciendo que el Cambio sea una Realidad. Repensando la protección, el poder, y los movimientos. Análisis y experiencias desde las defensoras en Mesoamérica*. JASS (Asociadas por lo Justo) Mesoamérica. Disponible en: https://justassociates.org/sites/justassociates.org/files/mch6_repensando_la_proteccion_el_poder_y_los_moviemintos_.pdf y Martín Quintana M. (2016). *El enfoque de género en la protección a defensoras de derechos humanos: Las experiencias de México y Honduras*. Honduras México: JASS (Asociadas por lo justo) Centro por la Justicia y el Derecho Internacional (CEJIL) Protection International (PI). Disponible en: https://justassociates.org/sites/justassociates.org/files/el_enfoque_de_genero_en_la_proteccion_a_defensoras_de_derechos_humanos_-_las_experiencias_de_mexico_y_honduras_logos_una_pag_interactivo.pdf
- 13 Las publicaciones de Consorcio para el Diálogo Parlamentario y la Equidad Oaxaca sobre el autocuidado están disponibles en <http://consorciooaxaca.org.mx/proteccion-a-defensoras-de-derechos-humanos/autocuidado/>
- 14 La Red Nacional de Defensoras de Derechos Humanos en México (RNDDHM) surgió en 2010 para responder de manera articulada y solidaria a las agresiones que las defensoras de derechos humanos estaban denunciando; es impulsada por las organizaciones: Consorcio para el Diálogo Parlamentario y la Equidad Oaxaca; Red Mesa de Mujeres de Ciudad Juárez y JASS (Asociadas por lo Justo) Mesoamérica. Está conformada por 172 defensoras de derechos humanos y mujeres periodistas de 97 diversas organizaciones de la sociedad civil, ubicadas en 21 estados y en la Ciudad de México. Sitio web: <https://im-defensoras.org/red-nacional-de-defensoras-de-derechos-humanos-en-mexico/>



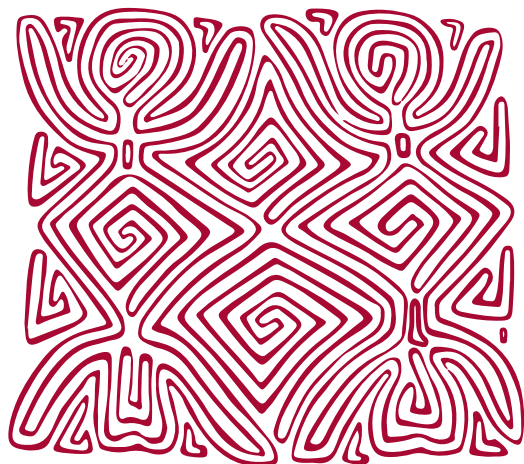
II. MARCO TEÓRICO Y METODOLOGÍA

Capítulo II.

**Marco teórico
y metodología**

*No es un mero ejercicio indagador, sino que tiene un sentido político:
une la investigación a la praxis, apuesta al cambio del statu quo, hacia
un proyecto emancipador y transformador de la sociedad.*

El mayor desafío de Aluna en esta investigación ha consistido en poner en diálogo el enfoque psicosocial y la perspectiva feminista, tomando en cuenta que la experiencia de nuestra organización se basa en el enfoque psicosocial, caracterizado por un marco interpretativo y unas herramientas de análisis sustentadas en la Psicología Social de la Liberación. La inclusión de la perspectiva feminista en nuestra mirada y en nuestras prácticas es una apuesta política y un reto del que nos queda camino por recorrer.



El enfoque psicosocial: el legado de Martín-Baró y la experiencia de Aluna

En Aluna desarrollamos nuestro trabajo en salud mental y derechos humanos desde el enfoque psicosocial. Entendemos por enfoque psicosocial una perspectiva crítica desde la que es posible explicar las relaciones de opresión y violencia sociopolítica en las sociedades: sus causas, sus efectos y cómo se implementan. Este enfoque surgió en América Latina en los años ochenta y, desde entonces, ha sido utilizado para abordar y trabajar en contextos de violencia sociopolítica con graves violaciones a los derechos humanos, como es el caso del acompañamiento a víctimas y sobrevivientes de las dictaduras cívico-militares en Chile y Argentina y el conflicto armado interno en Colombia, Guatemala y El Salvador.

Este enfoque se sustenta en la Psicología Social de la Liberación, disciplina que surgió en la década de los ochenta gracias al trabajo de Ignacio Martín-Baró, psicólogo y sacerdote jesuita español, quien analizó los impactos psicosociales de la guerra civil sobre el pueblo salvadoreño y las formas del mismo para afrontarlos. En esta búsqueda, Baró consideró que la Psicología Social norteamericana resultaba inadecuada e insuficiente para dar cuenta de la realidad cotidiana de las personas en las condiciones de pobreza y violencia que se vivían en El Salvador.¹⁵ Como resultado de su formación marxista y de su cercanía a la Teología de la Liberación, elaboró la postura teórica y política de la Psicología Social de la Liberación al servicio de la emancipación de los pueblos de sus condiciones de opresión.

15 Entre las críticas del sacerdote jesuita a la Psicología Social norteamericana están: su carácter adaptativo y dominante y el reduccionismo de su enfoque grupal, que basaba sus conclusiones en las percepciones, actitudes, tensiones y conductas de las personas ante tareas banales y en escenarios fabricados que les sustraían de su contexto histórico, político, social y económico.

Si bien Martín-Baró dejó una huella histórica que contribuye a la construcción del enfoque psicosocial, otros autores, como Elizabeth Lira¹⁶ y Carlos Martín Beristain,¹⁷ también han abonado al ‘cómo trabajar’ las repercusiones de la violencia sociopolítica desde el enfoque de los derechos humanos y la salud mental. En Aluna retomamos éstas y otras referencias para fortalecer nuestra visión del enfoque psicosocial como una manera de interpretar y comprender los daños personales, colectivos y sociales que se manifiestan en contextos de violencia sociopolítica. Una comprensión que nos permite la definición de objetivos y la creación de métodos para abordar dichos daños a través de herramientas psicoemocionales, de fortalecimiento organizativo, de seguridad y políticas.

Cabe destacar que esta comprensión se basa en una postura política. El enfoque psicosocial se caracteriza por no ser neutro: se posiciona del lado de los sujetos políticos que luchan por la transformación social. Se sostiene en el pensamiento crítico y se materializa en una praxis que consiste en la reflexión y acción sobre su realidad concreta, desde el reconocimiento de sus

-
- 16 Psicóloga y terapeuta familiar, tiene un magíster en Ciencias del Desarrollo por el Instituto ILADES. Se ha desempeñado como profesional y docente en diversas instituciones y ha sido reconocida a nivel nacional e internacional por su labor en el tratamiento de víctimas de represión política durante la dictadura militar chilena. Parte de su amplia investigación se ha centrado en los efectos psicológicos de la amenaza y violencia política, en la relación de la memoria histórica y el reconocimiento de las víctimas de violación a los derechos humanos, en la comprensión histórica de la violencia política y de las comisiones de verdad en Chile, y también en la problematización y reflexión sobre las políticas de reparación en Chile. Miembro de la Comisión de Prisión Política y Tortura (2003-2005) y miembro de la Comisión Asesora Presidencial para la Calificación de Detenidos Desaparecidos, Ejecutados Políticos y Víctimas de Prisión Política y Tortura (2010-2011).
- 17 Psiquiatra vasco que trabaja en la atención integral a víctimas de violaciones de derechos humanos y familiares desde hace 25 años. Coordinó el informe ‘Guatemala: Nunca Más’; formó parte de las Comisiones de la Verdad en Perú, Paraguay y Ecuador y actualmente de la de Colombia; trabajó en el Sáhara con víctimas y familiares de desaparecidos. Tiene experiencia en atención a víctimas y sobrevivientes de violencia, a comunidades y organizaciones de derechos humanos, y en peritajes para la evaluación psicosocial e investigaciones sobre la reparación. Formó parte del Grupo Interdisciplinario de Expertos Independientes (GIEI) que realizó el Informe *Ayotzinapa: Investigación y primeras conclusiones de la desaparición y homicidios de los normalistas de Ayotzinapa*. Véase Grupo Interdisciplinario de Expertos Independientes (2017). *Informe Ayotzinapa: Investigación y primeras conclusiones de la desaparición y homicidios de los normalistas de Ayotzinapa*. México. Disponible en: <http://centroprodh.org.mx/wp-content/uploads/2017/12/InformeGIEIayotzi.pdf>



propias percepciones y saberes, de su visión del mundo; desde sus decisiones, sus recursos, sus retos, su capacidad de crear proyectos y alternativas y construir hacia un futuro de autonomía y de libertad. Desde este enfoque se evalúa si el proceso avanza hacia el desvelamiento y la liberación o hacia el ocultamiento y la dominación.

Se caracteriza además por ser un enfoque integral, que contempla todas las dimensiones de la experiencia, lo que incluye el análisis del contexto sociopolítico en el que se origina la violencia, de los hechos concretos sufridos, de las distintas formas, manifestaciones y niveles en que se expresa el daño y de los propios recursos de las víctimas para hacerle frente y fortalecerse. Si bien el enfoque psicosocial recupera elementos de la psicología clínica no se trata de un trabajo de psicoterapia, ya que además de minimizar los impactos busca ponerlos en contexto, no individualizarlos y fortalecer el análisis político y las estrategias organizativas.

Dentro del enfoque psicosocial resaltan unos conceptos clave que nos han guiado en el diseño y desarrollo de la investigación, como también en el análisis e interpretación de los resultados. Una comprensión de los mismos nos permitirá el acercamiento crítico a la problemática enunciada en la introducción.

El concepto base desde el que entendemos el contexto es la violencia sociopolítica que, como define el *Modelo de acompañamiento psicosocial* de Aluna, es aquella sutil o abierta, que utiliza el Estado con el objetivo de controlar a la población para imponer intereses político-militares, económicos o ideológicos.¹⁸ La violencia sociopolítica la ejercen agentes estatales por acción, omisión o aquiescencia y actores no estatales que sirven a grupos de poder a nivel estructural y económico. Independientemente de qué actores ejercen dicha violencia, el Estado es el actor responsable de dar fin a su sostenimiento y reproducción.

Este concepto nos permite entender de manera crítica las relaciones de poder que se dan en contextos de violencia y, desde esta comprensión, identificar intereses y causas que subyacen a actos de represión y estrategias de terror.

Esa violencia sociopolítica genera lo que Martín Baró denominó “el trauma psicosocial”, una herida enquistada en los grupos y colectividades y, a medida macro, en el entramado social

18 Aluna Acompañamiento Psicosocial, A.C. (2017). *Modelo de acompañamiento psicosocial Aluna*. México: Aluna. Disponible en: https://docs.wixstatic.com/ugd/536db9_a3fd1d7aa2cd46c9a5e3e5df044e2e08.pdf

e institucional. Este trauma se manifiesta en impactos¹⁹ que es primordial abordar desde un análisis interseccional, tomando en cuenta la perspectiva feminista, étnica, político-ideológica, espiritual, cultural e intergeneracional.²⁰

En la medida en que los impactos sean reconocidos como respuestas normales ante la violencia sociopolítica será posible tomar conciencia, reconocer y activar mecanismos de afrontamiento y favorecer la reconstrucción de los vínculos y el tejido social. Así como se observan impactos dolorosos, también se observan mecanismos que permiten a las personas hacer frente a la violencia sociopolítica: los impactos psicosociales ocurren de manera simultánea a las formas de afrontamientos de la violencia.

Capítulo II.

**Marco teórico
y metodología**

Trenzando el enfoque psicosocial con la perspectiva feminista

Este trabajo se ha inspirado en el modelo de Investigación Acción Participativa, contemplado en el enfoque psicosocial de Aluna, con aportes de la perspectiva feminista. A través de estos tres componentes, hemos tejido nuestra metodología como una trenza, fortalecida por ciertas afinidades que encontramos entre ellos y que nos permiten hilar de manera experimental las visiones, propuestas y apuestas de cada uno.

Ya hemos visto en qué consiste el enfoque psicosocial de Aluna. A continuación, daremos un breve y sencillo esbozo de la metodología que nos aporta la perspectiva feminista y del modelo de Investigación Acción Participativa; de ciertos elementos que los caracterizan y que

19 Con este concepto nos referimos al conjunto de tensiones, pérdidas, cambios y daños que provocan en las personas que son objeto de agresiones, amenazas, etc. Los impactos psicosociales se manifiestan en diversos niveles (el personal, el familiar, el organizativo, el comunitario y el social) y ámbitos (las emociones, los pensamientos, los saberes, los haceres, los simbolismos e, incluso, el cuerpo).

20 Aluna Acompañamiento Psicosocial, A.C. (2016). *Claves hacia el acompañamiento psicosocial. Cuadernillo principal*. México: Aluna. Disponible en: https://docs.wixstatic.com/ugd/536db9_4b1749e680c5415c-8b32818a75f6effc.pdf



rescatamos en esta ocasión, para dar cuenta de cómo fuimos trenzándolos en el esfuerzo de abrir nuestros horizontes y enriquecernos con nuevas miradas.

La metodología feminista —en el ámbito científico— surgió de los movimientos feministas y del profundo cuestionamiento de la producción del conocimiento que había sido históricamente considerada ‘monopolio’ de los hombres. Se excluyeron los saberes de las mujeres, así como toda identidad diversa a la del hombre blanco, heterosexual, adulto, burgués, sin discapacidades, y se universalizó el sujeto masculino como referente de la humanidad. La ciencia tradicional pretendía ser objetiva, neutral e imparcial, como si el *sujeto* cognoscente y el *objeto* cognoscitivo fueran abstracciones con facultades universales, sin influencias del contexto y libres de sensaciones.

La epistemología feminista ha cuestionado y develado los mecanismos de validación y reproducción de un sistema jerárquico androcéntrico y ha señalado el carácter parcial, histórico y no universal del conocimiento. Ha roto la tradicional barrera entre el sujeto conocedor y el objeto de conocimiento, entre el yo y el otro, para emprender un camino dialógico e intersubjetivo desde posiciones políticas situadas y ha rescatado las experiencias vividas y las respuestas emotivas como válidas en el quehacer científico.²¹

Desde esta epistemología se desarrolla un modelo de investigación —cualitativa y cuantitativa, descriptiva, crítica e interpretativa— que puede, en general, definirse como “contextual, experiencial, multimetodológica, no replicable y comprometido”.²² La metodología feminista, en todas sus vertientes, plantea preguntas alrededor de los problemas sustantivos vividos por las mujeres, como procesos de dominación, problematizando los distintos niveles en los que se presentan: el individual, el familiar y el social, en el contexto local, nacional e internacional. Responde a un posicionamiento político y busca fortalecer la autonomía, deconstruir los estereotipos que limitan la libertad y autodeterminación de las mujeres y transformar las relaciones de poder.

El otro hilo de nuestra trenza es la Investigación Acción Participativa, que también nació del cuestionamiento del paradigma tradicional positivista y de sus métodos de investigación y

21 Richardson, L. (noviembre, 1993). *Poetics, Dramatics, and Transgressive Validity: The Case of the Skipped Line*. The Sociological Quarterly, 34-4, 695-710. Disponible en inglés: <http://www.metanoia.ac.uk/media/1528/richardson-l-1993-poetics-dramatics-and-transgressive-validity.pdf>

22 Goldsmith, M. (2002). *Feminismo e investigación social. Nadando en aguas revueltas*. En Debates en torno a una metodología feminista (45), comp. Eli Bartra. México: PUEG-UAM, 1998, 45.

producción del conocimiento. Surgido de los trabajos de Orlando Fals Borda,²³ este método fue inspirándose en la educación popular de Paulo Freire²⁴ e interconectándose con disciplinas como la psicología comunitaria, el desarrollo comunitario, la sociología, la economía política, los estudios feministas y la psicología crítica, entre otros.

El modelo de Investigación Acción Participativa se caracteriza por ser un proceso crítico, reflexivo, colectivo, participado y emancipador. A través de una perspectiva dialéctica, los sujetos se tornan protagonistas de la investigación al problematizar temas de su interés, buscando una reflexión crítica sobre la realidad y autocrítica sobre las propias prácticas. Su finalidad no es la mera producción de conocimiento, sino que “pretende actuar frente a las realidades sociales, transformándolas desde el protagonismo de los actores”;²⁵ se basa en la participación y colaboración de todas las partes como un proceso de aprendizaje orientado a mejorar nuestra praxis hacia la transformación social, lo que constituye una fuerte e innovadora apuesta política.

La integración de la perspectiva feminista con el enfoque psicosocial no ha estado exenta de tensiones, pero han sido más las convergencias que los desencuentros, como puede leerse en las conclusiones. Los tres abordajes mencionados nos han ofrecido interconexiones dialogantes entre sí. Queremos resaltar algunas de las coincidencias más relevantes para plantear y realizar esta investigación.



- 23 Orlando Fals Borda (Colombia, 1925-2008) fue un investigador y sociólogo colombiano. En 1959, junto con Camilo Torres Restrepo, fundó una de las primeras Facultades de Sociología de América Latina en la Universidad Nacional de Colombia, sede Bogotá, convirtiéndose en su primer decano, papel que asumió hasta 1966. Se constituyó en uno de los fundadores y representantes más destacados de la Investigación Acción Participativa (IAP), método de investigación cualitativa que pretende no sólo conocer las necesidades sociales de una comunidad, sino también agrupar esfuerzos para transformar la realidad con base en las necesidades sociales.
- 24 Paulo Reglus Neves Freire (Brasil 1921-1997) fue educador y uno de los más influyentes teóricos de la educación del siglo XX. Trabajando principalmente entre los pobres que no sabían leer ni escribir, Freire empezó a adoptar un método no ortodoxo de lo que puede ser considerado una variación de la Teología de la Liberación. En 1967 publicó su primer libro, *La educación como práctica de la libertad*. El libro fue bien recibido y se le ofreció el puesto de profesor visitante en la Universidad de Harvard en 1969. El año anterior había escrito su famoso libro *Pedagogía del oprimido*, que fue publicado en inglés y en español en 1970.
- 25 Moreno Pestaña J. & Espadas Alcázar M. (2002). *Diccionario crítico de ciencias sociales, Terminología Científico Social*, obra dirigida por D. Román Reyes. 3ª edición (digital). Madrid: UCM, ucm.es.



La investigación pretende ser *con, por y para las mujeres*; pretende ser *situada*, desde el enfoque psicosocial de las investigadoras, desde el ser mujeres y defensoras y desde nuestro vivir y actuar en el México de hoy; pretende construirse *colectivamente desde abajo*, nutriéndose de las experiencias vividas por quienes en ella participan; pretende abordar, *problematizándolos*, asuntos sustantivos que viven las mujeres defensoras de derechos humanos en un contexto de violencia sociopolítica en México.

Pretende ser *crítica* y develar las estructuras y relaciones de poder que experimentan históricamente, colocadas en el aquí y ahora, en distintas escalas: personal, familiar, organizacional, comunitaria y social; pretende ser *autocrítica* sobre nuestras prácticas, contribuyendo a desencadenar un *proceso de concientización* con una fuerte apuesta política, la de mejorar nuestras prácticas, dejar constancia de lo que significa ser una mujer defensora en México y contribuir con ello, aunque de manera modesta, a la denuncia de esta realidad pero también al fortalecimiento de la labor de las defensoras y al reconocimiento de sus saberes.



¿Cómo llevamos a cabo la investigación?

Para llevar a cabo este proyecto, realizamos tres grupos focales diseñados para ser dinámicos, participativos y dialécticos, en los que participaron defensoras procedentes de distintos estados de la República (Chihuahua, Coahuila, Estado de México, Guanajuato, Guerrero, Jalisco, Michoacán, Nuevo León, Oaxaca, Puebla y Tamaulipas). Se llevaron a cabo en Ciudad de México (con la participación de seis defensoras), en Guadalajara (con la participación de cinco defensoras) y en Chihuahua (con la participación de seis defensoras), y se desarrollaron a lo largo de día y medio cada uno.

Las defensoras participantes pertenecen a contextos distintos, proceden de diferentes trayectorias, trabajan temáticas variadas y han compartido una amplitud de situaciones que permiten brindar una visión vasta e incluyente de lo que significa y conlleva ser una mujer defensora en México. Algunos de los elementos y dinámicas que interseccionan de manera distinta en la vivencia de cada defensora y que documentamos dentro de la investigación se han resumido en el **Anexo.**

La primera sesión de cada grupo focal se centró en la lectura del entramado de la violencia sociopolítica y patriarcal, tanto la estructural como la que sufren ellas directa e indirectamente y que les impacta en una dimensión más local y particular. Después las participantes se situaron, como mujeres y como defensoras, cada una a partir de su historia, de sus vivencias, de las condiciones que afrontan y de las motivaciones que marcan su camino.

