

# De Mujer



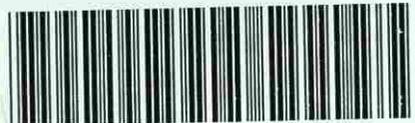
**Elsa Solís**

Serie: los comanches...17

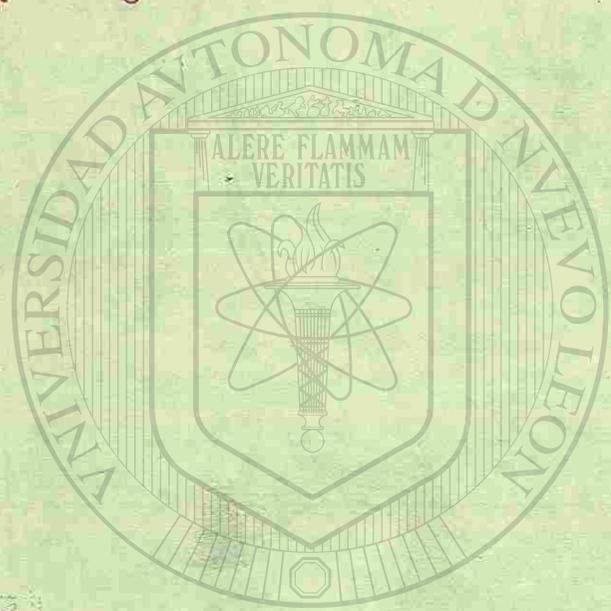
HQ29  
.S64  
2001

HQ29  
.S64  
2001

*Enunciado  
Droga por  
trab 9/8  
Alis*



1020153085



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN  
Secretaría de Extensión y Cultura  
Centro de Información de Historia Regional

## *Se Mujer*

De: Elsa Solís

## *Se Mujer ¿Trampa o Reto?*

Elsa Solís Hinojosa

El 8 de marzo se conmemora el Día Internacional de la Mujer y algo que llama mi atención, y que de hecho me sorprende, fue el saber que algunas mujeres se felicitan. Me pregunto si saben la razón del por qué ese día se ha instituido así.

En 1910 el 8 de marzo, un grupo de obreras que tuvieron el valor de manifestarse para defender sus derechos, fueron despiadadamente quemadas vivas por su atrevimiento, y el recordar la lucha y defensa de estas mujeres por nuestros derechos como seres humanos es lo que da origen a esta celebración.

Entonces, ¿por qué felicitarnos en esta fecha en la que se evoca la agresión que viven aún hoy en día muchas mujeres en el mundo?. Más que celebrar o felicitarnos las invito a reflexionar.

¿Qué es ser mujer? ¿Cuáles son las trampas que siguen aquejándonos?

Somos una generación muy diferente a la de nuestras madres, pero a la vez parecida, vivimos de manera independiente en una época de grandes cambios y conflictos entre la educación conservadora de nuestros padres y la búsqueda de la libertad de una forma de vida personal y sobre todo de nuestra verdadera identidad de género, que es la base de la sexualidad y se entiende como la convicción íntima de

HQ29  
.564  
2001

ser y sentirnos mujeres; del significado que tiene el quiénes somos, cuáles son nuestras potencialidades, necesidades y metas; cómo vivimos y qué significa para nosotras el erotismo, además del desarrollo y el manejo del afecto; cómo amamos y cómo es nuestra relación afectiva con la pareja y los hijos.

En síntesis: nuestra identidad del género es el concepto de uno mismo, que al chocar con las imposiciones y restricciones de roles sexuales rígidos y estereotipados nos empobrece, divide, caricaturiza, impidiendo nuestro pleno desarrollo.

Todavía se nos educa desde la siguiente perspectiva:

**Ser atractiva:** Si lucimos bien y somos buenas nuestra "recompensa" será la aprobación externa que debe ser más importante que la satisfacción interna.

**Ser una dama:** lo que implica que debemos mantener el control. Y el precio que pagamos para lograrlo es reprimir el enojo, subestimar nuestros logros y el no ser competitivas.

**Ser servicial y no egoísta:** una buena mujer vive para dar y darse a los demás por lo que trabaja para el bienestar de los otros por sobre el propio y se siente culpable si se atreve a decir "NO".

**Hacer funcionar las relaciones:** como amamos incondicionalmente, asumimos todas las responsabilidades de nuestras relaciones, cuyo éxito o fracaso dependen de nosotras.



FONDO  
UNIVERSITARIO

Ser competente sin quejarse: hacemos todo y nunca nos vemos agotadas, logramos controlar las situaciones con altas demandas de desempeño.

Nuestro trabajo es desvalorizado, invisible y gratuito.

