

# jóvenes radio mujeres sida



Jóvenes radialistas y mujeres afectadas  
por el VIH/SIDA a favor de la salud,  
la no discriminación y la libre expresión

Hace 22 años nos encontramos con una sorpresa mundial, el surgimiento de una enfermedad mortal, sin saber que hacer para enfrentarla, el SIDA

**S**alud Integral para la Mujer A.C. (SIPAM) es una organización feminista ciudadana que dedica sus esfuerzos a la defensa y promoción del derecho a la salud, así como a impulsar la participación social y política de las mujeres en la construcción de una sociedad democrática donde prime la justicia social, la equidad y el respeto a la diversidad.

Hace 22 años nos encontramos con una sorpresa mundial, el surgimiento de una enfermedad mortal, sin saber que hacer para enfrentarla, el SIDA. Con motivo del Día internacional de la Mujer, en el 2004, el Secretario General de Naciones Unidas, Kofi Annan, alertó sobre el incremento constante de niñas y mujeres que viven –y se infectan– con el VIH. “No hace ni una década que las estadísticas indicaban que las mujeres eran las menos afectadas”, afirmó Annan. “Desde entonces un escalofriante patrón ha emergido. En todo el mundo y cada vez más, las mujeres cargan con lo más duro de la epidemia”. Annan anticipa “Si continúa la misma proporción de infecciones, las mujeres se convertirán en mayoría entre el total de personas infectadas en el mundo”.

Hoy día, existen en el mundo más de 40 millones de personas, en algunos países se ha rebajado la esperanza de vida en veinte años, y en otros –su población– es susceptible incluso de desaparecer. El SIDA tiene la categoría de desastre, esta pandemia ha causado en dos décadas 25 millones de muertes, más muertes que la Segunda guerra mundial.

Las mujeres y las muchachas son particularmente vulnerables a la infección por el VIH y al impacto del SIDA. Aproximadamente la mitad de todas las personas que viven con el VIH en el mundo son mujeres. De todas las nuevas infecciones el 50% es en mujeres.

El SIDA intensifica la feminización de la pobreza, especialmente en los países más afectados, y discapacita a las mujeres. Las mujeres se infectan a menudo a una edad más temprana que los varones. Las investigaciones han demostrado que, en mujeres que mantienen relaciones estables a largo plazo, hasta el 80% de las VIH+, contrajeron el virus a través de sus parejas.

*“Si continúa la misma proporción de infecciones, las mujeres se convertirán en mayoría entre el total de personas infectadas en el mundo”.*







*Una de las formas de violencia más comunes es la perpetuada contra la mujer por su pareja íntima*

Las desigualdades basadas en el sexo se solapan con otras desigualdades sociales, culturales, económicas y políticas, y afectan a las mujeres, diversos factores incrementan su vulnerabilidad al VIH de las mujeres y muchachas jóvenes, como vulnerabilidad biológica, epidemiológica, roles sociales y culturales.

La violencia contra la mujer es un importante problema de salud pública y de derechos humanos en todo el mundo. Aumenta la vulnerabilidad de la mujer al VIH. Una de las formas de violencia más comunes es la perpetuada contra la mujer por su pareja íntima, también llamada "violencia doméstica". Entre el 10% y el 50% de las mujeres del mundo entero comunican haber sido víctimas de abusos físicos por una pareja íntima al menos una vez en su vida, y con frecuencia esos abusos se acompañan de violencia sexual.

En México según datos del CENSIDA existen 98,933 casos acumulados de SIDA, sin embargo, se estima que existen en México 188,000 personas viviendo con VIH. De los cuales 83% son hombres y 17% son mujeres. Hay una relación de 5:1, es decir, 5 hombres por cada mujer infectada, cabe señalar que al principio de la pandemia la relación era de 26:1, por lo que podemos observar la gravedad de la curva en la que ha ido ascendiendo en el grupo de mujeres. En el D.F. hay 19,528 de estos casos acumulados, se abren 100 nuevos expedientes mensuales en la Clínica de Especialidades Condesa, (Clínica de atención especializada en VIH/SIDA en el D.F.). En Oaxaca existen 2,960 casos acumulados.

En 1998 el SIDA era la 16a. causa de muerte entre los jóvenes entre 25 y 34 años de edad, hasta el 2004, representaba la 4ª. Causa. Durante el período de 1988-2001 la tasa de mortalidad en mujeres de 25 a 34 años de edad, pasó de 0.4 a 2.8 muertes por cada 100,00 habitantes, desde 1988 el SIDA ha ido ascendiendo como causa de muerte hasta que, en 1994, se colocó dentro de las 10 primeras causas de muerte en mujeres de 25 a 34 años. En 1998, fue la séptima causa de muerte. En México, 9 de cada 10 personas infectadas, lo desconoce.

