

GÉNERO
IGUALDAD
CORRESPONSABILIDAD

Iguals
Diferents
y Complementari@s



GÉNERO IGUALDAD CORRESPONSABILIDAD

Iguals
Diferentes
y Complementari@s



COORDINACIÓN:

Cristina Moreno Vicente y
Esther Basanta Regodesebes

TEXTOS:

Karla Montalvo – Paúl Túquerres

REVISIÓN TEXTOS:

Cristina Moreno Vicente y
Esther Basanta Regodesebes

DIAGRAMACIÓN Y DISEÑO GRÁFICO:

My Sky - Estudio Gráfico y Publicitario
☎ 0987335650

EDICIÓN:

Fundación Humana Pueblo a Pueblo
Ecuador y Fundación Mujeres

FINANCIADO POR:

Xunta de Galicia – Cooperación Galega

Quito Ecuador 2020

PRESENTACIÓN

En el marco del proyecto “Fomentando Iniciativas Productivas con valor agregado para la reducción de la pobreza y la exclusión de las mujeres de la parroquia de Quisapincha, Tungurahua, Ecuador”, la Fundación Humana Pueblo a Pueblo - Ecuador (FHPP-E) y Fundación Mujeres con la cofinanciación de la Xunta de Galicia - Cooperación Galega presenta este material sobre “Género, igualdad y corresponsabilidad”.

Este material está dirigido a hombres y mujeres, quienes han participado en los procesos de sensibilización en temas de género, corresponsabilidad y violencia de género con la intención de promover nuevos modelos de relaciones que generen igualdad, así como favorecer que los hombres asuman nuevas prácticas relacionadas con ejercer su responsabilidad en actividades domésticas y cuidado de sus hijos/as en los hogares, de manera que busquen fórmulas para equilibrar el reparto de responsabilidades entre mujeres y hombres, mejorando las habilidades relacionales y afectivas con sus parejas e hijos/as.

Su objetivo, es proporcionar un material de lectura y consulta que sea útil y de fácil manejo, basado en la cosmovisión andina para contribuir a la reflexión y aprendizaje de nuevas formas de relación y convivencia en el marco del respeto a los derechos humanos y la naturaleza con enfoque de género.

Los temas abordados en este cuadernillo son: las diferencias biológicas, sociales y culturales entre hombres y mujeres, roles y estereotipos, violencia de género y tipos de violencia, equidad e igualdad, derechos humanos, alternativas para incluir el enfoque de género en la familia, espacios educativos y relaciones de pareja.

CONTENIDO

Diferencias y Semejanzas

1 Sección

Roles y Estereotipos

2 Sección

Equidad e Igualdad

3 Sección

Violencia de Género

4 Sección

Integrar el enfoque
de Género

5 Sección

Conclusiones

DIFERENCIAS Y SEMEJANZAS

En esta sección hablaremos de las diferencias y semejanzas entre hombres y mujeres, desde la perspectiva biológica-natural pero también desde la parte social y cultural, para darnos cuenta cómo el entorno va definiendo la forma cómo nos vemos y vemos a las demás personas y cómo nos relacionamos.



¿QUÉ NOS DIFERENCIA BIOLÓGICAMENTE A LOS HOMBRES Y LAS MUJERES?



El sexo, que se refiere a las características físicas o biológicas con las que nacemos hombres o mujeres y nos hacen diferentes.

Los hombres producen testosterona y las mujeres estrógeno principalmente.

Estas hormonas hacen que nuestros cuerpos se desarrollen y funcionen de manera diferente en algunos aspectos.

Al nacer hay una diferencia sexual clara entre hombres y mujeres, son los genitales u órganos sexuales.

Ejemplo: Los hombres tienen pene, es su órgano sexual externo. A diferencia de las mujeres que tienen vulva. Más adelante, a partir de los ocho años de edad, las chicas pueden tener “la regla”, el “periodo” o “menstruación”, lo que significa que cada mes los ovarios sueltan un óvulo, por eso las mujeres sangran durante varios días al mes. Esta es otra diferencia biológica con los hombres, ya que los hombres no tienen vulva, ovarios ni óvulos, sino pene y espermatozoides.



En los hombres, la sangre circula por todo el cuerpo mientras que en las mujeres lo hace en mayor medida por el centro del cuerpo y en el vientre, por eso las manos y los pies de las mujeres se enfrían más que en los hombres.