La principal meta es la reproducción.

Eróticamente debemos atraer, pero no tener iniciativas ni expresión abierta de nuestras necesidades y sentimientos.

Muchas dirán: *"ahora las cosas han cambiado somos profesionistas, laboramos fuera del hogar, ya no solo actuamos en el ámbito familiar"*.

Ciertamente así es en muchos casos, pero... ¿hasta dónde las mujeres nos dejamos atrapar por los nuevos modelos que en el fondo implican la misma trampa de ser perfectas anfitrionas, esposas, madres, profesionistas y de una presencia espectacular?

Demandas, demandas y más demandas para lograr la imagen que la sociedad impone. Parece que no hay salida mientras sigamos llevando dentro la semilla que es necesario desterrar de nuestro corazón: la necesidad de dar gusto a otros, de negar lo que somos, buscando la propia aprobación externa traicionando nuestras más profundas convicciones. ®

En la actualidad muchas mujeres se sienten culpables de seguirse comportando exclusivamente como amas de casa; algunas que trabajan en serio, viven con la culpa de abandono hacia su hogar por no cumplir "como debe ser" con el rol tradicional y otras, están igualmente fuera de su casa realizando

labores altruistas, no remuneradas que, de algún modo, les quita el sentimiento de culpa por su ausencia.

Sin embargo, es en el silencio de las auténticas necesidades, en el que muchas mujeres, basan la estabilidad de sus relaciones, quedando atrapadas en una imagen aparente.

Construyen una forma de ser y luego cuando llega el momento de hablar francamente de lo que realmente les pasa, hay un gran temor de perder a la pareja o de ser rechazadas.

Es momento de reconocer nuestras propias necesidades y aprender a respetarnos, poniendo límites a todo aquel que nos violente, empezando por nuestra propia persona. ¿Por qué no atrevernos a ser protagonistas de nuestra propia vida?. No caigamos en trampas de "ganancias secundarias".

En psicología se le llama así a las "ventajas" que ganamos al actuar de alguna forma, por ejemplo:

- Al no tener el valor de expresar nuestras necesidades y deseos sexuales abierta y directamente buscando a la pareja: obtenemos la "ventaja" de no exponernos al rechazo o de ser calificadas como indecentes.
- El controlar todo y a todos, nos permite ejercer una influencia, a veces no tan sana, en nuestros seres queridos; favoreciendo únicamente a la "seudo-seguridad" de tener poder sobre la vida de los demás, poder que no tenemos en la propia vida.

- Eróticamente, mientras "más puras nos conservemos", podemos aspirar a una "vida matrimonial asegurada" y a ser valoradas por la pareja; aunque "el precio será renunciar a la exploración de la propia sexualidad".

Por todo esto las "ganancias" no necesariamente son "eso", más bien son "grandes pérdidas" de nuestra vivencia de ser mujeres en todos los aspectos y además, "éstas" nos atrapan en un cúmulo de frustraciones.

Por generaciones nos hemos abandonado. Muchas han logrado un reencuentro con su "yo", otras lo intentan día a día; lo que da inicio a un nuevo reto que debemos aprender:

"Ser mejor amiga de sí misma, la única persona de quien dependemos en realidad."

¿Qué es ser mujer?... Tú tienes la respuesta.

¡Atrévete a descubrirte!

¡SE MUJER!



## Cuatro buenas razones para NO

### Divorciarse

Una de las promesas que más se rompen hoy en día es aquella de: "Unidos hasta que la muerte los separe..." Desde la aparición del divorcio, las parejas han encontrado muchísimas razones para disolver sus matrimonios y claro, a veces han sido motivos de peso, pero también en ocasiones, la causa se podía haber solucionado.

Sin embargo, deshacer una unión matrimonial no debe tomarse tan a la ligera, ya que no se trata de un simple contrato, ¡es la propia felicidad la que está en juego!

Cuando una pareja llega al divorcio es porque supuestamente ya agotó todas las alternativas. Pero ¿realmente será así? ¿se usa el divorcio como último recurso?. Abiertamente en muchas ocasiones no, y la prueba es que no son pocos los excónyuges que al pasar el tiempo, ¡se arrepienten de haberse divorciado!



Antes de mandar todo a volar, ¡espera!. En la vida de todo matrimonio hay momentos en que se dice: "¡ya no aguanto más!" y quieres mandar de paseo al marido sin pensarlo dos veces. Pero ¡cuidado!, el divorcio no es un juego y generalmente trae consecuencias nefastas en los hijos, la familia y por supuesto, en uno misma; por ello es importantísimo que antes de hacer nada, analices lo que puede suceder en caso de separación.

