

**¿DISCRIMINAMOS?**  
**¿NOS DISCRIMINAN?**



**APUNTES**  
**PARA VIVIRNOS**  
**EN DIVERSIDAD**

# ¿TE SUENA ALGUNA DE ESTAS SITUACIONES?

- Mi compañera de celda se entera que tengo el VIH y pide cambio.
- Mi pareja se entera que tengo el VIH y no quiere más vis a vis.
- En algunas actividades me miran mal y no quieren que esté porque tengo el VIH y/o porque mi pareja es una chica.
- Mi madre me riñe porque le doy besos a mi hija, me dice que le voy a pasar el Sida.
- No quiero que la que tiene VIH / Sida use mi ropa, mi toalla, ni compartir el wáter con ella.
- No quiero que me vean con ella, yo no soy así, yo no voy con mujeres.
- Me llaman butifarra cuando me visto como quiero.
- Me llaman marimacho.
- Al ducharme se meten conmigo porque no me depilo.

## **SON TODAS SITUACIONES DE DISCRIMINACIÓN.**

**Algunas de estas situaciones están relacionadas con el hecho de vivir con el VIH, otras por mantener prácticas sexuales con otras mujeres y otras por no tener un cuerpo normativo.**

# ¿QUÉ ES LA DISCRIMINACIÓN?

La discriminación es un proceso colectivo que tiene que ver con lo que nos enseñan y aprendemos a sentir, a creer, a pensar y a hacer con las diferencias, con lo que nos cuestiona y no entendemos de otras mujeres o que rechazamos por diferente. Desde que nacemos nos enseñan a vivirnos y a construir nuestro mundo de manera binaria, heteronormativa, como si se tratara de la única forma posible de participar en la familia, en el colegio, entre las amigas y compañeras, en nuestras relaciones de pareja, en el trabajo, en la sociedad en general y con nosotras mismas.

La discriminación es una manifestación del estigma. La discriminación supone una manera de tratarnos de forma desigual y perjudicial y que supone el **rechazo de lo diferente**, que excluye y deja fuera, por ejemplo, a las compañeras que no encajan en los atributos de lo femenino ni cumplen los mandatos de género asignados como un deber de nuestros cuerpos, de nuestros afectos y de nuestras prácticas sexuales.

En este proceso de construcción sexista de nuestra mirada del mundo, reconocemos o identificamos lo que es posible querer, desear, pensar, hacer, en otras palabras, poder vivir. Construimos formas de contarnos el mundo desde la imposición de los **mandatos de género**, que por un lado nos definen y nos dan un lugar como mujeres y por otro nos impiden sentir propias nuestras vidas, creyendo que pertenecer a un género es una necesidad para existir. Estas formas de convivencia, que conllevan actitudes y acciones hostiles al rechazar lo diferente, producen aislamiento, desconfianza, falta de apoyo y de sentido de pertenencia.

En los procesos de discriminación ligados al **VIH** y/o al ejercicio de la expresión de los **afectos** y las **prácticas sexuales**, nos relacionamos con nosotras mismas y con las compañeras a partir de lo que hemos aprendido y define nuestras posibilidades de ser.

## ¿Y QUÉ PASA CUANDO EN EL CENTRO PENITENCIARIO CONVIVIMOS CON SITUACIONES DE DISCRIMINACIÓN?

Cuando discriminamos a alguna compañera dejamos de **respetarla** y de reconocerla como **persona en su diversidad** de acciones y deseos, rechazamos otras formas de estar y de hacer en el mundo que se salen de lo normativo, de lo establecido como posible.

Las discriminaciones relacionadas con el VIH, la diversidad sexual y corporal son una barrera para poder ejercer nuestros **Derechos Sexuales**, para poder construir relaciones de afecto, de respeto, de confianza y de amistad.

Cuando discriminamos dejamos de poder aprender de otras experiencias y de otras realidades. Cuando discriminamos limitamos las posibilidades de participar en diferentes actividades y espacios tanto dentro como fuera del Módulo a otras compañeras, limitamos sus posibilidades de **convivir en diversidad, de disfrutar, de recibir apoyo**.

Cuando discriminamos limitamos las posibilidades de poder compartir nuestras inquietudes, de exponer nuestras dudas, de poder hablar de aquellas cosas que tienen que ver con lo que nos pasa, con lo que sentimos y deseamos, en definitiva de poder sentirnos más seguras en todos los espacios.

