

**“Aprendiendo juntas:
Experiencia comunitaria en
Talleres de Sexualidad”**

Círculo de Mujeres por la Salud

Noviembre del 2000 - Año 2 - Nº 4

© EPES

Nº inscripción: 117357

ISBN: 956-7546-09-6

Casilla 22 Correo 44 El Bosque, Santiago

ielch@epes.cnt.cl

Casilla 3144 Concepción

epes97@chilesat.net

Diseño Portada: Percy Bedwell Rodríguez

Impresión: LOM Ediciones

Impreso en Chile, Noviembre del 2000

Se autoriza su reproducción total o parcial citando la fuente

SERIE

APUNTES PARA LA ACCION

“Aprendiendo juntas: Experiencia comunitaria en Talleres de Sexualidad”

Círculo de Mujeres por la Salud

Hilda Arzola
María Maggie Carrasco
Dixa Contreras
Sara Donoso
Mónica Maldonado
Susana Monsalves
Jéssica Pino
Silvia Rojas

Sistematizadoras

María Eugenia Calvin y María Stella Toro

APUNTES PARA LA ACCION

Noviembre del 2000 • Año 2 • N° 4

Educación Popular en Salud - EPES
Iglesia Evangélica Luterana en Chile

INDICE

Resumen

Cantata de la Monitora de Salud Poblacional

Presentación

I. INTRODUCCION

- 1.1 Mujeres haciendo historia
- 1.2 Supuestos: ¿Desde dónde partimos?
- 1.3 Metodología: ¿Cómo lo hicimos?

II. TRAYECTORIA GRUPAL: La voluntad de permanecer organizadas

- 2.1 Fragmentos de una historia

III. LAS VISIONES SOBRE SEXUALIDAD: “Siempre va a estar conmigo, desde que se nace...”

- 3.1 Lo personal y lo colectivo: La apertura con otras y nosotras

IV. LOS TALLERES

- 4.1 La Planificación: Cómo se organiza el grupo
- 4.2 Contenidos de los Talleres: Sexualidad y SIDA y Menopausia y Autovaloración Personal
- 4.3 A quienes se dirigen: Participantes de los Talleres
- 4.4 Los componentes de la metodología de Talleres

V. IMPACTO DE LA ESTRATEGIA EDUCATIVA

- 5.1 Impacto de los Talleres en las participantes
- 5.2 Impacto en el grupo Círculo de Mujeres por la Salud

VI. CONCLUSIONES

Anexos

- Nº 1: Extracto Cartilla Taller Sexualidad y SIDA
- Nº 2: Estructura y contenidos sesión Taller Menopausia y Autovaloración Personal

Bibliografía

RESUMEN

Describe el trabajo realizado por el grupo Círculo de Mujeres por la Salud en la temática de Sexualidad. Incluye una revisión de los distintos períodos que conforman la trayectoria de 15 años de esta organización de mujeres pobladoras de la comuna de El Bosque. Presenta las visiones que las integrantes del grupo han construido en torno a la sexualidad, a la metodología con que abordan su trabajo educativo dirigido a adolescentes y mujeres adultas y acerca de cómo su accionar educativo podría aportar a la constitución de nuevas organizaciones. Se describe la forma en que el grupo se organiza, los contenidos de dos talleres educativos realizados en 1999 y los componentes de su metodología. Las conclusiones dan cuenta de las reflexiones del grupo respecto a los aportes del proceso de sistematización de su experiencia y de los impactos que tiene la participación en actividades educativas orientadas por un enfoque de educación popular; como también, de las dificultades que enfrentan en el abordaje de este tema y de las necesidades de capacitación y recursos para dar continuidad a su trabajo de educación en sexualidad.

Cantata de la Monitora de Salud Poblacional Círculo de Mujeres por la Salud

*Aquí comienza la historia de un grupo de soñadoras.
Mujeres valientes, valiosas, como somos las pobladoras.
Si parece que fue ayer, cuando todas nos descubrimos,
poco a poco, paso a paso abriéndonos camino.
Te recuerdo esbelta y bella, con el pelo largo y tu risa plena
¡¡Los clasistas a la cresta!!.*

*Pues que nos digan marginales, rascas, gordas, feas, ignorantes
la educación entre pares capacidades te entrega,
mejorando así tu vida, la pobreza no te asusta.
Los desafíos se enfrentan en compañía del grupo,
la familia y tu vecina, como dijo la Gabriela:
“¡¡Todas íbamos a ser reinas!!”.*



*Y llegó el '73 con estampidos de guerra
contra un pueblo desarmado, con ideales a cuestas
nos mataron la alegría y los sueños destrozaron.
Quisieron arrancarlo todo, hacernos olvidar lo soñado,
había que sobrevivir no transando lo alcanzado
mientras tengamos memoria la historia no ha terminado,
el dolor y la tristeza ¡Al pasado!
Nada más y nada menos que justicia es lo esperado
desperdudimos la cara limpiándonos las lágrimas
nos fuimos reconociendo, creamos lazos
unimos fuerzas armándonos un canto.*