Si no estas segura de querer divorciarte y tu mente es un mar de dudas, entonces aún no es el momento de hacerlo y quizás nunca llegue. Realmente hay muchas razones para que sigas unida a ese hombre.

## TÚ

¡Ah claro! ¿quién mejor que tú? la mujer que se casa es por que desea la compañía permanente de un hombre. Es cierto que hay mujeres a las que el matrimonio les da horror (o al menos eso dicen) y que aseguran que jamás en su vida se atarán a un hombre.

Pero también las hay (y creo que la gran mayoría), que sí tienen la ilusión de tener un compañero y formar un hogar con hijos y todo lo que implica.



Así como el trabajo nos permite a las mujeres desarrollar nuestro intelecto y capacidad creativa, el matrimonio nos ayuda a realizarnos como seres humanos al convertirnos en compañeras, en pareja, y por supuesto en madres. Cuando sobreviene el divorcio la mujer suele ser la más afectada. Si tiene hijos, generalmente se queda con ellos, y por lo tanto, tiene que fungir como padre y madre y enfrentar todos los problemas ella sola.

Hay ex-maridos que si procuran tener contacto estrecho con los hijos, pero por lo regular se van distanciando con el tiempo o cuando contraen nuevas nupcias. También la mujer puede volver a casarse, pero es posible que sus amargas experiencias la tengan resentida y desconfiada.

Para las divorciadas sin hijos la cosa es más fácil: al deshacer su matrimonio prácticamente son solteras otra vez. Sin embargo, el vivir un fracaso no es agradable, las preguntas ¿habré fallado yo?, ¿volveré a amar a otro hombre?, etc., atormentan a la mayoría de las "ex".

Todas las vivencias compartidas, los bellos momentos, las fuertes discusiones, las profundas heridas, son recuerdos que no se borrarán de un día para otro y que pueden llevar a la mujer a un estado de depresión.

Naturalmente, esta etapa se supera y el haber fracasado una vez no marcará para toda la vida a una mujer, pero es posible que todos esos problemas puedan evitarse con un poco de paciencia y buen juicio. ¡No hay peor lucha que la que no se hace!.

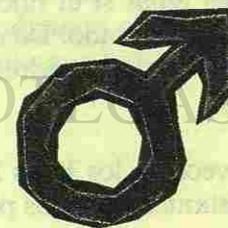
## ÉL

Quizá para la mujer a punto de divorciarse el peor enemigo y el hombre más odioso del mundo sea precisamente del que se va a separar, aquél con el que ha tenido tantos problemas y conflictos que ya no desea vivir más a su lado.

Son pocas las parejas que se separan amistosamente; por lo general los resentimientos y rencores crean un estado de tensión y odio totalmente opuesto al amor y a la pasión que reinó en los primeros meses de casados.

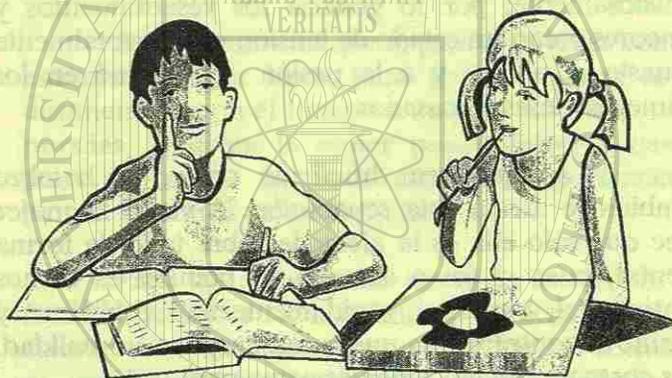
Y aunque sea difícil de creer, al hombre también le afecta ésta separación. A veces la mujer cree que sólo ella es la afectada sobre todo de forma mental, pues al fin y al cabo, el hombre es menos sentimental, superará rápidamente el problema y pronto encontrará una nueva mujer, pero en realidad, ¡las cosas no son tan sencillas como parecen!.

El hombre no es siempre el ser calculador y frío que tomará todo con calma, también siente pánico de quedarse solo ¡La soledad no es exclusiva de la mujer y a él le afecta tanto como a la mujer!.



Así pues, ese hombre a quien dices no querer, puede ser en realidad un ser dolido u orgulloso que actúa a la defensiva y que ha aceptado el divorcio porque no desea ceder. Sin embargo, sería bueno que pensaras también en él, quizá no es tan ogro, ni tan malvado, al fin y al cabo por algo lo elegiste para esposo, ¡dale una segunda oportunidad!

### LOS HIJOS



Los menos culpables y más afectados son los hijos. Por más que se trate de protegerlos y de mantenerlos ajenos al problema, la ausencia del padre o de la madre será muy difícil de llenar.