Desde 1991, SIPAM consolida su compromiso con las mujeres afectadas por la pandemia del VIH-SIDA al establece el Primer Centro de Orientación y Detección de ITS's especializado en mujeres de América Latina, que durante 7 años abona a la construcción del modelo de calidad de atención en los Servicios de Salud con perspectiva de género. Al tiempo se articula con redes para visibilizar a la violencia de género y la inequidad como condiciones de riesgo para la infección por el VIH-SIDA en la población femenina.

Este año 2005, SIPAM renueva el compromiso con una población infectada en alarmante aumento que requiere urgentemente de acciones, políticas públicas y recursos, uniando tres grandes vertientes de su trabajo: incidencia en políti-

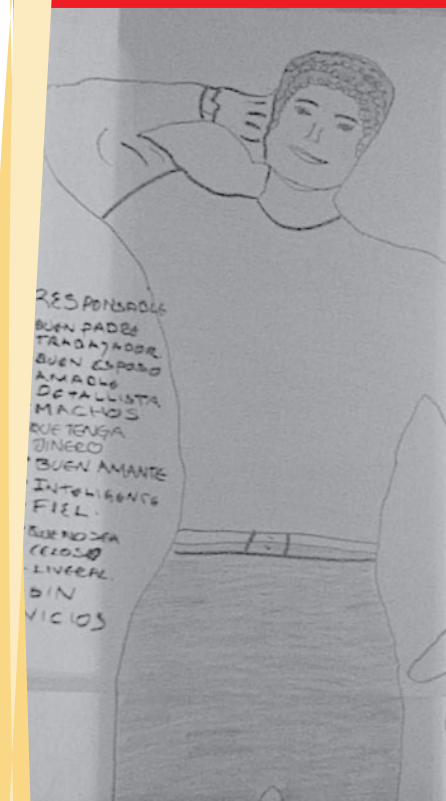
ca pública, comunicación radiofónica y capacitación a fin de generar estrategias destinadas a posicionar en el ámbito nacional las necesidades específicas de las mujeres en materia de prevención y servicios. SIPAM, hará hincapié en sus próximas acciones en la 6ª. Meta del Milenio, que trata sobre el combate a la Malaria, Tuberculosis y VIH/SIDA; y a nivel regional (LAC) en el reto de la nueva construcción del "Acceso Universal a la Prevención, Tratamiento y Asistencia del VIH/SIDA", enfocado en poblaciones vulnerables como las mujeres, las niñas y las y los jóvenes, en donde visualizamos la esperanza de poder erradicar la pandemia del VIH/SIDA en el mundo.

Es así como se propuso el encuentro entre jóvenes radialistas del Distrito Federal (Evolución Radio y Radio de SIPAM) y de la Ciudad de Oaxaca (Radio Comunitaria "Voces al Viento") con mujeres afectadas por el VIH de ambas entidades con la intención de generar vínculos entre población de mujeres afectadas por el VIH/SIDA y los comunicadores, que fortalezca la producción de mensajes dirigidos a la población de mujeres, sobre los factores de riesgo para contraer el VIH/SIDA, tales como sufrir violencia, ser discriminada y mantener relaciones de asimetría con la pareja, factores de índole social, que aunados a los de índole físico, conforman una problemática compleja, invisible y esencialmente injusta.

Con el apoyo financiero del Instituto Nacional de Desarrollo Social (INDESOL) SIPAM lanzó una convocatoria en siete Instituciones del sector salud, Organizaciones de la Sociedad Civil y a través de Notiese en el Distrito Federal, mientras que en la Ciudad de Oaxaca se contó con el apoyo del COESIDA y de la Secretaría de Salud.

En dos cursos-talleres vivenciales, dos en cada ciudad, mujeres afectadas por el VIH/SIDA recuperaron su voz, mientras daban significado a la experiencia de convivir con el VIH. Todas mujeres, amas de casa, madres, hijas, monógamas, fieles, las más viudas; y el resto, todavía junto al hombre que las infectó. Todas en constante lucha por permanecer vivas y presentes.

Mujeres que quieren ser reconocidas pero no conocidas y así, desde el anonimato, vierten primero susurros que con el paso de los días, se vuelven voces, gritos, testimonios vivos que narran una experiencia que al fin se niega al silencio y se conceden su propia voz.





Unidos por una voluntad solidaria hombres y mujeres se reúnen para preguntarse y responderse juntos: “¿Quién soy y qué deseo comunicar?”. Las mujeres acompañadas por el habitante silencioso que sin invitación, un día penetra en la tibieza del lecho conyugal para traspasar sus pieles, sus cuerpos, sus almas. Un intruso siempre presente, que desde entonces les sigue por los rincones de sus casas y por las calles... y ellas ríen, lloran, aman, sueñan y buscan, luchan para que la discriminación no las golpee y por un lugar de poder para decir sin miedo: “Yo soy Maura, soy mujer, soy madre y espero algún día poder decirles a mis hijos que vivo con VIH... quiero más aceptación y menos rechazo”.