*Necesidades tenemos, capacitarnos quisimos
y al EPES en nuestro camino encontramos
gente con mucho valor pueblo a pueblo agradecido
con ellos fuimos aprendiendo que los sueños no se olvidan
mientras la organización exista en la población, la fábrica o la oficina
defendiendo los derechos a la salud y vida digna
que la lucha continúa que prevenir es primero
hagamos conciencia vecina pa' que no nos enfermemos.*

*Que a la mujer pobladora si de economía le hablan
le sobra de todo un poco, administrando la nada.
Que el sueldo de su marido al modelo no le importa
pues la oferta es la demanda y el consumo lo primero
lo muestran a cada rato la tele y los letreros.*

*Ya no tengo el mismo macho porque aprendió a ser compañero
tenemos los mismos derechos creciendo con nuestros hijos.
El camino se hace ancho, la vida lo va marcando
depende de ti mujer, el querer organizarlo.*

*Monitoras de salud seremos, consejera, amiga, hermana
aprendiendo poco a poco, para organizar las masas
y que serias nos ponemos, cuando de enfermeras nos tratan.
Pero el taller es lo primero con tabla, dinámica y charla.
monitoras de salud pa' servirle a usted nos llaman.*

*Esta historia no termina, capacidades nos sobran
tiempo es el que nos falta
y así como usted nos ve, mujeres muy poquita cosa
aprendiendo a sobrevivir, organizando las cosas.
Mensaje pa' ti vecina, que eres nuestra esperanza
que aprendas como nosotras, que salimos de la casa.*

PRESENTACION

El documento que tienen en sus manos, titulado *“Aprendiendo Juntas: Experiencia Comunitaria en Talleres de Sexualidad”*, corresponde al cuarto número de la serie **“APUNTES PARA LA ACCION”**¹ y está dedicado a compartir los resultados de la sistematización de la experiencia educativa del grupo Círculo de Mujeres por la Salud, de la comuna de El Bosque.

Los documentos de la serie **“APUNTES PARA LA ACCION”** publicada por Educación Popular en Salud – EPES, se orientan a compartir experiencias de trabajo en salud comunitaria, rescatando las metodologías empleadas, buscando con ello favorecer su difusión y la valoración del saber acumulado por las organizaciones sociales, así como apoyar el desarrollo de prácticas educativas participativas.

Al iniciarse el trabajo de sistematización, el Círculo de Mujeres por la Salud estaba constituido por 8 integrantes, dos de las cuales no terminaron el proceso ya que por diferentes razones se alejaron del grupo. Los orígenes del Círculo de Mujeres por la Salud se remontan a 1985, cuando cinco de sus integrantes participaron en el Curso de Salud Preventiva realizado por EPES en la capilla El Molino, a solicitud de las dirigentas de las organizaciones y comunidad cristiana que trabajaban en las poblaciones El Almendro 1, El Puelche, 14 de Enero y sector Carol Urzúa donde se ubicaba la Capilla San José Obrero².

Esta organización que ya cumplió 15 años de existencia ha tenido una trayectoria en la cual han estado presentes muchas de las debilidades que han caracterizado el desarrollo del movimiento poblacional y en especial de las organizaciones de mujeres en nuestro país. El grupo Círculo de Mujeres por la Salud logra proyectarse en el tiempo a pesar de las rupturas y disminución en el número de sus integrantes, fortaleciéndose finalmente con la reinserción de monitoras que fueron parte de grupo original, entre otras situaciones. Este grupo de salud ha permanecido porque ha podido adaptar su forma de organización y modo de funcionamiento para dar cabida a la participación de mujeres que no podían comprometer una participación constante y asumir en un momento determinado las tareas de la organización.

En los últimos doce años el grupo ha estado constituido sólo por mujeres, en su mayoría ellas han combinado sus roles de dueñas de casa y madres con el trabajo remunerado dentro y fuera de la casa; algunas son jefas de hogar o son las proveedoras principales de los ingresos de sus familias. Este contexto, como el cambio de domicilio y comuna de algunas de ellas, y también la necesidad de concluir sus estudios en la enseñanza básica y media, son parte de las situaciones de vida que han estado presentes en la historia de participación de sus integrantes.

¹ Otros títulos de la serie *Apuntes para la Acción*, son los siguientes: *“Dos experiencias de formación de grupos de salud poblacional”*; *“Experiencias de trabajo Intersectorial en Capacitación y en la Construcción de una Red Comunitaria en la comuna de San Ramón”* y *“En el desierto de la violencia y abuso creció una flor para dar vida”*.

² Estas poblaciones pertenecían en ese entonces a la comuna de San Bernardo.