Los hombres suelen poseer mayor peso, altura, masa muscular y ósea

Las mujeres tienen mayor grasa corporal, en los hombres se suele acumular en la zona abdominal, mientras que en las mujeres en glúteos, pecho, cadera y muslos.



La piel de los hombres es más gruesa y más grasa, como tienen más glándulas sebáceas, tienden a sudar más.

REFLEXIONEMOS!

También hay mujeres grandes y fuertes físicamente.

Las mujeres pueden tener más problemas cardiovasculares, pero son menos propensas a sufrir un infarto, todo depende de la calidad de vida de cada persona.

La grasa corporal se puede controlar con ejercicio y alimentación adecuada.

Mantener la piel sana depende del cuidado y aseo de cada persona.

¿Y QUE PASA CON EL CEREBRO?

Las diferencias no son determinantes, la estructura cerebral va cambiando durante el transcurso de la vida, según nuestras experiencias y aprendizajes que se van adquiriendo.

Además de nuestras posibles capacidades innatas, nuestro desarrollo depende también en gran medida de la educación y el entorno en donde hemos crecido, por ello es importante lograr la igualdad de oportunidades y el aprovechamiento del potencial que tiene cada persona para que pueda lograr sus metas y objetivos.



Independientemente de ser hombre o mujer,
el rendimiento del cuerpo
y la buena salud dependen de:

- Una alimentación equilibrada.
- Descansar bien.
- Evitar el consumo de tabaco, alcohol y otras drogas.
- Hacer deporte y actividades recreativas.
- Mantener nuestras emociones y sentimientos equilibrados.
- Evitar el estrés.
- Realizar chequeos médicos periódicos.

Entre otras cuestiones.



¿Y LAS DIFERENCIAS SOCIALES Y CULTURALES?

GÉNERO: Se refiere a las características culturales o aprendidas sobre cómo deben ser y qué deben hacer las personas por el hecho de ser hombres o mujeres.

Esta diferenciación la aprendemos desde la niñez, en nuestras familias, en la escuela, en la comunidad, en los trabajos etc. Por ello, decimos que se trata de un proceso de "socialización". El género, define comportamientos, actitudes, normas y actividades diferenciadas para el hombre y para la mujer. Esta diferenciación, genera desigualdades y discriminación, porque al hombre se le asocia con el poder y a la mujer con la obediencia.

Cada sociedad es diferente y se va transformando con el tiempo, por tanto, lo que se espera de los hombres y las mujeres es diferente en cada lugar y de acuerdo a la época, por ejemplo:

En la mayoría de sociedades, se construyeron actividades y trabajos, que son considerados como "tradicionales" para hombres y mujeres, y que han ido cambiando con el tiempo.



Socialización de Género

Sección 2

ROLES Y ESTEREOTIPOS

En esta sección hablaremos de los roles y estereotipos que las sociedades asignan tanto a hombres y mujeres y hacen que nos comportemos de una forma determinada. Esto genera desigualdades entre hombres y mujeres que tienen consecuencias en la asignación del valor que les damos a mujeres y a hombres, quedando siempre las mujeres en desventaja cultural, económica y social con respecto a los hombres.

Por ejemplo:

- En nuestras comunidades es común que las **mujeres** elaboren las shigras, se encarguen de las tareas del hogar y del cuidado de los hijos e hijas.
- En nuestras comunidades es común que los **hombres** representen a la familia en las reuniones y eventos importantes, y no se ve muy bien que se encarguen del cuidado de los hijos e hijas.

10



ROLES DE GÉNERO: Las formas en qué la sociedad nos dice cómo debemos actuar, las tareas, actividades y responsabilidades que nos otorgan cómo obligación según seamos hombres o mujeres. Definen la identidad de género masculina o femenina, en función del sexo.

ALGUNAS DIFERENCIAS EN LOS ROLES ASIGNADOS POR SER HOMBRES Y POR SER MUJERES

HOMBRE

- Debe ser fuerte y racional.
- Es de la calle.
- Debe trabajar y proveer para su familia.
- Es cabeza del hogar.
- Debe controlar, tener iniciativa en la relaciones de pareja.
- Es arriesgado.
- Debe ser protector.

MUJER

- Es débil y sensible.
- Es de la casa.
- Es la encargada de la crianza de los hijos/as y de las tareas del hogar.
- Debe ser obediente a su marido.
- Debe ser sumisa y esperar la iniciativa del hombre en la relaciones de pareja.
- Es temerosa.
- Debe ser protegida.