## CONOCIENDO Y RECONOCIENDO

¿Quién soy? Encontrar mi nombre y mis cualidades es fácil, si me imagino siendo un animal, una mariposa, delfín, yegua, ave, cucaracha, felina, una perra que combate. Ese animal imaginario soy yo, una hembra guerrera, audaz, tenaz, comprometida, sensible, sincera, creativa, justa, alegre. SOMOS y ESTAMOS dispuestas a tejer hilos de ilusión y esperanza que nos unan a pesar de la distancia, que nos sujeten, nos hermanen y nos fortalezcan; son hilos de colores para crear una red de apoyo que nos permita reconocernos y empezar a decidir.

Todas decidimos seguir viviendo y por ello, entre velas encendidas y con los ojos vendados, recordamos cuando éramos ciegas y nos dejamos guiar. Hoy no somos más ciegas, pero cubrimos nuestros ojos para generar un momento de intimidad, un reencuentro con nuestros cuerpos, sentimientos, espíritus y almas hermanas.

Tocar mi cuerpo y otro cuerpo, lentamente hasta que la tensión se desvanece y las lágrimas y la ternura surgen ¿Hace cuánto tiempo no sentíamos otras manos tocando nuestros cuerpos? ¿Hace cuánto notamos que los otros cuerpos se alejaron del nuestro por miedo, rechazo o asco?

El recuerdo tiene una dimensión de dolorosa soledad: las caricias se fueron desde el diagnóstico, once, nueve, ocho, seis, dos años; hace meses. Pero hoy termina el ciclo de soledad, porque desde hoy volvemos a sentir, a acariciar. El calor y afecto experimentado es agradecido con una mirada, una sonrisa y un abrazo, que finalmente desquebraja el hielo y la distancia... nuestros cuerpos, nuestra mente y nuestro espíritu están listos para hablar y escuchar sobre nuestros logros: terminar una carrera, sobrevivir sin el cobijo de una familia, comprar las cortinas a una madre, superar el alcoholismo, subir a los árboles, aprender a andar en bicicleta y aceptar debilidades, vencer el miedo ¿Cuál es el logro más grande? Reconocer que el VIH esta cerca, demasiado cerca, que habita en nosotras.



## EL CUERPO, UN LUGAR DETERMINADO POR LA SOCIEDAD

¡Ah, el cuerpo! Mi cuerpo antes fuerte y sano, hoy un poco débil y dispuesto a amar y a ser amado ¿Qué me gusta más de él? Me gusta todo: mis ojos, muslos, manos, labios, pelo, mis pechos ¿Qué me gusta menos? Mis pies, nariz, piernas, tobillos. Nos levantamos y corremos entre canastas de comida Oaxaqueña y *cachonderías* regadas en el salón, jugamos, reímos y formamos equipos para imaginar y dibujar al hombre y a la mujer perfectos.

En el piso hay gises, crayolas y plumones de colores. Cómodamente recostadas acordamos las características ideales físicas, psicológicas y emocionales que *deben* adornar a la mujer y al hombre perfecto. Determinamos que personas con nombres tales como Giovanna, Fernanda, Bárbara y Alejandra *deben* ser altas, delgadas, atractivas, blancas, ojos claros, labios carnosos, sensibles, inteligentes, discretas, honestas, sinceras, buenas madres y esposas, fieles, buenas en la cocina y en la cama, trabajadoras y comprensivas. Los hombres con nombres como Stefano, Máximo, Hugo Miguel y Héctor ser altos, musculosos, unos de piel blanca, otros morenos, cabello chino, boca sensual, manos grandes, varoniles, deportistas y sin vicios, responsables, cariñosos, trabajadores, amables, inteligentes, detallistas, sinceros, comprensivos, buenos padres, buenos amantes, pero sobre todo fieles.

El *deber social* exige mucho a hombres y mujeres. Nadie de las y los presentes cubre los requisitos de la exigencia social, y sin embargo, nuestros cuerpos llevan la marca de la sociedad que sanciona cuando no respondemos a los parámetros de belleza y comportamiento. Reconocemos que la autoexigencia por parecernos a nuestras representaciones engendra contradicciones que nos impide reconciliarnos con nuestros cuerpos y sentimientos auténticos. Todas terminamos por rebelarnos ante las imágenes que creamos, que ahora yacen mudas pegadas en las paredes. De ahora en adelante sólo serán espectadoras y testigos de nuestros genuinos anhelos, sueños y esperanzas.