La trayectoria del Círculo de Mujeres por la Salud da cuenta de un amplio trabajo comunitario en las poblaciones El Almendro 1, El Puelche, 14 de Enero (ex toma de terrenos) y Valparaíso. Los problemas de salud abordados por el grupo han sido muchos pues las necesidades del sector así lo han requerido; no obstante, ha habido necesidades a las cuales el grupo ha buscado dar respuesta a través de toda su historia de organización, una de ellas es la falta de educación sexual y la necesidad de aportar al desarrollo y autonomía de las mujeres de su comunidad.

El trabajo de esta organización ha considerado un proceso continuo de capacitación, a lo cual ha contribuido EPES, otros organismos no gubernamentales y también las coordinaciones u organizaciones de segundo nivel del movimiento de salud de las mujeres y redes temáticas a nivel local y regional³. Esta vinculación del grupo con otras organizaciones representa una fortaleza, en especial en los últimos diez años, porque ello no sólo ha aportado nuevos conocimientos, sino que al fortalecimiento de nuevos liderazgos en el grupo y el acceso a eventuales recursos financieros.

El trabajo de educación en sexualidad realizado por el Círculo de Mujeres por la Salud, ha tenido permanencia a través de toda su historia, y se ha visto fortalecido a partir de los últimos siete a cinco años, período en el cual se da la participación constante de sus actuales integrantes. El proceso de sistematización realizado con el grupo nos ha posibilitado adentrarnos en su trayectoria como organización; conocer el significado que ha tenido en sus vidas el estar organizadas y el valor que asignan al trabajo educativo en la reconstitución del tejido social. También, nos hemos aproximado a las motivaciones de sus integrantes para educar en sexualidad y a conocer o más bien explicitar la estrategia de educación y acción con que han abordado su trabajo comunitario. Todo ello ha facilitado un proceso de conocimiento y re-conocimiento de los saberes de los cuales este documento intenta dar cuenta.

EQUIPO EPES

³ *Entre estas coordinaciones se encuentra la Coordinadora Metropolitana de Salud Poblacional; el Movimiento Pro Emancipación de las Mujeres Chilenas (MEMCH); el Foro Abierto de Salud y Derechos Sexuales y Reproductivos; la Red de Mujeres de Organizaciones Sociales (REMOS); la Red Comunal El Bosque de Acción en VIH/SIDA y la Coordinación de Grupos de Salud capacitados por EPES.*

I. INTRODUCCION

1.1 Mujeres haciendo historia

“El silencio no puede seguir siendo mi lenguaje”⁴

El grupo Círculo de Mujeres por la Salud ha desarrollado por casi 15 años un accionar comunitario centrado en mejorar la calidad de vida de las y los pobladores de la comuna de El Bosque, su trabajo educativo en sexualidad se constituye como una parte importante de este proceso organizativo que ha buscado compartir con la comunidad los saberes que el grupo ha acumulado y desarrollado a través de su trayectoria.

Los conocimientos y metodologías que este Grupo de Salud ha elaborado a partir de su trabajo en sexualidad fueron sistematizados⁵ en el taller de recuperación de aprendizajes y experiencias que EPES realizó con el grupo entre abril de 1999 y noviembre del 2000⁶. Proceso en el que se puso de manifiesto la importancia de retroceder en el tiempo para ver lo que se ha hecho, *“En cada sesión nos fuimos asombrando de todo lo que hicimos antes y eso es como el trabajo de la memoria histórica...”⁷*.

Los recuerdos de cada una de las integrantes del grupo se fueron cohesionando y complementando al intentar desentrañar el accionar en sexualidad desarrollado en sus 15 años de trabajo con la comunidad. La vuelta a pasar por el corazón⁸ que se produce cuando se recuerda estuvo presente en cada sesión del taller. La memoria actuó como un hilo invisible que conectó a las integrantes antiguas con las más nuevas, al ir y venir del pasado hacia el presente y del presente hacia el pasado.

“Para mi ha sido súper importante esta cosa de ir recordando lo anterior.. he ido valorando a mis compañeras por todo lo que han hecho. Yo siento hartito haberme perdido etapas. Pa’ mi es súper importante saber que mis compañeras han hecho tantas cosas...”

El sentirse parte de un colectivo social y protagonista de lo que se ha hecho fue importante al momento de repasar la trayectoria del grupo, como lo reflejan las siguientes palabras, fue *“Recordar gran parte de mi vida, darme cuenta que soy parte de la historia. Actriz y autora”*. El acto de recordar permitió re-conocer y re-valorar la experiencia, en la medida que ésta se ha construido a partir de la colaboración y entrega de cada una de las integrantes de la organización.

⁴ Teillier, Jorge. *“La última isla”*. Para ángeles y gorriones.

⁵ Entendemos por sistematización un ordenamiento, clasificación y categorización de la información recopilada, que permite conceptualizar las experiencias vitales y asociativas que se desarrollan durante los procesos organizativos.

⁶ Este taller contó con sesiones quincenales y semanales, además de tres jornadas de trabajo.

⁷ La mayor parte de los textos entre comillas corresponden a las discusiones, reflexiones, opiniones y testimonios que entregaron los integrantes del grupo Círculo de Mujeres por la Salud, durante el transcurso del taller de recuperación de aprendizajes y experiencias del trabajo en sexualidad desarrollado por el grupo.