Estas diferencias de roles originan relaciones desiguales de poder, ubicando a las mujeres en una situación de desventaja y a los hombres en una posición de privilegios.

ESTEREOTIPOS DE GÉNERO: El género define unos comportamientos para los hombres y otros comportamientos para las mujeres como modelos a seguir, que reproducen relaciones de poder desiguales. Además, por lo general, se minimiza la importancia de las funciones que realizan las mujeres y se otorgan las funciones y comportamientos que la comunidad considera de mayor valor, a los hombres.

SON COMPORTAMIENTOS APRENDIDOS QUE SE PUEDEN CAMBIAR.

En el cuadro siguiente podemos ver algunos de los estereotipos que aprendemos en este proceso de socialización diferencial.

Estereotipos para Hombres

- Fuertes.
- Valientes.
- No deben llorar.
- Pueden ser agresivos.
- Pueden tomar alcohol y salir con amigos.
- Es aceptado tener varias relaciones amorosas a la vez.
- Deben hacer invitaciones y pagar siempre.
- No importa mucho su apariencia.

Estereotipos para Mujeres

- Débiles.
- Miedosas.
- Lloronas.
- Deben ser sumisas y cordiales.
- Deben permanecer en su casa, hacer las tareas del hogar y cuidar a sus hijos/as.
- Deben respetar a su pareja y no tener otras relaciones amorosas.
- No todas pueden trabajar ni tienen ingresos propios.
- Deben hacerse respetar.
- Deben estar siempre bonitas y bien arregladas.

12

Estas concepciones se van transmitiendo de generación en generación, y van cambiando con el tiempo, por ejemplo, es diferente lo que se esperaba antes de un "padre" o de una "madre" a lo que se espera hoy.

Estos estereotipos son aprendidos, por ello pueden cambiar.

**ES POSIBLE CAMBIAR NUESTRA
MANERA DE PENSAR Y DE VIVIR.**



Y SI UN HOMBRE...



- No es muy fuerte.
- A veces tiene miedo.
- A veces siente ganas de llorar o expresar sus sentimientos.
- Está en contra de la violencia.
- No le gusta tomar alcohol.
- Tiene una relación con una sola mujer.
- No siempre tiene trabajo y comparte con su pareja las tareas de la casa y el cuidado de los hijos/as.
- No siempre tiene para pagar la cuenta, no tiene carro.
- Le importa su aspecto personal.

¿Es un mal hombre por esto?

¿Te gustaría que te juzguen a ti mismo, a tu papá, tu hermano, o a los hombres que amas por esto?

¿Te gustaría que los maltraten, violenten o discriminen por tener o no tener alguna de estas características?

Y SI UNA MUJER...



- Es fuerte física y emocionalmente.
- No demuestra miedo.
- Tiene el carácter fuerte y no le gusta llorar o expresar sus sentimientos.
- No siempre expresa cordialidad.
- No tiene hijos o no le gusta hacer las tareas del hogar.
- Tiene varios amigos.
- Trabaja, tiene ingresos propios, es independiente.
- Paga sus gastos e invita a los hombres.
- No siempre está arreglada, porque no es su estilo o no tiene dinero.
- Tiene un trabajo considerado de "hombres".

¿Es un mala mujer por esto?

14

¿Te gustaría que te juzguen a ti misma, a tu mamá, tu hermana, o a las mujeres que quieres por esto?

¿Te gustaría que las maltraten, violenten o discriminen por tener o no tener alguna de estas características?

Y ENTONCES ...

¿Quién cuida mejor a los hijos/as?



¿Quién es más fuerte físicamente?



¿Quién es mejor conduciendo un vehículo?



¿Quién maneja mejor el lenguaje?

TENEMOS QUE CAMBIAR EL CHIP

¿Quién cuida mejor a los hijos/as?

Soy JUAN, papá soltero, al principio tenía mucho miedo y no estaba seguro de que lo iba a lograr, ha sido difícil, pero ha pasado el tiempo y mi hijo, hija y yo, seguimos creciendo juntos y felices.



¿Quién es más fuerte físicamente?

Soy ALEXANDRA, tengo 39 años y nací en Esmeraldas, puedo levantar 97 kg (130 libras aproximadamente), tengo un récord panamericano en levantamiento de pesas.

¿Quién es mejor conduciendo un vehículo?

