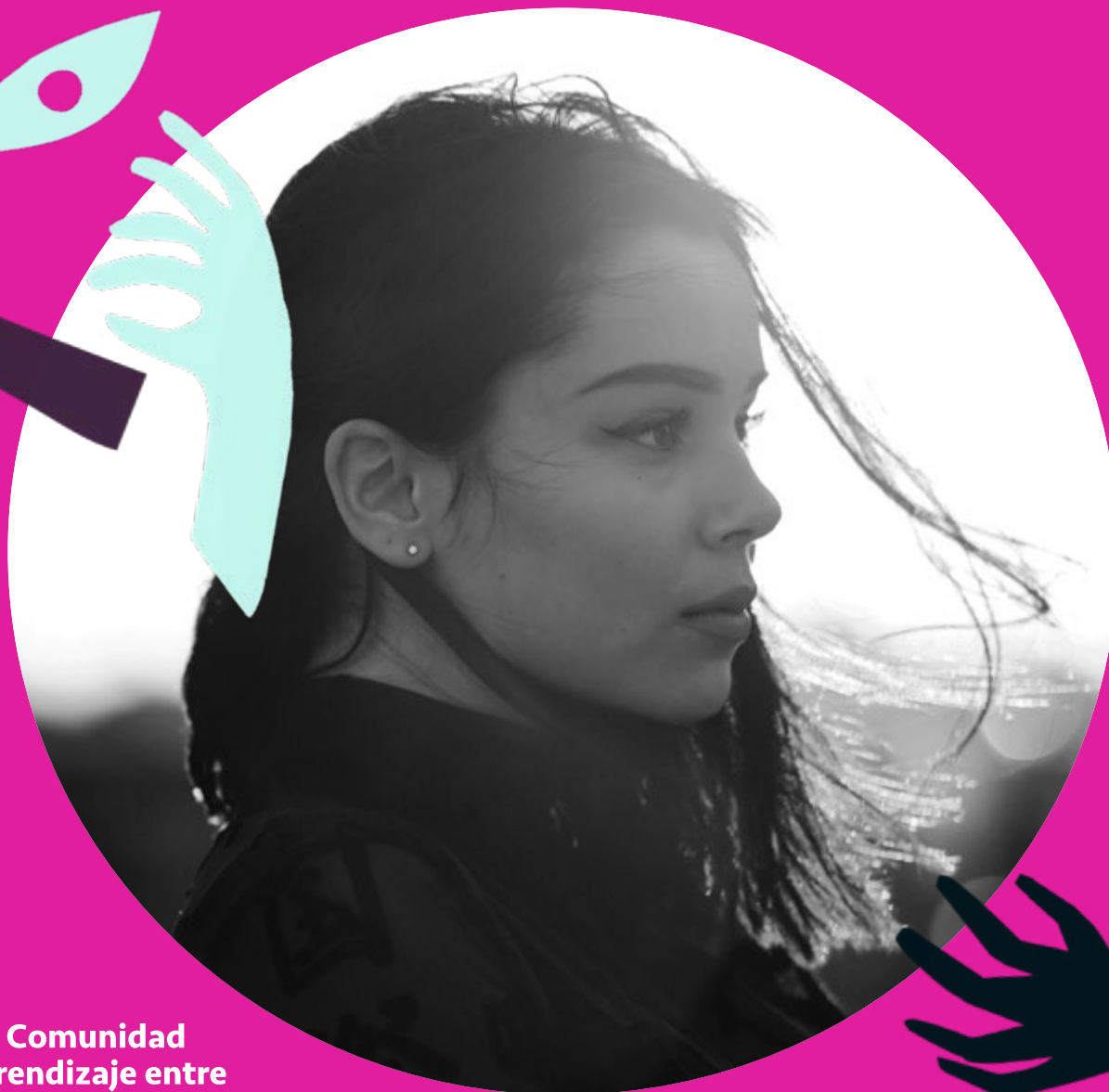


# Visibilidad y derechos para todas

No. 3 • Febrero 2024

Hecho posible gracias al apoyo del Fondo de las Naciones Unidas para la Democracia



Por la Comunidad de aprendizaje entre mujeres con discapacidad y aliadas



**Sobre Documenta:**

Es una organización de la sociedad civil que nació hace más de una década con el propósito de transformar a México amplificando la voz de las víctimas de discriminación y violaciones a derechos humanos y proponiendo políticas y prácticas a los poderes públicos para que las personas y comunidades accedan a la justicia y ejerzan sus libertades en condiciones de igualdad.

**Sobre La comunidad de aprendizaje entre mujeres con discapacidad y aliadas:**

Sobre La comunidad de aprendizaje entre mujeres con discapacidad y aliadas: Es un espacio de colaboración entre pares y una plataforma de generación de redes donde se comparten conocimientos sobre discapacidad y género desde un enfoque interseccional y de derechos humanos, se fortalecen las habilidades de incidencia para el cambio social y se incentiva la participación en la esfera pública para la exigencia de los derechos de las mujeres con discapacidad.

**Sobre esta revista:**

Sobre esta revista: La revista colaborativa digital Visibilidad y Derechos para todas es un proyecto semestral de la Comunidad de aprendizaje entre mujeres con discapacidad y aliadas que busca ser un punto de encuentro para mujeres con discapacidad en el que puedan compartir sus trabajos, reflexiones e historias de vida.

Es un espacio de escucha para el resto de la sociedad de lo que tienen que decir las mujeres con discapacidad a través de su propia voz.

¡Bienvenida a este tercer número!





## Equipo editorial:

### Contenidos:

Cecilia Herrera  
Colectiva Nuestros Derechos en Foco  
Eleni Gamboa  
Estefanía Salgado Silva  
Fátima Itzayana Reyes Osorio  
Greis Cárdenas  
Itzel Moreno Vite  
Sara Marquez  
Trini Ibarra

### Edición:

Fátima Reyes  
Nelly García

### Ilustraciones:

Celina Huús (IG: @celyhuus)  
Vika Álvarez (IG: @museodesam)  
Sofía Weidner (IG: @sofiaweidner)

### Diseño:

Mara Hernández

Febrero 2024

# Índice:

Recordar también es político  
Memorias del segundo encuentro internacional entre mujeres con  
discapacidad y aliadas \_\_\_\_\_ 04

¡La participación es clave! \_\_\_\_\_ 10

Educación Sexual Anticapacitista \_\_\_\_\_ 12

¡Aún tenemos mucho que decir!  
Importancia del podcast Nosotras también contamos + ilustraciones \_\_\_\_\_ 18