⁸ Recordar significa volver a pasar por el cordis o corazón en latín.

“Tantas cosas que uno ha hecho y no se ha dado cuenta”.

“... asombrarnos cada vez más y más de lo que habíamos hecho alguna vez y de lo que estamos haciendo actualmente... Nos sirvió para reconocer y reforzar conocimientos... nos ha servido para ser más disciplinadas en nuestro trabajo...”.

Esta re-valoración de lo realizado se produce al tomar conciencia de que ‘se sabe’ y al reconocer que los conocimientos y procesos educativos en que el grupo ha participado han permitido construir bases sólidas para el accionar actual. También por la validez que cobra la experiencia al descubrir el impacto que el trabajo del grupo ha tenido tanto en la vida personal de cada una de sus integrantes, como en la de las mujeres y jóvenes que han participado de sus actividades.

Recodar y apropiarse de una historia común en la que todas sus integrantes han aportado independientemente del tiempo que cada una ha estado en el Círculo de Mujeres por la Salud, se constituyó en un proceso de aprendizaje colectivo, como señaló una de las monitoras que no forma parte del núcleo de dirigentas que dieron origen al grupo, *“Al recordar ellas uno va aprendiendo...”*, porque a partir de la interpretación de los recuerdos y de la experiencia es posible proyectar un futuro colectivo en el que la vida cotidiana se entrelaza con el accionar social, *“La idea es un poco mostrar que al estar organizada hay una posibilidad de cambio”⁹*.

La organización cobra centralidad en la medida que posibilita mirar con otros ojos la vida, pues a los problemas individuales se les buscan soluciones colectivas, lo privado atraviesa lo público al socializar con la comunidad los aprendizajes y experiencias que el grupo ha elaborado.

La construcción de conocimientos que ha desarrollado este Grupo de Salud es entendida como un proceso que se fundamenta en la generación de saberes a partir de la experiencia, en la posibilidad de capacitarse en los temas que han sido de interés de la organización y en la entrega de los conocimientos acumulados a otras mujeres y a los jóvenes.

“... nosotras con todas las dificultades que tenemos, la vida que hemos tenido, somos iluminadas, inteligentes, capaz. A nosotras nos cuesta más, no hemos ido a la universidad..., apenas hemos sacado el cuarto medio,... en todo nos ha costado más... Por el hecho de ser pobre te capacita en todo... por la vida nuestra es que merecemos decir que somos iluminadas... a nosotras nuestra verdad nos ha costado mucho más que a los intelectuales...”.

“...juntar gente y que la gente aprenda como también nosotras aprendemos de la gente”.

⁹ *“Perder nuestra memoria es perder la posibilidad de imaginar, por nosotros mismos, un futuro diferente. Guardar, mantener, conservar, transmitir y difundir la memoria, no son actos puramente conservadores —en el sentido profundo de la palabra—; por el contrario, son actos necesarios para pensar en el cambio y hacerlo posible”. Milos, Pablo. “Memoria colectiva: entre la vivencia histórica y la significación”. En Garcés, Mario y otros (comp.). Memoria para un nuevo siglo. Chile, miradas a la segunda mitad del siglo XX. Ed. LOM. Stgo. 2000. p.45.*

La posibilidad de recordar que se abrió con el taller de recuperación de experiencias y aprendizajes del trabajo en sexualidad del grupo Círculo de Mujeres por la Salud, permitió que cada una de sus integrantes se reencontrara con la significancia que tiene la trayectoria colectiva, pues al trabajar con sus memorias individuales se hizo evidente la presencia de una memoria social en la que el accionar se vuelve una parte fundamental de los procesos grupales y personales que han vivido¹⁰.

La búsqueda en la memoria de los recuerdos que conforman parte de la historia del grupo fue un ejercicio que permitió interpretar el pasado desde el presente, pues al detenerse para reconstruir y analizar la trayectoria del Círculo de Mujeres por la Salud fue posible que cada una de sus integrantes visualizara la importancia de lo que se ha hecho y la necesidad de seguir adelante.

1.2 Supuestos: ¿Desde dónde partimos?

Durante el transcurso de este proceso fueron compartidos con el grupo algunos de los supuestos con que EPES enfrentó inicialmente esta sistematización, los que se basan en la experiencia de trabajo conjunto desde 1984 con el Círculo de Mujeres por la Salud, como también, aquellos que surgieron a partir de los análisis y conversaciones que se generaron en algunas de las sesiones del taller.

Al iniciar el proceso se planteó la necesidad de identificar tanto las actividades que ha desarrollado el grupo durante su trayectoria, como el involucramiento que han tenido en ellas sus actuales integrantes. Se partió desde lo general, es decir, revisando la trayectoria del grupo desde sus inicios, para así llegar a lo particular, esto es, rescatar los aprendizajes y propuestas de las experiencias de acción comunitaria en sexualidad desarrolladas por el Círculo de Mujeres por la Salud.