El segundo día se trabajó sobre los mecanismos y estrategias de afrontamiento tanto personales como colectivos (individuales, familiares, organizativos y comunitarios) que generan para enfrentar estas violencias.

El diálogo se articuló alrededor de distintas dinámicas: preguntas dirigidas al grupo, diálogo entre subgrupos, uso de cuestionarios individuales y expresión creativa a través de dibujos. Los encuentros finalizaron con la reflexión colectiva de lo que habían construido, lo que se llevaban y lo que les gustaría comunicar a otras defensoras.

Los grupos focales fueron pensados como espacios de convivencia y de confianza en los que las defensoras pudieran desconectar de su quehacer diario y compartir con las demás momentos de reflexión, de relajación y esparcimiento. A cada grupo se le explicó el marco de la investigación, sus objetivos, sus características y la metodología de trabajo, se compartieron

Capítulo II.

**Marco teórico
y metodología**





los criterios para el uso de la información y su manejo, y los pasos siguientes del proceso, y se tomaron acuerdos sobre confidencialidad y autoría.²⁶

Concluidos los grupos focales, se llevó a cabo la sistematización de la información, se realizó un primer análisis interno de los resultados arrojados y se elaboró un documento con las principales claves para debatirlo en el marco de un grupo de análisis conformado por expertas que trabajan desde la sociedad civil y la academia²⁷ en distintos ámbitos: análisis de contexto, feminismo, trabajo con defensoras, enfoque psicosocial y autocuidado. A lo largo de un día y medio, debatimos las ideas clave generadas en los grupos focales, profundizamos y contrastamos, a través de nuestras perspectivas y experiencias, abriéndonos a nuevas miradas sobre los procesos de las defensoras y enriqueciendo de manera colectiva y constructiva el análisis.

Por último, se elaboró una primera versión de este documento que fue contrastada con las participantes, tanto de los grupos focales como del grupo de análisis, para que aportaran con sus comentarios y observaciones, que han sido integradas en el texto para dar origen al producto final que aquí presentamos.

Cabe destacar el aporte fundamental de la Red Nacional de Defensoras de Derechos Humanos México en esta investigación. Ha sido especialmente relevante su contribución para el desarrollo de la propuesta investigativa, para el fortalecimiento de la perspectiva feminista, la retroalimentación sobre la metodología de los grupos focales y del grupo de análisis, el contacto con defensoras pertenecientes a la Red y sus insumos en la interpretación de los resultados.

26 Los mismos se retomaron al cierre de los grupos focales.

27 Alejandra González Marín, psicóloga feminista, consultora y perita experta en enfoque psicosocial; Ana María Hernández Cárdenas, directora de Consorcio para el Diálogo Parlamentario y la Equidad Oaxaca, experta en feminismo y autocuidado; Clemencia Correa, directora de Aluna y experta en enfoque psicosocial —cuya participación en este espacio fue como una experta más y no como facilitadora de la investigación—; Dolores González Saravia, coordinadora de procesos de transformación positiva de conflictos en Servicios y Asesoría para la Paz A.C. (SERAPAZ), experta en análisis de contexto; Morna MacLeod, académica, profesora e investigadora de Ciencias Sociales en la UAEM, experta en estudios culturales, decoloniales e interseccionales y entramados de violencia; Orfe Castillo, coordinadora en México de JASS (Asociadas por lo Justo) Mesoamérica, experta feminista.

Unas claves de lectura

La estructura de la publicación sigue el orden en que se abordaron los temas durante los grupos focales. Los testimonios se reportan en cursiva, manteniendo en todo momento el anonimato de las expresiones transcritas, y se acompañan de la contextualización y la interpretación realizada por las propias defensoras, el grupo de análisis y el equipo de Aluna.

Finalmente, muchas consideraciones y resultados que presentamos de manera cualitativa reflejan tendencias y datos que han sido expuestos en informes sobre personas defensoras de derechos humanos y, en particular, sobre defensoras, realizados por varias organizaciones que han recopilado datos cuantitativos. Para Aluna esta coherencia con un marco general refuerza la importancia de dar una mirada y análisis cualitativo para ir más a fondo, desentrañar prejuicios y estereotipos, evidenciar matices y mostrar que, mucho más que víctimas, estas defensoras son luchadoras incansables que a pesar de los golpes siguen adelante con firmeza, pasión y alegría. “¿Hasta cuándo va a quedar dormido el pueblo mexicano?, ¿hasta cuándo tendremos que esperar para que haya justicia? Es el momento del despertar del pueblo.”

¿Hasta cuándo va a quedar dormido el pueblo mexicano?, ¿hasta cuándo tendremos que esperar para que haya justicia? Es el momento del despertar del pueblo.







Dibujo realizado por parte de las defensoras participantes en el grupo focal de Chihuahua.

III. SER DEFENSORA DE DERECHOS HUMANOS EN MÉXICO

Capítulo III.

Ser defensora de
derechos humanos
en México

A petición de las defensoras, este apartado se lo dedicamos a la memoria de Guadalupe Campanur Tapia, Lupita, defensora de Cherán (Michoacán), víctima de una ejecución extrajudicial cuando realizábamos esta investigación, aumentando las cifras de feminicidios. Su vida y su memoria son un referente innegable.



Como ya mencionamos, las defensoras que protagonizaron esta investigación tienen características, condiciones, vidas y sentires distintos: vienen de diversos lugares, rurales y urbanos, estados distintos con problemáticas diferentes, son indígenas y mestizas. Han tenido que luchar para seguir adelante en condiciones económicas desfavorecidas, para liberarse de estereotipos incrustados en su entorno familiar y social; buscan a sus desaparecidos y desaparecidas; defienden su tierra y territorio y los bienes naturales para una vida digna; luchan por los derechos sexuales y los derechos reproductivos de las mujeres, por el derecho a la salud, así como a una vida libre de violencia de género; a un trato no discriminatorio; por la puesta en libertad de familiares, compañeras y compañeros que han sido presos por defender derechos; por el trabajo digno, por los derechos laborales. Son mujeres jóvenes y de mayor edad, algunas con hijas e hijos o con otros familiares a su cargo, con diferente poder adquisitivo, distintos grados de estudio y experiencias de implicación en el activismo muy dispares. Unas se asumen feministas y otras no, o no lo manifiestan expresamente.

Los grupos focales han sido un diálogo intergeneracional, intertemático, intercontextual, interclase e interétnico. Una interacción de diversidades encarnadas en cada defensora, una unicidad compleja ligada por dos denominadores centrales: ser mujer y ser defensora. Además, reconocerse como sujetos antagonistas de intereses económicos y políticos similares implicó una identificación entre las defensoras. La conclusión compartida en los tres grupos focales es que sus luchas son distintas y a la vez similares.

Las mujeres que han participado en esta investigación se convirtieron en defensoras de los derechos humanos por distintas motivaciones. Unas decidieron buscar justicia y verdad en respuesta a violaciones de derechos humanos contra ellas o sus seres queridos, en las que, en ocasiones, han concurrido la violencia sociopolítica y patriarcal. Otras son mujeres que se han formado para la defensa y se han convertido, con su preparación y empatía, en firmes acompañantes. Otras decidieron luchar por sus comunidades ante la amenaza de perder sus territorios. Todas ellas han recorrido caminos y transitado espacios desconocidos.

“Hay una lucha desde pequeñas, pero no es fácil de identificar, son etapas de tu vida. No lo identificas hasta que te posicionas en un punto específico o hasta que ahí te mete la vida [...]. Hay un momento en el que vemos que estamos defendiendo el derecho de terceros, ya no el nuestro.”

“Rebeldía es lo que viene a mí cuando me pienso como defensora. Mi defensa y mi incongruencia. Defiendo los derechos de las mujeres, de la tierra y los míos [...]. El empoderamiento de las mujeres empieza por mí. Por creer en una misma”.

En la historia personal de cada participante sobresalió una característica común: la inconformidad ante las injusticias, que al crecer va tomando dirección y forma particular, pero siempre encaminada a la defensa de los derechos humanos y a la asunción de sí mismas como defensoras.

“Va surgiendo. Es como quitarse unas vendas y empezar a identificar cualquier forma de injusticia. Te vas uniendo a otras personas, a pesar de que ellas y sus luchas sean distintas, te solidarizas con otras luchas”.

“Me mueve mucho la injusticia contra las demás personas, contra la gente que no tiene voz, y me mueve la desigualdad social”.

“A mí me ofende, me lastima mucho la injusticia hacia cualquier ser humano”.

“Vi que iba siempre contracorriente y que no me dejaba [...]. Yo me decía promotora, pero a partir de las amenazas, me dije defensora de derechos humanos”.

← **A mí me ofende,
me lastima mucho
la injusticia hacia
cualquier ser humano.**

Si bien este profundo sentido de la justicia e indignación frente a la desigualdad social las motiva a emprender un camino en defensa de los derechos humanos, como hemos mencionado ya, en muchos casos la lucha empieza por hechos y sucesos que han vivido, directa o indirectamente, de niñas, muy jóvenes o siendo ya adultas. Hechos traumáticos como una violación, el asesinato o la desaparición de algún ser querido, que se perpetran en un contexto en el que se articula lo que aquí llamaremos el entramado de violencias.

Las violencias e injusticias, vividas en carne propia o sufridas por terceras personas, despiertan en ellas ‘coraje’, ‘enojo’, ‘rabia’, ‘indignación’, ‘hartazgo’. Con estas palabras las defensoras dibujan sus sentimientos de mujeres que se convierten en luchadoras a medida que dimensionan el alcance de la injusticia, que asumen la voluntad de acabar con ella, de preservar a otros seres. Son mujeres que han logrado canalizar sus dolores en energía transformadora, en sentimientos de amor y cuidado:

**Ya no iba a permitir
que me pisotearan,
que abusaran de otras
mujeres. Cada abuso
me daba rabia y se
convertía en acción.** →

"[...] Yo nunca me percibí como defensora, simplemente me peleaba para que se respetara el derecho a la salud, para que no nos discriminaran por ser personas trans, para que no se nos estigmatizara. También empecé a luchar para que se reconociera el trabajo sexual como trabajo, para que se reconociera la identidad de género de las personas trans".

"Ya no iba a permitir que me pisotearan, que abusaran de otras mujeres. Cada abuso me daba rabia y se convertía en acción".

"[...] la gente acude a ti, te pide el apoyo y es imposible que tú digas que no. Cuando sabes de este terror, incertidumbre y miedo ya es imposible que no acompañes".

"[...] ya perdonamos a los asesinos, pero queremos que eso no le pase a otras mujeres, que ninguna persona vuelva a pasar por eso, queremos que esto que estamos viviendo no le pase a otras. Por eso vamos con ellas a la fiscalía, a descifrar los papeles, a decirles que no va a ser rápido, pero que no están solas".

"Las semillas son mis hijos [en alusión a un dibujo realizado durante un grupo focal], uno desaparecido. A raíz de ellos el árbol crece triste. Extraño la alegría, un día era mamá y ya ... Ya no somos víctimas sino defensoras".

Los impactos negativos, fruto de un contexto agresivo y violador, se transforman en energía solidaria, comprometida, renovadora de humanidad, trascienden y se tornan en acción positiva hacia el futuro.

El cuidado al otro, a la otra, es uno de los elementos que da sentido al trayecto emprendido, activa el poder transformador. Otro elemento importante es la dimensión colectiva: algunas defensoras pertenecen al grupo cuyos derechos defienden y otras son personas externas que acompañan. En ambos casos se destaca una cercanía sustentada en la empatía hacia las personas y colectivos que defienden y acompañan: mujeres, personas desaparecidas y sus familiares, trabajadoras de maquila, trabajadoras sexuales, vendedores, comunidades en defensa del territorio y otras.

La colectividad da fuerza, identidad, sentido, y refrenda las elecciones de vida, el camino que han escogido o que las ha escogido —en expresión de ellas—, aunque arduo y espinoso, como defensoras.

“La lucha con las comunidades, con el pueblo, me refrenda a mí misma, mi proyecto de vida. Me motiva, me hace sentir viva”.

“Creemos en la organización, nos dio valores: el cuidado al medioambiente, la vida digna, sana y sustentable, el cuidado de la cultura, nuestra forma de vida, tan bonita para nosotras y nosotros. Amo a la cooperativa, la lucha colectiva [...]. Esta forma de vida es lucha, es nuestra. Siempre pensamos que un mundo diferente es posible”.

“Tenemos una forma honesta de vivir; con mis hijos, vendedores todos, nos apoyamos, todo en lo colectivo. Las manzanitas son compañeros [en alusión al dibujo de un árbol realizado en el grupo focal], todos tenemos que luchar para tener una mejor vida”.

“Lo que me hizo verme como defensora fue rebelarme ante el aislamiento al que someten a las comunidades, luchar por el reconocimiento de la injusticia. Ya teníamos un proceso. Te das cuenta de todo lo que pasa, el aislamiento que viven estas comunidades, el intento de despojo del territorio y de los bienes naturales”.

← **La lucha con las comunidades, con el pueblo, me refrenda a mí misma, mi proyecto de vida.**

Capítulo III.

**Ser defensora de
derechos humanos
en México**



Los sueños
no se crean
ni se destruyen

Sólo se
transforman





Dibujo realizado por parte de las defensoras participantes en el grupo focal de Guadalajara.

IV. CONTEXTUALIZANDO LAS VIOLENCIAS

“Vivimos una guerra de baja intensidad con trasfondo económico. Están entregando nuestros recursos económicos y perpetran graves violaciones de derechos humanos, cada vez más frecuentes. Nos están acostumbrando, a toda la población, a la violencia, para normalizar lo que sucede. El terror que crean los grupos paramilitares, el narcotráfico, el crimen organizado, ha servido para implementar el terror en la población y crear control social, y el Estado se lava las manos”.

Capítulo IV.

**Contextualizando
las violencias**





Entramado de violencias

Las experiencias vitales compartidas por las defensoras durante este trabajo de investigación nos permiten identificar tres planos de violencia. Se trata de una división forzada porque no son violencias nítidas y autónomas, sino que interactúan: la violencia sociopolítica, la represión por el hecho de ser defensoras de derechos humanos —que forma parte de la violencia sociopolítica pero de la que queremos realizar una lectura específica— y la violencia patriarcal.

En el capítulo II brindamos una definición de la violencia sociopolítica. Una violencia que se manifiesta en un nivel más represor e intencional hacia las personas defensoras de derechos humanos y otros sujetos antagonistas a los intereses político-militares, económicos e ideológicos del Estado y de los poderes fácticos, por investigar y visibilizar responsabilidades, por buscar justicia y verdad, por denunciar, reclamar y reivindicar.

Transversalmente, la violencia patriarcal actúa contra las mujeres por el hecho de ser mujeres, contra las personas con identidades no heteronormativas o disidentes y contra cualquier expresión de género que subvierta el orden binarista²⁸ establecido. Se caracteriza, entre otras opresiones, por el desbalance en las relaciones de poder, la estigmatización de lo diverso, el control de los cuerpos, la violencia y tortura sexual, el confinamiento de las mujeres en el ámbito privado, su invisibilización, el ser y estar para los otros a costa de ellas mismas, y por el reconocimiento social asociado a un rol respecto al hombre: hija *de*, esposa *de*, madre *de*.

Estos planos de violencia no están disociados unos de otros y no se pueden jerarquizar: son aristas que categorizamos de alguna manera para nombrarlas y que nos permitan explicar y analizar la realidad que vemos y vivimos. Tienen el mismo origen: un sistema patriarcal, heteronormado, capitalista, colonial, neoliberal y represor; y apuntan a la misma dirección: la colonización y consolidación del poder a través de la apropiación de los territorios y de los cuerpos, entendidos también como territorios a colonizar. Las líneas entre unos y otros se van desdibujando conforme pasamos de lo abstracto teórico a lo práctico vivencial.

28 El binarismo de género es una construcción social que plantea la existencia de dos únicos sexos: varón y hembra, y dos géneros dicotómicos: masculino y femenino. Con base en esta construcción rígida se interpretan y categorizan los cuerpos, los roles sociales, las emociones y otras dimensiones de la vida. El binarismo es una de las herramientas fundamentales para la perpetuación del patriarcado.

En el grupo de análisis se dio un debate sobre el engarce entre la violencia sociopolítica y la violencia patriarcal. Algunas de las participantes feministas subsumen la violencia sociopolítica al patriarcado, como el marco que engloba las distintas ramificaciones que impactan en la vida de las defensoras. Otras consideran que no se puede abordar todo el entramado de violencias desde el patriarcado. Inquieta que enfoques feministas puedan excluir del análisis las repercusiones de la violencia en la vida de los hombres (heteronormativos) pero también inquieta que el enfoque psicosocial no incluya la perspectiva feminista en su lectura del contexto, sus impactos y afrontamientos. Estas tensiones o preguntas subyacen en la presente investigación.

Se abordó la necesidad de construir un análisis del contexto que permita entender la expresión de la violencia patriarcal: “[...] *obedece a una estrategia de control social para mantener el poder e imponer intereses. En cuanto a las defensoras se trata de inhibir su labor, de castigarlas y desacreditarlas por haberse atrevido a salirse de un rol constreñido: no sólo te atacan por tu lucha en favor de los derechos humanos sino porque, desde tu activismo, estás subvirtiendo la lógica patriarcal*”.

Trataremos en este capítulo de ir componiendo la lectura de la violencia que hacen las defensoras, a través de estos hilos.

No sólo te atacan por tu lucha en favor de los derechos humanos sino porque, desde tu activismo, estás subvirtiendo la lógica patriarcal.





Desentrañando el contexto

Problematizar el contexto de México, partiendo de la lectura y de las vivencias de cada defensora —indígena, abogada, campesina, con un hijo especial, con VIH, madre o hija de desaparecido, a sus 60 años, con escolta, esposa de preso político, vendedora, trabajadora sexual, mestiza...— ha llevado a un lienzo conjunto del que pincelaremos los tonos sobresalientes.

La mayoría de las defensoras comparten formas de análisis comunes, pese a proceder de contextos locales distintos. Cada una, a su manera y con matices diferentes, ha contribuido a definir un cuadro del contexto en el que pudieron reflejarse todas. Las defensoras tienen una mirada crítica de los fenómenos y procesos y comparten preocupaciones similares sobre estrategias de despojo y mecanismos de represión y opresión.

**Es un asunto
económico y político
en donde lo social
no interesa porque
no interesa
el bien humano.** →

“Para mí es un asunto económico y político en donde lo social no interesa porque no interesa el bien humano. Está relacionado con intereses económicos internacionales. La creación de territorios completos donde hay confinamientos tóxicos, parques eólicos, industria minera, energética, que no se controla desde el Estado mexicano sino desde el extranjero. De ahí el temor. La violencia la genera el Estado. Yo no veo a un joven Zeta, veo una creación del Estado. Después hablaría de la estrategia de Felipe Calderón y la multiplicación de los cárteles en el territorio, que han pasado de cinco a 30”.

Todas identifican una violencia estructural que actúa a lo largo y ancho del país. Sus lecturas coinciden particularmente en estos aspectos: las formas y tipos de violencia; su incremento tanto en sentido cuantitativo como cualitativo, un aumento de la saña y de la brutalidad; la identificación de formas de paramilitarismo; el aumento del poder que está adquiriendo el crimen organizado y sus lazos de colusión con el Estado. Hay distintas formas en que las defensoras están nombrando la violencia, entre ellas, la guerra de baja intensidad, la violencia como política de Estado y la consideración de México como un narco-Estado.²⁹

29 En uno de los grupos focales se aludió a la Sentencia Final del Capítulo México del Tribunal Permanente de los Pueblos (2011-2014) sobre *Libre comercio, violencia, impunidad y derechos de los pueblos en la que se aborda la genealogía de la economía criminal y el narcotráfico en México*. Tribunal Permanente de los Pueblos. (2016). *Juicio al Estado mexicano por la violencia estructural causada por el libre comercio. Audiencia Final del Capítulo México del Tribunal Permanente de los Pueblos: Libre comercio, violencia, impunidad y derechos de los pueblos (12 al 15 de noviembre de 2014)*. México: Editorial Itaca.

“Estamos en una fase de capitalismo salvaje: destrucción, deshumanización. Ya es normal para un niño ver a una persona descuartizada [...]. Desde 2007 se empiezan a complicar las cosas por la defensa jurídica y política de las comunidades por la declaratoria de Felipe Calderón [de guerra al narcotráfico]: se encuentran en el Triángulo dorado del narco, en la Sierra [Tarahumara]. Empiezan a aparecer los grupos armados. Las comunidades los llaman sicarios, con toda la instrucción paramilitar, con la defensa del territorio se trastocan intereses económicos y políticos. Con los sicarios se complica más porque las contrapartes en los tribunales son coludidas”.