Narrativas desde el malestar, Psicoterapia Punk el Podcast \_\_\_\_\_ 34

¿Por qué hay tan pocas personas con discapacidad en la universidad? \_\_\_\_\_ 38

# Recordar también es político

## Memorias del Segundo Encuentro Internacional de Mujeres con Discapacidad: incidir en colectiva

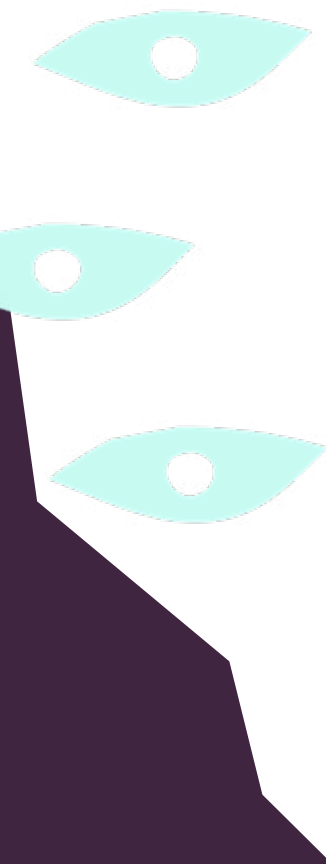
Por **Fátima Itzayana Reyes Osorio**

Colaboradora en el Programa Discapacidad y Justicia de Documenta A.C.

Desde 2021, Documenta impulsa la Comunidad de Aprendizaje entre mujeres con discapacidad y aliadas, un espacio a nivel nacional en donde compartimos conocimientos sobre derechos humanos, género y discapacidad, nos acompañamos para fortalecer liderazgos, potenciar habilidades de incidencia y generar alianzas. En este tiempo de trabajo, desde la Comunidad de Aprendizaje hemos desarrollado diversas acciones y productos de difusión que posicionan a mujeres que viven y conviven con la discapacidad como expertas y especialistas en diferentes temas.

De esta manera y gracias a todo el trabajo colectivo, realizamos el Segundo Encuentro Internacional entre Mujeres con Discapacidad: Incidir en Colectiva, que tuvo lugar en la ciudad de Chihuahua del 8 al 10 de noviembre de 2023. Nuestro objetivo fue resaltar la importancia de incorporar las perspectivas de género y de discapacidad en la agenda pública para la promoción de los derechos de las mujeres. Lo logramos a través de tres vías: posicionamiento de mujeres con discapacidad y aliadas como especialistas en diferentes disciplinas, exposición de proyectos de incidencia y generación de alianzas entre pares y con actores clave a nivel local.

Este segundo encuentro reunió a mujeres con discapacidad orgánica, física, visual, psicosocial, auditiva, enfermas crónicas y sin discapacidad de diferentes contextos y entidades del país como Chiapas, Chihuahua, Ciudad de México, Coahuila, Durango, Estado de México, Jalisco, Michoacán, Morelos, Puebla, Veracruz y Yucatán. Además, de





manera virtual asistieron las compañeras de la Colectiva Nuestros Derechos en Foco (Argentina) y de la organización Mujeres con Capacidad de Soñar a Colores (Guatemala).

Fueron tres días de aprendizajes, reflexiones y trabajo colectivo, en los que también hubo risas, complicidades y muchísimas demostraciones de apoyo. Durante estas jornadas de trabajo se compartieron experiencias y herramientas de incidencia a nivel nacional e internacional, se generaron espacios para reflexionar y problematizar el contexto de las mujeres con discapacidad y su acceso a derechos desde experiencias situadas, se presentaron proyectos de incidencia a nivel local, se generaron alianzas con actores clave y de manera





colectiva se construyó un documento con directrices para integrar las perspectivas de género y de discapacidad en la agenda pública.

El Encuentro fue una plataforma para posicionar diferentes temas, como el reconocimiento pleno de la capacidad jurídica para todas las personas, la importancia de la Educación Sexual Integral (ESI) desde un enfoque anticapacitista, la urgencia de reconocer el desproporcionado impacto de la violencia médica contra las mujeres con discapacidad o con enfermedades crónicas, la necesidad de contrarrestar la privación lingüística a través del reconocimiento de la Lengua de Señas Mexicana y la Lengua de Señas Maya Yucateca como derechos lingüísticos, la relevancia de crear condiciones materiales para que más mujeres con discapacidad accedan a la educación inclusiva y a empleos libres de discriminación por razón de género y de discapacidad. Para conocer más de estos temas y otros que se abordaron, puedes consultar las transmisiones en vivo aquí.

Entre los actores clave de diferentes ámbitos que asistieron al Encuentro se encuentran la Comisión Estatal de Derechos Humanos de Chihuahua, el Consejo Coordinador de Mujeres Empresarias Capítulo Chihuahua, FECHAC, la Secretaría del Trabajo y Previsión Social, la Secretaría de Educación y Deporte, la Secretaría de Cultura, la Unidad de Igualdad de Género del Congreso Estatal, el Instituto Municipal de las Mujeres y diferentes



organizaciones civiles como la Red de Discapacidad, Mujeres por México en Chihuahua A.C., Fundación Alma Aguirre, entre otras, a quienes se les invitó a involucrarse en la lucha por los derechos de las mujeres con discapacidad en su labor cotidiana.

Este Segundo Encuentro reunió a mujeres con discapacidad y aliadas de diferentes contextos y latitudes del país. La participación de todas fue valiosa y esencial, cada una con conocimientos, experiencias, posicionamientos y demandas diversas, pero con un objetivo en común: visibilizar la violencia estructural que predomina y exigir mejores condiciones de vida para todas. En Chihuahua, demostramos que la diversidad es esencial para contruir sociedades más justas, fortalecer el trabajo colectivo y descentralizar las acciones de incidencia.

Por mucho tiempo nos quisieron hacer creer que vamos solas contra el mundo, que no necesitamos a nadie más y que tenemos que competir entre nosotras, pero en este tiempo hemos aprendido que hay mil posibilidades de estar y acompañar en la lucha, que crear comunidad es importante, que mantener espacios seguros y accesibles es fundamental, que el cuidado colectivo es esencial, que todas tenemos aportes significativos y que la complicidad es poderosa.



Muchas gracias a todas quienes hicimos posible este Segundo Encuentro Internacional de Mujeres con Discapacidad: incidir en colectiva.