Dado que esta organización ha pasado por distintos períodos y conformaciones, consideramos necesario analizar de qué manera sus integrantes se habían involucrado y apropiado de las distintas actividades que el Círculo ha realizado, tomando en cuenta que algunas de ellas, han pasado por períodos de alejamiento del grupo y otras se han incorporado en etapas posteriores.

En esta revisión de la trayectoria grupal fue posible identificar que el tema de sexualidad ha sido abordado casi desde sus inicios, lo que se materializa en las capacitaciones que el grupo ha tomado en sus distintos períodos (por ejemplo el taller de Sexualidad en Parejas en 1984 y taller de Climaterio¹¹ en 1997); en la realización de acciones educativas tales como el taller de Prevención de Embarazo Adolescente (1996) y el taller de Menopausia y Autovaloración personal entregado al grupo de salud David Werner en 1998; en la participación en las campañas Soy Mujer me Quiero Sana (1991) y en la toma del PAP¹² realizada en su sector en 1995 y en investigaciones relativas al tema, como es el caso

¹⁰ "La utilidad y pertinencia de los recuerdos para la acción sería un ejercicio puramente académico si el ejercicio de selección correspondiente no se realiza al interior de una red o colectivo social que asegure, al menos, un grado significativo de potencialidad de acción. Es importante, pues, 'recordar juntos'". Salazar, Gabriel. "Memoria, hermenéutica y movimiento de la 'baja sociedad civil'". En Garcés, Mario y otros (comp.). *Memoria para un nuevo siglo. Chile, miradas a la segunda mitad del siglo XX*. Ed. LOM. Stgo. 2000. p. 263.

¹¹ Este taller fue entregado al grupo por el Comité de Servicio Chileno.

¹² Papanicolau – PAP. Examen preventivo para detectar cáncer cérvico uterino.

del trabajo de investigación en torno a embarazo adolescente realizado con la doctora María Isabel Matamala en 1990 y la encuesta sobre SIDA y mujer impulsada por el grupo con la asesoría de EPES en 1991.

La sexualidad aparece como uno de los temas que ha tenido continuidad en la trayectoria del grupo, lo que se refuerza con el hecho de que durante la última década, esta es una de las temáticas que se ha trabajado con más profundidad y en la que se ubica con mayor fuerza, la participación de sus actuales integrantes, *“Sexualidad es el tema fuerte de nosotras, aprendimos y nos hemos ido sintiendo mejor en nuestras relaciones”*. En este sentido el trabajo en sexualidad, al igual que las otras problemáticas que el grupo aborda en la actualidad, ha sido desarrollado de una manera integral que se entrelaza con la apuesta del Círculo por mejorar la calidad de vida de la comunidad,

“...si mi calidad de vida mejoró, que la calidad de vida de otras mujeres mejore, ¿qué puedo hacer yo?, ¿qué puedo hacer por esas mujeres?, entregar lo que yo sé... Si yo tengo la capacidad de capacitarme y recibir cosas..., si yo puedo hacerlo, yo tengo que entregar lo que yo aprendí. Pienso que eso puede ser también solidaridad”.

Una suposición que subyace a este posicionamiento del grupo, se relaciona con que en el transcurso del trabajo en sexualidad han confluído aspectos tanto de la experiencia personal, como de la experiencia colectiva, lo que se traduce en el objetivo grupal de entregar información en este tema, puesto que es valorada la posibilidad de comenzar a vivir y entender la sexualidad de una manera más abierta, en contraste en muchos casos, con la socialización ‘con trancas’ que se ha recibido. Es desde aquí, que el Círculo de Mujeres por la Salud apuesta por construir espacios educativos en los que puedan entregar los conocimientos que han acumulado y procesado durante su trayectoria,

“... si tu has logrado por medio de una organización o has tenido la suerte de pertenecer a un grupo que te ha capacitado, uno no puede negarse a que otras mujeres pasen por lo mismo que uno pasó, y si ellas no pueden... para eso nosotras estamos, para poder ayudarlas a ellas, a las que quieran subirse al carro y superar algunas cosas”.

Otro de los supuestos surgió al revisar algunas de las listas de inscritos/as en los talleres realizados por el grupo, pues encontramos que había continuidad en la participación de mujeres del sector en distintos tipos de actividades organizadas por el grupo Círculo, por lo cual supusimos la existencia de una estrategia que apunta a la generación de nuevos procesos organizativos. Esto se corroboró en el transcurso del taller de recuperación de experiencias y aprendizajes cuando el grupo explicitó su apuesta de que a partir de sus acciones se pueda promover el surgimiento de nuevas dinámicas sociales, *“...creemos que estamos sembrando para cosechar una nueva organización”*.