No importa la edad que los hijos tengan, aunque claro, no es igual si el hijo tiene 5 años a si tiene 28 y está incluso casado. De cualquier forma él sentirá la separación de sus padres y los conflictos que eso trae consigo.

Además, a veces a los hijos les afecta más ver los problemas constantes entre los padres, que verlos

separados. Es cierto, tanto el hombre como la mujer tienen derecho de buscar su felicidad, pero, ¿qué tanto se debe sacrificar a los hijos?

Hay muchos matrimonios que han pasado momentos cruciales, incluso al grado de pensar en la separación, sin embargo ella o él recapacitan tarde o temprano y no actúan por no perjudicar a los hijos. Y por fortuna, en muchos casos las crisis han pasado y la pareja vuelve al equilibrio.

Es entonces cuando se dice que bien vale la pena hacer un esfuerzo por mantener la unión, pues los propios hijos son fruto de ésta, ¡y también pueden ayudar a fortalecerla cuando se debilita!

### UNA SEGUNDA OPORTUNIDAD

Si has pensado en divorciarte, haz una lista de todas las cosas que te orillaron a esa decisión y proponle a él lo mismo, y después haz una lista con todos los aspectos buenos que hay en tu matrimonio o que tal vez hayan desaparecido ya, pero que existan posibilidades de rescatar.

Después analiza ambas listas con objetividad, si la primera es más fuerte, a pesar de tus hijos y de él mismo, entonces continúa; pero si no estas del todo segura, ¡date una segunda oportunidad! Quizá no te arrepientas, recuerda que hay muchas buenas razones para no hacerlo.

## *La Infidelidad*

### *La infección del Matrimonio*

Cuando una pareja decide casarse es porque piensa que va a ser feliz o, al menos, su vida podrá ser mejor que siendo solteros. La mayoría de los hombres y mujeres deciden casarse y prometen ante el altar amarse y guardarse fidelidad por siempre.

Un cónyuge no sólo es amante y compañero, es una persona con quien se pueden compartir alegrías, tristezas, trabajo, amistades, entretenimientos, tareas, relaciones sexuales, hijos, familia... es decir una vida completa.

La fidelidad es el factor principal que refuerza la relación y se ubica entre las características más importantes que se espera cumpla el compañero.

La infidelidad o adulterio está prohibida por las leyes religiosas. Se refiere a la relación sexual entre personas que no están casadas entre sí y cuando al menos unos de los dos miembros se encuentra casado con otra persona.

Las aventuras extramatrimoniales representan lo que se supone no debemos, ni es conveniente hacer, pero una gran cantidad de personas casadas tienen aventuras amorosas fuera de su casa.

Lo contradictorio es que la mayoría de esta gente no las aprueba y dice creer en la monogamia, pero en realidad demuestran que no la practican.



Existen variados criterios respecto al porqué se buscan relaciones fuera del matrimonio; la más generalizada y real es que cuando se "encuentra" una aventura es porque de alguna forma se está buscando. Es un hecho que cuando no se tiene la intención de ser infiel ni siquiera se piensa en eso.

Se cree que las aventuras son simples síntomas de que algo malo ocurre en el matrimonio y aunque lleguen a beneficiar de alguna forma a la persona, jamás van a ayudar en el matrimonio.

Las relaciones extramatrimoniales representan algo así como una infección en el matrimonio, es como si se estuviera enfermo y se necesitara un tratamiento para sanar.

El caso es que la mayoría de las parejas perciben que tiene dificultades y no lo quieren reconocer; justifican de muchas formas el distanciamiento en lugar de poner atención al síntoma y atenderlo. Así son presa de la infidelidad,

causa principal del divorcio.

### ¿CÓMO AFECTA?

Cualquiera que sea la causa de la infidelidad, la relación se ve afectada aunque no sea descubierta, ya que la vida secreta y separada del que está manteniendo el amorío altera la convivencia.

El descubrimiento de un amorío en la pareja provoca un fuerte dolor y desconsuelo similar al que se vive en un duelo.

Al principio se experimenta una conmoción y aturdimiento que pueden durar horas o días; es un impacto que te "saca" del mundo.

Luego sigue una etapa de regresión en la cual la memoria hace que se añore lo perdido. Es la etapa más crucial porque se entremezclan los sentimientos.

Hay emociones que se interlazan. Todo se confunde dentro de sí: coraje, celos, tristeza, temor. Son momentos de negación e incredulidad. Luego se pasa a la desorganización, la desesperación y hasta el abandono personal. Se reconoce que la vida ha cambiado, esto provoca depresión y desinterés hacia la pareja.