- Cecilia Herrera
- Dámaris Martínez
- Daniela Herrera
- Diana Vite
- Dora Vitela
- Dulce Ciceña
- Edna Harmon
- Eleni Gamboa
- Elizabeth Pérez
- Jaqueline Góngora
- Johcely Espinoza
- Karen Lozano
- Laura Espinola
- Lillian Dávila
- Lorena Velázquez
- María del Carmen Márquez
- María Guadalupe Castro
- Mariana Martínez
- Mirza Valadez
- Rosa María Lechuga
- Samantha Sáenz
- Sara Márquez
- Selene Mendoza
- Verónica Escutia

Organizaciones, colectivas y servicios de y para mujeres con discapacidad presentes: [Amor Sin Fronteras A.C.](#), [Casa de Apoyo Johcie](#), [CiBi Traslado de Personas en Silla de Ruedas Chihuahua](#), [Colectiva Nuestros Derechos en Foco \(Argentina\)](#), Colectivo Xinachtli, [Femidiscas MX](#), [Fundación para la Inclusión y Desarrollo de Personas con Discapacidad A.C.](#), [Mujeres con Capacidad de Soñar a Colores \(Guatemala\)](#), [Por el derecho a existir](#), [Talentos de Mujer A.C.](#) y [Viva LBTA Sorda](#).





# ¡La participación es clave!

Da click sobre los videos para conocer algunas reflexiones en relación a la importancia de la participación y las necesidades y ajustes que se requieren para que ésta sea en igualdad de condiciones para las mujeres con discapacidad.

¿Por qué es importante la participación de las mujeres en la sociedad?





¿Qué se necesita para que esto suceda?

¿Qué se necesita para que las mujeres con discapacidad participen de manera más activa?

▶ REPRODUCIR



# Educación Sexual Anticapacitista

## Colectiva Nuestros Derechos en Foco (Argentina)

Somos la "Colectiva Nuestros Derechos en Foco" (IG: @colectiva.ndf / web: [www.nuestrosderechosenfoco.com.ar](http://www.nuestrosderechosenfoco.com.ar)), integrada mayormente por mujeres con discapacidad. Trabajamos generando distintas acciones para que gobiernos locales y organizaciones integren nuestras experiencias y perspectivas en sus proyectos y políticas.



Durante el primer semestre de este año, con el apoyo Amnistía Internacional, en el marco de la "Campaña ESI Igualdad" desarrollamos "ESI Anticapacitista": Aportes y herramientas para docentes desde una perspectiva de discapacidad y accesibilidad".





El proyecto se realizó en colaboración con compañeras de la organización Mujeres Derribando Barreras (MUDEBA), en articulación con GPESI (Grupos Promotores de Educación Sexual Integral), Libertate y la Asociación Civil por la Igualdad y la

Justicia (ACIJ). Es un documento destinado a docentes, personas que trabajan en nivel secundario y formación superior dentro del sistema formal, y a espacios sociales, laborales, recreativos, de educación popular o no formal que trabajen con juventudes y personas adultas.

Este trabajo, lo hicimos a partir de un proceso de revisión crítica desde las vivencias y reflexiones de mujeres con discapacidad de distintos contextos y territorios de Argentina, desde una perspectiva interseccional y enfoque de diversidades y tiene como objetivo promover una Educación Sexual Integral (ESI) con perspectiva de discapacidad y accesibilidad en todos los ámbitos educativos que tienda a erradicar el capacitismo instalado en nuestra cultura.



### **La Educación Sexual Integral (ESI) hoy en Argentina**

La ESI es un derecho humano. Permite que las niñas y jóvenes accedan a una educación que les permita tomar decisiones libres, informadas y responsables sobre sus cuerpos y proyectos de vida.

En Argentina contamos con la Ley 26.150 de Educación Sexual Integral desde el año 2006. Esta ESI que se implementa en Argentina, aun con desafíos, amenazas y resistencias de grupos antiderechos y sesgos binarios, no contempla a la discapacidad como parte de la diversidad. Por ende, seguimos siendo la ausencia cuando se habla y se visibilizan realidades de identidades y sexualidades.

Esto hace que se sigan arrastrando discriminaciones y vulneraciones de nuestros derechos. Primero sobre restricción o desigualdad al acceso a la ESI en relación a compañeres sin discapacidad o la diferencia de aplicación en escuelas especiales en relación a las escuelas comunes. Por otro lado, se siguen arrastrando ideas e imaginarios sobre nosotres, arraigados a enfoques del modelo médico y de forma paternalista dentro de los contenidos de la ESI. Esto quiere decir que les hablan a las familias en vez de a nosotres, no se garantiza la accesibilidad y se exceptúan contenidos como consentimiento, placer, abusos, autonomía o diversidad sexual, arrastrando mitos y falsas creencias que nos consideran como personas asexuadas, estrictamente heterosexuales o que no tenemos la posibilidad de desear ni ser deseades.

### ¿Por qué una ESI Anticapacitista?

Para nosotres, el capacitismo es un sistema de opresión y discriminación que se funda y sostiene en un conjunto de ideas, creencias y prácticas donde se consideran determinadas capacidades y características de las personas como más valiosas, deseables, sanas y 'normales'.

Bajo este sistema, los cuerpos, identidades y capacidades de las personas con discapacidad son menos valoradas a nivel social, excluyéndonos de diversos entornos de la vida social y destinándonos al sistema médico con el fin de 'arreglarnos', 'rehabilitarnos' o 'normalizarnos' cuando, en realidad, la discapacidad es un eslabón más de la persona y no el único por el que debe ser definida.

Creemos que este sistema capacitista se refuerza y perpetúa desde la educación. Por eso creemos que hay que transformar el imaginario de sexualidades, identidades y salud, integrando nuestras corporalidades, experiencias y realidades.



Avanzar hacia una ESI Anticapacitista significa que las personas con discapacidad seamos contempladas como protagonistas en el desarrollo y construcción de contenidos y recursos que la componen. Esto es importante para que se puedan visibilizar nuestras existencias desde nuestras propias narrativas, para que no se reproduzcan estereotipos ni sean solo los profesionales sin discapacidad o nuestras familias quienes hablen sobre nosotras. Esta es la única manera en que podremos lograr un avance emancipatorio.

Es por eso que una ESI Anticapacitista es una ESI más enriquecida para todes, más allá de que haya o no estudiantes con discapacidad en las aulas.

Les compartimos nuestro video desarrollado que reúne las voces de varias compañeras:



El material está disponible para descarga de forma gratuita en el siguiente link:

<https://nuestrosderechosenfoco.com.ar/esi-anticapacitista/>

En el cuadernillo proponemos, en primer lugar, deconstruir conceptos arraigados para avanzar en una educación inclusiva, luego abordamos cada eje de nuestra Ley de Educación Sexual Integral aportando nuestras reflexiones sobre qué incorporar para integrar una perspectiva de discapacidad y proponemos actividades para llevar a las aulas la temática con enfoque anticapacitista.