1.3 Metodología: ¿Cómo lo hicimos?

Uno de los ejes centrales del taller de recuperación de experiencias y aprendizajes, fue la construcción de una periodización de las actividades desarrolladas por el grupo, a partir de la cual se buscó la continuidad en el tiempo de la temática de sexualidad y conocer el grado de involucramiento que habían tenido las integrantes del Círculo de Mujeres por la Salud en dichas actividades. Este trabajo fue realizado mediante la revisión de material fotográfico; elaboración de papelógrafos, los que fueron revisados, rectificados, llenados y re-llenados por el grupo; también se elaboró un documento que recogió información sobre las actividades del Círculo en el período 1988 – 1998, el cual se basó en los informes semestrales del trabajo preparados por EPES.

La sexualidad fue abordada desde la experiencia colectiva y personal, buscando a través de preguntas y trabajos con tarjetas las confluencias de ambos procesos. Se destinaron varias sesiones a analizar el trabajo que el grupo ha desarrollado en torno a sexualidad y los fundamentos en que se cimienta este accionar, lo que consideró temas tales como: diversidad sexual, aprendizajes culturales de la sexualidad y autoerotismo.

Parte importante en este proceso de sistematización fue la realización por parte del grupo de tres talleres en el segundo semestre de 1999: Taller de Sexualidad y SIDA, Taller de Menopausia y Autovaloración Personal y Taller de Bódanza y Salud Mental. Ello nos permitió ver en la práctica como desarrollan estas actividades, asumir a petición de sus integrantes el registro escrito de las sesiones de dos de estos talleres y analizar junto con el Círculo las debilidades y fortalezas de ambas experiencias.

Los hallazgos que aparecieron en el transcurso del taller de recuperación de aprendizajes y experiencias fueron regularmente compartidos con el grupo, realizando en su fase final un primer borrador de este documento, el cual fue revisado por el Círculo de Mujeres por la Salud en su estructura formal y contenidos, pasando a profundizar, discutir y complementar las ideas e interpretaciones que no estaban claras o que no satisfacían al grupo.

A partir de esta revisión se elaboró un segundo borrador el cual fue entregado al grupo antes de su edición e impresión para que fuera leído y corregido por sus integrantes.

II. TRAYECTORIA GRUPAL: La voluntad de permanecer organizadas

“Sabís lo que pasa es que nosotras nacimos como un grupo... allá en la San José Obrero, entonces nosotras después continuamos con la Coordinadora Solidaria de aquí. Era más o menos lo que hacíamos allá, sólo que allá hacíamos el pan amasado y lo vendíamos, pero también se le entregaban paquetitos a la gente y toda esa onda. Y después cuando seguimos acá, seguimos en lo mismo pero a la vez nos integramos y formamos el grupo de salud San Bernardo. Primero, fuimos la Coordinadora Solidaria”.

Como organización de salud el Círculo de Mujeres tiene sus orígenes en el trabajo de capacitación que desarrolló EPES a solicitud de las dirigentas de la Capilla San José Obrero, ubicada en el sector Carol Urzúa desde donde dirigían un trabajo solidario y de apoyo asistencial a las familias de las poblaciones El Almendro 1; El Puelche y 14 de Enero. Ellas venían impulsando desde hacía ya varios años estas iniciativas y querían reorientar su accionar hacia un trabajo de promoción de la organización y de educación en torno a los problemas más sentidos de la comunidad.

Las mujeres del grupo al recordar lo difícil que era su vida en esos años, rescatan el sentido que tenía en ese entonces entregar alimentos y su esfuerzo por ayudar de una forma que no fuera paternalista, porque en el contexto de la dictadura, sabían que el trabajo asistencial aunque necesario, no era la única solución,

“... pero era algo que se hacía por algo, no era que la gente iba y la iglesia le entregaba nomás y váyase, sino que ahí hacía un trabajo, y además la gente compartía, sanaba un poco su salud mental; se arreglaba, porque tenía un espacio donde ella hacía su tarea y no quería irse tampoco. Y nosotras que siempre estábamos hablándole a la gente sobre diferentes cosas, entonces no era así momás”.

“...a veces recuerdo, me paro afuera de mi casa y miro para el frente y recuerdo ese patio de la coordinadora era como un hormiguero, la gente llegaba, pero toda una tras otra, llegaban a trabajar estaban un rato y después todas se iban con su paquetito debajo del brazo, pero ellas hacían algo para lograr su paquete y había como una... no tanto unión, pero toda la gente...iba alegre y ahora no hay nada en la iglesia, terminaron todos los talleres, todo...”.

Las mujeres que dirigían el trabajo solidario de la Capilla San José Obrero pensaban que se requería hacer un trabajo más profundo con la población, ya que el esfuerzo por crear espacios de encuentro y apoyar la subsistencia de las familias, no permitía generar organizaciones ni cambiar la situación de desconfianza, que existía entre los pobladores y pobladoras que habían sido erradicados desde muy distintos lugares de Santiago a ese sector.