“Eso que hablamos, la generación del miedo, de las desapariciones y asesinatos, la gente no lo deseamos, porque eso no llegó con Felipe Calderón. Se agudizó con Calderón. Venía de los años atrás. La primera fase de la regionalización del paramilitarismo es la generación del terror. La segunda es cuando todo se destapa, cuando sale en los medios masivos. Si antes todavía había unos estados más peligrosos que otros, ahora todo es peligroso, con todas las estrategias que cada una vivimos”.

“Siempre ha habido producción y tráfico de droga. Siempre. Hay más bien que preguntarse por qué ahora las actividades en torno a la droga están generando violencia”.

A pesar de las diferentes formas de nombrarla, todas coinciden en que se está dando una violencia estructural en distintos niveles, a través de políticas violatorias de los derechos humanos, implementadas de manera sistemática y generalizada, y que se perpetúan gracias a un sistema de corrupción e impunidad que mantiene el *statu quo*.

“Analizado desde una perspectiva temporal, se advierte un crecimiento generalizado de los ataques a la población civil, partiendo de la represión y el control territorial por la delincuencia organizada a partir de 2009. Se hace visible el aumento de delitos como el homicidio y el trasiego de drogas [...]”.

La violencia obedece a una estrategia de control social para mantener el poder e imponer intereses económicos, políticos y militares, que se basa en infundir terror a través de amenazas, criminalización, hostigamiento, detenciones arbitrarias, desapariciones forzadas, tortura, ejecuciones, feminicidios, despojo territorial y desplazamiento forzado, así como a través de reformas estructurales al servicio de intereses neoliberales.

Capítulo IV.

Contextualizando las violencias



“Las violaciones de derechos humanos siempre implican un ejercicio arbitrario de poder por dinero o por capacidad de exterminio [...]. En mi pueblo se llevan a la gente en grupo. Mi hermano lleva dos semanas sin salir, por miedo”.

“Considero que es un contexto que va desde el nivel regional, en donde la violencia está incrementándose: hay abusos de las autoridades, enriquecimiento ilícito, abuso de poder, aumento de la delincuencia organizada, asesinatos, violaciones, asaltos. Creo que son formas de intimidación ante una lucha fuerte por la defensa del territorio, ante las reacciones para impedir a las empresas extractivistas lograr sus objetivos con el falso argumento de generar desarrollo a través de extracción de minerales, de instalación de mini hidroeléctricas y petroleras”.

Esta lectura del contexto no es nueva, está recogida en distintos textos y análisis que han ido documentando a lo largo de estos años la profunda crisis de derechos humanos que atraviesa México.³⁰ Sin embargo, lo que queremos resaltar es la visión de las defensoras interpeladas en el marco de los espacios de reflexión.

Los perpetradores de estas violencias identificados son principalmente el Estado, el crimen organizado y las empresas nacionales y transnacionales. Las defensoras destacan un aumento de la colusión entre estos actores. El Estado actúa ya sea por comisión, a través de sus instituciones o corporaciones policiacas, omisión, cuando no castiga a los culpables o permite la violencia, o aquiescencia, en complicidad con actores privados o grupos paramilitares.

“El crimen organizado trastoca a la población [...]. Son las estrategias de los agresores. Independientemente de tu campo de lucha tienen agentes paraestatales para dañarte, pero también cuerpos policiacos, lo pueden hacer simultáneamente o en diferentes líneas del tiempo”.

30 Además de los informes ya citados en el documento, cabe señalar, entre otros, los trabajos de documentación y denuncia realizados por la Oficina en México del Alto Comisionado de Derechos Humanos de Naciones Unidas, el Centro de los Derechos Humanos Miguel Agustín Pro Juárez (ProDH), Servicios y Asesoría para la Paz (SERAPAZ), el Centro de Análisis e Investigación FUNDAR, la Comisión Mexicana de Defensa y Promoción de Derechos Humanos y Brigadas Internacionales de Paz – Proyecto México.

“Nos dimos cuenta de que los actores del sector salud, del Ministerio Público y del poder judicial usan las mismas estrategias, las mismas complicidades, mañas macabras en diferentes contextos”.

“La Secretaría de Salud tiene negociación con el crimen organizado para los cobros. La Secretaría cobra semanalmente 200 pesos a las personas que ejercen trabajo sexual por registro, según ellos por checarte (tú como persona tienes derecho a la salud, pero ellos te cobran) y el crimen cobra aparte 500 pesos semanalmente por el piso. Ambos (la Secretaría y el crimen) llevan el control de todo”.

Una de las compañeras comparte los impactos que ha tenido en su vida y en el territorio la defensa del agua. Identifican los intereses de Coca-Cola en el territorio. “Los actores que nos agreden son los granaderos, los grupos paramilitares, la gente infiltrada [...]”. Señalan que utilizan estrategias que van desde los programas de despensa para que las personas no protesten, el uso de recursos para dividir a la gente, hasta la violencia directa: “gasear por vía terrestre y aérea, difamar a compañeros, denuncias falsas, muertos [...]”.

“Los actores que actúan en este contexto son la clase dominante: criminales, policía y militares, los neocaciques, la nueva clase militar, política y económica, en contra del pueblo. El pueblo es el sirviente de este poder. Nada más por defendernos se ha dado todo lo que nos pasa: desaparición, asesinatos y otras violencias. El gobierno es el sirviente de este poder, un títere. Se apoyan en todo, en las elecciones, en las televisiones para convencer al pueblo, hasta en la Iglesia. Es un solo enemigo que enfrentamos con sus distintas vertientes”.

Los actores que actúan en este contexto son la clase dominante: criminales, policía y militares, los neocaciques, la nueva clase militar, política y económica, en contra del pueblo.





Uno de los debates que se generó en el grupo de análisis, al hilo de la lectura de contexto realizada por las defensoras, fue el peso de la responsabilidad de los actores privados como perpetradores de la violencia. Algunas participantes echaron en falta un mayor hincapié en el abordaje sobre el rol de las empresas en este contexto.

“No es sólo el Estado el que ejerce la violencia. El poder de las corporaciones trasnacionales es mayor que el del Estado. Se trata de un entramado de violencia que beneficia a las empresas”.

Otras, sin negar el rol de grandes empresas nacionales e internacionales entre los perpetradores, consideran que la responsabilidad final sigue quedando en manos del Estado y que es allí donde hay que poner el foco.

“El Estado sigue teniendo un papel central desde la perspectiva de derechos humanos por acción, colisión u omisión. ¿Cómo operan los perpetradores? Es el mismo Estado el que opera ejecutando en nombre del crimen organizado. Hay una colusión: el Estado tiene la doble función, militar y paramilitar. Habitualmente, de acuerdo a los intereses que estén en juego, empresas, crimen organizado y Estado actúan en colusión”.

El actor que nunca desaparece, que siempre está, es el Estado: por acción o por omisión. →

“En estas líneas del tiempo, el actor que nunca desaparece, que siempre está, es el Estado: por acción o por omisión”.

En la lectura sobre el aumento de la violencia se abordó también la Ley de Seguridad Interior, iniciativa que estuvo avanzando en el sistema legislativo durante el periodo de investigación y que finalmente fue declarada inconstitucional por la Suprema Corte de Justicia de la Nación. En cada grupo focal las defensoras evidenciaron los riesgos que hubiera implicado su aprobación y manifestaron su preocupación al respecto.

La aplicación de esta Ley habría supuesto para las defensoras una probabilidad muy verosímil de aumento de las violaciones a los derechos humanos y de represión feroz sin consecuencias —con mayor impunidad si cabe— a manos de las fuerzas de seguridad. Con ella habrían acrecentado también las detenciones arbitrarias, incrementándose así el riesgo de tortura sexual contra las mujeres.

También se abordó la existencia en México de un marco legal garantista, especialmente con la reforma de 2011 que otorga rango constitucional a los tratados internacionales de los que México es parte, reconoce la universalidad, interdependencia, indivisibilidad y progresividad de los derechos humanos y establece el principio pro persona, por el que el poder judicial, legislativo y ejecutivo deben aplicar la norma y su interpretación más favorable a la persona.

Las defensoras son muy conscientes de que la falta de implementación real de este marco normativo de garantía de derechos humanos en México forma parte de la misma estrategia de violencia sociopolítica. Permite una imagen exterior que no se corresponde con la posibilidad real de disfrutar de los derechos de los que las personas son titulares y contribuye a invisibilizar los altos niveles de impunidad de las violaciones a derechos humanos en México.

“La letra muerta de esas novedosas leyes de avanzada y protección de los derechos humanos va en contra de la población de manera generalizada”.

“Estamos en un contexto de guerra no formal, no declarada —feminicidios, ejecuciones, desapariciones, violencia sexual—, de manera muy paradójica, frente a un avance en lo formal en materia de derechos humanos —acceso a derechos, igualdad, protección a defensoras—. La realidad está a años luz”.

La violencia sociopolítica no sólo se manifiesta en formas de represión sangrienta y comisión de graves violaciones de derechos humanos, también se perpetúa mediante un sistema de justicia que garantiza la impunidad³¹ y agota a quienes intentan ejercer su derecho legítimo a la justicia, a la verdad y a la reparación. Todas las expresiones de violencia que ocurren en México suceden sin consecuencias para quienes las realizan, ya sean delitos o graves violaciones de derechos humanos.

“Ha sido una lucha en varios sentidos, uno de la parte de la justicia porque llevamos cinco años para lograr una sentencia y hemos recibido mucho abuso por parte de la autoridad: revictimización, desconocimiento, tener que manejar términos que no manejábamos, entender qué significa un feminicidio [...] y que la justicia en este país está diseñada para que te canses, para que tengas que ser muy fuerte, para que tengas que resistir y resistir”.

“La corrupción, injusticia e impunidad son el origen de todo este coctel de violencia”.

Pero el sistema de justicia no se limita, en la estrategia de violencia sociopolítica del Estado mexicano, al mantenimiento de la impunidad, sino que también contribuye a la criminalización

Capítulo IV.

**Contextualizando
las violencias**

31 Según los datos del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) publicados por Animal Político, de los 154,557 asesinatos cometidos en México entre 2010 y 2016, 94.8% quedaron impunes. Animal Político (2019). *ESCLARECER UN HOMICIDIO EN MÉXICO ES UNA EXCEPCIÓN Y NO LA REGLA: tomaría 124 años resolver los casos impunes*. Febrero 19, 2019, de Animal Político. Sitio web: <https://www.animalpolitico.com/muertos-mexico-homicidios-impunidad/homicidios-impunes-mexico.php>

de defensores y defensoras. Mediante la criminalización se mantiene la ficción de justicia —con la identificación de falsos responsables y culpables— y se desarticula la lucha social. Al reivindicar derechos, las personas se enfrentan a una revictimización que se lleva a cabo a través de estrategias que van desde la difamación mediática hasta las ejecuciones extrajudiciales, pasando por la violencia institucional —que puede ejercerse mediante violencias de género hasta el extremo de la tortura sexual— y el encarcelamiento.

“Se criminaliza a la víctima, a la familia de la víctima, al movimiento popular y a la juventud”.

“Se hacen leyes para darnos miedo, por ejemplo, la Ley de Trata [una ley que se ha empleado para criminalizar a mujeres por su labor en defensa de los derechos sexuales] nos genera miedo, tan solo repartir condones ya es una cuestión de trata, tenemos personas en prisión por hacer prevención. Trabajar en la prevención te hace por ley acreedora de trata”.

Desde los distintos lugares en que lo abordan y narran, la característica sobresaliente que las defensoras señalan de este contexto es la violencia. Una violencia que ataca a las personas y a las comunidades y, ya sea por normalización o por miedo, por estigmatización, división o cooptación, causa una profunda ruptura del tejido social, de lazos de solidaridad y apoyo mutuo.

**Hay una focalización →
del Estado para
destruir todo lo que
huele a comunidad, a
tejido colectivo. Nos
quieren divididos.**

“Hay una focalización del Estado para destruir todo lo que huele a comunidad, a tejido colectivo. Nos quieren divididos, que las comunidades se maten entre ellas con actos paramilitares”.

“Esto no sería posible si hubiera una cultura más comunitaria, si el tejido social no estuviera ya lastimado. Hay una cierta tendencia muy occidental, muy individualista: tú, tu familia, tus estudios. Estamos en un contexto de despolitización del pueblo. Es importante recuperar el sentido comunitario de los pueblos originarios. Es una nueva conquista, distinta, seguimos colonizadas, nuestro pensamiento está colonizado”.

En este contexto, en el que ya se ha señalado la actuación de varios actores, como el Estado, el crimen organizado y las empresas —con sus distintas implicaciones—, se identifican a la par sujetos que tratan de contrarrestar la violencia y promover la paz y el respeto, garantía de la vida y los derechos humanos. Los movimientos, organizaciones, las y los defensores de derechos humanos no pueden dejar de nombrarse también como parte de este contexto, como resistencia activa y como agentes de recuperación de lo colectivo en pro de la transformación social.

En el grupo de análisis también se abordó la necesidad de situar el papel de las defensoras en esa lectura del contexto:

“Cuando analizamos el contexto, ¿analizamos sólo las características en contra? ¿Dónde están las fortalezas, las expresiones de fortaleza? ¿Qué tenemos para seguir? Debemos caracterizar también esto en el contexto. Hay expresiones que son ventanas de oportunidad. La labor de las defensoras es también parte del contexto”.

El otro elemento que ha cobrado relevancia a lo largo de los grupos focales es el rol que cumple el patriarcado en el contexto de la violencia sociopolítica, lectura incorporada especialmente por las defensoras que se asumen feministas. El feminismo ocupa una parte central en su discurso y les brinda categorías de análisis y herramientas de interpretación que les permiten complejizar la lectura.

Hacen énfasis en la violencia ejercida contra el cuerpo de las mujeres en un contexto marcado por el despojo y la brutalidad, en el tipo de violencia que se está ejerciendo y en el significado que los agresores confieren a esta violencia. Entre las distintas interpretaciones destaca la lectura del cuerpo de las mujeres como territorio. Se señala el control del cuerpo y del territorio como proyecto de expansión y conquista del sistema neoliberal depredador.

“La disputa por el territorio pasa por el control del cuerpo de las mujeres. Las mujeres somos depositarias de la memoria y reconstructoras del tejido social. Una forma de despojo del territorio pasa por las mujeres. Por eso la lucha ahora se da en nuestros cuerpos”.

Esta violencia patriarcal pretende atacar la fuerza de las mujeres como detentoras de la memoria y tejedoras de lazos comunitarios y, con ello, la continuidad de la unidad histórica comunitaria, social y territorial. Otra lectura complementaria remite a un contexto de guerra, en donde el cuerpo de la mujer es un trofeo, botín de guerra, en un concepto de expansión y conquista más político que territorial.

En el grupo de análisis se compartió también la preocupación por el creciente rol de iglesias evangélicas que cruzan una batalla contra el feminismo, al que han dado en llamar ‘ideología de género’. Su poder ha crecido y ha tenido una enorme influencia en los procesos políticos de países como Costa Rica, Colombia y Brasil, entre otros. También preocupa en México el pacto preelectoral del partido de Andrés Manuel López Obrador (MORENA) con el Partido Encuentro Social, integrado por evangélicos de distintas denominaciones, que defienden la ‘institución familiar’, oponiéndose al derecho de las mujeres a decidir sobre su cuerpo y al matrimonio entre personas del mismo sexo.

← **La disputa por el territorio pasa por el control del cuerpo de las mujeres. Las mujeres somos depositarias de la memoria y reconstructoras del tejido social.**



“La iglesia, la corriente más ortodoxa, conservadora, reaccionaria, los fundamentalismos, a través del manejo de la culpa, han satanizado los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres”.

Esta corriente ortodoxa, que manipula y censura los debates sobre los derechos sexuales y los derechos reproductivos, toma fuerza frente a grupos progresistas de la Iglesia católica que realizan una labor pro derechos humanos en conexión con los movimientos sociales en México.

Todos los elementos que hemos rescatado hasta ahora van definiendo un contexto muy hostil, en donde la violencia se ejerce a veces de manera sutil, pero en la mayoría de los casos con saña. Los perpetradores —aun siendo múltiples— actúan bajo la misma lógica, que remite al terror como estrategia política para generar miedo y paralizar a la población. Una estrategia para desincentivar la resistencia y cobrar poder en el despojo de recursos y territorios, entendidos como espacios físicos, tierra, cuerpos, mano de obra, pero también como espacios sociales y culturales.

“Cuando el mundo se empieza a dar cuenta de que México sí explota, cuando se empieza a cuestionar al país, México no sabe cómo reaccionar y oculta, minimiza la situación real que se vive. Todo el contexto que está generando la política en este ámbito de violencia es para controlar. Se puede hablar de una generalidad tremenda. Depende de las regiones geográficas, hay diferentes formas de combatir, de atacar, pero hay una generalidad de implantación del terror a la población para someter, indistintamente de que sean pueblos indígenas o sean población urbana. ¿Qué medios utiliza la política para implementar el terror? Uno es el narcotráfico, otro es la violencia de género”.

**Hay diferentes →
formas de combatir,
de atacar, pero hay
una generalidad de
implantación del
terror a la población
para someter.**

Violencia patriarcal

Dentro del contexto que se ha ido perfilando, las mujeres viven formas de violencia añadidas, específicas, por el simple hecho de ser mujeres. Vamos aquí entrando de manera más concreta en el segundo plano del entramado de violencias, separándolo, no porque sea particular y desvinculado sino para evidenciarlo con las palabras y vivencias de las defensoras y devolverlo a lo estructural. Aquí entran en juego nuevos actores, además de los señalados en el marco de la violencia sociopolítica, como la pareja, la familia, la comunidad o los propios compañeros de lucha.

“Entre muchas situaciones, todo eso lo asocio con una situación de desventaja social por razones de género [...] no es un evento concreto que dañe, sino una situación estructural que causa daños individualizados cotidianos”.

La violencia contra las mujeres no heteronormativas también se incrementa. La compañera transgénero del grupo la vivió por su identidad —“En 2005 en Tamaulipas te detenían sólo por estar maquillada”—, por ser trabajadora sexual, por tener VIH, y también al comenzar a defender los derechos de otras compañeras.

La mayoría de las defensoras han sufrido violencias de género en su infancia y adolescencia —así se evidenció a lo largo de los grupos focales—, como resultado de esta discriminación de género y antes de ser defensoras.

Las defensoras que proceden de contextos rurales, en los que se dan condiciones de pobreza, han sufrido, a veces a edad muy temprana, desde formas más sutiles de discriminación hasta violencia sexual. Los perpetradores de estas violencias están principalmente dentro de las familias, pero también son caciques y empleadores. Lo que entra en juego en estas violencias de género es el ejercicio abusivo del poder.

Las defensoras que provienen de un contexto urbano o cuyas familias tienen mejores condiciones económicas, viven otras situaciones de violencia de género, distintas de las mencionadas anteriormente, aunque también se han compartido situaciones de abuso. Éstas se manifestaron en la exigencia de cumplir con el mandato tradicional de ‘casarse con el primer novio’ que tengan, impedir o no facilitar su acceso a los estudios, sufrir un trato diferente al de sus hermanos, caracterizado por restricciones y responsabilidades impuestas sólo a ellas.

“Recuerdo que la familia de mi papá reñía a mi mamá, le decían ‘¿para qué quieres que ellas sigan estudiando si luego se van a casar? Que se pongan a trabajar de una vez! Afortunadamente mi hermana no les hizo caso, enfrentó todas las críticas. Estudiar y trabajar fue la regla”.

“Vivía una situación privilegiada, lejos de la violencia. Tenía mucha protección por parte de mi familia por ser mujer, pero también muchas prohibiciones, como no poder salir sola de noche. Sentía diferencias de trato entre mi hermano y yo, por eso me peleaba: era violencia disfrazada de protección”.

“Éramos una familia tradicional y conservadora, no estaba bien visto que saliéramos a la calle. Mi papá nos decía: ‘no pueden tener novios hasta con el que se casen’. Entonces todas nos casamos con el primer novio que tuvimos. Y también nos educaron mucho en

Capítulo IV.

**Contextualizando
las violencias**

← **Era violencia
disfrazada de
protección.**

**Nos hicieron
normalizar los golpes, →
relacionarlos
con el amor.**

valores, en unión, en respeto, pero había una violencia de la que hasta ahora no me había dado cuenta, muy normalizada, de educarnos a golpes. Nos hicieron normalizar los golpes, relacionarlos con el amor”.

Las defensoras, tanto las que pertenecen a familias menos machistas como las que fueron educadas en entornos más patriarcales, han crecido experimentando en carne propia las repercusiones de este sistema misógino. Las mujeres viven ataques diarios de distinta índole, unos tan introyectados en la sociedad que están profundamente normalizados, otros que las laceran hasta la muerte.