*¡Ah, el cuerpo!  
Mi cuerpo antes  
fuerte y sano, hoy  
un poco débil y  
dispuesto a amar y  
a ser amado.*







## ¿ES LO MISMO SEXO, SEXUALIDAD Y GÉNERO?

Nuevamente en equipos conversamos sobre el significado de estas palabras antes prohibidas e inquietantes: Sexo es la diferencia biológica entre hombres y mujeres: los hombres tienen pene y las mujeres vagina entre otras características físicas; Llamamos Sexualidad en cambio a la forma en que se relacionan los cuerpos sexuales con otros de igual o diferente sexo; Género por su parte, es la construcción de símbolos, mandatos e imágenes de lo femenino y lo masculino, lo que “debemos ser”, cuanto pesa esa carga cultural y social, cuanto pesa!

Una lista echa por el grupo sobre las características sociales de cada género nos dice que los hombres son machos, violentos, groseros e infieles; a las mujeres hogareñas, obedientes, sumisas, femeninas, monógamas, buenas madres y esposas. Esta lista se parece mucho a la descripción de un personaje de una obra de teatro, así que pronto nos vestimos como el sexo opuesto y actuamos el rol estereotipado que socialmente se exige a hombres y mujeres en el salón que ahora es casa, oficina o calle.

Las risas distienden la tensión que sigue al explicar, los sentimientos despertados al actuar como nuestro opuesto “se nota la falsedad, deberíamos ser más honestos”; una mujer dice: “Hubiera sido la más puta de las putas y a lo mejor no me habría ido tan mal...” un hombre dice: “Yo me siento culpable, deberíamos de empezar por romper los esquemas sociales... pero se manejan dobles discursos, seguimos reproduciendo los roles, tenemos mucha carga y es difícil para todos” Concluimos que el género no sólo nos determina sino que nos hace vulnerables, pues en el afán de cumplir con los mandatos sociales hacemos y decimos cosas que nos dañan y dañan a otros y otras. A las amas de casa, el mandato social las hace doblemente vulnerables. Lo sabemos nosotras, pues nosotras confiamos, cumplimos, creímos y el VIH nos golpeó.

*Concluimos  
que el género  
no sólo nos  
determina sino  
que nos hace  
vulnerables.*



## DUDAS, MITOS Y REALIDADES SOBRE EL VIH/SIDA

¿Cuánto sabemos realmente sobre el VIH? Es un virus y por tanto necesita de una vía de entrada, no se contagia como la gripa. El SIDA es el conjunto de signos y síntomas provocados por el Virus de Inmunodeficiencia Humana. No es lo mismo tener SIDA que ser una persona viviendo con el VIH. Reconocemos la importancia de adherirnos al tratamiento para no desarrollar SIDA, la toma correcta de los medicamentos nos salvará la vida e impedirá que el virus se vuelva resistente.

En grupos discutimos como *si da* y como *no da*. Solo puede transmitirse por la vía sexual, sanguínea y perinatal, en cambio *no da* por abrazar, saludar, besar, dormir en la misma cama, ni por compartir trastes y sanitarios, ni sueños tampoco.

Entonces el rechazo y la discriminación cobran dimensión en las experiencias vividas en carne propia, pues nuestro potencial para infectar a otros es puro imaginario social. Nos han tratado como peligrosas o como enfermas por la construcción social del VIH/SIDA, sufrimos una condena y un castigo que niega nuestra condición, nos margina e invisibiliza injustamente, doblemente al ser mujeres y si tenemos hijos, nos preocupa mucho más nuestra confidencialidad y anonimato.

## UN CAMINO MIL VECES TRANSITADO DE IDA Y VUELTA: LA ACEPTACIÓN, LA NEGACIÓN, LA IRA Y EL REGATEO

Desde nuestro diagnóstico estas palabras juegan en nuestra mente. Aceptación, “es aceptarnos con nuestros defectos y virtudes”, “reconocer que vivo con el virus del VIH y que es como cualquier otra enfermedad”. Negación es lo contrario, pero agregamos “... es no aceptar lo que te pasa, negarte a ser feliz en las condiciones que sean...” a la Ira la relacionamos con coraje, enojo, impotencia y desesperación, “es una reacción violenta ante lo que nos pasa” Este sentimiento es el más sentido, es lo que experimentamos al preguntarnos ¿Por qué a mí? Y el enfrentamiento con el diagnóstico de ser VIH+, ¿en quién descargo mi ira? El regateo, es dialogar para obtener una rebaja, es negociar ¿Con quién negociamos más y mejor vida? Con Dios para obtener más tiempo, con la sociedad para evitar el rechazo. Todas coincidimos, vamos de la aceptación a la ira y de la negación al regateo diariamente, a veces el recorrido sucede en cuestión de minutos, porque dormimos con el VIH y despertamos pensando en él.