En 1984 el equipo de EPES no tenía la capacidad para realizar un nuevo Curso de Salud Preventiva en otra comuna de Santiago, de modo que respondió a la solicitud de las dirigentas realizando un taller de nutrición con algunas de las mujeres que participaban en la Capilla San José Obrero. Esta actividad marcó el inicio de un conjunto de acciones destinadas a motivar la participación de otras mujeres en el grupo de salud que se formaría en 1985. Este trabajo de capacitación en nutrición en el que se involucraron las mujeres que dirigían el trabajo solidario en la zona, coincidió con un esfuerzo de la comunidad cristiana por construir una iglesia que pudiera brindar un espacio a todas las iniciativas asistenciales, laborales y de capacitación que la comunidad estaba impulsando;

“... y nos dan el primer taller de nutrición allá en la San José Obrero, y ahí empieza la cosa de la iglesia, empezamos a armar esa iglesia nosotras, a conseguir aportes... entrevistas con la Anita¹³ porque en ese tiempo era presidenta de la pastoral”.

“Y ahí nosotros comenzamos el curso de nutrición para poder aprovechar los recursos que en ese momento teníamos, ¡que no eran nada!, porque la mayoría de los hombres trabajaban en el POJH”¹⁴.

“ Lo hicimos en la San José... nosotros empezamos a participar allá, cuando se hacía la olla común allá y nosotras hacíamos pan amasado, y ahí empezamos a ver que nosotras necesitábamos aprender, porque estábamos pasando por un mal momento, estábamos en ollas comunes en las que nosotras participábamos. Yo iba a buscar mi comida allá, porque no teníamos pa' comer y todas las que iniciamos esto pensamos... veíamos que el comedor estaba tan lleno de gente con tan pocas esperanzas...”.

“¡Si po', 84, 85, estaba lleno!, Y hacíamos porotadas, hacíamos empanadas, ¡que trabajamos en esa cuestión!. Nos íbamos a comprar por allá a 'chuchunco city', por allá, por el 32, 33, a unas distribuidoras por allá, con un carretón a mano y lo traíamos, y al carretón se le salían las ruedas de ahí empujando, ¡huy que sacrificado!”.

Eran tiempos difíciles, marcados por las transformaciones económicas y sociales impuestas por la dictadura militar. Los efectos de la recesión, el hambre, la cesantía, la represión y el desarraigo se hacían sentir en estas poblaciones, en ese entonces campamentos, constituidos en su mayoría por pequeños grupos de familias erradicadas de diversas comunas de Santiago, como Pudahuel, Las Condes, Quilicura, Maipú y San Miguel, las menos venían de la Cisterna, en ese contexto, “...no se podía dar la organización ahí, porque la desconfianza entre los pobladores era muy grande”.

¹³ Se refiere a Anne Peters, religiosa de la Congregación del Santo Niño Jesús quien inició junto a otras dos religiosas el trabajo solidario de la Iglesia Católica en el sector.

¹⁴ Se refiere al Programa de Empleo para Jefes de Hogar, implementado por el régimen de Pinochet, durante el período más agudo de recesión económica, en donde la cesantía superó el 30%.

Los pobladores/as no sabían quienes eran sus vecinos, habían perdido sus vínculos y la cercanía a sus fuentes de trabajo habituales. En este sector la estrategia de re-localización espacial¹⁵ de las poblaciones impulsada por la dictadura había logrado su objetivo, puesto que sus habitantes desconfiaban incluso de las religiosas y dirigentas que intentaban romper el aislamiento y construir lazos de solidaridad.

Las integrantes del Círculo recuerdan que después del taller de nutrición, trabajaron junto al equipo de EPES para motivar la participación de las pobladoras en el grupo de salud que se constituiría en 1985, entre las actividades estaba el contactar y entrevistar a mujeres del sector,

“...no sé si son 40 o 30 personas que entrevistamos y empieza el taller acá, después el de primeros auxilios acá, y traemos muchas mujeres de la San José Obrero acá a esta iglesia, cruzaban de allá pa´ acá”.

Al iniciarse en 1999 el taller de recuperación de las experiencias del Círculo de Mujeres por la Salud, este cuenta con ocho integrantes, de las cuales cinco participaron en el Curso de Capacitación de Monitoras en Salud Preventiva que dio origen a su formación como organización de salud. Reflexionando en torno a las motivaciones para integrarse al grupo en la década del '80, las monitoras señalan que las impulsaba *“La necesidad que teníamos en ese tiempo, no teníamos acceso a nada... vivíamos en un régimen de dictadura... de acuerdo a la necesidad que vivíamos”*; *“...en ese tiempo todo era recesión, el POJH, el PEM”*¹⁶ También a algunas las impulsaban sus opciones políticas, *“...sí, porque yo necesitaba hacer lo que estaba haciendo, porque queríamos reagrupar a la gente”*.

Recuerdan que la mayoría tenía responsabilidades en la conducción del trabajo de la Coordinadora Solidaria El Molino,

“...yo era la tesorera, ella era la presidenta”.

“ Yo fui encargada de las bodegas”.

“Estaba la Yoya, la Salomé, la Elvira. Eramos todas las del grupo salud, éramos las que movíamos”.