SANDRA, si bien se piensa que los hombres manejan mejor, las mujeres tenemos menos multas de tránsito y están menos involucradas en accidentes fatales.



¿Quién maneja mejor el lengua?

Soy Gabriel, tengo un Premio Nobel de Literatura y varios premios internacionales, estudié derecho y luego fui periodista, siempre amé la lectura.



EQUIDAD E IGUALDAD

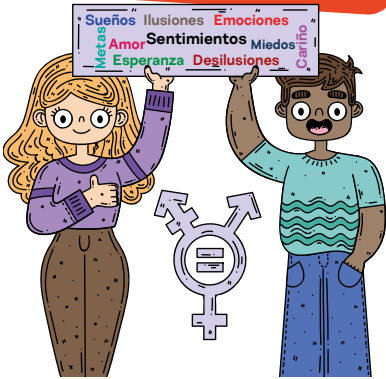
En esta sección veremos necesario asumir el reto de lograr relaciones más equitativas e igualitarias, a través de la construcción de nuevas formas de relacionarse, entendiendo la importancia de tener igualdad en derechos y obligaciones, y el respeto de nuestras diferencias y potencialidades.



Las relaciones equitativas entre hombres y mujeres se refieren a relaciones basadas en el respeto, cuidado, libertad, apoyo, cooperación, igualdad, y que permiten que ambos se desarrollen en todos los ámbitos: educación, salud, recreación, familia, trabajo, entre otros...

Para construir relaciones equitativas se debe entender que:

1 Hay más cosas que nos hacen iguales que diferentes, hombres y mujeres tenemos mucho en común:



2 Por tanto, hombres y mujeres somos iguales en:

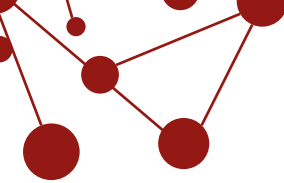


3

Pero también es preciso eliminar:

- ▶ **Prejuicios:** opiniones o ideas preconcebidas, generalmente negativas que tenemos sobre algo o alguien que no conocemos.
- ▶ **Estereotipos:** son ideas o imágenes que tenemos de alguien porque la mayoría piensa que es así.
- ▶ **Roles de género:** actividades que esperamos las realice alguien, solo por el hecho de ser hombre o mujer.

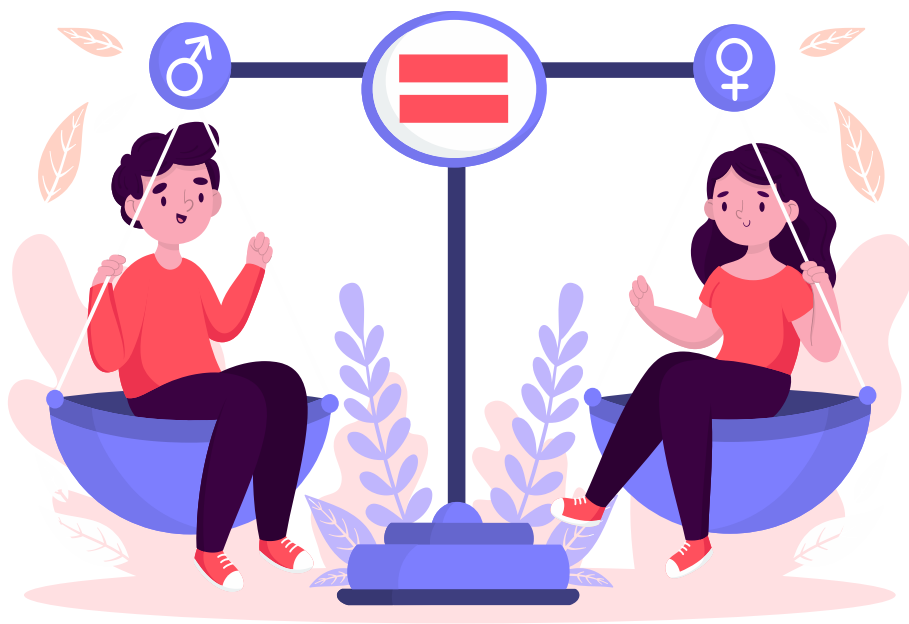




Para esto es necesario promover modelos que generen igualdad, replanteando lo aprendido, trabajando en disminuir la agresividad y expresando los sentimientos, permitiendo mejores formas de entender y valorar a la otra persona.