*A la Ira la  
relacionamos  
con coraje,  
enojo, impotencia  
y desesperación,  
“es una reacción  
violenta ante lo que  
nos pasa”.*

*“yo me siento  
rara, no se lo que  
dice mi etiqueta,  
pero me siento  
observada”.*

## ENTRE AMIGAS Y ENEMIGAS NOS ETIQUETAMOS

Por el salón caminamos tratando de mantener la seriedad. En nuestra frente han pegado una etiqueta que no podemos ver, pero en la frente las de los y las otras se leen respectivamente: la puta, la flaca, la santa, la sirvienta, la india, el maricón, la coja, la gorda, la india, la drogadicta, la machorra, la sidosa. Nos gana la risa antes de reunirnos en parejas para platicar lo que sentimos. Una voz comenta: “yo me siento rara, no se lo que dice mi etiqueta, pero me siento observada”. Un pensamiento se instala en el colectivo: No importa como me ven los demás, lo importante es saber como me veo yo misma. Todos y todas somos sujetos de amor, todas las personas somos seres humanas.

Pero ¿Qué esperamos de una amiga? Que sea incondicional, sincera, que te respete, que te acepte, que te apoye, que te escuche, que no te juzgue, que te haga compañía, que sea tu cómplice. No obstante, la verdad pesa, pues aún entre amigas nos etiquetamos ¿Y qué se espera de una enemiga? Es hipócrita, te envidia, te quita al marido, te traiciona, no le interesas, busca lo peor para ti. Notamos que también en el terreno de la amistad se nos exige demasiado, no siempre tenemos tiempo para ser incondicionales y eso produce sentimientos de culpabilidad. Ahora sabemos que no podemos pegar la etiqueta de incondicional en la frente de las amigas, ni la pareja, ni de hijos e hijas. Simplemente no podemos depositar en una sola persona todas nuestras expectativas, así como ellos tampoco podrán esperar que nosotras seamos sus incondicionales.

La facilitadora comenta que más allá de sobrevalorar las relaciones, la desconfianza entre mujeres ha sido construida socialmente. De niños a los hombres se les enseña a jugar en equipo y a que se adueñen de los patios escolares. Las niñas en cambio juegan en grupos pequeños siempre en las orillas; A las niñas se les repite constantemente que no pueden aspirar a tener “verdaderas amigas”, porque las mujeres siempre son envidiosas. Así de a poco aprendemos a relacionarnos con las otras desde la desconfianza y recelo que finalmente termina de aislarnos de las demás mujeres.

El camino de encuentro con otras mujeres empieza por mirarnos críticamente a nosotras mismas y en ese sentido ¿Qué entendemos por autoestima y autoconcepto?; En equipos comentamos juntas y juntos lo que estas palabras significan. Autoestima es: “conocernos y aceptarnos, tener afecto por nosotras mismas, tener seguridad, valorarnos descubrir capacidades y cualidades, saber la importancia que cada ser humano tiene, querernos y respetarnos”.

Autoconcepto es: “como me veo, quien soy yo en todos los ámbitos, incluyendo mis cualidades, limitaciones y defectos” otras anotan: “es el lugar que yo ocupo en la



sociedad, lo que pienso de mi, lo que yo considero que me determina como mujer u hombre”.

El afecto por una misma, se nutre necesariamente del respeto a las demás personas, es el afecto que nace de la aceptación del ser humanos con la dualidad de su potencial y sus defectos. Pero el centro de la convivencia, aún entre personas que no se tienen afecto se basa en el reconocimiento de sus derechos.

## EL DISFRUTE DEL CUERPO, EL DERECHO A SENTIR PLACER

El placer es una dimensión de la vida. Para ser precisas es la dimensión que nos permite disfrutar con los sentidos, todos lo bienes a los que tenemos derecho: tenemos derecho a la seguridad, a decidir en libertad, a desarrollarnos en todo nuestro potencial, al afecto, a la ternura y al respeto. Con los ojos vendados nos disponemos a sentir con los labios distintos sabores, olores y texturas que nos ofrecen. Frutos de la tierra dulces y jugosos, golosinas y yogurt, son saboreados lentamente. Exploramos y reaprendemos, en la boca sentimos el color, en las manos el olor y en los sentidos el arcoiris del placer.

Se abren las puertas al placer fundamental de tocarnos nosotras mismas, primero los ojos, las manos, el vientre, las piernas ¿A dónde nos llevan los sentidos? A reconocer que nunca nos abrazamos a nosotras mismas, que pocas veces nos sentimos contentas y relajadas; A otras, las caricias nos transportan al mar, a los susurros del viento que sopla sobre un prado verde, nos conduce por los senderos liberadores de nuestra imaginación. Saludamos con gozo a nuestros nuevos cuerpos renovados por el placer que no teme, que no se esconde y que exige un tiempo para determinar “si quiero o no quiero” “si me gusta o no me gusta”, ahora tenemos un cuerpo que sabio defenderá su derecho a sentir placer.