Finalmente, hicimos una sección con una serie de consejos de accesibilidad y un glosario para llevar estas perspectivas a la práctica.

Estamos felices con este trabajo y poder compartirlo con todes ustedes. Esperamos que este material sea una instancia para abrir nuevas reflexiones y construcciones. Creemos que en estos tiempos se dan desafíos profundos de orden político y social en nuestra región latinoamericana que nos convocan a estar unides y en red para defender nuestros derechos y generar acciones para profundizar nuestras luchas.





# ¡Aún tenemos mucho que decir! ¿Por qué el podcast “Nosotras También Contamos” es tan importante?

---

## Por Documenta

En junio de 2023, Documenta A.C. y La Mancha Producciones lanzaron la primera temporada del video podcast *Nosotras También Contamos*, donde, a lo largo de 13 episodios, mujeres con discapacidad y aliadas construyeron un espacio para compartir conocimientos, reflexiones, cuestionamientos y experiencias sobre diversos temas. Sexualidad, accesibilidad para todas, derecho a una vida libre de violencia, maternidad y discapacidad, Orgullo Loco, derecho a decidir con un sistema de apoyos y derechos de la Comunidad LGBTTTIQ+ fueron solo algunos de los temas que las expertas analizaron.

Este podcast se posiciona como único al abordar temas relacionados con la discapacidad desde una perspectiva de género, donde las voces expertas son de las propias mujeres con discapacidad. Para lograrlo se volvió indispensable incorporar en cada episodio elementos de accesibilidad como descripción en voz, subtítulaje e interpretación en Lengua de Señas Mexicana.

En *Nosotras También Contamos* demostramos que las historias de todas las mujeres cuentan y que conocer estas historias es clave para derribar estereotipos y construir sociedades más incluyentes.

Te invitamos a seguir reflexionando para desmontar prejuicios a través de cada historia. Aquí podrás consultar todos los episodios de nuestra primera temporada:

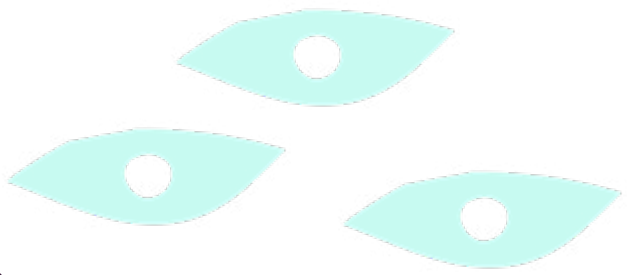
[CLICK AQUÍ](#)

**nosotras  
también  
contamos**



**Agradecemos a todo el equipo de hizo posible Nosotras También Contamos:**

Juan Pablo Rivas (La Mancha Producciones), Pezu Alvarado (La Mancha Producciones), Fabiola Herrera, Fátima Reyes (Documenta), Yazkara Zamarrón, Sandra Lair y Karla César, Nelly García (Documenta), Dulce Laguna (Documenta) y a todas y cada una de las mujeres que nos confiaron su historia.



**Nosotras decidimos**

“Definitivamente sin mi sistema de apoyo en comunicación yo no tendría ni voz ni voto en mi vida. Hoy puedo decidir lo que quiero y lo que no. En mi libro lo dije claro: antes de la comunicación comunicación pensaba que vivir era solo existir sin un propósito y hoy puedo lograr cosas que nunca pensé.”

Siguiendo la idea de que ahora puedes decidir lo que quieres y lo que no quieres, eso es esencial y desafortunadamente no es una realidad para las mujeres con discapacidad, porque si nos vamos a los datos fríos y duros que también cuentan las historias de personas, en la Encuesta Nacional sobre Discriminación (ENADIS) se menciona que, de la población con discapacidad, son las mujeres quienes en mayor medida afirman que no pueden tomar decisiones sobre su propia vida. Desde cuestiones tan básicas como decidir la ropa que te vas a poner el día de hoy hasta cuestiones más complejas como un trabajo o si quieres vivir de manera independiente en otro hogar. Entonces me parece esencial que lo menciones Mary Tere, ahora tienes voz y voto en tu propio proyecto de vida, porque eso es importantísimo y que todas las personas deberíamos tener garantizado.

Tere, ¿tú quisieras agregar algo sobre los sistemas de apoyo que favorecen la autonomía?

Sí, por supuesto que sí. Yo voy a hablar desde mi perspectiva como mamá y de haber convivido con muchas otras mamás con niños en las mismas circunstancias de Mary Tere, que como ella dice, son dependientes al 100%, no hablan y no pueden moverse. Me parece básico que las mismas mamás o los mismos familiares seamos las que proveamos de estas herramientas a nuestros propios hijos e hijas. Yo vi que



las propias mamás de la escuela a la que mi hija asistía, no le daban importancia a estas herramientas y cómo los niños en clase podían demostrar que, a través de los diferentes botones o comunicadores adaptados a cada quien, estaban concientes y podían responder qué era lo que querían. Las mamás solo les dejaban que los usaran en la escuela y no en casa.

A mi me parecía importante, antes de que Mary Tere mostrara todo este potencial en la comunicación, poderle preguntar si por ejemplo quería desayunar pera o manzana, ¿qué se le antoja?”