RECUERDA

Todas las personas tenemos derechos iguales, las mujeres y los hombres debemos tener el mismo valor y gozar de nuestros derechos sin discriminación.



VIOLENCIA DE GÉNERO

En esta sección veremos cómo la violencia amenaza las relaciones familiares, sociales, escolares, etc.

La violencia contra las mujeres, también llamada violencia de género o violencia basada en género, es una vulneración de los derechos de las mujeres, que afecta a diario, a gran parte de adolescentes, mujeres y niñas en el mundo. La Violencia basada en género es la violencia que ejercen los hombres contra las mujeres por el hecho de ser mujeres.

Causas: Las causas de la violencia basada en género son las relaciones desiguales de poder en las que socialmente los hombres aprenden a ejercer control sobre la vida de las mujeres.

Los distintos roles de género y los estereotipos que se basan en ellos provocan distintas expresiones y formas de violencia hacia las mujeres.



TIPOS DE VIOLENCIAS

1

SEXUAL

Violación, Trata, Explotación Sexual, Prostitución, Incesto, Violación, Pornografía Infantil.



2

PSICOLÓGICA

Toda acción que produzca daño emocional, disminución de la autoestima, afectar la honra, generar descrédito, degradar a la persona



3

POLÍTICA

Involucra los diferentes tipos de violencia física, económica, sexual o psicológica que vulnera el derecho de participación política de las mujeres por su condición de género.



4

SIMBÓLICA

Mensajes o símbolos que transmitan o fortalezcan la desigualdad de las mujeres, su exclusión y subordinación.



5

FÍSICA

Toda acción que cause daño físico, dolor, sufrimiento o muerte.



6

ECONÓMICA Y PATRIMONIAL

Control de bienes comunes y dinero en el seno de una pareja, negar la manutención,...



7

ACOSO SEXUAL Y CALLEJERO



CICLO DE LA VIOLENCIA

1. Aparente calma: parece estar todo bien, sin embargo el hombre ejerce control sobre la mujer.

2. Acumulación de tensiones: se dan las discusiones y el hombre acumula enojos, puede gritar, ofender y amenazar a la mujer con agredirla.

3. Explosión violenta o agresión: se da la agresión física contra la mujer ya que el hombre no contiene sus emociones y quiere mantener el control de la situación.

4. Arrepentimiento, culpa y promesas: el hombre se da cuenta que su actuación no es buena y tiene temor de perder a la pareja o de tener problemas con las autoridades y busca el perdón de la mujer, prometiendo cambiar e incluso hacerle creer a ella que es la culpable o que lo hace porque la quiere.

5. Reconciliación o luna de miel: la mujer decide dar la oportunidad al hombre creyendo que cambiará, por presión de las familias y sociedad, o temor a que cumpla las amenazas.



NOTA



STOP

La violencia a todo nivel está sancionada o penalizada por la ley, nadie puede ser víctima de violencia o discriminación, por su condición social, género, orientación sexual, etnia, edad, estado civil, cultura, religión, etc.



INTEGRAR EL ENFOQUE DE GÉNERO

En esta sección propondremos algunas ideas de cómo integrar a las mujeres y las niñas en actividades cotidianas que permitan un cambio paulatino de pensamientos y prácticas hacia relaciones más justas, sanas y libres de violencia.



NIÑOS Y NIÑAS

- Proponer Juegos de familias en donde se ponen de acuerdo para repartirse las tareas de la casa.
- Promover juegos en donde las personas trabajen en profesiones diferentes a los estereotipos: bombera, médica, amo de casa, enfermero, etc.
- Utilizar juguetes neutros, que permitan el desarrollo de la inteligencia, la imaginación y las capacidades evitando reforzar estereotipos.
- Practicar deportes que fomenten la participación igualitaria de niños y niñas.
- Dialogar en la familia sobre los problemas que tienen todos los miembros de la familia.



- Permitir que niños y niñas tengan el mismo acceso a la escuela.
- Reflexionar en las películas el papel de niñas fuertes e inteligentes.
- No limitar a los niños cuando están expresando sus sentimientos; permitir a niñas y niños expresarse en las reuniones de adultos.
- Mostrar biografías de mujeres valerosas para su comunidad.
- Entre otros,...