Es tiempo de generar habilidades para el disfrute del cuerpo, por ello juntas caminamos por el sendero de la información sobre sexo seguro y protegido y así rompemos prejuicios. El conocimiento es vital para ejercer nuestra sexualidad con protección y responsabilidad. Exploramos un condón masculino. Mas allá de la

*Ahora tenemos un  
cuerpo que sabio  
defenderá su  
derecho a sentir  
placer.*





*“¡Que chido ser parte de una nueva forma de relacionarse!”*



fecha de caducidad, de la bolsita de aire en el centro del empaque y de la técnica para extraerlo de su envoltura y colocarlo correctamente, está la risa, la imaginación que transforma a un plátano en un cuerpo que tocar, oler y acariciar, un cuerpo para disfrutar. Miriam comenta: “Nunca había visto uno, no sabía el uso... mi marido decía que era para esas *mujeres*”. Verónica ríe y dice: “Ahora que estoy viendo como se pone... todo lo hacíamos al revés; una pareja que tuve después del diagnóstico me decía que mi hilito le ardía” Norma comenta que el hombre con quien actualmente está relacionada afectivamente no quiere tener relaciones sexuales, ni con condón “tiene miedo a reinfectarme, aunque yo digo que tiene miedo a reinfectarse él. Pero el VIH me ha enseñado a ser paciente”.

Llega el turno a los condones femeninos, hay mucha diversión mientras intentamos colocarlo en una vulva de plástico... Y de pronto se devela el derecho a recuperar el ejercicio de nuestra sexualidad. La voz de María rubrica diciendo: “Dios nos hizo con sexo, nos dio la posibilidad de disfrutar. No por ser cristiana me voy a limitar” y continua “mis amigas me dicen: mira, hazle así, hazle asado, ¡con una chingada, suéltate!; Montserrat increpa “las mujeres no nada más tenemos derecho a un orgasmo ¡ni madres!”.

En este grupo, al fin se rompe el tabú del placer como tema prohibido. Madres e hijas compartimos de forma fluida y natural información y experiencias que nos sorprenden mutuamente, mientras una voz recuerda “mi mamá nunca me había hablado de sexo, es bonito aprender juntas”... “¡que chido ser parte de una nueva forma de relacionarse!” comenta otra. Los hombres también están sorprendidos al reaprender la importancia del uso del condón. Juntos hombres y mujeres entre bromas y juegos miramos al condón desde una nueva perspectiva, ya no es una barrera, es un instrumento fundamental para las relaciones seguras, responsables y placenteras.

## LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN ¿REFLEJAN QUIENES SOMOS?

El equipo de radio de Sipam trae un tema, que sin saberlo es central para todas y todos. Anuncian la importancia de ejercer el derecho a la información científica y veraz, pues es la información una herramienta para disfrutar nuestra sexualidad. Subrayan que la mayoría de las personas están excluidas de los medios de comunicación. Las facilitadoras nos invitan a corroborar la afirmación en algunas revistas. ¡Es cierto decimos!: “esos no son mexicanos, representan a otra clase social, venden una imagen que no se parece en nada a nosotras... bueno hasta los animales aparecen ridiculizados” otra voz del grupo menciona “los medios usan imágenes que sólo nos incitan a comprar, a poner a las mujeres como adornos, como simples objetos, yo no estoy ahí... no me veo, no me identifico”.

Entonces, armadas con tijeras, lápices de colores, lentejuelas y otros objetos decorativos, cortamos y pegamos un rostro, una mano, un pie. Lentamente de nuestras manos nace el diseño de una imagen publicitaria en donde se reconozca el tono de nuestra piel, nuestra clase social y nuestra vida. Ahora tenemos una imagen propia opuesta a los modelos de los medios de comunicación que si refleja nuestra identidad, nuestra clase social y nuestras condiciones reales.

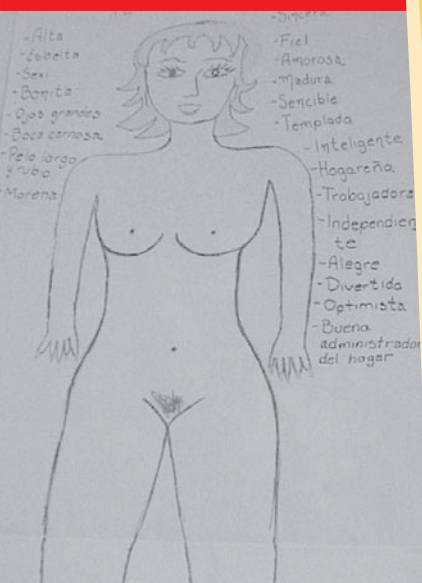
Las imágenes propias que elaboramos, gritan el valor de lo que somos: “ella es Lucy tiene 43 años, hace 9 fue diagnosticada con VIH, es una viuda alegre, sensible, optimista, amigable no le gusta la soledad... lo que si le gusta es hacer labor social, pero sobre todo lo que más disfruta es vivir” y así cada una habla de la otra, a manera de chisme, divertidas, respetuosas.