La etapa final, la de la reorganización, aunque en ocasiones se alterna con depresión, ya se es más capaz de examinar lo que está pasando para empezar a actuar en la forma de enfrentarlo.

Esto implica dejar de pensar que las cosas volverán a ser como antes, sin embargo, se pueden hacer planes para el futuro, y aunque esto produce serias dificultades, puede imprimir nuevos bríos para seguir adelante.



### ¿SE PUEDE CONTINUAR?

Muchas parejas continúan juntas sabiendo que hay infidelidad, pero lo importante y sano no es seguir bajo el mismo techo pensando que ya pasó y que todo vuelve a la "normalidad". Esto es casi imposible, porque después de un amorío quedan muchas huellas.

Dentro de una terapia conyugal, la infidelidad se trata como una pérdida, porque la antigua relación deja de existir.

Lo principal para volver a empezar es el hecho de que hay que trabajar sobre lo que ha sucedido para recuperar la confianza, el respeto y el amor. En el caso de que estén convencidos de que es imposible seguir unidos, lo más conveniente entonces es trabajar para

terminar la relación de la manera más sana posible.

### *Solo es cuestión de tiempo*

Las mujeres hemos tenido participación en la vida social y económica de los pueblos desde que la especie humana apareció en el mundo. Hace tiempo que han caído los mitos del tamaño del cerebro femenino como signo de inferioridad, de su musculatura débil o de limitaciones intelectuales; a pulso las mujeres nos hemos ganado "los femeninos": ingenieras, médicas, arquitectas, senadoras, diputadas, etc.

Hemos ganado también la reducción de los récords olímpicos y las atletas dicen que sólo es cuestión de tiempo el igualar las marcas masculinas, ya que ellos nos llevan de ventaja algunos siglos de entrenamiento.

Según la revista TIME, los últimos 15 años, las marcas de las mujeres en el maratón han caído un 32%, mientras que en los hombres sólo un 42%, lo cual quiere decir que las mujeres seguiremos abatiendo marcas en mayor medida que los hombres, pues ellos lo harán sólo en milésimas de segundos, mientras las mujeres todavía en minutos y segundos.

La corriente feminista de los años setentas, pugnaba por una competencia con el hombre, para igualarlo en todos los campos; sin embargo, hoy en día las corrientes feministas europeas, norteamericanas, y latinoamericanas aplaudimos las diferencias, estamos seguras que reconociendo nuestras características, podemos lograr todo lo que nos proponemos.

Sabemos también que el hombre sigue siendo 10% más alto, 20% más pesado y 30% más fuerte, pero nosotras somos más resistentes a la fatiga, podemos ocuparnos de varios asuntos al mismo tiempo ya que en nuestro cerebro existen áreas más amplias de neuronas para llevar a cabo la comunicación verbal y otras tareas como la lectura que requiere de la traducción de símbolos visuales a lenguaje.

El desarrollo que hemos tenido en las diversas culturas durante los siglos pasados, no es un estorbo para el reto que se nos presenta, ya que a través de los siglos hemos reunido una sabiduría que mezclada con la educación actual nos permite sobrevivir, proteger y criar a nuestra familia como nunca antes.



Así, hoy en día estamos preparadas para enfrentar los retos del nuevo siglo y milenio y dejar una nueva expectativa en las mujeres que nos precedan.

Sólo es cuestión de tiempo.....

## *Un camino hacia el amor*

En nuestro tiempo hemos confundido lo que significa ser valiente y creemos que "*el valiente*", es el que se aguanta y no llora, el que sabe ocultar o reprimir sus emociones.

La realidad es que la persona que actúa de esta manera tiene miedo de expresarse, teme al rechazo de los demás, a la crítica, a la burla, le preocupa el qué dirán, por lo tanto no quiere parecer débil y vulnerable o bien, experimenta algo más grave; de tanto reprimir y ocultar, ya ni sabe lo que siente y tal vez se acorace de tal manera que ya nada le provoque sentimientos.

Tiene serias consecuencias quedarse con todo adentro, rompiendo con lo que nuestra naturaleza nos demanda: el amor, y amar es compartir, entre otras cosas.

El guardar en nuestro interior las emociones, la ira, el enojo y la tristeza o tantos otros sentimientos; nos provocan que nos enfermemos física y mentalmente, y por consecuencia en nuestras relaciones con los demás.

Cuando se va acumulando miedo en nuestro interior llega el momento en el que se manifiesta como violencia.

Si tan sólo fuésemos humildes para aceptar la vida tal y como es y experimentáramos el gozo que producen algunos sucesos, la enfermedad y la violencia se resolverían... tan fácil.