“Vivimos en un sistema misógino, en el que las mujeres somos como mercancía. La pobreza afecta a todos, no respeta género, pero la violencia se da de manera diferente: la trata, el hostigamiento, el acoso sexual. Quizá nosotras por ser defensoras tenemos otras lentes, vemos más”.

“Mi colectivo quiere justicia, dignidad para las mujeres, derechos laborales con perspectiva de género. Queríamos hacer algo sobre la situación de feminicidios en Ciudad Juárez, no sabíamos qué. ¿Por qué pasa eso?, ¿cuál es la raíz?, ¿por qué siempre la doble jornada, el hostigamiento, la difamación, los ataques hacia las mujeres? No hacemos nada mal, sólo queremos una vida mejor, como lo dice la Constitución. Mi mayor coraje es que cada día seguimos siendo violentadas. Eso me enoja mucho”.

“Cambia la manera de ver a los otros: ya los demás no importan. La vida de las mujeres no importa. Este odio, esta violencia hacia a las mujeres, los niños y los jóvenes ya no es un fin, es un medio hacia otra cosa, hacia el miedo. Es una manera de generar terror. No es sólo violencia sexual, es la forma en la que se da la violencia, la forma de matar. En algunos casos parece que disfrutan, no sólo los sicarios, sino el Estado”.

En el grupo de análisis se alude al papel que juega la impunidad con que se perpetra la violencia patriarcal en el país:

“El Observatorio Nacional de la Violencia viene señalando, desde hace tres años, cómo se ha modificado la forma de matar a las mujeres, el incremento de la saña. En Oaxaca documentamos todos los asesinatos en contra de las mujeres. Desde hace tres años se producen más asesinatos con arma de fuego. Una de cada dos mujeres asesinadas ha muerto por arma de fuego. Está prohibido tener armas, ¿quién las distribuye? Previamente a ser asesinadas, 80% ha tenido signos de tortura o violación. Varias aparecieron desmembradas. Esta es

la forma de expresión del narco-Estado en los lugares en que está más presente. ¿Cómo cruzamos este tema?”

“El Estado permite el uso de armas, el desmembramiento. No tiene absolutamente consecuencias. Lo estamos viendo materializarse: hagan lo que hagan con nuestro cuerpo, lo que les dé la gana, no tiene consecuencias”.

Como comparte también una de las defensoras en los grupos focales: *“En Michoacán se ha agudizado de manera horrible la violencia en contra de las mujeres. El municipio donde vivo es el tiradero del cuerpo de las muchachas, se dan muchas agresiones sexuales a niñas menores, muchas casas de seguridad. Me choca este odio hacia las mujeres”.*

El patriarcado también impacta en el modo en que se ejerce la violencia sociopolítica. Aunque la violencia sociopolítica se dirige hacia defensoras y defensores, se expresa de manera distinta cuando se perpetra contra las mujeres: el ejercicio del poder se ejerce mediante el control de sus cuerpos y se caracteriza por manifestarse en el plano de lo sexual, como forma de dominio y supremacía. Asistimos a una sexualización de la violencia que busca controlar, denigrar y humillar a quien la sufre. Este aspecto se manifiesta de muchas formas, en los grupos focales se habló también de la vulnerabilidad de las mujeres a sufrir tortura sexual ante una detención arbitraria y de los controles corporales que sufren para acceder a una visita en la cárcel.

“El día 3 de mayo a mí me detienen de forma arbitraria, me mantienen incomunicada, pensé que me iban a desaparecer. Dentro de las instalaciones te das cuenta de que el trato es diferente hacia los hombres que hacia las mujeres [...] Me desvistieron, me revisaron, me quitaron toda la ropa, me pusieron a hacer sentadillas desnuda. Es un shock, es algo horrible. No sabes cómo vas a reaccionar [...], cómo te criminalizan dentro de la institución por el hecho que eres mujer, ¿no? Ser mujer tiene otros tintes, cuando te agarra la policía no son crueles como con los hombres, con las mujeres es una cuestión más sexual porque saben que por ahí te van a lastimar, porque yo me sentía muy denigrada, yo no podía hablar del tema”.

“A mí, en un primer momento, no me permitían entrar [en el centro penitenciario], después era desvestiéndome, ‘sácate la ropa, haz sentadillas’, revisando cada parte de mi cuerpo para comprobar que yo no traía droga. Esa era su justificación”.

Las condiciones particulares de cada defensora revelaron además elementos de vulnerabilidad que interseccionan en el contexto. Vivir en un entorno rural, pertenecer a una comunidad indígena y tener acceso a más o menos recursos económicos son elementos que influyen a

← **El Estado permite el uso de armas, el desmembramiento. No tiene absolutamente consecuencias. Lo estamos viendo materializarse: hagan lo que hagan con nuestro cuerpo, lo que les dé la gana, no tiene consecuencias.**

Capítulo IV.
Contextualizando las violencias





**Mujeres de
comunidades
indígenas, pobres,
lesbianas, obreras,
campesinas, sin
estudios, viven
más violencia y de
manera distinta. Son
mujeres que desafían
las reglas, desafían
al Estado, mujeres
trasgresoras.** →

la hora de tener acceso a apoyo y mecanismos de justicia. Los casos de violencia de mujeres indígenas en contextos rurales no suelen tener la misma repercusión, atención ni apoyo que los que sufren otras defensoras. En un contexto urbano hay más conexiones, debido a una mayor presencia de organizaciones de derechos humanos que pueden acompañar procesos; la resonancia y repercusión de la violencia suele ser mayor cuando la condición socioeconómica de la víctima o sobreviviente es más alta, especialmente si su perfil es socialmente reconocido.

La mayoría de las defensoras tiene una lectura sobre estos elementos que interseccionan con la violencia patriarcal:

“Hay mujeres que tenemos otros privilegios y no vivimos la misma violencia. Mujeres de comunidades indígenas, pobres, lesbianas, obreras, campesinas, sin estudios, viven más violencia y de manera distinta. Son mujeres que desafían las reglas, desafían al Estado, mujeres trasgresoras. Trasgreden lo que se supone sería el ideal de mujer para la sociedad. Por eso son el enemigo”.

Agresiones y riesgos por ser mujeres defensoras

Al contexto de violencia sociopolítica y patriarcal se suman los riesgos que conlleva la labor en defensa de los derechos humanos en México. Una articulación perversa de planos de violencia que se agudiza cuando son mujeres quienes desempeñan esta labor.

Los tipos de agresiones que las defensoras han socializado en los espacios de encuentro son los siguientes:³² la mayoría de ellas sufrieron falsas acusaciones, persecución judicial —hacia ellas, hacia familiares o compañeras y compañeros—, a través de órdenes de aprehensión y fabricación de delitos falsos, desprestigio, desacreditación, difamación sobre su vida íntima

32 En el marco de esta investigación no se ha hecho una indagación profunda sobre este aspecto, por lo cual la descripción recogida no refleja necesariamente la cantidad y calidad real de las agresiones sufridas por las defensoras.

y criminalización; seguidos por amenazas de muerte contra ellas o sus hijas e hijos, muchas a través de llamadas intimidatorias; hostigamiento, acoso, desplazamiento forzado; asesinato de compañeras o familiares, allanamiento de morada u oficina y agresiones físicas. En menor medida, se mencionó la violación de la privacidad, el espionaje telefónico, el intento de asesinato y de desaparición, el encarcelamiento de ellas o de compañeros, la persecución política y la tortura sexual.

La caracterización de los actores es un elemento muy relevante en el abordaje de los riesgos que subsume a la labor de defensa de los derechos humanos: la colusión entre distintos actores dificulta mucho la identificación de quiénes tienen enfrente, cuál es el alcance de su poder agresivo, cuáles los riesgos y cómo actuar para minimizarlos.

En un contexto en donde las agresiones a personas defensoras de derechos humanos está en continuo aumento y se ejercen de distintas formas, adoptar medidas de seguridad es una estrategia central para muchas de ellas. Medidas necesarias, pero que, como nos han compartido, muchas veces limitan una vida placentera. Son medidas dirigidas a prevenir no sólo ataques físicos —no salir de noche, no acudir a lugares de encuentro predecibles, ir acompañadas— sino también a inhibir señalamientos públicos y formas de criminalización —no tomar alcohol o limitar el consumo, por ejemplo—. Las defensoras son conscientes de que en su caso el riesgo se incrementa o complejiza, ya que la forma en que buscan desprestigiarlas puede estar asociada a estereotipos y ataques caracterizados por la discriminación de género. Si la carga social vinculada a la imagen es de toda persona defensora, para ellas se añade una suerte de carga ‘moral’ que las obliga a prevenirse sobre su indumentaria, su actitud con los varones, sus formas de crianza, sus relaciones afectivo-sexuales.

“Cuidar la vida amorosa, no dar pie a que puedan manejar la excusa de un ‘cuadro pasional’ para asesinarlos. Prepararnos, no permitir que nuestras emociones dirijan el movimiento”.

“Por medida de seguridad nosotros no tomamos alcohol, ni nos exponemos por la noche, porque te puede suceder cualquier situación, le das pie al mismo Estado para que digan ‘es que andaba de noche por la calle’”.

La referencia a la mujer como sujeta responsable del hogar y del cuidado se utiliza con frecuencia para atacar a las defensoras. En la percepción social, el cuidado de las y los hijos sigue siendo aún un asunto principalmente de las mujeres. Las mujeres defensoras siguen desempeñando esta labor y su supuesta ausencia en la escena familiar se percibe de forma muy negativa, acusándolas de ‘malas madres’ y es un argumento recurrente usado en su contra para desacreditarlas.

Capítulo IV.

**Contextualizando
las violencias**





Cabe destacar que estas agresiones no vienen sólo del Estado, sino que hay estructuras sociales, tanto dentro de la familia y en el círculo social, como dentro de los movimientos, que las validan y refuerzan, provocando secuelas más fuertes cuanto mayor es la cercanía de quien las avala. La conciencia de estos riesgos implica para las defensoras una auto limitación en el disfrute de momentos de diversión y encerrarse en lo íntimo.

“Llega un momento que nada más estás en la casa mirando películas, no tienes ratos de esparcimiento”.

“Yo no ando con la confianza ni salgo muy de noche, aprendí a cambiar de ruta, no ir por la misma calle, mi esposo se queda más pendiente cuando salgo, la mente ya siente las sombras detrás y no va libremente”.

Además, ser defensora de derechos humanos dentro de un contexto misógino implica otros retos marcados por la discriminación y la falta de reconocimiento. En este sentido, queremos destacar algunos elementos que se han compartido, a lo largo de los grupos focales, acerca de la relación entre mujeres y hombres en el ámbito organizativo, colectivo o con respecto a la lucha.

En el caso de defensoras que luchan desde organizaciones de mujeres —derechos sexuales, derechos reproductivos o para una vida libre de violencia—, la relación con los hombres se da más en términos de actores antagonistas a los valores que promueven que de aliados. Las defensoras que trabajan en este ámbito resaltaron la prevalencia de agresiones verbales como ‘asesinas’, ‘terroristas’, ‘enemigas de la familia’.

Las defensoras que luchan desde organizaciones mixtas —tierra y territorio, derechos laborales y desaparición forzada— coinciden en destacar, por un lado, la importancia de luchar hombro a hombro con los hombres y, por otro, la dificultad de hacerlo con real paridad. Hablan de la falta de reconocimiento del liderazgo de las mujeres por parte de los compañeros, de la falta de confianza hacia este liderazgo —el cuestionamiento de sus decisiones—, de la dificultad de aceptar que ellas ocupen puestos de poder que siempre han copado los hombres.

**El mismo compañero
que lucha con
nosotros contra el
despojo no quiere
darnos palabra para
tomar decisiones.** →

“El mismo compañero que lucha con nosotros contra el despojo no quiere darnos palabra para tomar decisiones, porque dice que no pensamos bien, o porque no pudimos ir a la universidad. [...] Dentro del movimiento social es muy marcado eso: estamos a la par en la manifestación, pero en la interlocución con el Estado a mí me ha pasado que compañeros me acallaran. El compañero nos va a dar la línea, aunque nuestra compañera tenga mejor visión. Cuando los compañeros estaban encarcelados, las mujeres teníamos que actuar y

tomar decisiones. Pero si nos equivocamos, estamos doblemente juzgadas. Si yo tenía una idea me decían: tenemos que preguntar al compañero si está de acuerdo. La misma idea dicha por un compañero, no la checan con una compañera. Al otro lado, el cuidado de los hijos es siempre constante, vivimos una doble carga. Es un contexto doblemente violento”.

“He sufrido agresiones sociales de mis pares, que atacan mi seriedad profesional, mi capacidad profesional, mi credibilidad o mis competencias técnicas debido a mis enfoques de trabajo desde el feminismo y los derechos humanos”.

Se siguen reproduciendo, dentro de las organizaciones, los movimientos y colectivos de defensa de los derechos humanos, los paradigmas patriarcales. Un ejemplo es el concepto de la fuerza, que se entiende y expresa como mantener la sangre fría, no llorar, no mostrar emociones. En este sentido, el estereotipo patriarcal de asociar el llanto y la emocionalidad a la debilidad es el vector, muchas veces invisible, que condiciona la expresión de las propias emociones. El paradigma patriarcal entiende la expresión del llanto como un síntoma de debilidad y en él se promueve el imaginario común del líder siempre fuerte. Algunas defensoras expresan preferir tragarse la emoción que llorar, para no mostrar debilidad frente a quienes representan y acompañan.

Algunas compañeras han inhibido de tal modo el llanto que tienen miedo de abrirse a él y desbordarse. Una inhibición que se impone tanto en el ámbito de la lucha —mostrarse fuerte para ser líder— como en el ámbito familiar para no dar lástima y evitar el sufrimiento a sus familias.

“Son emociones que traemos adentro y que no podemos desahogar. El no permitirte mostrarte débil frente a los que estás guiando, tienes que mostrarte fuerte. Son muchas emociones que me he tragado [...]. Si me dejo vencer por las emociones me voy a desmoronar, no voy a poder tener la misma fuerza que he mostrado para seguir adelante, siento que me voy a volver débil. No sé qué va a pasar. No voy a poder ni levantarme luego [...]. Aquí nos entendemos, pero con la familia, los hijos y los maridos no podemos, porque no van a entender lo que yo siento, porque todas hemos vivido eso. Nosotras aquí nos entendemos, captamos, por eso lo hicimos aquí, pero con la familia es diferente, para mí es diferente [...]. El liderazgo no es cualquier cosa: el liderazgo es mostrar que tú vas adelante, tienes que mostrar con el ejemplo que eres fuerte y por eso tienes que tragarte las emociones”.

En el grupo de análisis se compartió una preocupación grande por este tema. Algunas compañeras señalaron que en los grupos focales no se había dimensionado lo suficiente las consecuencias del patriarcado al interior de las organizaciones y movimientos de derechos humanos.

Capítulo IV.

**Contextualizando
las violencias**



“Ha sido muy pálido el tratamiento respecto al machismo dentro del movimiento. Este es uno de los aportes que el feminismo ha hecho. El miedo y la culpa están muy atravesados por cuestiones de género, se exageran mucho cuando eres mamá y defensora. Pero falta por dimensionar otra emoción muy presente, que guarda relación con estos machismos al interior del movimiento: el enojo [...]. La experiencia nos dice que la violencia machista dentro de los movimientos debilita y pone al límite a las defensoras más que el Estado y los poderes fácticos. Esto lo dijo Bertha Cáceres. Muchas deciden abandonar la lucha, someterse a su compañero sentimental. No tienen tantas herramientas para afrontar estas violencias como cuando se enfrentan al Estado”.

“Hay una socialización en los hombres para violentar. Y esto está presente de alguna manera en el rol de género de los activistas señores. Hay que ver cómo juega el género en el activismo de los hombres [...]. Estamos empezando a develar cómo afectan estas prácticas misóginas, tanto a ellos como a ellas, estos roles a lo interno de los movimientos sociales [...]. Falta este diálogo en profundidad sobre cómo incorporar de manera profunda la perspectiva de género en los derechos humanos. Hay una afectación al movimiento en general. Nuestras respuestas, lecturas y recursos se quedan cortos si no incorporamos la manera en que las defensoras están siendo afectadas. Estuvimos en un encuentro sobre las mujeres en el territorio: las defensoras dijeron a los líderes sociales que con la misma fuerza con la que ellos enfrentan a las empresas y a los Estados, ellas enfrenten la violencia de género [...]. No entiendo cómo uno quiere cambiar el mundo, pero no quiere cambiar hábitos personales”.

El paradigma dominante en la sociedad patriarcal genera además estereotipos de lo que es ‘ser defensora’. El sistema capitalista neoliberal y el sistema patriarcal actúan como una bisagra que conduce a quienes ejercen la defensa de los derechos humanos a subsumirse a la lógica de trabajar más, producir más, ‘demostrar’ más, estar siempre disponibles y a la par ser para otros y otras, cuidar de la pareja y de la familia.

**Vivimos en una
defensa de derechos
humanos patriarcal. →**

“En nuestro caso se ha llevado al extremo: responder inmediatamente, estar disponible las 24 horas, ganar poco. Se nos exige tener extraordinarias familias orgánicas, parejas multiorgásmicas, tener maestría, llevar la pancarta más grande, hablar cuatro idiomas. Lo hemos comprado completito [...]. Vivimos en una defensa de derechos humanos patriarcal”.

Es un paquete muy oneroso que muchas veces no se percibe y se autoexige. Sin embargo, quienes toman conciencia de estos condicionamientos empiezan a elaborar una postura de rechazo:

“No soy salvadora y no quiero ser mártir. Hay muchas contradicciones por parte de los compañeros. No es cierto que una luchadora social tenga que exponerse para no aburguesarse.

Dentro del movimiento pretenden cosas de las mujeres defensoras, hay señalamientos de compañeros si sales de su estereotipo. Hasta cómo te tienes que vestir [...] ¿Quién te ha dicho que una defensora no se puede dar el gusto de pintarse, de ponerse zapatos bonitos, de descansar?”

“Es una doble pelea, una doble batalla: es el Estado y a veces son tus propios compañeros”.

Prácticas y roles que no sólo guardan relación con las formas de violencia y sus impactos sino también con los mecanismos de afrontamiento de que disponen mujeres y hombres, donde ellos están limitados por ese mandato de la masculinidad que no les permite atender al cuidado de sus emociones ni de sus cuerpos.

La intersección del paradigma patriarcal y la lógica del sistema capitalista permite al Estado emplear además estrategias para fomentar la competición no sólo entre las personas sino también entre las organizaciones. Se genera una dinámica nombrada por algunas defensoras como ‘competencia por los mejores casos’. Se apunta al ahogamiento financiero de las organizaciones y se propicia, junto a otros factores, la división del movimiento para debilitarlo. El paradigma de la competencia en detrimento de la colaboración pone en riesgo el ejercicio de defensa de los derechos humanos, conduce a la jerarquización de los casos y causa incertidumbre sobre la sostenibilidad de las organizaciones.