### **Episodio 11. Nosotras decidimos**

**Invitadas: Mary Tere Argüelles y Tere Vara**

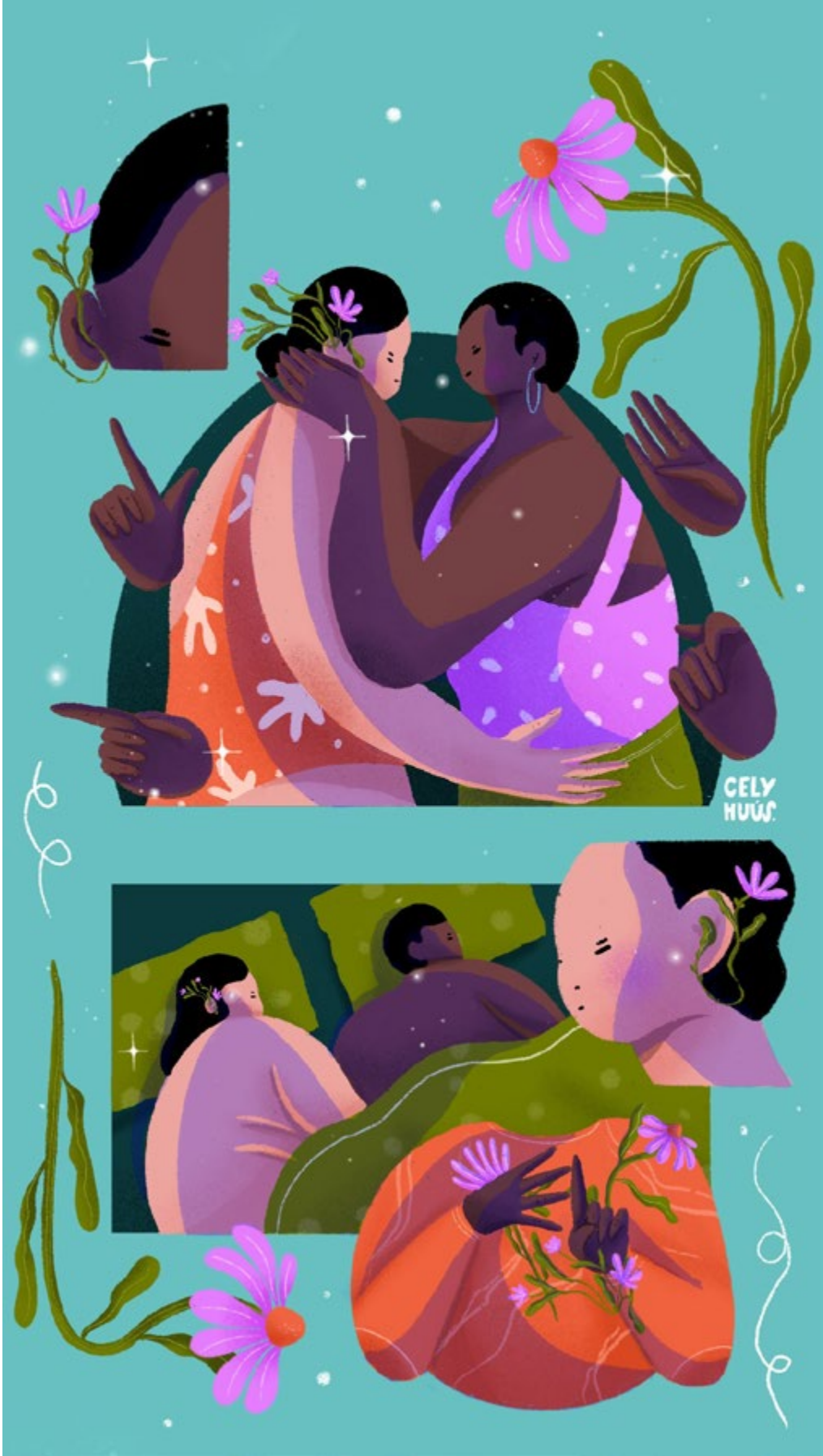
**Enlaces:**

[YOUTUBE](#)

[SPOTIFY](#)







## **¿Qué significa como mujer Sorda formar parte de la Comunidad**

**LGBTIQ+?** Enfrentarnos a muchísima ignorancia. Nosotras como mujeres Sordas necesitamos ahondar más en el tema, compartir más información porque eso es lo de lo que se carece. No se sabe ni siquiera a qué nos referimos cuando decimos “mujeres que pertenecen a la LGBTIQ+”, que son lesbianas, bisexuales, transexuales.

### **Episodio 6. Amor es amor**

**Invitadas: Eleni Gamboa y Cecilia Herrera**

**Ilustradora: Celina Huús (IG: @celyhuus)**

**Enlaces:**

[YOUTUBE](#)

[SPOTIFY](#)





### Activismos disca

**“¡Yo sí soy! O sea, yo sí soy alguien, soy una persona, estoy viva, estoy respirando. ¡Claro que soy, aquí estoy! Estoy en una cama, pero estoy.”**

“Yo hablo mucho, y otras compañeras también, de la **cama como espacio político** precisamente **ubicándonos aquí en la enfermedad crónica**. Creo que ando hablando mucho de enfermedad crónica más que discapacidad. Justo lo que te decía, el pasar mucho tiempo en cama y de repente, en mi experiencia, pues ver cómo la vida transita y que la gente al verte en cama... Lo mismo, lo que nos dijo esta señora “pues tú que no tienes nada” o la clásica frase de “es que sin salud no somos nada”, que también me la han dicho muchas veces y que me parece súper ofensiva. **¡No, yo sí soy! O sea, yo sí soy alguien, soy una persona, estoy viva, estoy respirando. ¡Claro que soy, aquí estoy! Estoy en una cama, pero estoy. Justo eso, la invisibilización de estas experiencias de vida, porque al final de cuentas son experiencias de vida que se repiten.** Yo la mayoría del tiempo, la mayoría de las compañeras, nos inscribimos a talleres, le hablamos a las amigas, a la familia, desde la cama. **Vivimos desde la cama.** Para mí, por ejemplo, el ciberactivismo o estar en las redes, en el

celular, también se volvió como una extensión de mi cuerpo, pero **mi cuerpo sigue en cama y desde cama pues estoy haciendo un montón de cosas**. Lo digo muy poéticamente tal vez, en la cama puede haber placer, puede haber sufrimiento, como también puede haber un paseo, como también puedes salir con las amigas. **Entonces se vuelve un espacio de resistencia cuando tomas la cama cuando a lo mejor no estás tomando la plaza, pero estás tomando la cama y la estás resignificando como un espacio de resistencia, como un espacio a tomar y a tomar de muchas maneras.**

Las alegrías, las tristezas, el sufrimiento, los agradecimientos, todos y todo a veces conviven en el mismo momento. Porque siempre nos ven, esto de lo que platicamos al principio, como la desgracia, como el sufrimiento y, pues sí, la vida es dura, no te voy a decir que no. La vida es bastante dura. En el caso de la sintomatologías para nada estamos en un jardín de rosas, pero pues también está esta otra parte de la visibilidad. A las mujeres con enfermedades crónicas se nos exige mucho curarnos. Casi, casi de los creadores de "el pobre es pobre porque quiere" también existe "el enfermo o la enferma está enferma porque quiere".