Pero luego llega el momento de dejar nuestra voz en una audio cinta destinada a los medios de comunicación. En un ejercicio narrativo se desgranar nuestras historias con la fuerza de la denuncia, mientras nuestros rostros permanecen anónimos ¿Quién soy yo? ¿Qué deseo comunicar? La grabación se llena de nuestra voz: “Yo soy Gabriela una mujer de 29 años con un hijo de 9 años, soy una mujer con muchas ganas de vivir, soy una mujer que vive con VIH” “Yo soy Miriam, tengo 38 años me gustaría que la sociedad nos aceptara como somos, yo quisiera decirles a todos que vivo con VIH, ya no quiero seguirme escondiendo” Una a una tomamos la palabra y entre lágrimas hablamos de nuestros anhelos de lo que queremos que nadie olvide. Más tarde escuchamos una grabación profesionalmente editada y musicalizada. La sorpresa nos invade. Me gusta oírme, ahora no quiero vivir más en el silencio.

Un rato después, nos muestran una presentación multimedia, entre risas nos reconocemos, poco a poco el silencio y la muda y contemplativa observación de nuestros rostros con un fondo musical que empezamos a cantar todas, descubro que también tengo un rostro, que canto, que soy una mujer con rostro y voz propios.



*Me gusta oírme, ahora no quiero vivir más en el silencio.*



Violencia es el  
abuso de poder  
que se ejerce en  
personas  
vulnerables

## LA VIOLENCIA NO ES NATURAL

Como muchas, como todas, hemos sido violentadas, lastimadas, otros trastocaron nuestro mundo y nuestros cuerpos y nos cambiaron la vida para siempre. En grupos discutimos qué es violencia y cuántos tipos de violencia existen: Violencia es el abuso de poder que se ejerce en personas vulnerables, un poder autoritario y prepotente que pasa por encima de los derechos de las personas, es una agresión que utiliza la humillación, la descalificación, la invisibilización y el menosprecio y que es común que se acompañe de control, golpes, mentiras e insultos.

Identificamos que muchas personas, aún aquellas que debieron cuidarnos y respetarnos han ejercido violencia sobre nuestros cuerpos; hemos sufrido violencia física y sexual, pues nos obligaron a tener relaciones sexuales cuando no lo deseábamos. Sufrimos la tenaza de la violencia psicológica y emocional y nos controlaron con el dinero. En la violencia no hay nada natural. La forma violenta de relacionarnos la aprendimos socialmente, en la familia primero y en el resto de instituciones después.

Ahora mirándonos en los ojos de las otras comprendemos que hemos vivido en un mundo violento que no terminó en la familia sino que se extiende impunemente hasta el personal de salud y los gobernantes, puesto que ellos son quienes han limitado nuestro poder de decisión, quienes nos rechazan, nos maltratan y en general nos discriminan. Es tiempo de comprometernos a impulsar cambios, no queremos más violencia, queremos un mundo en donde la violencia no nos marque más.

## UNIVERSO DE AFECTOS

Llegó el tiempo de imaginar, de llenarnos de fuerza transformadora, así que afanosas, sobre las mesas o sobre el piso construiremos un universo; donde la figura central luminosa nos representa. A nuestro alrededor, cuerpos celestes representan a quienes nos rodean. Aparecen constelaciones de estrellas, planetas, hoyos negros, dolor. El duelo cae sobre nosotras y el dique de nuestra soledad provocada por la traición, la indiferencia y el egoísmo, se rompe finalmente por el torrente de lágrimas. Es patente que nuestra vida cambió radicalmente a partir del diagnóstico.

¿Qué catástrofe cósmica, cambió tan radicalmente el mapa de nuestras relaciones?!

La respuesta está ahí en el *antes* y *después* que gritan desde las paredes tapizadas, nuestros universos personales.

Juntas y libres de gravedad, aligerado el dolor, recorreremos los universos de las otras y los otros, universos que hoy compartimos. Una a una las voces se elevan: “ahora soy feliz... porque soy libre, me siento como un pajarito al que sacaron de una jaula” alguien más comenta “Hoy he descubierto un nuevo planeta, donde están todas ustedes” Norma acota “mi vida ha cambiado con toda la información que he recibido” otra dice: “Esta conmigo el miedo, la ira, la impotencia, el dolor por ver a mi hermana enferma, pero ella esta envuelta de luz, irradia amor” Lucy dice: “Soy optimista porque quiero seguir viviendo” El optimismo, la alegría, los sueños herramientas fundamentales, con ellas recuperamos la telaraña con hilos de colores que imaginamos al inicio del taller.