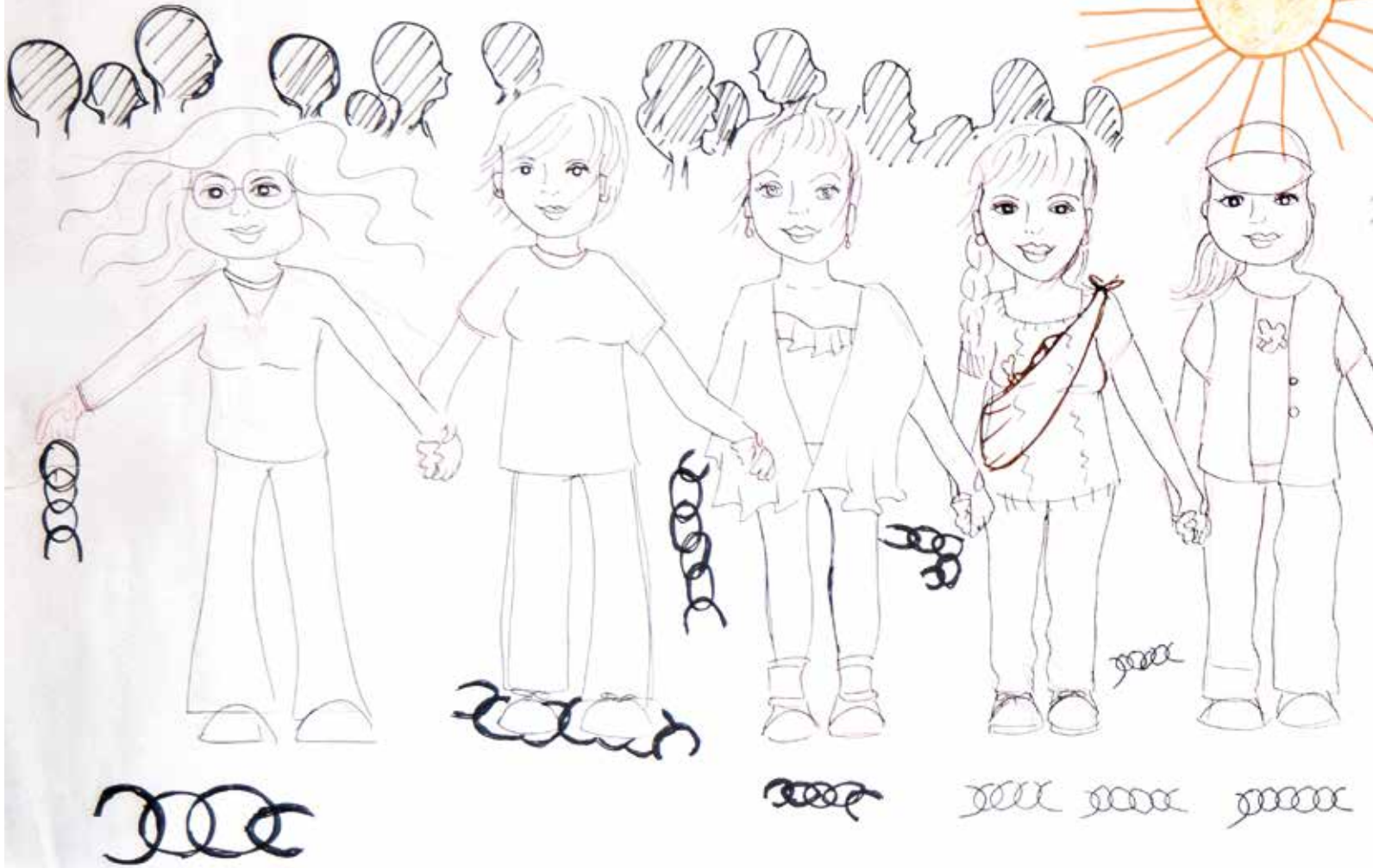
“Hace poco en un congreso decíamos cómo antes luchábamos; desde que el gobierno ha empezado a repartir recursos a las organizaciones de la sociedad civil se acabó el activismo, nos quedamos callados [...]. El gobierno da los recursos y nos dice ‘peleen entre ustedes mismos, divídanse’”.

**El gobierno da los recursos y nos dice
← ‘peleen entre ustedes mismos, divídanse’.**



AFRONTAMOS

Y



RESISTIMOS

" El coraje es la gasolina

Pero

El amor es el motor "



Dibujo realizado por parte de las defensoras participantes en el grupo focal de la Ciudad de México.

V. AFRONTANDO LOS IMPACTOS

“Tengo que decidir si usar el miedo para inmovilizarme o para avanzar”. ←

Ser defensora de derechos humanos en el México actual es una labor que tiene muchas implicaciones. Tanto el escenario de violencia sociopolítica y patriarcal como las agresiones sufridas y las amenazas son formas de violencia que tienen fuertes impactos en las defensoras.

A lo largo de todo el proceso se han evidenciado los impactos. En este marco, vamos a destacar aquellos que, a pesar de la diferencia de contextos y actores involucrados, y del perfil de las defensoras, o bien han resultado coincidentes o bien guardan elementos comunes. También queremos hacer visibles los mecanismos de afrontamiento que las defensoras construyen consciente o inconscientemente para fortalecerse ante las vivencias en estos contextos de violencia, a pesar de las dificultades y del dolor experimentado.

**Tengo que decidir si
usar el miedo para
inmovilizarme o para
avanzar.**

Capítulo V. ←

**Afrontando
los impactos**



Los impactos son seguidos por mecanismos de afrontamiento: diferentes respuestas tanto emocionales, conductuales, políticas como espirituales, diferentes caminos para poder expresarse, compartir o buscar maneras de confrontar esas situaciones. Hay afrontamientos personales que refuerzan lo individual y colectivo, que se entretajan para tener respuestas más integradoras.

La vivencia de los impactos y de los afrontamientos depende de muchos factores y condiciones: obviamente el género, pero también de la preferencia sexual, las raíces culturales, la pertenencia a un entorno rural o urbano, la condición socioeconómica, las redes de solidaridad con que se cuentan, las personas a cargo y el grado de apego y salud de que goza la familia así como el acceso a la educación, entre otros. Aunque las defensoras comparten mecanismos de afrontamiento que se reiteran en distintos contextos —como la politización, que a muchas les ha permitido afrontar el daño individual mediante el compromiso social— no se trata de recetas ni soluciones estándar. Son procesos personales ante contextos compartidos.

Los impactos se producen a corto, medio y largo plazo, permanecen en el tiempo. A veces se pueden transformar, otras veces las defensoras aprenden a vivir con ellos.

Entre los impactos en común encontramos principalmente los generados por el contexto de violencia sociopolítica que se vive en el país: diariamente se escucha y se sabe de masacres, desapariciones y ejecuciones, actos realizados con saña contra las personas, sus vidas y sus cuerpos. Algunas de las defensoras han compartido su visión de la deshumanización, cómo estas agresiones tan impactantes develan el horror con que están actuando los victimarios. Consideran que estos hechos van generando procesos de normalización de la violencia e incluso de indiferencia. La dificultad de contrastar estos niveles de deshumanización genera enojo, coraje, impotencia, frustración y miedo.

Uno de los efectos más contundentes que observamos en esta deshumanización y en el actuar del Estado como perpetrador y cómplice de otros actores lo provoca la impunidad.³³ En las reflexiones por parte de las defensoras se expresa cómo una de las formas en que actúa el

33 “Es importante comprender la impunidad más allá de la ausencia de castigo; por un lado, constituye una violación de la obligación general que tienen los estados de investigar, juzgar y condenar a los culpables de graves y sistemáticas violaciones de los derechos humanos fundamentales. Por otro lado, como lo dice Portillo, la impunidad es también ‘toda situación objetiva de tolerar y dejar intactas las estructuras y actitudes que han hecho posibles tales crímenes y eludir una responsabilidad elemental frente al futuro, la de salvaguardar los valores básicos de la convivencia civilizada’ (Portillo 1996)”. En Correa, C. (2009). *La impunidad y sus efectos en la sociedad*. Revuelta año 7, núm. 15. Disponible en: https://docs.wixstatic.com/ugd/536db9_396771c900984c44be572eb23d775cb5.pdf

Estado frente a la sociedad es negar los asesinatos, las desapariciones, las torturas y las violaciones, atribuyendo su responsabilidad al crimen organizado o incluso a la sociedad, negando su rol como perpetrador o su obligación de ser garante de la justicia. La impunidad también se presenta como un problema de corrupción de algunos funcionarios estatales.

La mayoría de las defensoras expresa la enorme impotencia que les genera esta situación, ya que significa exponerse a un sistema de justicia al servicio de la estrategia de violencia sociopolítica del Estado.

“Las estrategias son: administración de justicia deficiente, lenta y corrupta que crea estigma [...]. Creación de delitos; creación del miedo y del terror dentro de las comunidades. También la culpa es una estrategia de esos actores, hacerte sentir culpable de lo que pasa. Culpabilizan a las víctimas”.

Al no castigar a los responsables, el Estado pretende generar un proceso de frustración, provocar la sensación de que realmente no hay nada más que hacer ante la realidad impuesta por el victimario y que no queda más salida que ‘resignarse’. La impunidad engendra impotencia y desesperanza. Además, cuando persisten en la búsqueda de justicia, las personas defensoras son hostigadas, amenazadas, incluso criminalizadas.

Las defensoras sufren además la revictimización al tener que enfrentar procesos de denuncia jurídica, por el maltrato de los funcionarios, ante el Ministerio Público y en algunos casos cuando recurren al Mecanismo de Protección para Personas Defensoras de Derechos Humanos y Periodistas. Estos procesos les generan desconfianza e incertidumbre, ya que quedan al amparo del Estado, cuyo rol se cuestiona por su responsabilidad en las agresiones, por su omisión o su colusión con los perpetradores. Sin embargo, las defensoras evidencian que es necesaria la búsqueda de verdad de los hechos pese a que les implique un desgaste físico y emocional. Es donde encuentran el sentido de su lucha, incluso indagando múltiples maneras de enfrentarse a la justicia.

Para quienes han iniciado el camino de la lucha social a partir de un hecho victimizante, el activismo —la politización, de la que hablaremos más adelante— es uno de los mecanismos de afrontamiento esenciales que labra el tránsito de víctimas a defensoras. El concepto de víctima ha sido un tema a debate en el grupo de análisis:

“Ser víctima no es una condición permanente, no es una identidad, es un estado transitorio, o eso es lo que tendríamos que buscar. Uno de los recursos que hemos visto en las defensoras es dejar de considerarse víctima. A veces permanece un doble papel: de víctima y defensora”.

Ser víctima no es una condición permanente, no es una identidad, es un estado transitorio, o eso es lo que tendríamos que buscar.



Las participantes en el grupo de análisis se cuestionan en qué momento una defensora deja de ser víctima y qué papel tiene el acompañamiento en esa transición.

“Desde la perspectiva psicosocial, responder a la violencia o a un evento traumático es la primera reacción [...]. Se trata de una respuesta sin racionalidad o elaboración alguna, pero si se lleva a cabo un acompañamiento que favorece el afrontamiento, se convierte en un proceso de racionalizar y concientizar estas herramientas”.

“En el feminismo hay un debate sobre enfoques victimizantes y otros liberadores. Ninguna persona es sólo víctima, sin embargo, me preocupa que la realidad documentada es que la mayoría de las mujeres hemos sido víctimas de delito. Estamos en una posición de subordinación con menos recursos”.

Para algunas compañeras, el hecho de ser víctima no finaliza hasta que se logra resarcir el hecho victimizante.

“La víctima es una categoría jurídica y hay que apropiarse de esto para reivindicar los derechos que te tocan. Tú te posicionas, lo tomas. En una situación como la desaparición forzada hay que continuar con esta categoría hasta que se encuentre a la persona desaparecida”.

Para Aluna, la noción de víctima de violaciones de derechos humanos sigue el concepto empleado por Ximena Antillón y Paulina Vega:³⁴ no se trata de personas que viven pasivamente las consecuencias de los hechos victimizantes sino sobrevivientes implicadas activamente en la lucha por la verdad, la justicia y la reparación asumiéndose como sujetos políticos.

Al compartir experiencias y problematizar los impactos, cobran centralidad dos emociones: el miedo y la culpa. Ambas tienen distintos matices y consecuencias en la vida de las defensoras; vamos a tratar de evidenciar aquí los sobresalientes.

34 “Cuando nos referimos a las víctimas de violaciones a los derechos humanos y de delitos, no estamos pensando en personas que viven pasivamente las consecuencias de los hechos victimizantes, sino que los enfrentan activamente, cada una en diferente grado, tomando parte en las investigaciones, organizándose en su lucha por la verdad, justicia y reparación e incluso impulsando transformaciones en el Estado y la sociedad en general. Reconocemos que las víctimas son también sobrevivientes y sujetos políticos de cambio y sujetos de derecho”. Aluna Acompañamiento Psicosocial, A.C. (2017). *Modelo de acompañamiento psicosocial Aluna*. Op. cit., 25.

Miedo

El miedo³⁵ se perfila sobre todo como temor a la muerte o al perjuicio de la integridad física personal o de los seres queridos:³⁶ *“Era tanto mi miedo que sentía que me ejecutaban en la calle y por todos lados me volteaba. En la noche sentía que me ahogaba el corazón”*. Un miedo que se incrementa —como relata la misma defensora— mucho más cuando el riesgo se extiende a los hijos: *“Yo tenía miedo antes, pero era coraje, rabia. Ahora con mi hijo tengo miedo de que le pase algo [...] Siempre ando con el miedo de que me lo arrebaten”*.

Según qué actores se identifiquen como posibles perpetradores se generan distintas reacciones frente al miedo: cuando las defensoras identifican al Estado como perpetrador, encuentran un cierto margen de acción política. Pero, pese al mayor margen de respuesta respecto a otros agresores, el miedo sigue estando muy presente. Una de las defensoras lo expresa así: *“Ver elementos policiacos y militares cerca de la comunidad ha generado temor en las y los niños. Nos pone vulnerables porque ya han sido víctimas de sus agresiones”*.

Cuando el perpetrador es el crimen organizado o se identifica su colusión con el Estado, la incertidumbre frente al perpetrador y su modus operandi, así como la sensación de desprotección y de extrema vulnerabilidad, tienen un efecto difícil de controlar, pues la posible agresión se escapa de criterios conocidos: *“El perfil del agresor se me hace gigante y me veo con imposibilidad de actuar”*.

El perfil del agresor se me hace gigante y me veo con imposibilidad de actuar.

35 Para profundizar sobre los impactos del miedo en mujeres defensoras: Correa, C. & Facio, A. (coords.) (2018). *¿Cómo enfrentamos el miedo en el contexto actual las defensoras?* CDMX: Aluna Acompañamiento Psicosocial, JASS (Asociadas por lo Justo) Mesoamérica. Disponible en: https://docs.wixstatic.com/ugd/536db9_b0f243eefe5e4b4190fbe1e71424e1f7.pdf

36 “El miedo, angustia, ansiedad, temor, terror, pánico, espanto, horror, son palabras que se refieren a vivencias desencadenadas por la percepción de un peligro cierto o impreciso, actual o probable en el futuro, que proviene del mundo interno del sujeto o de su mundo circundante. La objetivación del peligro puede llevar al sujeto a configurarlo como un riesgo de amenaza vital. La certeza o alta probabilidad de que dicha amenaza ocurrirá, transforma la inseguridad en miedo”. En Lira, E. (1987). *Psicología del miedo y conducta colectiva en Chile*. Boletín de AVESPO (Asociación Venezolana de Psicología Social), 12, 46-68.



**Al afrontar el miedo
puedes actuar, te
involucas. El coraje
es una herramienta
para reaccionar, para
no dejarse.
El orgullo de no
querer someterse.**



Una de las herramientas más importantes para contrarrestar el miedo es el análisis de la violencia: la identificación y comprensión de quiénes son los actores involucrados y cuáles son sus intereses. Identificar al Estado como perpetrador les permite ir construyendo diferentes acciones de protección que minimicen el riesgo y así adquirir y sentir un mayor control sobre la situación. Bajar o subir el perfil público, su actividad, es una de las herramientas que las defensoras citan a la hora de afrontar el riesgo cuando es el Estado el que ejerce la violencia, con el objetivo de que se tome en consideración el costo político de una agresión.

Frente al crimen organizado se reducen las herramientas de incidencia, porque no hay un costo político directo que afecte a este perpetrador y el Estado suele ser connivente por lo que aumenta el miedo.

El miedo es un sentimiento tanto personal —en el temor de todas a ser detenidas o desaparecidas— como colectivo, de la comunidad y de la sociedad. Una de las estrategias más importantes de los agresores es crear terror para producir un efecto de control en la población y romper el tejido social, generar una angustia que impida la articulación.

El miedo ha obligado a algunas de las defensoras a cambiar su proyecto de vida, de manera drástica o temporal. Actuar solas, sin un colectivo atrás o vivir una situación personal especial —enfermedad grave, personas a cargo con dependencia— hace aún más difícil asumir la dedicación y el riesgo que conlleva la labor de derechos humanos.

El riesgo que acarrea estar en la lucha implica un alejamiento de círculos familiares y sociales, por miedo de que hagan daño a personas queridas, lo que lleva a algunas defensoras al silencio, a no compartir situaciones, al alejamiento físico para que no se las identifique o porque ya no pueden disfrutar de la vida como antes. El riesgo implica un cambio en la manera de gestionar el día a día: no salir de noche, tener que cuidar tiempos y modalidades en los traslados.

El miedo puede paralizar, bloquear la capacidad de respuesta: *“En mí, el miedo me ha paralizado, me ha generado ansiedad, depresión, enfermedades físicas y del alma”*, pero también se convierte en mecanismo preventivo y de alerta que posibilita la activación de herramientas emocionales, lo que permite reaccionar de manera transformadora para afrontar el riesgo. Algunas defensoras expresan cómo llega un momento en que gana el coraje, entonces el miedo se convierte en movilizador, en empuje para salir adelante: *“Al afrontar el miedo puedes actuar, te involucras. El coraje es una herramienta para reaccionar, para no dejarse. El orgullo de no querer someterse”*.

La adopción de medidas de protección es un mecanismo de afrontamiento del miedo. Adoptar medidas de seguridad permite no sólo sentirse más protegida frente a posibles agresiones sino también sentir que se está ejerciendo una forma de control, aun frente a lo imponderable y desconocido.

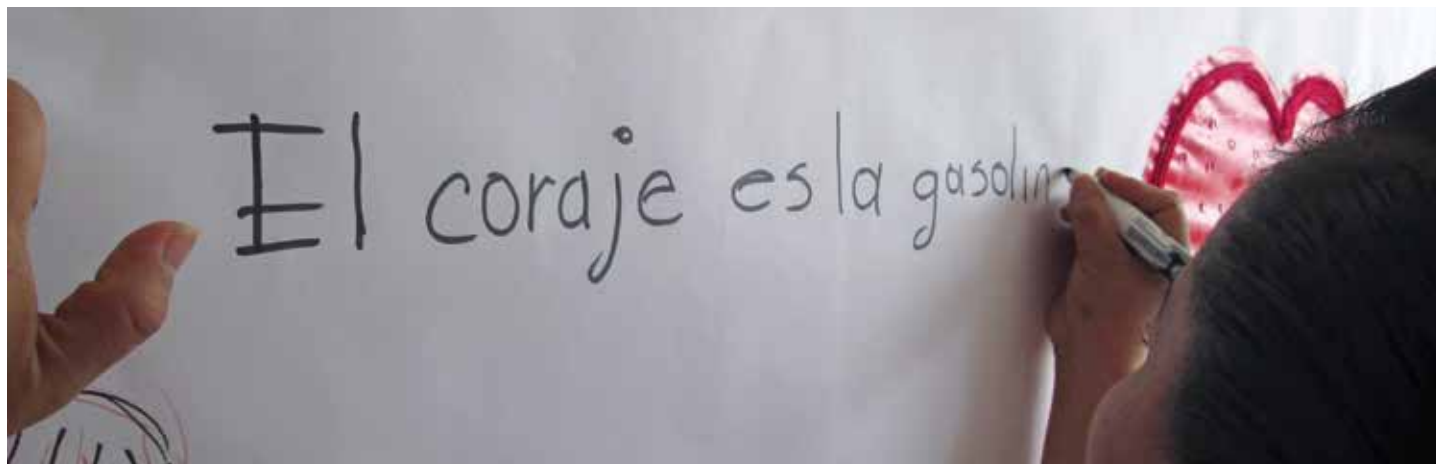
Además de lo que concierne a la presión política y al manejo del perfil que ya hemos citado, así como las medidas para extremar la prudencia y la discreción en la gestión de la vida privada y el ocio —especialmente en las relaciones sexo-afectivas y en la vida nocturna—, las defensoras adoptan otras herramientas para afrontar el miedo y los riesgos a su seguridad. Esas herramientas van desde el análisis como punto de partida a la previsión de situaciones de emergencia, pasando por el fomento del trabajo en colectividad.

Algunas defensoras utilizan mecanismos de evaluación del riesgo ante su trabajo para prever las consecuencias adversas que podría acarrear o para decidir si se dan condiciones de seguridad a la hora de aceptar determinados casos. Prever y definir qué hacer si llegan a ser detenidas o desaparecidas; identificar qué y quiénes pueden ser personas aliadas ante situaciones de emergencia; identificar medios y periodistas afines y estar en constante comunicación; buscar fondos para afrontar esos riesgos y valorar si acogerse o no a mecanismos de protección son algunas de las herramientas mencionadas en los grupos focales. La confidencialidad en el activismo y en la vida privada es otro de los recursos para prever el manejo de información contra ellas.

Pensar y actuar en colectivo, que las vean articuladas, en comunidad, también disminuye el miedo. Es una forma de afrontamiento que puede ayudar a paliar distintos impactos y que abordaremos más ampliamente.

“En lo imposible veo posible. Esa fuerza me acompaña en el camino de la vida, en esta lucha colectiva, porque además he aprendido que la mente de las personas masehual es colectiva, siempre buscan un bienestar colectivo y eso me motiva cada día”.

← **En lo imposible veo posible. Esa fuerza me acompaña en el camino de la vida, en esta lucha colectiva.**





Culpa

La culpa es una emoción que produce la sensación constante de estar haciendo mal las cosas, de que faltan muchas cosas por mejorar o por hacer, la sensación de que lo que se hace no es suficiente. En la mayoría de los casos afecta a la autoestima y pone en cuestión la identidad personal o colectiva.