### **Episodio 3. Activismos disca**

**Invitada: Daniela Herrera**

**Enlaces:**

[YOUTUBE](#)

[SPOTIFY](#)





¡ACCESIBILIDAD  
PARA TODO Y  
PARA TODAS!

museo



**“La accesibilidad empodera porque hay conocimiento de derechos y esto politiza a las mujeres con discapacidad. Nunca vuelves a ser la misma cuando eres consciente de tus derechos y la posibilidad que tienes de incidencia”.**

**Episodio 7. Accesibilidad para todo y para todas**

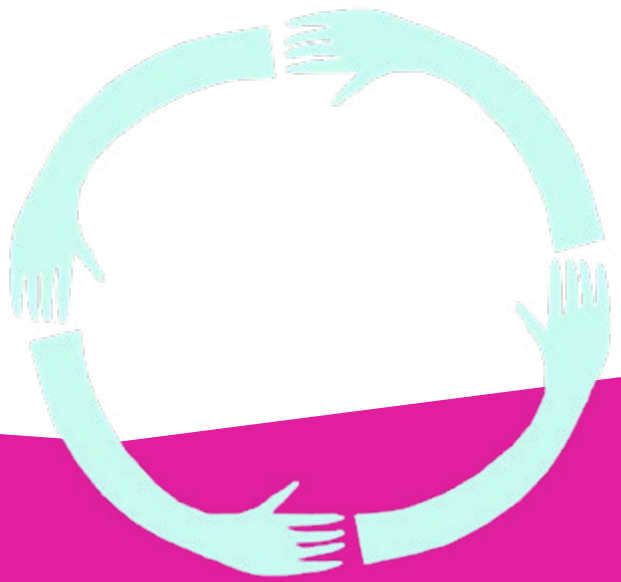
**Invitadas: Sara Marquez e Itzel Moreno Vite**

**Ilustradora: Vika Álvarez(IG: @museodesam)**

**Enlaces:**

[\*\*YOUTUBE\*\*](#)

[\*\*SPOTIFY\*\*](#)



## Nos queremos vivas

“Aunque no haya un tipo específico de violencia contra las mujeres con discapacidad, hay violencias específicas que se agravan por la discapacidad, por ejemplo, las esterilizaciones forzadas, el aborto forzado, la anticoncepción forzada, la institucionalización de mujeres.”

“La poca estadística que hay habla de que las mujeres con discapacidad somos propensas a vivir de 2 a 3 veces más violencia que una mujer sin discapacidad. Por ejemplo, Naciones Unidas dice que en términos generales las mujeres vivimos los mismos tipos de violencia, si hablamos de violencia física, psicológica pues son los mismos tipos, no es como que vivamos otros tipos y haya que hacer una tipificación extra. Pero hay dos puntos importantes, uno es las consecuencias de esa violencia, cómo se viven las consecuencias y cómo impactan en la vida de una mujer y otra es la dificultad para salir de estos ciclos de violencia.

Si una mujer sin discapacidad tiene dificultades, tiene un montón de prejuicios y de cosas sociales para denunciar cuando vive una situación ¿qué pasa con una mujer con una discapacidad? Que no solamente tiene estas dificultades sociales o del no me atrevo o qué van a decir, sino también no hay los ajustes para que lo hagan.

Entonces hay que tomar la definición de la violencia contra las mujeres y unirlo al concepto de discapacidad. La discapacidad es esa interacción entre las deficiencias de la persona con las barreras que hay: sociales, actitudinales, físicas, tecnológicas o, bueno, en tecnologías de la información. Esto sí hace que aunque no haya un tipo específico de violencia contra las mujeres con discapacidad, haya violencias específicas que se agravan por la discapacidad, por ejemplo, las esterilizaciones forzadas, el aborto forzado, la anticoncepción forzada, la institucionalización de mujeres. También la manipulación, hay muchos casos en los que las propias parejas privan a las mujeres de sus ayudas técnicas, si usan algún aparato ortopédico, algo

para la movilidad, como una especie de castigo. Entonces se castiga con algo que sabes que necesita para moverse, para desplazarse. Pasa también con la violencia económica, ahora que se habla tanto de las pensiones del bienestar y los apoyos pues como incluso hasta en eso las familias, las parejas privan a las mujeres con una discapacidad porque “ellas no pueden decidir sobre su dinero”, se dice así, y entonces ellos son los que los administran, en el mejor de los casos porque hay que decir que pues normalmente es para privarlas de ese beneficio económico.

Entonces hay un factor aquí indispensable, diría yo, uno de los elementos esenciales de la violencia contra las mujeres con discapacidad que es el del consentimiento. La mujer no va a poder decir sí o no, no tiene una toma de decisiones. Te pongo un ejemplo de una mujer que vive con una discapacidad motriz que va en su auto con su pareja y por alguna razón hay algún desacuerdo, empiezan a discutir, pero en algún momento esa discusión deja de ser a la par como se pudiera pensar y entonces él la empieza a agredir. Entonces al agredirla la empieza a insultar, después la avienta con lo que puede porque va manejando, un puñetazo, lo que sea y en algún punto tiene incluso la osadía decir “si no te gusta bájate”. Entonces qué hace una mujer con una discapacidad motriz que tiene su silla de ruedas en la cajuela y que el carro va andando, ¿cómo se va de esa situación de violencia?

Es muy fácil decirle a la gente amiga date cuenta, pero hay un montón de cosas aquí detrás desde los niveles de dependencia hasta los círculos de violencia, hay muchísimo más detrás.

**Episodio 8. Nos queremos vivas**

**Invitada: Amairany Basaca**

**Enlaces:**

[YOUTUBE](#)

[SPOTIFY](#)







“Yo creo que hay mucho poder en la experiencia de las mujeres locas. Al desbordar la estructura patriarcal y mostrar que hay otras posibilidades, otras grietas de ser mujer. Además de cuestionar las lógicas manicomiales que van más allá de la institución, que aún estando en casa se tienen dinámicas de encierro y aislamiento. Eso es lo peligroso, no la persona, sino las dinámicas que constituyen estas pérdidas de sí misma que son muy dolorosas... Ya luego en el recuerdo y con el arte se pueden reivindicar y potencializar el valor del autoconocimiento y de la personalidad exacerbada que se tiene. En ese momento de locura fui la que realmente he querido ser siempre”.

**Episodio 10. Mujer loca ipresente!**

**Invitada: Trini Ibarra**

**Ilustradora: Sofía Weidner**

**(IG: @sofiaweidner)**

**Enlaces:**

[YOUTUBE](#)

[SPOTIFY](#)



# Narrativas desde el malestar, Psicoterapia Punk el Podcast

---

Por Greis Cárdenas (Ciudad de México)

En mi camino hacia la autonomía emocional y en búsqueda del bienestar psíquico, me queda claro que la salud mental es más que un derecho y una determinante social. Desde que recibí mi diagnóstico psiquiátrico en 2018, mi vida ha experimentado un cambio radical, llevándome a reflexionar profundamente sobre la importancia temprana en el abordaje, la atención y prevención al hablar sobre salud mental y emocional.