FAMILIAS

- Repartir las tareas del hogar de acuerdo a la edad y capacidades de sus integrantes.
- Distribuir los recursos económicos de acuerdo a las necesidades de la familia.
- Para los padres, no limitar la expresión de afecto hacia sus hijos, no dejar todo el cuidado solo en la madre o mujeres de la familia.
- Proponer espacios y tiempo en familia, realizando actividades deportivas y recreativas.
- Evitar el consumo de tabaco, alcohol y otras drogas, que pueden ser detonantes de violencia.



- Distribuir espacios para cada actividad, dormir, comer, estudiar,... así como mantener espacios privados para el cuidado y aseo personal.
- Promover la alfabetización en caso de que los padres no sepan leer ni escribir.
- Participación de toda la familia en la toma de decisiones importantes.
- Dejar participar a las mujeres en las asambleas y reuniones comunitarias.
- Entre otros...



LENGUAJE

- Lo que no se nombra no existe, se debe utilizar un lenguaje inclusivo, por ejemplo, “niños y niñas”.
- Evitar lenguaje discriminatorio que promueve la burla hacia algún género.
- Eliminar frases machistas como “juegas como niña” “los niños no lloran” “toma como hombre” “sé una damita”
- Entre otros.



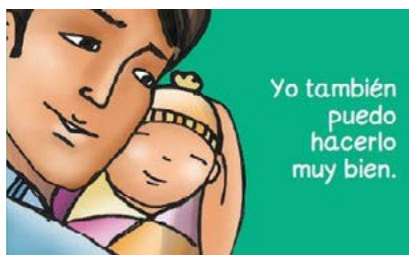
RELACIONES DE PAREJA

Identificar y evitar relaciones violentas que: intentan controlar formas de vestir, pensar, actuar; tratan de cambiar la conducta; critican constantemente, sobre todo en el aspecto físico; obligan a participar en actividades sexuales no consentidas, se burlan; culpan de todo lo que pasa en la relación, han hecho algún daño físico o emocional, aunque luego haya arrepentimiento; hay muchos celos, etc.



CONCLUSIONES

Mujeres y hombres deben involucrarse en la crianza de los hijos/hijas y el cuidado del hogar, no como “ayuda” sino como responsabilidad de todos los integrantes de la familia.



El trabajo del hogar es un trabajo, aunque no sea remunerado debe valorarse mucho.



Mujeres y hombres podemos expresar
nuestros sentimientos sin que nos
juzguen o discriminen por ello.



Mujeres y hombres tenemos derecho a vivir una vida sentimental sana, evitando relaciones violentas, que no nos dejen desarrollarnos plenamente como personas.



Es necesario cambiar el discurso que tenemos, ser consciente de lo que se “enseña” a los hombres y a las mujeres, y darnos cuenta de si lo que vemos o escuchamos reproduce mensajes violentos (música, películas,...)

A cartoon illustration of a man with brown hair and a blue shirt, pointing his right index finger towards a pink sign. The sign contains text in Spanish. The background of the page features abstract purple and blue shapes.

Si ves una mujer sola no le hagas daño, no pongas nada en sus bebidas y si tiene ropa ajustada no significa que quiere estar con un hombre...
cuidate y respeta a los demás.

Y EN EL TRABAJO ...

Hombres y mujeres tenemos los mismos derechos:

- Igualdad de oportunidades para conseguir un empleo.
- Igualdad de remuneración por el mismo trabajo realizado.
- Trato digno libre de discriminación y prejuicios.
- Protección frente al acoso laboral.
- Protección en los periodos de embarazo y lactancia de acuerdo a la Ley, en el caso de las mujeres.
- Entre otros....



La equidad de género es un tema de justicia social que permite el desarrollo de las sociedades.



IMPORTANTE

Las mujeres tienen derecho a tomar sus propias decisiones, lo cual implica que los hombres debemos aprender a respetarlas.

Los conflictos entre las personas pueden solucionarse de manera respetuosa y tomando en cuenta intereses y necesidades de ambas partes.



**GÉNERO
IGUALDAD**
CORRESPONSABILIDAD

Iguals
Diferents
y Complementari@s

GÉNERO IGUALDAD

CORRESPONSABILIDAD

Iguals
Diferentes
y Complementari@s



Esta publicación ha sido realizada con el apoyo financiero de la Xunta de Galicia – Cooperación Galega.

Su contenido es responsabilidad exclusiva de Fundación Humana Pueblo a Pueblo – Ecuador y Fundación Mujeres, y en modo alguno debe considerarse que refleja la posición de la Xunta de Galicia.



XUNTA
DE GALICIA



cooperacióngalega