El sentido de culpa en las defensoras aparece por razones distintas: por no arriesgar la vida, por necesitar resguardarse un tiempo debido a una situación de alto riesgo, por tener que limitar ciertas actividades, por no poder responder a todo frente a un contexto muy demandante —lo que implica también un sentimiento de impotencia—, por restarle tiempo a la familia y a los círculos sociales, por el riesgo de que los perpetradores actúen contra su familia, en especial contra sus hijas o hijos: *“En las amenazas muchas veces se refieren a ellos: ‘vamos a matar a tu hijo, lo vas a encontrar en un basurero’”*.

Pero también se comparten testimonios que revierten este temor: *“Yo tendía a sentir culpa porque mi hijo está igual, de la chingada, pero se tiene que hacer consciente. Es la vida que le tocó, tiene que estar consciente”*.

También emerge el sentido de culpa por sentirse cansadas, por anhelar un descanso, por querer parar un momento y pensar en sí, en su propia salud, en algo placentero. La culpa se asocia tanto al deseo de cumplir con el mandato, ya descrito, de ‘ser defensora’, como a las responsabilidades que conlleva su rol de lideresa o acompañadora. *“La culpa tiene que ver con una carga social”*. Cabe destacar que la culpa a nivel psicológico se maneja como mecanismo de represión y control por parte de los agresores.



La vivencia de acontecimientos traumáticos es otro factor que genera un fuerte sentimiento de culpa ya que las personas tienden a responsabilizarse de lo sucedido, de no haber podido evitarlo, y entran en una espiral de autocritica que incide en su autoestima. Si no se detiene esta espiral, poniendo la responsabilidad donde corresponde, crece y la culpa puede volverse crónica.

“Cuando ves todo el panorama, te das cuenta de que no es una cuestión personal y eso te da fuerza. Con la culpa te manejan. Hay personas que han sufrido feminicidios, que se nos acercan y lo primero que hacemos es desechar la culpa, esa carga: ‘fue su culpa, ella estaba haciendo eso, tú no la cuidaste’. Ver que se trata de todo un contexto les da fuerza, tranquilidad y esperanza. A partir de que entienden lo que está pasando y por qué sucede, se nota también un cambio en cuanto a las exigencias a las autoridades”.

Si bien la culpa es una emoción difícil de identificar y, por tanto, compleja de contrarrestar, cuando las defensoras encuentran el sentido y significado de su experiencia, de la violencia y de la represión, se sienten mejor, superan la confusión y dejan de culpase. Poner la responsabilidad de lo que les ha pasado en los agresores y no en sus propias vidas es un camino fundamental para resignificar el hecho traumático y afrontarlo. El hacerse conscientes de los propios límites también ayuda a afrontar los impactos.

Como se resume en el grupo de análisis: *“El sentido político de ‘hago lo que puedo con lo que tengo’ es reconocer mis límites. No es una frase conformista, es una frase que te ayuda a ubicar tus límites y a permanecer en esta lucha. Desde estos límites me relaciono con los demás. Yo lo veo como una forma de afrontamiento”.*

Algunas defensoras hablan de cómo han logrado, o al menos intentan, ese complejísimo reto de ‘convertir los límites en horizontes alcanzables’ y de reconocer lo que sí se puede, lo que ya se ha logrado, de ‘sentir satisfacción por lo que sí se ha hecho’. La creatividad para afrontar los retos y el autoconocimiento de hasta dónde se sabe y se puede, y hasta dónde no, aparecen también cuando se habla de los límites y de cómo afrontarlos sin culpa: *“Una de mis fortalezas es reconocer mis habilidades, cualidades y limitaciones y saber hasta dónde puedo participar. También pedir ayuda cuando lo necesito”.*

En el grupo de análisis también se abordó la cuestión de los límites desde la perspectiva de género, se habló de cómo las mujeres hemos sido educadas en el sacrificio y del reto que se nos presenta en un modelo patriarcal que nos obliga a ‘estar a la altura’, a no equivocarnos, a no cometer errores. *“¿Cómo trabajar para modificar estas creencias que son nocivas? Una forma positiva de afrontamiento es aceptar hasta dónde puedo ir”.*

← Cuando ves todo el panorama, te das cuenta de que no es una cuestión personal y eso te da fuerza. Con la culpa te manejan.

← El sentido político de ‘hago lo que puedo con lo que tengo’ es reconocer mis límites.

Capítulo V.

Afrontando los impactos



Proyecto de vida y autocuidado

Otro aspecto común compartido por las defensoras es el sentimiento de mucha responsabilidad ‘encima’ por la labor que realizan. Expresan que les genera desgaste físico y emocional, implica “*dar con todo, con los proyectos y con la familia*”. En varios casos expresan que han tenido que cambiar su propio proyecto de vida para empezar un camino de lucha o para abandonarlo por el riesgo, lo que significa tener que adaptarse a los acontecimientos, intentando incluir a su familia, compaginar su labor con sus necesidades personales. Encontrar un balance entre estos aspectos es especialmente complejo en sociedades en las que el cuidado sigue asignándose casi exclusivamente a las mujeres, por lo que no lograrlo genera sentimientos de frustración e impotencia y vuelve a aparecer la culpa, crea estrés, frustración, desesperación, baja autoestima, desgaste y, en algunos casos, enfermedades.

También el liderazgo tiene implicaciones que pueden afectar a las defensoras. Es un logro ser una mujer empoderada, pero supone asumir mucha responsabilidad en un entorno hostil, que se suma a la doble o triple carga de trabajo. Puede representar a veces un peso que afecta a la salud física y emocional, pero ha sobresalido en los grupos como fuente de motivación y elemento que las refrenda a ellas y su lucha:

“Hay un compromiso detrás de toda la confianza que la gente deposita en ti. Te motiva. Puedes vivir con hartazgo, enojo, pero también viene atrás la confianza de la gente, de la mayoría que confía en ti, en tu tipo de liderazgo [...]. Ya tenemos este liderazgo dentro de nosotras, pero lo descubrimos por un proceso y luego nos vamos formando en el camino de la vida, haciendo de la experiencia nuestra escuela”.

A raíz de los impactos descritos, las defensoras experimentan afectaciones a su salud física y emocional. Sin ahondar en la especificidad experimentada por cada una, todas comparten la expresión de la violencia en sus cuerpos y todas han podido ver reflejados estos impactos.³⁷ Impactos que afectan el alma y que quedan marcados en el cuerpo.

37 Entre las enfermedades más comunes están: gastrointestinales hasta cáncer en vías digestivas, desórdenes hormonales (afectaciones en la tiroides), operaciones de la matriz y cáncer, afectaciones neurológicas, jaquecas, epilepsia, dolores musculares, afectaciones dermatológicas.

El concepto de somatización fue cuestionado en el grupo de análisis, una de las participantes expuso sus reticencias sobre su uso:

“Somatizar, desde mi punto de vista, es no poder afrontar de una manera favorable y que el impacto se transforme en una dolencia. Yo no estoy a favor de hablar de somatizar. Para mí es cómo se reflejan estas afectaciones en tu cuerpo [...]. Nuestros cuerpos son como un espejo de esta violencia, las defensoras tenemos patrones de afectaciones: frecuentemente nos encontramos con problemas de contracturas, problemas severos de concentración, cargas mentales múltiples que cuesta trabajo concluir, afectaciones en las rodillas, intestinos. Desde algunas terapias de salud estas manifestaciones están ligadas a las emociones”.

El autocuidado es uno de los mecanismos de afrontamiento para intentar disminuir los riesgos y paliar las afectaciones, aunque la mayoría de las defensoras siente que, si bien es necesario cuidarse, a veces es muy difícil por falta de tiempo o por razones económicas. También expresan que, para muchos compañeros, el autocuidado es una cuestión burguesa y elitista, lo que en ocasiones las ha llevado a no poner energía en cuidarse para evitar que se incurra en juicios negativos hacia ellas.

En el libro *Travesías para pensar y actuar. Experiencias de autocuidado de defensoras de derechos humanos en Mesoamérica*, la IM-Defensoras lo comparte así:

“El proceso para la apropiación del autocuidado como parte de la protección integral no ha sido fácil, hemos tenido resistencias y cuestionamientos personales y colectivos pero, sin duda, es clara la necesidad de vivirnos en equilibrio, de prevenir el daño y sanar las heridas derivadas de la sociedad patriarcal en la que vivimos y de los impactos que el contexto de violencia de nuestros países nos genera como mujeres y defensoras”³⁸

Las defensoras definen cuidarse como un acto valioso y trasgresor de los mandatos de género, que permite diferenciar entre estar y ser débil, generar un plan de acción hacia sí mismas para

38 Iniciativa Mesoamericana de Mujeres Defensoras de Derechos Humanos. (2014). *Travesías para pensar y actuar. Experiencias de autocuidado de defensoras de derechos humanos en Mesoamérica*. Disponible en: <http://im-defensoras.org/wp-content/uploads/2017/02/223570458-TRAVESIAS-PARA-PENSAR-Y-AC-TUAR-EXPERIENCIAS-DE-AUTOCUIDADO-DE-DEFENSORAS-DE-DERECHOS-HUMANOS-EN-MESOA-MERICA.pdf>

Si yo quería ser defensora tenía que atender mis problemas psicológicos y físicos para atender a otras personas. Entendí lo valioso que es atenderte. →

restablecer el contacto con las propias emociones y necesidades, reconocerse como seres capaces, activos y reactivos frente a las adversidades.

“Si yo quería ser defensora tenía que atender mis problemas psicológicos y físicos para atender a otras personas. Entendí lo valioso que es atenderte. Ahora trabajo mucho mis emociones. Me volví muy sensible”.

Las herramientas que emplean para el autocuidado van desde cuestiones accesibles que no requieren mucho tiempo ni muchos ingresos, aunque a veces no pueden llevarse a cabo porque los impactos son tan fuertes que no lo permiten, a cuestiones que no son igual de accesibles para todas las mujeres defensoras.

Citan el trabajo creativo, manual, artesano: tejer, bordar, pintar; el contacto con la naturaleza: cuidar de los animales, cultivar un huerto —*“Sentirme libre y en contacto con la tierra, con el sol, con el viento, con el agua, me ayuda a encontrarme y tener una interiorización que me ponga de ‘buenas’”*— y citan el ocio y el tiempo libre: leer cosas que ayudan a reflexionar, reservar un tiempo específico para la familia, retomar la vida social y convivir en un espacio diferente con personas que no están involucradas en la defensa de los derechos humanos. También citan el humor como herramienta: *“Ponerme ‘buena onda’ a través de comentarios irónicos y cínicos, reírme de mí misma y hacer que las demás personas se rían conmigo también me ayuda a superar momentos complicados que endurecen el corazón, los músculos y las ganas de luchar”.*

Comparten además otros recursos que tiene que ver con el cuidado de los cuerpos y el cuidado del alma desde otras dimensiones: consentirse, atenderse, apapacharse, caminar, bailar, practicar yoga, relajarse, recurrir a la medicina alternativa, orar, meditar y respirar. *“Hay que estar en contacto con una misma. Para estar sola pero no desolada”.* Y hablan de parar: *“Decir cuando no podemos más”*, cambiar de actividad, salir fuera, tomar un descanso, cambiar el rol de vida por determinado tiempo.

También definen el derecho a llorar que, como se cita en el apartado sobre las implicaciones de ser mujer defensora, no siempre está bien visto en las lógicas patriarcales que siguen rigiendo el activismo: llorar como una fortaleza que ayuda a expresar y desahogar el dolor.

Hablan de generar mecanismos de autocontrol, de analizar qué las ha hecho sentir mal en cada momento para saber cómo salir adelante, de elaborar un protocolo mínimo de autocuidado personal, familiar y dentro de los colectivos, de acudir a terapia de contención cuando se agudizan los impactos.

“El autocuidado es una herramienta política de resistencia; cuidarnos a nosotras mismas es amar la lucha. Sabernos piezas importantes de este juego, pero no indispensables, nos ayuda a fortalecernos [...]. Hacernos conscientes de nuestras emociones nos ayuda a calmar dolores del cuerpo, nombrar esas emociones, sentirlas y dejarlas pasar nos ayuda a que no se alojen en nuestro cuerpo y provoquen dolores”.

← **El autocuidado es una herramienta política de resistencia; cuidarnos a nosotras mismas es amar la lucha.**

Impactos específicos

En los grupos focales, se destacan distintas variables que juegan un papel importante en el tipo de afectaciones. Mencionaremos algunos de manera muy general y meramente ejemplificadora.

Las defensoras que buscan a sus familiares desaparecidos sufren por la incertidumbre sobre su paradero y las condiciones en las que pueden estar. No saber qué ha pasado, dónde se halla su familiar, si está vivo o muerto. En estas situaciones, la incertidumbre y la angustia van aumentando conforme se descartan las alternativas de localización del familiar. La posibilidad de la muerte se alterna con la posibilidad de la sobrevivencia, y el ir y venir de una a otra conlleva un enorme desgaste físico y psíquico. La falta de sueño y de alimento, la angustia y la alerta permanente que suelen presentarse se van traduciendo en malestares físicos y psicológicos que pueden llegar a formar cuadros clínicos crónicos.

Los familiares de personas desaparecidas viven diariamente la angustia del ‘no saber’.³⁹ Una compañera que participó en la investigación expresó que lo que más le dolía era no saber en dónde estaba su hijo, la impotencia después de estar buscándolo por tantos años. Compartir su experiencia en el grupo focal contribuyó a que pudiera resignificarla, tomando conciencia de que ella era, como el resto de las compañeras, una defensora de derechos humanos. Esta

Capítulo V.

← **Afrontando los impactos**

39 Aluna Acompañamiento Psicosocial, A.C. (2016). *Claves hacia el acompañamiento psicosocial. Desaparición forzada*. México: Aluna. Disponible en: https://docs.wixstatic.com/ugd/536db9_79dca92da-dea49f6978559f4e6c6b144.pdf



resignificación evidencia el potencial de su afrontamiento frente al dolor. Una experiencia que han vivido otras defensoras cuyo activismo nace a partir de situaciones victimizantes.

Para quienes están involucradas en la búsqueda de sus familiares desaparecidos —como se abordó en el grupo de análisis— *“tiene que ver con apropiarse del proceso de búsqueda. Si no están haciendo algo se van para abajo, cuando están accionando se mantienen. Ser víctima activa el proceso”*.

Otra situación es la de las defensoras que han sido víctimas de desplazamiento forzado. La mayoría de las veces tienen que salir de su territorio porque están siendo amenazadas por actores con intereses económicos en la región o por el trabajo que realizan, en particular porque visibilizan lo que pasa y porque acompañan a comunidades que defienden su territorio, como es el caso de una de las defensoras que participó en la investigación.

Al abandonar su territorio se rompen los proyectos vitales, se pierden los espacios y lazos con la tierra, presentándose una desestructuración de los referentes personales, colectivos y sociales;⁴⁰ el dolor por dejar su territorio, su proyecto, como lo expresa una de ellas, sus relaciones afectivas, genera mucha impotencia, tristeza y coraje: es el desarraigo el que atraviesa su vida.

“No es fácil, confieso, me dejaron sin casa, obligándome a desplazarme de mi comunidad, separarme de mi familia, mi hijo se enfermó. Perdí casa y familia en un abrir y cerrar de ojos y por momentos sentí que me arrancaban las ganas de vivir”.

Lo que la ha mantenido firme, comparte esta defensora, es recordar todo lo que aprendió con las comunidades y haber conservado el vínculo con ellas. Poder contar su historia también la ha fortalecido porque contribuye a sostener ese vínculo. De hecho, esta compañera compartió en los talleres fotos del territorio para poder mostrarlo y darlo a conocer en el grupo.

Otra situación compleja es el caso de las defensoras que han vivido tortura sexual, donde se expresa el peso del machismo y de la saña contra las mujeres. Una de las defensoras que participó en la investigación fue víctima de tortura sexual en el marco de una detención arbitraria. Poder compartirlo en el grupo focal no fue nada fácil para ella, a pesar de la confianza que se

40 Aluna Acompañamiento Psicosocial, A.C. (2016). *Claves hacia el acompañamiento psicosocial. Desplazamiento forzado*. México: Aluna. Disponible en: https://docs.wixstatic.com/ugd/536db9_3a6658d-d9c6a47999ba9fafe421ea56c.pdf

había construido. Hasta hace poco, esta defensora no podía hablar de lo que le había pasado, pues le daba mucha vergüenza y se sentía muy vulnerable. El apoyo de su familia y de personas cercanas le ha permitido salir adelante y darse cuenta paulatinamente de todo lo que ha significado esta experiencia traumática.

Uno de los impactos más importantes de la tortura sexual es el sentimiento de vergüenza e impotencia. La intensidad del horror y la confusión que prima durante la tortura son tales que resulta muy difícil poner en palabras la experiencia. En hechos de tortura sexual, las y los sobrevivientes recurren al silencio por la vergüenza y humillación vividas. A ello se suma que, no pocas veces, las mujeres que han sido objeto de violencia sexual son culpadas o estigmatizadas por sus propios familiares, por miembros de su organización o comunidad, y por las autoridades.⁴¹

Interseccionalidad

Como ya se ha mencionado, entre las defensoras hay condiciones y factores que influyen además en la afectación y en los afrontamientos entrelazándose y haciendo cada situación particular, no generalizable. Algunos de estos factores son: la condición socioeconómica, la pertenencia a un ámbito urbano o rural, la identidad étnica, la edad, el hecho de tener personas dependientes a cargo y el nivel educativo. También influye el entorno familiar, organizacional y social, el nivel de cohesión del tejido social en que desarrollan sus luchas, el acceso a centros de salud, a mecanismos de justicia y de protección y la pertenencia a redes.

La condición socioeconómica de cada defensora influye considerablemente en los impactos y también repercute en las herramientas a las que puedes acceder para afrontarlos. Muchas de ellas tienen que buscar los recursos económicos para su subsistencia además de trabajar en la defensa de los derechos. Luchar por los derechos humanos no es una actividad rentable:

Capítulo V.
**Afrontando
los impactos**

41 Aluna Acompañamiento Psicosocial, AC. (2016). *Claves hacia el acompañamiento psicosocial. Tortura y tortura sexual*. México: Aluna. Disponible en: https://docs.wixstatic.com/ugd/536db9_536319a-53229476797d7ece98ad42f3d.pdf



Pensamos en los demás y ¿qué pasa con nosotras mismas? →

se desatiende el trabajo que genera ingresos económicos, obliga a elegir si hacer una cosa u otra, conlleva consecuencias en el plano familiar y en el bienestar personal. A la par, tener que alejarse de la defensa por cuestiones de riesgo, cuando ésta representa una fuente de ingresos, pone en peligro la estabilidad económica de la defensora y de su familia.

“A veces he tenido que decidir entre mis ingresos económicos y acciones de activismo. No me gusta hacerlo porque creo que no deberían competir pero así ha sido y eso nos ha afectado económicamente a mi hijo y a mí”.

“Pensamos en los demás y ¿qué pasa con nosotras mismas? No tenemos ni prestaciones, ¿qué vamos a hacer cuando estemos viejas y olvidadas? No tenemos salario, seguro social, retiro, no tenemos nada”.

Para algunas de ellas, un mecanismo de afrontamiento sería armar un plan de retiro: *“Pensar en un fondo de ahorro para vivir sencillamente cuando ya no pueda trabajar y así no depender de terceras personas”.* Pero en el contexto de precariedad y carencia de derechos laborales que enfrentan defensoras y defensores, sumado a la discriminación por motivos de género que sufren ellas, la supervivencia cotidiana impide planificar la economía en el largo plazo.

El factor económico es determinante también si se deben integrar ciertas medidas de seguridad como instalar cámaras, tener un coche, colocar rejas en las puertas y ventanas, así como salir de la región o del país, medidas que implican un gasto considerable. En este segundo caso, por ejemplo, la pertenencia a una red que pueda acompañar y hacerse cargo del proceso permite afrontar el riesgo inminente pero no resuelve el daño económico de tener que abandonar una fuente de subsistencia y de enfrentar el sentimiento de desarraigo.

Otro factor que no se puede subestimar es tener a cargo personas que son dependientes: muchas defensoras tienen hijas e hijos o a sus propios padres a su cuidado. Eso no sólo supone solventar una carga económica y asumir una responsabilidad constante, sino también confrontarse con lo que conlleva ser defensora y tener a alguien a quien proteger. Implica un doble trabajo en el plan de seguridad y a veces un cambio en el plan de vida. Una defensora compartió con el grupo que había sido amenazada por el padre de su hijo con quitarle la custodia por el trabajo que hace. *“Tengo miedo de que frente a un juez patriarcal me quiten al niño”.*

La pertenencia a un pueblo originario supone enfrentarse a otras formas de discriminación que se suman al género y la clase social. Entre las situaciones que se compartieron durante la investigación se cuentan: cuando han sufrido violencia, especialmente violencia sexual, pue-

den ser estigmatizadas y rechazadas por su propia comunidad, un estigma que no sólo afecta a las mujeres indígenas ya que el sistema patriarcal ha puesto históricamente el estigma y la criminalización de la violencia sexual en quienes la sufren y no en quienes la perpetran; cuando por razones económicas o por los riesgos a su vida o integridad deben salir de la comunidad y desplazarse, sufren discriminación en los lugares a los que se desplazan; y sufren también una grave discriminación en el acceso y ejercicio de la justicia cuando necesitan recurrir a ella.