Ahora la certeza se instala en todas, necesitamos sólidas alianzas para ayudarnos a sobrellevar la infección y enfrentrar los efectos, paradójicamente el VIH es lo que ahora nos une y una razón para seguir viviendo.

## LO DOLOROSO NO ES SIEMPRE LO QUE HACE RUIDO, SINO LO QUE QUEDA MUDO... Y DESDE EL SILENCIO GRITA

La experiencia nos ha llevado a genera un poder interno que ahora nos permite hablar sobre nosotras mismas y la experiencia de convivir con el VIH/SIDA con una finalidad común: llegar a otras mujeres, evitar que la pandemia crezca, alertar a las personas jóvenes que el único camino para evitar el contagio es la información y la protección.

Diez voces frente al micrófono, narramos la cadena de violencia, impotencia e ignorancia que facilitó la infección y ahí con el mar sobre el rostro, se asoman algunas de nuestras necesidades, de nuestras exigencias reprimidas, para que otras y otros no lo olviden, no nos olviden.

“Esta conmigo el  
miedo, la ira, la  
impotencia, el dolor  
por ver a mi her-  
mana enferma, pero  
ella esta envuelta  
de luz, irradia  
amor”







Proyecto de Coinversión  
SIPAM-INDESOL  
CS-09-D-EG-056-05  
Oaxaca de Juárez, Oax.  
Distrito Federal  
Junio-Diciembre de 2005

Equipo de trabajo:  
Coordinación General  
Georgina Gutiérrez Alvarado

Asistencia de Coordinación:  
Samantha Mino Gracia

Sistematización:  
Iris Eréndira Aguilar Vázquez

Corrección de estilo:  
Axela Romero Cárdenas

Coordinación de fotografía y  
audiovisual:  
Lorenzo Ruiz Vidal

Coordinación en Comunicación y Radio  
de SIPAM:  
María Eugenia Chávez Fonseca  
María Teresa Juárez Sánchez

Entrevistas:  
SIPAM RADIO  
Yazmin Espino Martínez  
Benjamin Acosta Díaz

EVOLUCIÓN RADIO:  
Ismael Gerardo Reyes Reyes  
Alejandro Villamar Bañuelos

VOCES AL VIENTO:  
Omar Trujillo Hernández  
Hitandehui Pérez

DISEÑO:  
Ricardo Morales  
Jesús García

Miriam, Mago, Lorena, Paty, María, Ana, Verónica, Montserrat, Perla y Lucy; somos mujeres que convivimos con el virus del VIH/SIDA, reclamamos el derecho a expresarnos, a una vida digna libre de discriminación, a la atención médica de calidad. No somos víctimas. Exigimos trato respetuoso e igualdad de oportunidades.

Somos amas de casa, esposas y madres. Algunas teníamos trabajo remunerado antes de infectarnos, y otras, las más, estamos trabajando en el sector de la economía informal para sostenernos a nosotras y a nuestros hijos e hijas. Algunas familias saben sobre la infección, otras no, pues tememos su rechazo. Somos en muchos casos el único sostén de nuestra familia y nos angustia pensar lo que pasará si morimos. No queríamos infectarnos, ahora que tenemos entre 29 y 60 años sabemos en carne propia que el VIH-SIDA no discrimina, quienes nos discriminan son las personas.

¿Qué nos dejó el VIH? Y aunque parezca contradictorio encontramos en la respuesta fortaleza: una nueva oportunidad de vida, la posibilidad de aprender, de informarse y la responsabilidad de informar a hijos e hijas sobre nuevas formas de relacionarse con sus parejas.

¿Qué les decimos a otras mujeres? Que a pesar del VIH tenemos anhelos, sueños, derechos, piel que siente y alma en el cuerpo. Amamos la vida, respirar cada mañana, vivir con plenitud. Tenemos justo a nuestro lado al VIH para poder controlarlo. Si lo dejamos atrás nos puede empujar a un abismo y si lo ponemos delante nos hará tropezar. El VIH es una condición que no nos limita ni apagará nuestras risas, ni nuestra vida.

El VIH/SIDA entro a nuestras vidas sin tocar la puerta, nos tomo por sorpresa. El aparente cobijo de un hogar no nos protegió. Por eso es tiempo que las mujeres juntas, las afectadas y las no afectadas reconozcamos el peligro de la infección, que alcemos la voz para demandar una sociedad que subsane las desventajas e inequidades que nos vulneran a todas. Esperamos que otras y otros nos escuchen y sepan que les necesitamos para romper el silencio.

*Con amor a una estrella que  
partió y se prendió del cielo oaxaqueño  
y con la esperanza de vida a una luz  
encendida en la Ciudad de México.*