Cuando nos discriminan y/o discriminamos, vulneramos nuestros Derechos Sexuales y el ejercicio y expresión de nuestros afectos y sexualidades.

## TODAS PODEMOS HACER PARA CONVIVIR SIN DISCRIMINACIÓN

Entre nosotras podemos hacer para sostenernos con el cuerpo y con las palabras: para escucharnos, para crear relaciones con lazos de confianza, de apoyo y complicidad. Aprender de las habilidades y conocimientos de las compañeras, de sus dudas e inquietudes, de lo que quieren saber y hacer y así poder participar y convivir incluyendo tanto lo propio como lo diverso.

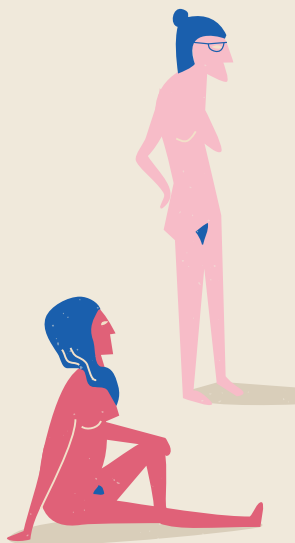
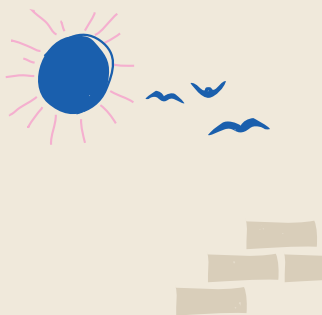
Algunas **estrategias** que podemos utilizar para prevenir y abordar las situaciones de discriminación:

- Acudir a los **espacios de apoyo e información** que se ofrecen desde Creación Positiva y desde otras entidades colaboradoras en el Centro Penitenciario.
- **Buscar información** sobre aspectos que desconocemos, por ejemplo, cómo se transmite el VIH, cómo cuidarnos en nuestras relaciones y prácticas sexuales, etc. A veces tener información veraz nos ayuda a entender mejor y a generar estrategias de cuidado que nos hagan sentirnos cómodas y más seguras.
- **Compartir nuestras inquietudes** con aquellas compañeras con las que nos sentimos en confianza.
- **Transmitir la información** que ya conocemos a las compañeras recién llegadas.
- **Informar** a la persona referente del Equipo de Tratamiento con quien podamos sentirnos más cómodas cuando suframos situaciones de discriminación (por ejemplo, solicitar un cambio de celda o de compañera/s cuando lo creamos necesario).
- Proponer y **solicitar actividades** de sensibilización frente al estigma y la discriminación sobre lo que creamos necesario.

Desde aquí podemos **construir relaciones** en las que nos podamos cuidar y sentirnos cuidadas desde la complicidad en la diversidad, desde el apoyo y la búsqueda del bienestar común. Nos da la posibilidad de tomar la medicación en la celda sin poner en juego un posible rechazo, de poder entrar en las duchas y no temer la mirada de las compañeras, de tener muestras de afecto hacia otras compañeras sin recibir insultos, de poder hablar de mí sin miedo a que, en otro momento, me señalen o se metan conmigo las compañeras, de poder participar con tranquilidad y confianza en las actividades, programas y espacios del Centro.

**Cuando convivimos sin discriminación, nos posibilitamos vivirnos en diversidad, poder tener otros deseos más allá de lo que nos han dicho o hemos aprendido que nos toca por el hecho de ser mujeres en nuestra sociedad patriarcal.**

Estas formas de convivencia en sororidad permiten crear alianzas entre nosotras, compartir momentos de alegría, de aprendizaje, de escucha, de compañía y reconocimiento mutuo. Construir relaciones más satisfactorias que desde la diversidad y el intercambio de experiencias como mujeres favorezcan la transformación de nuestras realidades, y la construcción de caminos y de vidas trazadas por el movimiento del deseo.



93 431 45 58

[crea@creacionpositiva.org](mailto:crea@creacionpositiva.org)

[Instagram](#) [Facebook](#) [Twitter](#) @CreaPositiva

[www.creacionpositiva.org](http://www.creacionpositiva.org)

Financiado por:



Generalitat de Catalunya  
**Departament de Justícia**