A pesar de esto, para las defensoras indígenas y para quienes se vinculan a las comunidades por su misma lucha la cosmovisión y valores de la comunidad son un elemento sustantivo de fuerza, un soporte en la lucha. Este aspecto evidencia la importancia del tejido social en mantener un proyecto de lucha firme. Las defensoras indígenas expresan que, pese a que les duele mucho la discriminación, lo que les da la fuerza es su propia comunidad y sentirse respaldadas por sus compañeros y compañeras cuando se solidarizan, aunque señalan que la mayoría de las veces son ellas, las compañeras, quienes las sostienen. Pensar en su origen e identidad les da la fuerza porque les recuerda quiénes son.

En los grupos focales también se comparte la discriminación que conlleva asumir una identidad sexual diferente de la asignada.⁴² Encontrar la identidad propia frente a los mandatos de género heteropatriarcales es un proceso que puede durar muchos años. En ese camino se enfrenta al rechazo social y, en algunos casos, al de los seres queridos. Una de las defensoras, una compañera transgénero, comparte los efectos devastadores que ha tenido en su salud física que le negaran el acceso a un medicamento fundamental para su supervivencia, sumados a los impactos emocionales que esta denegación le causaron: rabia, frustración e impotencia. El acompañamiento de su pareja, que siempre la ha apoyado en todo el trabajo que realiza, y poder viajar y dar a conocer su situación y la de otras compañeras le ha permitido dotar de sentido a su vida y la elección que ha hecho.

Otra condición que afecta al modo en que las defensoras experimentan los impactos que sufren por su labor y a sus mecanismos de afrontamiento es la edad. ¿Cómo impacta? Las defensoras de más de 50 años viven con más incertidumbre el futuro después de haberse dedicado tiempo completo a su labor sin saber cuánto durará —debido a la precariedad financiera de

Capítulo V.

Afrontando los impactos

42 Al hablar de identidad sexual diferente de la asignada, nos referimos a cuando la identidad que asume una persona no coincide con la que la sociedad le atribuye por su cuerpo, es decir, cuando una persona se identifica como mujer teniendo órganos sexuales y rasgos físicos considerados masculinos o viceversa.



las organizaciones y a otros factores que ya hemos citado—, o cuánto se podrá mantener firme en este papel con todo lo que implica.

“Me pregunto qué va a ser de mi vida a los 60, mi seguridad social. Voy a tener que hacerme cargo de la mujer vieja que voy a ser”. También al pensar en qué alternativas tienen al ser defensoras: “¿Qué sé hacer?, sólo la defensoría. Nos volvemos monotemáticas y sin saber qué otras habilidades tenemos para sobrevivir”.

La relación que mantienen con su familia, con el propio círculo social, con la organización y con la comunidad es un factor que influye tanto en la manera en que les impactan las agresiones y los efectos del contexto como en la capacidad de afrontarlos. Una familia que demuestra su aprobación hacia la labor que desempeña la defensora, que la apoya frente a adversidades sin pretender que abandone su papel, es un elemento que contribuye a consolidar mecanismos de afrontamiento: *“Cuando tu hija te dice ‘tú eres mi ejemplo, quiero ser como tú, porque tú luchas y perseveras, insistes y logras las cosas’”*. Lo mismo ocurre si el círculo social, organizacional y comunitario cobija y respalda. Los afrontamientos se vuelven más difíciles cuando se dan relaciones conflictivas o tensas en los espacios de confianza de las defensoras.



Afrontamientos transversales

Aunque todos los mecanismos de afrontamiento que venimos hilando se interrelacionan y conectan entre sí, no son independientes y pueden surgir ante distintos impactos; hemos pretendido rescatar hasta ahora aquellos afrontamientos que nacen específicamente de los impactos más reiterados como el miedo y la culpa, con sus afectaciones a la seguridad, a la salud y al bienestar de las defensoras, sus familias y seres queridos. Existen también otros afrontamientos que las defensoras valoran como soporte para enfrentar las adversidades que experimentan en su camino y que les han permitido tener la fuerza de continuar. Son elementos compartidos que las fortalecen de manera integral en el plano personal y en sus colectivos.

Los llamaremos ‘afrontamientos transversales’ porque pueden responder a cualquiera de los impactos citados en este apartado y a lo largo del documento. Se trata de procesos que no surgen como una respuesta inmediata; son dispositivos emocionales, conductuales, que permiten en ocasiones desarrollar estrategias a largo plazo.

Cabe reiterar que no todas las defensoras afrontan los impactos de la violencia sociopolítica y patriarcal del mismo modo y que no todas las respuestas que consiguen dar son constructivas. Como se abordó en el grupo de análisis, no es lo mismo reaccionar que afrontar. El perpetrador busca en su estrategia anular la segunda posibilidad.

La politización: *“Si no somos nosotras, ¿quiénes?, si no es ahora, ¿cuándo?”*. Las defensoras han compartido en los grupos focales las claves que les han permitido estos tránsitos. Responder a una experiencia dolorosa, tras sufrir una violencia sociopolítica, mediante la implicación en la lucha social —transitar desde una respuesta individual al trabajo colectivo en la defensa de los derechos humanos— es un pilar entre los afrontamientos que permiten a las personas resignificar una experiencia victimizante y convertirla en un motor para la transformación social. *“No lo hago por lo que pasó, lo hago para que no vuelva a pasar”*.

Para quienes el activismo no nació de los impactos directos, sino que han podido vivir otros procesos de participación social, la politización también es un mecanismo de afrontamiento en el que ahondan a medida que se dotan de nuevas herramientas y de una mayor comprensión de las estrategias que emplean los perpetradores y fortalecen sus capacidades y acciones en la lucha por el cambio social.

← **No lo hago por lo que pasó, lo hago para que no vuelva a pasar.**



**He sentido
inseguridad y miedo
al no saber en quién
se puede confiar,
esto cambió al contar
con compañía y al
tener una lectura
más amplia de por
qué suceden las
agresiones.** →

Darse cuenta de su realidad, de lo que ya no quieren, conocer los derechos que les asisten, analizar los problemas y los contextos en que se producen son pasos que encaminan el trabajo político:

“Yo no sabía la fuerza que tenía, la resistencia, la fui construyendo poco a poco con mis compañeros. Uno no está preparado, se va preparando y descubriendo poco a poco”.

“He sentido inseguridad y miedo al no saber en quién se puede confiar, esto cambió al contar con compañía y al tener una lectura más amplia de por qué suceden las agresiones”.

El análisis del contexto, de quién actúa y para qué, les permite poner las responsabilidades donde corresponden —eliminando las culpas—; evaluar los riesgos y monitorear los índices de violencia les permite tener conocimiento de los alcances de lo que les puede ocurrir, y evaluar las acciones individuales y las acciones colectivas les permite tomar decisiones en aras de proteger y disminuir el peligro de los demás miembros de la organización. Estas evaluaciones ayudan a establecer estrategias de protección, acción y representación para lograr los objetivos con la menor posibilidad de consecuencias negativas. También ayudan a establecer reglas y lineamientos de acción y participación.

A la hora de afrontar los impactos, el lineamiento organizacional del movimiento o de la comunidad es un factor importante: compartir los mismos objetivos, definir la meta, enmarcar y exaltar principios y valores y hacerlos visibles ante cualquier circunstancia y entender la organización como un arma de lucha para la defensa y solución de sus demandas son algunas de las herramientas que citan. También hablan de la terapia colectiva para sanar los conflictos interpersonales propios del trabajo en equipo y de “*cerrar filas con las compañeras*”.

“Recordar los momentos de alegría junto a mis compañeros en la comunidad me fortalece en horas de desesperación; recordar nuestras largas pláticas en la construcción de un sueño colectivo de nuestro proyecto de vida y comunidad colectivo me fortalece”.

Ante las difamaciones consideran que hay que fortalecerse con otras organizaciones para restablecer la legitimidad y la credibilidad y repeler las agresiones con argumentos y sustentos jurídicos. Documentar lo que les ha sucedido a ellas y a sus colectivos es otra herramienta política. Comparten además mecanismos que les han sido útiles en el trabajo de base: las asambleas permiten tomar decisiones colectivas y la concientización de las y los vecinos en los barrios facilita una comprensión de los impactos que se dan en la comunidad y la socialización de las luchas. Herramientas con las que han labrado, labran o quieren labrar caminos para construir estrategias colectivas y priorizarlas, generando un proyecto político.

“Si queremos alcanzar nuestros propósitos tenemos que salir a accionar, con nuestros propios recursos, pero tendremos que aspirar a más, aunque no contemos con más recursos propios. Valorar la solidaridad y ser capaces de construir un pensamiento colectivo y reducir el pensamiento individual. Estar conscientes de que nuestro papel se vuelve ‘político’ aunque la palabra no nos guste o recuerde malas experiencias. Es político, no electoral”.

Dentro de los procesos de politización, el feminismo es otro camino que citan algunas compañeras y que también les ha servido para resignificar sus experiencias y las violencias que encuentran en el contexto, y para fortalecer su autonomía. *“Con el feminismo encontré respuestas, pude poner nombre a ese malestar que viví, aun con mis privilegios”.*

El feminismo permite otra comprensión de la violencia sociopolítica, en la que se identifica la intersección del patriarcado, pero también permite generar nuevos mecanismos de afrontamiento.

“Ser mujer es un acto de resistencia en este mundo patriarcal y machista. La sororidad, acompañamiento y apoyo entre nosotras es un acto transgresor. Creer en nosotras mismas es una fortaleza, trabajar con otras mujeres es una lección de vida. Organizarnos, compartir saberes y experiencias nos abre la posibilidad de construir otras historias alternativas”.

El trabajo en red se conjuga, como ya se ha visto, con otras herramientas y estrategias y guarda relación, aunque es distinto, con el acuerpamiento, que abordaremos más adelante, por lo que no vamos a extendernos en analizarlo, pero cabe mencionarlo de forma expresa porque es una herramienta de gran relevancia.

Ya se ha citado la importancia de contar con organizaciones aliadas en la lucha, en los procesos de politización, en la construcción de estrategias y proyectos políticos, y del papel de las redes en momentos en que aumenta el riesgo o cuando los perpetradores buscan criminalizar a las defensoras o a los colectivos de los que forman parte. Las defensoras mencionan además la relevancia de pedir ayuda a acompañantes de otras organizaciones externas, de vincularse, de contar con una red de apoyo en momentos de crisis grupales o personales, de estar en contacto con personas que demuestran que los cambios son posibles y que atrás hay luchas organizadas. *“Entendiendo que es más fácil que te destruyan con la represión si estás solo y aislado a que lo logren si estás unido y organizado con tu familia, con tu colectivo y con otras organizaciones”.*

Quienes desempeñan su labor dentro de un colectivo en el que pueden espejarse y del que reciben apoyo, recurren a esta fuerza añadida. Se menciona en varios momentos la pertenencia

Con el feminismo encontré respuestas, pude poner nombre a ese malestar que viví, aun con mis privilegios.

← Ser mujer es un acto de resistencia en este mundo patriarcal y machista. La sororidad, acompañamiento y apoyo entre nosotras es un acto transgresor.

Capítulo V.

Afrontando los impactos



a redes, en particular a la RNDDHM, como mecanismo de afrontamiento importante que ha permitido a varias defensoras resguardarse en momentos críticos.

La capacitación es otra de las herramientas que ha servido a las defensoras para fortalecerse, politizarse y afrontar los impactos que conlleva su labor; una capacitación que tiene distintas vertientes. Una dimensión guarda relación con informarse y formarse: desde el conocimiento de los derechos que les asisten hasta la formación expresa en feminismos; otra tiene que ver con la recuperación de los saberes y experiencias propias y de otras compañeras: el acceso a otras historias de vida, las recomendaciones de otras organizaciones que han tenido formas de resistencia y autocuidado, las reuniones con compañeras para aprender de sus experiencias organizativas y la búsqueda de personas que han vivido y podido afrontar situaciones semejantes, son algunas de las herramientas que se citan en los grupos focales.

“Prepararse, estudiar lo que se necesita. Practicar para ver si es correcto: práctica-teoría-práctica. Ver los errores como una experiencia para aprender, no como algo fatal”.

El sentido de la vida, reforzar sus creencias y mantener sus opciones son mecanismos que también se reiteran entre las defensoras. Ser defensoras pasa por fortalecer sus creencias tanto políticas como espirituales. Todas, al margen de sus creencias religiosas y de ser creyentes o agnósticas, remarcan la importancia de la espiritualidad en su vida y el papel en coadyuvarles en la lucha. Para algunas, las convicciones políticas juegan este rol, permitiendo reforzar sus metas para no perder el rumbo.

La espiritualidad, entre quienes vienen de pueblos originarios y entre quienes profesan la religión cristiana, son herramientas que ayudan a seguir adelante. “[...] pedir por mí al fuego, los pueblos indígenas tenemos costumbres para la protección”.

“El reconocermé como mujer de fe me pone también en un plano espiritual en donde hay un motor que requiere trabajar por la otra y el otro hermano, a quien puedo apoyar desde la responsabilidad de la familia y el cuerpo y por el gusto de saber que en cada persona hay una esencia del Señor Jesús [...]”.

También funcionan, del mismo modo, los ideales, los valores y las convicciones. La transmisión de valores positivos por parte de la familia, el sentido de la justicia, la fe en que otro mundo es posible, la búsqueda de un mundo mejor para las siguientes generaciones, para sus hijas e hijos, la esperanza de una vida distinta, de una vida digna, hacer algo para otras personas, ser

fiel a sí mismas, “amar” y “perdonar” son también mecanismos que tienen una raíz espiritual, un vínculo con convicciones y valores personales.

Como se citó en el grupo de análisis, *“la espiritualidad no ha sido legitimada en este mundo patriarcal. En cada uno de los murales [en referencia a las dinámicas de trabajo de los grupos focales] hay simbología. Eso es parte de un afrontamiento, es cambiar lo intangible, porque lo tangible es difícil. Necesitamos darle una valía grande en las organizaciones que acompañamos”*. En este sentido, algunas participantes criticaron que algunas compañeras feministas no aborden la espiritualidad al vincularla a cuestiones religiosas. Para otras, esta dimensión hace que se pierda racionalidad, aunque la racionalidad sin espiritualidad se considera una herencia patriarcal, donde se jerarquiza el raciocinio, históricamente asociado a la ‘masculinidad’, frente a la espiritualidad, históricamente asociada a la ‘feminidad’.

Por último, cabe destacar la relevancia que tiene para las mujeres defensoras estar acuerpadas: la relación y actuación con las otras ha marcado una de las bases más importantes para su lucha. La construcción de los vínculos amorosos, de solidaridad, de protección, se convierte en el soporte de sus proyectos. El acuerpamiento se construye y se refuerza como una forma de vida: resaltan la fuerza que tiene cuando están con otras mujeres y lo consideran una de las herramientas más poderosas. Señalan la importancia de círculos cercanos entre defensoras, la posibilidad de una presencia más contigua, de un contacto caracterizado también por la vecindad y la confianza. *“Coincidir en ideales, en sueños y sentires ha permitido que la lucha sea más llevadera, que la construcción de un mundo diferente sea posible”*.

Los afrontamientos que se hacen en construcción con otras y otros refuerzan el sentido de vida, las opciones políticas, la elaboración de proyectos que permiten ver opciones de futuro. Las defensoras, sobre todo quienes están involucradas en la defensa del territorio, refuerzan la relevancia de la identidad de la colectividad. Adquieren fuerzas en la unión con otras personas, al sentirse parte de, *acuerpadas* a, además de experimentar una seguridad añadida frente a los riesgos: *“Siempre pensamos en lo colectivo y así también el enemigo va a pensar que no estás sola”*.

Como se comparte en el grupo de análisis, *“buscar el bienestar en medio de la tragedia del país que somos, promover espacios colectivos es una estrategia para enfrentar lo que vivimos. Percibimos acompañadas, la percepción de que no estoy sola en medio de esto es una estrategia sustantiva”*.

Estar al frente de un movimiento implica también un fuerte sentido de comunidad. Observamos cómo, en ciertos casos, la referencialidad a las propias emociones por parte de algunas defensoras se realiza desde lo colectivo: el nosotras o el nosotros, la comunidad, la cooperativa,

Coincidir en ideales, en sueños y sentires ha permitido que la lucha sea más llevadera, que la construcción de un mundo diferente sea posible.

Capítulo V.

Afrontando los impactos

Las mujeres se juntan y se sienten poderosas, se dan fuerza y tienen derecho a la alegría. →

la organización. La individualidad se subsume en el discurso colectivo y representa un desafío enfocar la atención en lo personal.

“Es un proceso a muy largo plazo, las mujeres se juntan y se sienten poderosas, se dan fuerza y tienen derecho a la alegría. En todas las imágenes [en alusión a los murales realizados en los grupos focales] aparece un símbolo de estar juntas, entrelazadas”.

Se puede llegar a interpretar que esta forma de nombrarse conlleva negarse a sí mismas, no se percibe dónde acaba una y empieza la otra, el otro, su cosmovisión o visión política es una forma de concebirse como parte de un cuerpo único. Pero para las defensoras del territorio, en particular para las defensoras indígenas, la comunidad representa su origen y la línea entre lo personal y lo colectivo se desdibuja. La cosmovisión que su pueblo le ha transmitido cobra una importancia tangible.

Esta característica se manifiesta también en el ámbito urbano, en el caso de defensoras que son parte de agrupaciones laborales. Las defensoras que trabajan en espacios colectivos tienen interiorizado una forma de sentido colectivo y esta unidad las fortalece, les brinda un soporte que se percibe.

Esa identidad es individual y a la par colectiva, ya que tiene que ver con el reconocimiento y la legitimidad del lugar que se ocupa en una construcción colectiva: *“yo pertenezco a”, “soy parte de”*. A la vez, el reconocimiento público de su papel en la lucha permite a las defensoras salir del ámbito privado y posicionarse como lideresas, ser un referente para las demás personas.

Ser defensora significa enfrentar diariamente manifestaciones de violencia e injusticia y sus respectivas consecuencias personales, familiares y colectivas. Sin embargo, todas las defensoras reivindican el derecho a la alegría: *“El derecho a ser felices, a exigir justicia, a tener derechos: lo vamos a lograr, tenemos la capacidad de vencer los miedos. De vislumbrar un horizonte”*. Una lucha desde una postura emocional y política: *“El coraje como gasolina, pero el amor como motor”*.

El coraje como gasolina, pero el amor como motor. →



VI. CONCLUSIONES

Iniciamos este trabajo de investigación con algunas certezas y varios retos. Queríamos elaborar un relato en torno a la violencia sociopolítica y patriarcal que viven las mujeres defensoras de derechos humanos en México. Y queríamos construirlo con ellas, con compañeras defensoras de distintos lugares e implicadas en distintas luchas en el país.

Concluido el trabajo de investigación y de elaboración de este documento, miramos atrás para rescatar aprendizajes y conclusiones que nos ayuden a fortalecer nuestros compromisos desde otros enfoques políticos y metodológicos.





El primer reto ha sido poner en diálogo las ‘tres voces’ de las personas con quienes hemos elaborado este documento: la voz de las defensoras desde su experiencia vital y política compartida en los grupos focales; la voz de otras compañeras que, en el grupo de análisis, complementaron, posteriormente y desde distintos enfoques, el relato de las defensoras; y la voz propia de Aluna. Nuestra prioridad ha sido escuchar la vivencia y lectura de las defensoras, lo que nos ha implicado abrirnos a otras formas de interpretar la violencia, enriqueciendo nuestras bases teóricas y experienciales conformadas en años de acompañamiento e investigación.

Aplicar el modelo de Investigación Acción Participativa —una apuesta política de Aluna— ha representado un reto de construcción, deconstrucción y reconstrucción. Un diálogo que no culminó en los grupos focales y de análisis llevados a cabo, sino que se ha mantenido durante la redacción de este documento. Una construcción laboriosa y compleja pero muy rica. Creemos que esta apuesta metodológica ha contribuido también a la apropiación de la investigación por parte de las defensoras.

Integrar en esta lectura diversas dimensiones que condicionan su vida y su labor ha sido complejo. La pertenencia a un pueblo originario, las identidades de género no heteronormativas, la edad, el nivel económico, la estructura familiar y la pertenencia a un entorno rural o urbano se han posicionado como elementos esenciales a la hora de abordar la experiencia de ser defensora de derechos humanos en México. Si bien se han tenido en cuenta estas dimensiones tanto en la decisión de convocar a compañeras con perfiles muy diferentes, de decidir los métodos de trabajo y participación, como en el abordaje de los temas, no siempre se ha podido hacer con la profundidad que merece.