Este proceso de reflexión se vio acentuado por mi condición de desempleo, fuera del mundo de la música y mi condición de género. Comprendí que estos desafíos no eran solo personales, sino también políticos, arraigados en construcciones sociales cargadas de violencias que afectaban y se encarnaban profundamente en mi estado emocional.

En medio de este caótico contexto, encontré refugio en el activismo loco, un movimiento que resuena profundamente con mi experiencia. Decidí dar un paso más allá del miedo y el cautiverio.

Inicié, durante la pandemia del 2020, grupos virtuales para mujeres en la música que enfrentaban o tuvieran experiencias de violencia, discriminación, acoso o abuso sexual y la falta de reconocimiento a su trabajo, entre las barreras que tenemos que superar constantemente. Quería crear un espacio donde las mujeres pudieran expresarse libremente, sin temor a ser juzgadas, donde pudiéramos compartir nuestras vivencias, ampliar los recursos y transformar nuestra realidad. Convertimos nuestro malestar en una comunidad emocional, pudimos encontrar fuerza en el apoyo mutuo.



Buscaba que nuestra voz y experiencias fueran reconocidas y valoradas. Por lo que en 2022 comencé con videos presentando a "Psicoterapia Punk". En este espacio, comencé a compartir mis experiencias como usuaria del sistema de salud mental público, desafiando y cuestionando mi carrera como Psicóloga clínica, fomentando la autorreflexión y promoviendo la autonomía emocional desde el pensamiento punk DIY.

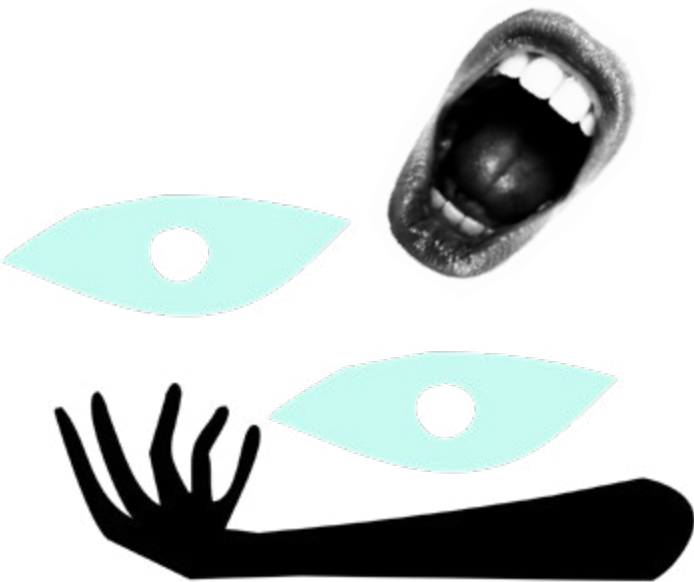
**La psicoeducación y los acompañamientos psicosociales se volvieron esenciales para desmitificar el concepto de salud mental, promover en las personas mayor comprensión y aceptación de sí mismas y de las demás.**

Así es como "Psicoterapia Punk el podcast" en el que abordo los temas, que desde los organismos internacionales, la OMS y la literatura, no son claros, precisos o bien vistos, como el acompañamiento en procesos de muerte digna, hacer críticas a la psicoterapia tradicional, etc.

Mi objetivo es proporcionar recursos audiovisuales como una alternativa a las limitaciones del sistema de salud mental, incidiendo desde la terapia narrativa, el acompañamiento psicosocial y el abordaje comunitario. Esta propuesta invita a las personas a ser agentes activos en su proceso de bienestar, reconociendo que cada persona es experta de su propia experiencia.

Es importante destacar que esta iniciativa no pretende negar la utilidad de otros enfoques de psicoterapia, ni los espacios terapéuticos establecidos por el sistema de salud; sino ampliar las opciones y explorar nuevas formas de apoyo, recursos más accesibles, inclusivos y centradas en la comunidad.

Este viaje personal se ha convertido en una invitación a repensar la psicoterapia hegemónica y construir una comunidad que valora la diversidad y la autenticidad en la búsqueda de la salud mental y emocional. Al compartir nuestras narrativas, las experiencias e historias de vida desde la resistencia a través de videos, podcast, conversatorios, grupos de apoyo mutuo o recursos psicoeducativos es como podemos construir una comunidad que abraza la diversidad y la autenticidad en la búsqueda de la salud mental y emocional.



# ¿Por qué hay tan pocas personas con discapacidad en la universidad?

Por Estefanía Salgado Silva (Tlaxcala)

La inclusión de los grupos en situación de vulnerabilidad, que incluye a las personas con discapacidad, es un asunto de creciente auge en las últimas décadas debido a que instituciones, asociaciones y los propios organismos internacionales han enfatizado dentro de sus recomendaciones la adopción de la inclusión como un punto determinante para procurar la igualdad de oportunidades en su desarrollo personal, social y profesional. En una sociedad dinámica y formada por diferencias, abordar el tema de la educación abarca términos de desigualdad de oportunidades y como consecuencia una inclusión-exclusión sistematizada, abarcando innegablemente a las personas con discapacidad: la inclusión de este grupo en el sector educativo necesita de un marco inclusivo, es decir, una nueva forma de realizar la práctica educativa. La UNESCO (2008) indica que es importante procurar un sistema educativo universitario que promueva un entorno de aprendizaje con la preparación necesaria para dar respuesta a la diversidad estudiantil, lo cual no solo se debe concebir a partir de las políticas.

En Latinoamérica existe una baja caracterización de los aspectos sociodemográficos de la población de jóvenes con discapacidad, sus condiciones de acceso, permanencia y egreso de la educación superior. En México, es bastante difícil lograr una participación mayor de este grupo en la Educación Superior al no garantizarse el acceso y la permanencia en los niveles previos, cuyo carácter progresivo funciona como filtro que paulatinamente impide el ingreso al siguiente nivel. Esta consecuente disminución de población estudiantil con discapacidad al pasar de un nivel

1. Licenciada en Ciencias de la Comunicación y Maestra en Análisis Regional parte del Programa Nacional de Posgrados de Calidad del Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología. Se ha desempeñado en el área de Comunicación Social y también como docente en Instituciones de nivel superior, y como Investigadora independiente. Su línea se orienta hacia los estudios sobre discapacidad, inclusión y desigualdades de género. Actualmente se encuentra cursando el Doctorado en Estudios Territoriales por el Centro de Investigaciones Interdisciplinarias sobre Desarrollo Regional perteneciente a la Universidad Autónoma de Tlaxcala.




a otro se hace más notoria cuando se trata de una preparación profesional, la cual se muestra como el nivel más excluyente de todos (Stella, 2017). Se pensaría que con las políticas recientes de inclusión educativa la existencia de las barreras que confieren a los jóvenes en las universidades a un estado de exclusión serían cosa del pasado, sin embargo, no es el caso.