La belleza de la vida sería alimento y resistiríamos mejor las situaciones dolorosas y si aún ésta no sólo las sintiéramos, sino la lloráramos con valor, con honestidad, mostrándonos al mundo tal como somos; elevaríamos nuestra autoestima.



El ser persona valiente, y no depender de la aprobación externa, tiene su recompensa y atrae a otras personas que no les da miedo la expresión de sus sentimientos y emociones.

La inteligencia amorosa del universo nunca es indiferente al llanto del corazón humano; a lo que es sumamente indiferente es al llanto del coraje o de la angustia y desesperación.

Atrévete a sentir, a expresar y a llorar si fuera necesario... la recompensa es salud, paz, consuelo y sobre todo, el ser valiente.

Entonces, hallarás el camino hacia el verdadero amor.

## *La Mujer frente a una Sociedad Discriminante*

Muchas veces ser mujer resulta una experiencia dolorosa. Si nos acercamos a las estadísticas podemos ver que, en relación con los hombres, nosotras tenemos menores oportunidades educativas y laborales, sueldos más reducidos y mayores índices de pobreza y desnutrición; además en nosotras recae con mayor fuerza la violencia intrafamiliar y el hostigamiento sexual.

Ciertamente la sociedad no es igualitaria y difícilmente acepta la diferencia.

El famoso "techo de cristal" que está ahí, actuando de manera invisible o encubierta, actúa como limitante para el desarrollo de la mayoría de las mujeres mexicanas. Al ser transparente, a la vez que pasa desapercibido, permite ver las oportunidades que se tienen más allá de los límites, pero cuando una mujer llega a él puede darse cuenta de que sus posibilidades si tienen un tope, simplemente por el hecho de pertenecer al género femenino. Es importante mencionar que ese "techo simbólico" presenta diversas alturas según la clase social, la raza, la educación, la cultura que se tenga o el aspecto físico.

En el plano simbólico, para muchas mujeres se convierte en exigencia cumplir con los estándares de belleza y de perfección de sus cuerpos. No me refiero al deseo de arreglarnos, vernos bien, agradarnos físicamente y conservar nuestro físico sino más bien al de caer en la trampa de seguir modelos impuestos, interiorizarlos gracias a la acción incisiva de los medios de comunicación, causando fuertes presiones a un gran número de mujeres al provocarles una eterna insatisfacción de imagen física.

Además de lo anterior, es importante reconocer que también existen obstáculos internos. Muchos se relacionan con aquellos que se ponen día a día y sin intención alguna, los familiares más cercanos.

Por lo general, quien se encarga del bienestar y desarrollo de las niñas y jóvenes son mujeres: madres, hermanas, amigas, maestras. Claro que a todas ellas les da miedo pensar que su hija, hermana, amiga, alumna tiene derecho a ser independiente y a construir por ella misma su vida en los múltiples aspectos que la conforman.

Este temor se incrementa aún más si las consideramos frágiles, delicadas, incapaces, dependientes, vulnerables y si les damos un trato que responde a estas características, porque entonces estamos cooperando en la edificación de obstáculos internos que, ciertamente van a impedir su desarrollo pleno.

En México las mujeres enfrentamos un reto: el de ser mujeres. Marginación que tenemos que encarar con valentía. Por ello es importante proporcionar a las pequeñas las bases que favorezcan la independencia y

los medios que permitan explorar y desarrollar su vocación, igualmente importante es el desarrollo de su vida afectiva y de su sexualidad, aspectos que nos resultan un tanto conflictivos.

En todos esos ámbitos deben explorar sus talentos y fortalezas personales, así como sus limitaciones.

Hasta hace poco, las mujeres éramos prácticamente invisibles para la sociedad, por ello los modelos de desarrollo pleno eran escasos, o bien estaban escondidos. Hoy en día, esta situación empieza a transformarse. Hay un gran número de mujeres, que han podido demostrar a la sociedad que ellas son inteligentes, atractivas y exitosas. Ellas son una muestra de que es posible construir una vida satisfactoria en todos los sentidos.

Estos modelos son muy importantes, sobre todo para las adolescentes. El conocer estas historias puede llegar a dejar una profunda huella en las decisiones que ellas tomen en su futuro para construir sus vidas. Estas mujeres que han superado al "techo de cristal" son un testimonio vivo, han logrado tener alternativas profesionales, relaciones afectivas y estilos de vida que les permiten ser felices.

Claro que no hay un solo camino para lograrlo, cada una ha construido el suyo. Algunas decidieron casarse, otra permanecer solteras, unas tener hijos o adoptarlos, otras no tenerlos, unas trabajan en el activismo político, en el arte, el derecho, las humanidades, la ciencia, los medios de comunicación o el deporte y otras han entrado al mundo de los negocios.