Queda camino por recorrer para alcanzar una comprensión mayor de la repercusión que estas dimensiones tienen en la vivencia de ser mujeres defensoras. Pero seguimos constatando, desde el enfoque psicosocial, cómo la forma en que se viven y se expresan los impactos y afrontamientos de las violencias cambia, y mucho, en función de estas dimensiones. La vivencia del desplazamiento forzado no impacta, no se experimenta ni se afronta igual desde una comunidad indígena que desde un ámbito urbano, siendo una mujer con o sin hijas e hijos, joven o mayor, con recursos económicos o sin ellos. Y así ocurre ante la tortura sexual, la desaparición forzada, la detención arbitraria y otras graves violaciones a derechos humanos.

El mayor reto, sin embargo, ha sido trenzar el enfoque psicosocial —el pilar del trabajo de Aluna— con la perspectiva feminista, dos miradas que condicionan la resignificación y la conceptualización de la violencia, de los impactos y los mecanismos de afrontamiento de las mujeres defensoras. Esta integración no ha estado exenta de tensiones; la principal ha sido

la siguiente: desde los posicionamientos feministas que se han dado en la investigación, el patriarcado sería el paraguas que engloba otras violencias, incluida la violencia sociopolítica, mientras que desde el enfoque psicosocial de Aluna, la violencia sociopolítica sería un vector central atravesado por el patriarcado.

Las tensiones entre ambas miradas, lejos de constituir una traba, nos han permitido identificar convergencias para elaborar un análisis más rico, matizado y apegado a la realidad.

Cada una de las defensoras que ha participado en la construcción de este relato, de este documento, tiene una historia personal distinta que ha marcado su camino hacia el compromiso con la justicia social. Son muy pocas quienes han podido acercarse al activismo sin haber sufrido los estragos más duros de la violencia sociopolítica y patriarcal en carne propia. La mayoría han vivido situaciones victimizantes y han trascendido su propia experiencia, situándola en un contexto caracterizado por violaciones sistémicas a los derechos humanos. Unas y otras comparten una motivación esencial que las ha llevado a convertirse en las defensoras que hoy son: la inconformidad con la injusticia y la empatía con el dolor ajeno. Independientemente de su historia personal, todas ellas han resignificado estas violencias, entendiéndolas como una estrategia de control social y territorial al servicio del Estado o de los poderes fácticos o de ambos en colusión.

La comprensión de las dinámicas de poder que subyacen a la violencia sociopolítica es uno de los elementos fundamentales del proceso de politización que han atravesado las defensoras. Sin embargo, desentrañar las dinámicas de poder que subyacen a la opresión del patriarcado no siempre forma parte de este proceso de politización. La inclusión de la perspectiva feminista se vive de manera diferente entre las compañeras, pero todas ellas identifican la repercusión de la violencia de género en sus experiencias vitales, su actividad y en las luchas en las que están involucradas. En el diálogo con las participantes se ha revelado cómo, a medida que van integrando elementos de la perspectiva feminista, complejizan el análisis de los mecanismos que las reprimen y oprimen y generan herramientas adicionales para afrontar sus impactos.

No todas las defensoras se nombran como feministas, sin embargo, todas reconocen las repercusiones específicas que sufren por ser mujeres defensoras de derechos humanos. Han visto a los perpetradores usar el control de los cuerpos de las mujeres para imponerse y la ‘sexualización’ de la violencia con ellas. También comparten situaciones que ilustran un patriarcado que no culmina en la puerta de las organizaciones. Al interior de las mismas, en los movimientos y colectivos sociales se reproducen expresiones del machismo que repercuten en las relaciones de poder, en el reparto de roles para el ejercicio del activismo, en la legitimación de posturas y





discursos, en el análisis de la violencia, en los mecanismos de afrontamiento y en las posturas sobre el autocuidado.

Desde nuestra experiencia de trabajo psicosocial en Aluna hemos visto, y así corroboramos en esta investigación, cómo los impactos siempre van de la mano de los afrontamientos. Se trata de ámbitos físicos, emocionales, mentales y espirituales que se ponen en marcha a partir de experiencias traumáticas. Una dialéctica entre la interpretación que cada defensora tiene de la realidad, su vivencia personal y colectiva de los impactos, y su respuesta en forma de afrontamientos. Esta dialéctica configura la forma de elaborar los traumas. La interpretación de la realidad, donde juega un papel determinante la apropiación de herramientas psicosociales, políticas y feministas, condiciona su lectura de los impactos y sus maneras de afrontarlos.

En este sentido, la politización es uno de los mecanismos de afrontamiento más empoderantes. Cuando se lleva a cabo en colectivo, cuando se construyen lazos de solidaridad con otras y otros, crecen las posibilidades de afrontar las violencias del contexto en que cada defensora se desenvuelve. La colectividad facilita elaborar su experiencia, dotándola de un sentido ideológico y enmarcándola en la estrategia de represión del Estado y de los poderes fácticos. En colectivo, las defensoras elaboran nuevos recursos para seguir en la lucha, se identifican, retroalimentan y se reconocen como sujetos políticos.

El procesamiento de emociones, el apoyo mutuo, el acuerpamiento y el autocuidado son también un proceso de construcción con otras y otros. Al integrarlos con el compromiso político, las defensoras logran una fortaleza emancipadora, creativa y constructiva que les permite reivindicar otra forma de lucha desde la sororidad y el 'derecho a la alegría'.

Identificar y nombrar los impactos y los modos en que han conseguido afrontarlos y elaborarlos es un logro muy complejo que todas ellas han alcanzado. Han convivido y conviven con el riesgo, con el miedo y con el dolor, pero su capacidad para continuar adelante prevalece. En su discurso y su práctica ocupa más espacio lo que han logrado procesar y alcanzar y su compromiso con los derechos humanos que las experiencias más duras y desalentadoras que han transitado.

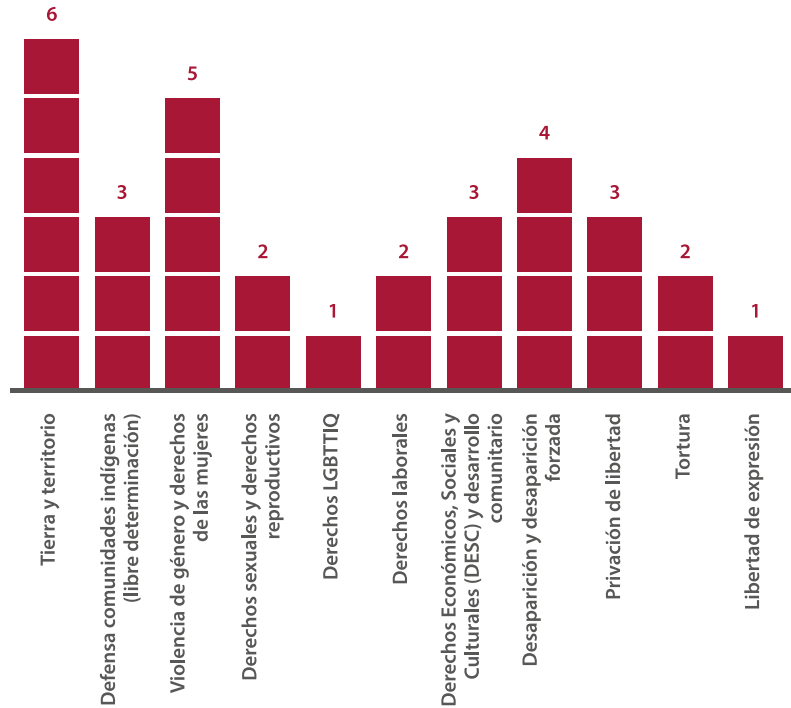
Son mujeres que logran transformar los impactos más brutales de las violencias en 'gasolina' para el cambio, como lo expresó una de ellas. Fuertes, solidarias, comprometidas y con coraje, conscientes de su papel en la construcción de condiciones de vida digna: *"Si no somos nosotras,*

**Si no somos nosotras,
¿quiénes?, si no es
ahora, ¿cuándo?** → *¿quiénes?, si no es ahora, ¿cuándo?"*

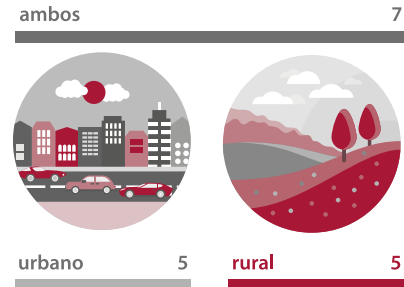
ANEXO

Perfil de las defensoras participantes en los grupos focales

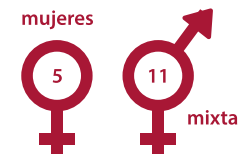
TEMÁTICA DE DEFENSA ¹



CONTEXTO



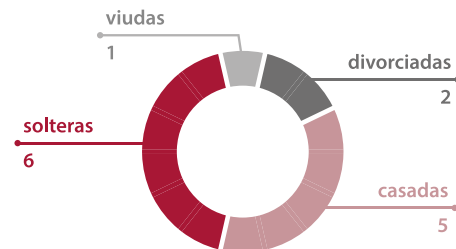
TIPO DE ORGANIZACIÓN Y/O MOVIMIENTO



IDENTIDAD



ESTADO CIVIL *



¹ Unas defensoras abarcan más de una temática de defensa.

* No todas las defensoras contestaron a esta pregunta.

CONDICIÓN
SOCIOECONÓMICA *

0 \$\$\$\$ alta
9 \$\$ media
8 \$ baja

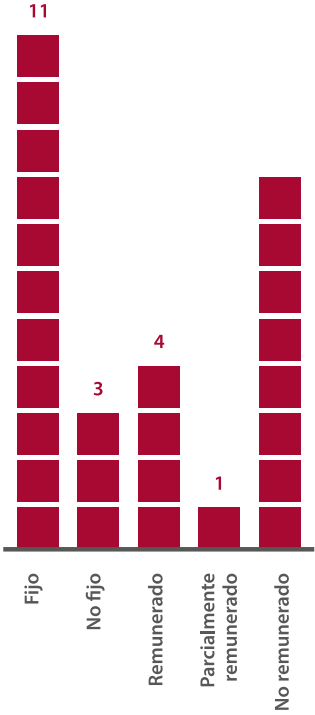
EDUCACIÓN *



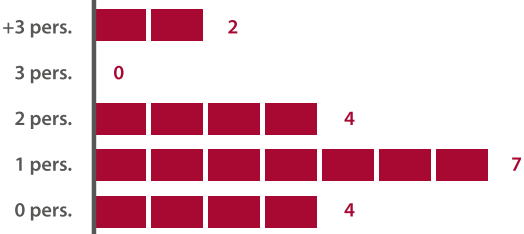
EDAD



CONDICIONES DE TRABAJO *



PERSONAS A CARGO ²



* No todas las defensoras contestaron a esta pregunta.
2 No todas las defensoras especificaron si se trata de hijas o hijos, pareja o padres.

BIBLIOGRAFÍA

Acción Urgente para Defensores de Derechos Humanos, A.C. (ACUDDEH). (2018). *Defender los derechos humanos en México: El sexenio de la impunidad. Informe junio de 2017 a mayo de 2018*. México: Acción Urgente para Defensores de Derechos Humanos, A.C. (ACUDDEH) Disponible en: https://www.comitecerezo.org/IMG/pdf/vdh_7.pdf

ADN Político. (2019). *Al inicio de 2019, México registra a 40,180 personas desaparecidas*. Febrero 18, 2019, de ADN Político. Sitio web: <https://adnpolitico.com/mexico/2019/01/17/al-inicio-de-2019-mexico-registra-a-40-180-personas-desaparecidas>

Ángel. A. (2018). *2018, el año más violento con más de 34 mil homicidios; en diciembre aumentaron 9%*. Febrero 8, 2019, de Animal Político. Sitio web: <https://www.animalpolitico.com/2019/01/2018-violencia-homicidios-delitos-mexico/>

Ángel. A. (2018). *México atraviesa el año más violento del que haya registro con casi 16 mil asesinatos en 2018*. Febrero 8, 2019 de Animal Político. Sitio web: <https://www.animalpolitico.com/2018/07/mexico-violento-asesinatos-2018/>

Animal Político. (2019). *ESCLARECER UN HOMICIDIO EN MÉXICO ES UNA EXCEPCIÓN Y NO LA REGLA: tomaría 124 años resolver los casos impunes*. Febrero 19, 2019, de Animal Político. Sitio web: <https://www.animalpolitico.com/muertos-mexico-homicidios-impunidad/homicidios-impunes-mexico.php>

Aluna Acompañamiento Psicosocial, A.C. (2016). *Claves hacia el acompañamiento psicosocial. Cuadernillo principal*. México: Aluna. Disponible en: https://docs.wixstatic.com/ugd/536db9_4b1749e680c5415c8b32818a75f6effc.pdf

Aluna Acompañamiento Psicosocial, A.C. (2016). *Claves hacia el acompañamiento psicosocial. Desaparición forzada*. México: Aluna. Disponible en: https://docs.wixstatic.com/ugd/536db9_79dca92dadea49f6978559f4e6c6b144.pdf

Aluna Acompañamiento Psicosocial, A.C. (2016). *Claves hacia el acompañamiento psicosocial. Desplazamiento forzado*. México: Aluna. Disponible en: https://docs.wixstatic.com/ugd/536db9_3a6658dd9c6a47999ba9fafe421ea56c.pdf

Aluna Acompañamiento Psicosocial, A.C. (2016). *Claves hacia el acompañamiento psicosocial. Tortura y tortura sexual*. México: Aluna. Disponible en: https://docs.wixstatic.com/ugd/536db9_536319a53229476797d7ece98ad42f3d.pdf

Aluna Acompañamiento Psicosocial, A.C. (2017). *Modelo de acompañamiento psicosocial Aluna*. México: Aluna. Disponible en: https://docs.wixstatic.com/ugd/536db9_a3fd1d7aa2cd46c9a5e3e-5df044e2e08.pdf

Article 19. (2019). *Periodistas asesinados en México, en relación con su labor informativa*. Febrero 28, 2019, de Article 19. Sitio web: <https://articulo19.org/periodistasasesinados/>

Correa, C. (2009). *La impunidad y sus efectos en la sociedad*. Revuelta año 7, núm. 15. Disponible en: https://docs.wixstatic.com/ugd/536db9_396771c900984c44be572eb23d775cb5.pdf

Correa, C. & Facio, A. (coords.). (2018). *¿Cómo enfrentamos el miedo en el contexto actual las defensoras?* CDMX: Aluna Acompañamiento Psicosocial, JASS (Asociadas por lo Justo) Mesoamérica. Disponible en: https://docs.wixstatic.com/ugd/536db9_b0f243eefe5e4b4190fbe1e71424e1f7.pdf

Goldsmith, M. (2002). *Feminismo e investigación social. Nadando en aguas revueltas. Debates en torno a una metodología feminista (45)*, comp. Eli Bartra. México: PUEG-UAM, 1998.

González Núñez D. & Guadalupe Chávez Vargas L. (coords.). *Violencia y Terror, hallazgos sobre fosas clandestinas en México*. México: UIA&CMDPDH. Sitio web: <http://cmdpdh.org/project/violencia-terror-hallazgos-fosas-clandestinas-mexico/>

Grupo Interdisciplinario de Expertos Independientes. (2017). *Informe Ayotzinapa: Investigación y primeras conclusiones de la desaparición y homicidios de los normalistas de Ayotzinapa*. México. Disponible en: <http://centroprodh.org.mx/wp-content/uploads/2017/12/InformeGIElayotzi.pdf>

Iniciativa Mesoamericana de Mujeres Defensoras de Derechos Humanos. (2017). *Cuerpos, territorios y movimientos en resistencia en Mesoamérica. Informe de agresiones a defensoras 2015-2016*. Disponible en: <http://im-defensoras.org/wp-content/uploads/2018/05/INFORME-DE-AGRESIONES-A-DEFENSORAS-2015-2016-FINAL-DEF.pdf>

Iniciativa Mesoamericana de Mujeres Defensoras de Derechos Humanos. (2014). *Travesías para pensar y actuar. Experiencias de autocuidado de defensoras de derechos humanos en Mesoamérica*. Disponible en: <http://im-defensoras.org/wp-content/uploads/2017/02/223570458-TRAVESIAS-PARA-PENSAR-Y-ACTUAR-EXPERIENCIAS-DE-AUTOCUIDADO-DE-DEFENSORAS-DE-DERECHOS-HUMANOS-EN-MESOAMERICA.pdf>

Le Clercq Ortega J. & Rodríguez Sánchez Lara G. (coord.). (2018). *La impunidad subnacional en México y sus dimensiones IGI-MEX 2018*. México: Editorial UDLAP. Disponible en: https://www.udlap.mx/igimex/assets/files/2018/igimex2018_ESP.pdf

Lira, E. (1987). *Psicología del miedo y conducta colectiva en Chile*. Boletín de AVESPO (Asociación Venezolana de Psicología Social) 12.

López M. & Bradley A. (2017). *Haciendo que el Cambio sea una Realidad. Repensando la protección, el poder y los movimientos. Análisis y experiencias desde las defensoras en Mesoamérica*. JASS (Asociadas por lo Justo) Mesoamérica. Disponible en: https://justassociates.org/sites/justassociates.org/files/mch6_repensando_la_proteccion_el_poder_y_los_movimientos_.pdf

Martín Quintana M. (2016). *El enfoque de género en la protección a defensoras de derechos humanos: Las experiencias de México y Honduras*. Honduras, México: JASS (Asociadas por lo justo), Centro por la Justicia y el Derecho Internacional (CEJIL), Protection International (PI). Disponible en: https://justassociates.org/sites/justassociates.org/files/el_enfoque_de_genero_en_la_proteccion_a_defensoras_de_derechos_humanos-las_experiencias_de_mexico_y_honduras_logos_una_pag_interactivo.pdf

Moreno Pestaña J. & Espadas Alcázar M. (2002). *Diccionario crítico de ciencias sociales. Terminología Científico Social*. D. Román Reyes (Dir.). 3ª edición (digital). Madrid: UCM, ucm.es.

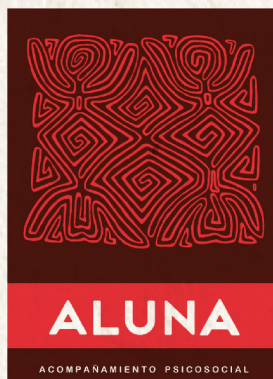
Red Nacional de Defensoras de Derechos Humanos en México. (2017). *Agresiones contra defensoras de derechos humanos en México. Diagnóstico Nacional*. Ciudad de México. Disponible en: http://im-defensoras.org/wp-content/uploads/2017/03/INFORME_interactivo.pdf

Relator Especial de la ONU sobre la situación de los defensores de los derechos humanos, Michel Forst. (2018). *Informe del Relator Especial de la ONU sobre la situación de los defensores de los derechos humanos acerca de su misión a México*. Febrero, 19 2019, de Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos en México. Sitio web: http://www.hchr.org.mx/images/doc_pub/A_HRC_37_51_Add_2_EN.pdf

Richardson, L. (Nov., 1993). *Poetics, Dramatics, and Transgressive Validity: The Case of the Skipped Line*. The Sociological Quarterly, 34-4, 695-710. Disponible en inglés: <http://www.metanoia.ac.uk/media/1528/richardson-l-1993-poetics-dramatics-and-transgressive-validity.pdf>

Sección Española de Reporteros Sin Fronteras. (2019). *INFORME ANUAL 2018 | Reporteros Sin Fronteras alerta sobre la expansión generalizada del odio al periodista*. Febrero 28, 2019, de Reporteros Sin Fronteras. Sitio web: <https://www.rsf-es.org/news/informe-anual-2018-reporteros-sin-fronteras-alerta-sobre-la-expansion-generalizada-del-odio-al-periodista/>

Tribunal Permanente de los Pueblos. (2016). *Juicio al Estado mexicano por la violencia estructural causada por el libre comercio. Audiencia Final del Capítulo México del Tribunal Permanente de los Pueblos: Libre comercio, violencia, impunidad y derechos de los pueblos (12 al 15 de noviembre de 2014)*. México: Editorial Itaca. Disponible en: http://editorialitaca.com.mx/wp-content/uploads/2017/02/JUICIO_AL_ESTADO_MEXICANO_LA_AUDIENCIA_FINAL-TPP.pdf



Brot
für die Welt

20
AÑOS

zfd

Ziviler Friedensdienst
Servicio Civil para la Paz