De acuerdo con López y Díaz (2001), en la actualidad es habitual que la personas con discapacidad, frente a diversas situaciones limitantes, desistan de iniciar sus estudios en el nivel superior, o lo que es peor, que abandone el proceso educacional y el poder acceder a un título universitario lo que impacta en el demerito real de independendia, bienestar y mejor calidad de vida. Las explicaciones que se han dado académicamente refieren a que el principal obstáculo para la resolución de esta situación está en la falta



de políticas públicas y financiación por parte del Estado. A pesar de ello la responsabilidad también recae en las mismas universidades, ya que de ellas dependen las acciones que se hagan en pro de la inclusión de los y las estudiantes con discapacidad.

Lo anterior no se ha podido llevar a cabo por dos cuestiones esenciales: la primera, porque aún no se cuenta con información detallada sobre el nivel de estudios de las personas con discapacidad lo que incluye también a la preparación profesional; y la segunda, porque para alcanzarla es necesario asegurar la accesibilidad educativa la cual debe seguir un proceso en dos vías; que todos los estudiantes tengan derecho a la educación, y que sea de calidad para que todos y todas tengan la oportunidad de acceder a conocimientos significativos que les permitan convivir, comprender y desarrollarse en un mundo complejo (Aguerrondo, 2008 en Saldivar 2016).



El modelo de accesibilidad universal asume que los problemas de falta de accesibilidad se originan por el incumplimiento de los derechos y deberes de diversos sectores, en un principio porque es necesario identificar por qué se producen las barreras cuando existen, y qué se puede hacer para que no se vuelvan a originar, dando como resultado el desarrollo de medidas, programas y políticas adecuadas con base en el diseño universal y los ajustes razonables (Boudeguer y Squella, 2010; De Asis Roig, 2005). Estas barreras dentro del proceso de inclusión suponen obstáculos de inaccesibilidad que incluyen sistemas de comunicación e información, trabajos, viviendas y la imagen que circula a través de los medios de comunicación donde se les muestra como personas dependientes a causa de su discapacidad. Así que, lograr una educación inclusiva implica trabajar para mejorar las condiciones en las que se recibe al alumnado con discapacidad garantizando el acceso a la educación y que ésta sea de calidad (Aguerrondo, 2008 en Saldivar 2016). Reconocer la diversidad es el primer paso para lograrlo, entender las necesidades y dar respuestas que privilegien la participación de las y los estudiantes, que haya una reestructuración en la cultura, las políticas y las prácticas de las escuelas para responder a la diversidad de la población estudiantil eliminando barreras donde la inclusión y la accesibilidad, son parte de un proceso continuo para asegurar la participación (Echeita y Ainscow, 2011).

1. Aguerrondo, I. (2008). Revisar el modelo: un desafío para lograr la inclusión. *Perspectivas. Dossier Educación Inclusiva*. XXXVIII (1), pp. 61-80.
2. Boudeguer y Squella Arq. (2010). *Ciudades y espacios para todos. Manual de accesibilidad Universal*. Santiago de Chile, Corporación ciudad accesible
3. De Asis Roig, R. (Dir.) (2005) *El significado de la accesibilidad universal y su justificación en el marco normativo español*. Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales Universidad Carlos III.
4. Echeita, G. y Ainscow, M. (2011). *La educación inclusiva como derecho. Marco de referencia y pautas de acción para el desarrollo de una revolución pendiente*. Tejuelo. (12), pp. 26-46.
5. López, C. y Díaz, L. (2001) *Estudio sobre la problemática de la discapacidad en la Universidad Nacional de Mar del Plata*. En *Revista Trabajo Social*, 3, Año 2001. pp. 21-27.
6. Saldivar, R. (2016). Capítulo VI. *La inclusión social y educativa de estudiantes con discapacidad en el nivel superior*. En Castellano editores (Ed.), *Educación especial*.
7. Solís, R. (2002). *Diferencia y universidad*. En Jiménez R. (Ed.), *Las personas con discapacidad en la educación superior (una propuesta para la diversidad e igualdad)*. (pp. 67-72). GOSSESTRA, España.
8. Stella, M., (2017) *La Educación Superior Inclusiva en Algunos Países de Latinoamérica: Avances, Obstáculos y Retos*, en *Revista Latinoamericana de Educación Inclusiva* 2017, 11 (1), pp. 171-197
9. UNESCO (2008). *DOSSIER: Educación inclusiva*. *Revista Trimestral De Educación Comparada*, XXXVIII (0304-3053), pp. 1-181. Recuperado de [www.ibe.unesco.org](http://www.ibe.unesco.org)

Es así que la accesibilidad es un factor importante en el condicionamiento de una educación inclusiva, sobre todo en América Latina (Solís, 2002), donde se ve reflejada en las desigualdades sociales, los prejuicios y la impunidad en la que viven las personas con discapacidad. Este elemento maximiza las oportunidades de acceso al nivel educativo superior porque trabaja para eliminar cualquier tipo de barrera, no sólo en la arquitectura de los edificios, sino también en las estrategias de enseñanza- aprendizaje, en la comunicación e información y principalmente en las actitudes de todo el que esté cerca de los y las jóvenes universitarias que vivan con discapacidad. Ejemplo de ello serían los accesos a los espacios comunes (biblioteca, auditorios, cafetería, servicios sanitarios, mostradores de información, aulas, lugares estacionamiento, etc.) lo que convertiría a las escuelas en puntos clave para el desarrollo de una sociedad más justa a fin de denominarse inclusivas con y para los y las estudiantes con discapacidad.

Entonces, el énfasis se debe hacer en las necesidades específicas como la supresión de barreras arquitectónicas, mobiliario y/o espacios adaptados, recursos informáticos adecuados, organización y ubicación de servicios, intérpretes de Lengua de Señas Mexicana, uso del Braille, acompañantes, exámenes adaptados, pruebas complementarias, tiempo extra para ejecución y terminación de tareas, unidades didácticas individualizadas, ayudas económicas para libros, transporte adaptado y recursos tecnológicos como materiales de apoyo. Por lo cual, el reto de las universidades reside en la adopción de la accesibilidad como principio y derecho para lograr una educación inclusiva, que más que integrar a jóvenes con discapacidad acomodándoles dentro de las aulas regulares, atienda a la diversidad de la comunidad estudiantil, fomente su participación en la toma de decisiones y abogue por responder a sus necesidades.







**@DocumentaAC**



**@DocumentaAC**



**@documenta\_ac**

**documenta.org.mx** 