No se puede negar que, para ellas, las barreras y los obstáculos han sido muchos, pero su ejemplo demuestra que han logrado hacer realidad aquello que primero fue sólo un sueño, y que muchas veces, encontró resistencia en seres cercanos.

En la mayoría de las historias de estas mujeres podemos constatar que detrás de las fortalezas que tienen para enfrentar la vida hay una mujer. Una madre, una abuela, una tía, una amiga, una maestra que confió en ellas, que les ayudó a crear una autoestima positiva, las empujó a tomar decisiones, les dijo que a pesar de todo, la vida vale la pena.

Al darles la posibilidad de aceptarse les dieron herramientas para ganar batallas y pensar que ellas tienen la capacidad para construir su vida. A partir de esto, han tenido que trabajar intensamente para, primero definir con claridad sus límites y posibilidades, y luego, reconocer sus deficiencias y talentos.

Después de conocerse, cuestión que no siempre es fácil ya que conlleva procesos dolorosos, ellas han establecido metas para lograr alcanzar aquello que quieren hacer en esta vida para después usar su creatividad, inteligencia, capacidades y talentos personales para superar los obstáculos y demostrarse a sí mismas que sí pueden.



Todo lo anterior, efectivamente trae consigo exigencias muy fuertes e implica tomar en sus manos grandes responsabilidades, pero también brinda muchas satisfacciones. La mayoría de estas mujeres demuestran que han podido hacerse cargo de su vida, en algunos casos solas, en otros con ayuda, pero siempre llevando las riendas.

Ellas están contentas con sus logros. Se trata de una alegría compartida con aquellas mujeres que desde su nacimiento o en alguna otra etapa de su vida, les ayudaron a construir fortalezas, les enseñaron a vivir y aceptarse, les dieron herramientas para establecer metas personales y tener el tesón para perseguirlas confiando en su valentía para retarse constantemente a sí mismas y a la sociedad entera.

Ciertamente, al penetrar en las vidas de éstas mujeres podemos constatar que son un modelo para todas, porque ellas han podido entretejer el valor, la decisión y el trabajo constante con la posibilidad de disfrutar y desarrollarse dentro de la opción de vida que ellas mismas eligieron.

Sentirse activas, útiles e independientes les ha permitido encontrar su lugar en el mundo, y esto es muy satisfactorio. Ellas pueden gritar a los cuatro vientos que están orgullosas de sí mismas, ya que han podido enfrentar el reto que su condición personal les impone: SER MUJER.

## *Victimas Mudas*

El abuso sexual contra la mujer es uno de los problemas sociales más graves: de acuerdo con la Organización de las Naciones Unidas, una de cada seis mujeres en países industrializados lo sufre, mientras que en México, este tipo de delito ocurre en promedio, 82 veces al día.

La violencia sexual ha acompañado a la mujer a lo largo de la historia; sin embargo, no es hasta el siglo XX cuando sus gritos (que generalmente quedaron y muchas veces todavía quedan en el silencio) han sido escuchados, lo que ha contribuido a que la lucha por sus derechos prospere año con año.

La violación definida de manera general como la agresión sexual con penetración vaginal sin consentimiento mutuo, es el más conocido de los delitos sexuales, pero no el único: la mutilación vaginal, el sexo oral y anal por la fuerza, el acoso u hostigamiento sexual y la prostitución infantil también atentan contra la libertad de decisión que tienen todos los seres humanos sobre su cuerpo.



## ROMPER EL SILENCIO

Existen diversos mitos en torno a la violación de la mujer:

- Se viste de forma provocativa para excitar al hombre.
- En el fondo desea ser atacada sexualmente.
- Después de ser violada, no tiene el mismo valor.

Estos prejuicios provocan en las víctimas mayor inseguridad y son parte de uno de los problemas más graves de este delito: EL SILENCIO...

Según el Consejo Nacional de Población (CONAPO), sólo una de cada diez violaciones es denunciada ante la ley. De acuerdo con el grupo de Atención a Víctimas de Delitos, una de las principales causas por las que las mujeres no denuncian el delito es por "el contexto social, en el que se estigmatiza y señala a una mujer que ha sido violada", lo cual provoca ser calificada como alguien "que ya carece de valor".



Por tal motivo, la víctima siente miedo de una ruptura con la pareja y prefiere quedarse en silencio, guardando en su interior esta desagradable y penosa experiencia, ya que según ellas: "muchos hombres sienten que ya no es lo mismo, que a lo mejor debieron haberse resistido", por lo cual la mayoría de estas víctimas prefieren ocultarlo a su familia, a sus padres, o a su pareja.

De este modo, se están privando no sólo de la posibilidad de que el culpable sea juzgado, sino también de recibir la atención médica y psicológica adecuada que les permita superar, en gran medida, esta experiencia traumática. Las terapias actuales buscan que la mujer "deje de ser vulnerable, que sienta y piense que vale mucho y que lo sucedido no puede destruirla ni degradarla como persona, procedimiento psicológico y social llamado empoderar a la mujer".

Aunque nunca olvidará lo sucedido, podrá fortalecerse; así mismo, la recuperación dependerá del tipo de "intervención terapéutica, de su historia personal y de las redes sociales- apoyo familiar y de la gente que la rodea"; además de la lucha de distintas organizaciones no gubernamentales e instituciones nacionales e internacionales que con sus programas e investigaciones contribuyan a que la batalla contra ese fenómeno dé resultados positivos. ®

## LEYES MÁS JUSTAS

De acuerdo con la página web del Centro Internacional de Investigación sobre la Mujer "en muchos países la violación es considerada como un crimen contra las costumbres, no contra la persona",

de ahí que la legislación sea deficiente, pues *"la meta de la ley es proteger las buenas costumbres y no a la persona que es violada"*.

En naciones como Guatemala, los delitos sexuales sólo pueden ser sometidos contra "mujeres honestas", lo cual excluye a quien ejerce la prostitución. En México se han logrado avances significativos: desde 1975 se han hecho 15 modificaciones a la legislación de éste delito y el 1º de octubre de 1999 se modificó el Código Penal y el Código de Procedimientos Penales "con el fin de enfatizar los derechos que tienen las víctimas".

Otro paso importante fue el que se dio en diciembre de 1997, cuando gracias a una Alianza de Mujeres en el Congreso y a distintas asociaciones civiles, se logró que el abuso sexual dentro del matrimonio -incluyendo el fenómeno celotipia (sometimiento excesivo de celos)- sea considerado como un crimen grave, algo urgente y necesario.

Según datos de la ONU, de entre el 16 y el 52% de los ataques sexuales a mujeres, el violador es la pareja; además de acuerdo con cifras de la Asociación Civil PROMUJER, el 30% de las esposas son forzadas por sus maridos a tener relaciones sexuales. Sin embargo, a pesar de las modificaciones, la impartición de justicia es deficiente.

#### FUERA ESTEREOTIPOS

La supuesta inferioridad de las mujeres es una idea a la que nosotras mismas hemos contribuido a través de la educación materna transmitida de

generación en generación. Instituciones como el matrimonio y la familia deben ser replanteados.

Urge alejarse de los estereotipos establecidos por el sexo masculino en lo que a lo religioso, sexual y social se refiere. Abusos como la violación -y el estigma que implica- podrán ser combatidos en la medida en que las organizaciones y la sociedad participen y tomen conciencia de las causas y consecuencias de este delito, pero sobre todo si nosotras las mujeres asumimos nuestras capacidades y derechos.

UANL

ÓNOMA DE NUEVO LEÓN

DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS



## Serie: Los Comanches...

1. Al rescate del Ojo de Agua de "La Peña".  
De: Raúl Rubio Cano
2. Luchas obreras en plena Revolución.  
De: Mario Treviño
3. Reyes S. Tamez Guerra.  
De: Héctor Jaime Treviño Villarreal
4. Nuevoleoneses en los Gabinetes Presidenciales.  
De: Héctor Jaime Treviño Villarreal
5. Capitán José de Treviño Ayala.  
De: Juan Ramón Garza Guajardo
6. De cabritos y uno que otro cabrón.  
De: Héctor Jaime Treviño Villarreal
7. En la esquina.  
De: Raúl Martínez Salazar
8. Inquietudes independientes e Insurrección en el Nuevo Reino de León.  
De: Mario Treviño
9. Juan Candelario de la Cruz, indio insurgente.  
De: Mario Treviño
10. Cronología de la invasión norteamericana a Monterrey, 1846 - 1848.  
De: Raúl Martínez Salazar
11. Desiderio Cantú Leal, Fundador de Gral. Bravo, N.L.  
De: José Guadalupe Hinojosa
12. En torno a la pastorela.  
De: Francisco Javier Alvarado.
13. La Molienda, tradición que se extingue...  
De: Carlos Torres
14. Trapiches que los años se llevaron.  
De: Gregorio Rodríguez
15. Gral. Escobedo, N.L., apuntes geográficos.  
De: Timoteo L. Hernández
16. Catecismo de Gral. Escobedo.  
De: Juan Ramón Garza Guajardo
17. Se Mujer.  
De: Elsa Solís



Hacienda San Pedro, Gral. Zuazua, N. L.,  
8 de marzo de 2001.