“Ese fue un trabajo ‘full time’ que hicimos ahí en El Molino. Yo vivía en El Molino prácticamente. Ibamos a comprar con un carretón para llevar mercadería...para entregarle a la gente que iba a tejer, le entregábamos paquetes. Fue un trabajo lindo ese que hicimos, y fue por años ese trabajo”.

¹⁵ La estrategia de re-localización de las poblaciones junto con contribuir a desarticular las expresiones organizativas de los pobladores, tenía el objetivo de homogeneizar la composición de las comunas, sacando hacia los márgenes de la ciudad los campamentos que en la década del '60 y '70 se habían formado en comunas ricas como Providencia, Las Condes y otros sectores acomodados de la ciudad.

¹⁶ PEM, programa de empleo mínimo. Fue el primer programa de absorción de mano de obra creado por la dictadura.

Las monitoras que participaron en el Curso de Salud Preventiva recuerdan algunos aprendizajes que marcaron su experiencia posterior, *“...a mi me quedaron cosas muy grabadas de ese curso”*; *“...uno no puede llegar y decirle a una persona ponte esto sin ver la receta”*; *“...aprendimos a preparar inyecciones, curaciones y prevención”*. En relación a nutrición recuerdan que, *“Hicimos hartas cosas sobre la dieta, que deberíamos hacer, me acuerdo una sesión que hicimos una comida”*. *“También usamos la carne vegetal”*. No es casual que en el contexto de pobreza y de hambre en que vivían las familias populares en ese tiempo, ellas releven la importancia que tuvo aprender sobre *“La dieta, yo me acuerdo que fue bien importante, porque aprendimos a usar cosas que teníamos al alcance y no necesitábamos comprar cosas..., no necesitábamos tanta plata para poder alimentarnos bien”*.

Entre los aprendizajes del Curso de Salud Preventiva el grupo también destaca que *“...lo que nos marcó ahí para seguir adelante fue como la metodología que se usó”*; *“... fue con la metodología apropiada, que nosotras pudimos darnos a entender con la gente que estaba recién igual que nosotras”*.

Los fuertes vínculos que tienen las integrantes del grupo y su alta valoración de la organización, se forjaron tras largos años de enfrentar juntas la dureza de la vida y en las esperanzas que tenían en el esfuerzo cotidiano por la sobrevivencia y en el trabajo educativo, como formas de generar conciencia y defender la dignidad. Ellas señalan que su experiencia fue de *“...crecimiento personal.. para no seguir en el hoyo... saber que no estábamos solas”*. *“En esos años teníamos las pilas bien puestas”*.

2.1 Fragmentos de una historia

Lo intenso de la vida de las mujeres que integraron el grupo en la década del '80, la amenaza y permanente represión que sufrió este sector poblacional, la presencia de conflictos políticos que directa e indirectamente afectaron a las organizaciones; la inestabilidad que afectaba a sus familias que incluso determinaron cambios de domicilio y de comuna; como también, el fuerte significado que ha tenido para sus distintas integrantes el estar organizadas, son algunos de los elementos que han conducido a que en la trayectoria del Círculo de Mujeres por la Salud, se hayan producido importantes cambios, incluso quiebres y posteriores procesos de reconstitución, *“...me retiré yo en el '88 porque me cambié... el '95 me incorporé de nuevo”*. Distinguimos en su historia grupal tres períodos.

Un primer período en la historia del grupo va desde 1985 cuando se realiza el Curso de Salud Preventiva hasta junio de 1990, en que esta organización se llamó Grupo de salud Preventiva San Bernardo. Luego de varios meses en que bajó a dos o tres personas el número de sus integrantes, se da inicio a un segundo período que va desde julio de 1990 al primer semestre de 1994, en el cual el grupo asumió el nombre de Grupo de Salud Renato Castillo¹⁷. Esta nueva conformación entró en crisis y luego de un plazo en que buscaron resolver los problemas existentes, se fraccionaron, optando cada una de las partes por renunciar al nombre y generar dos nuevas organizaciones.

¹⁷ Renato Castillo fue un chileno forzado al exilio que al llegar a Francia a poco tiempo del golpe militar, inició un trabajo de apoyo a exiliados latinoamericanos, el que continuó posteriormente en México hasta su fallecimiento en Mayo de 1990. El grupo toma su nombre en reconocimiento a cientos de personas que anónimamente como él, dedicaron su vida a la defensa de los derechos humanos, dando testimonio de solidaridad y compromiso con la vida.

Esta segunda crisis se superó poco a poco porque no lograban articular un funcionamiento grupal de manera regular; algunas tenían trabajos que les impedían reunirse semana a semana, otras habían perdido la motivación para superar los problemas cotidianos que habitualmente les dificultaban salir de sus casas e incluso una de sus integrantes vivía fuera de Santiago y participaba en las actividades cuando venían de visita. Reflexionando sobre esos momentos en la vida del grupo las monitoras señalan que,

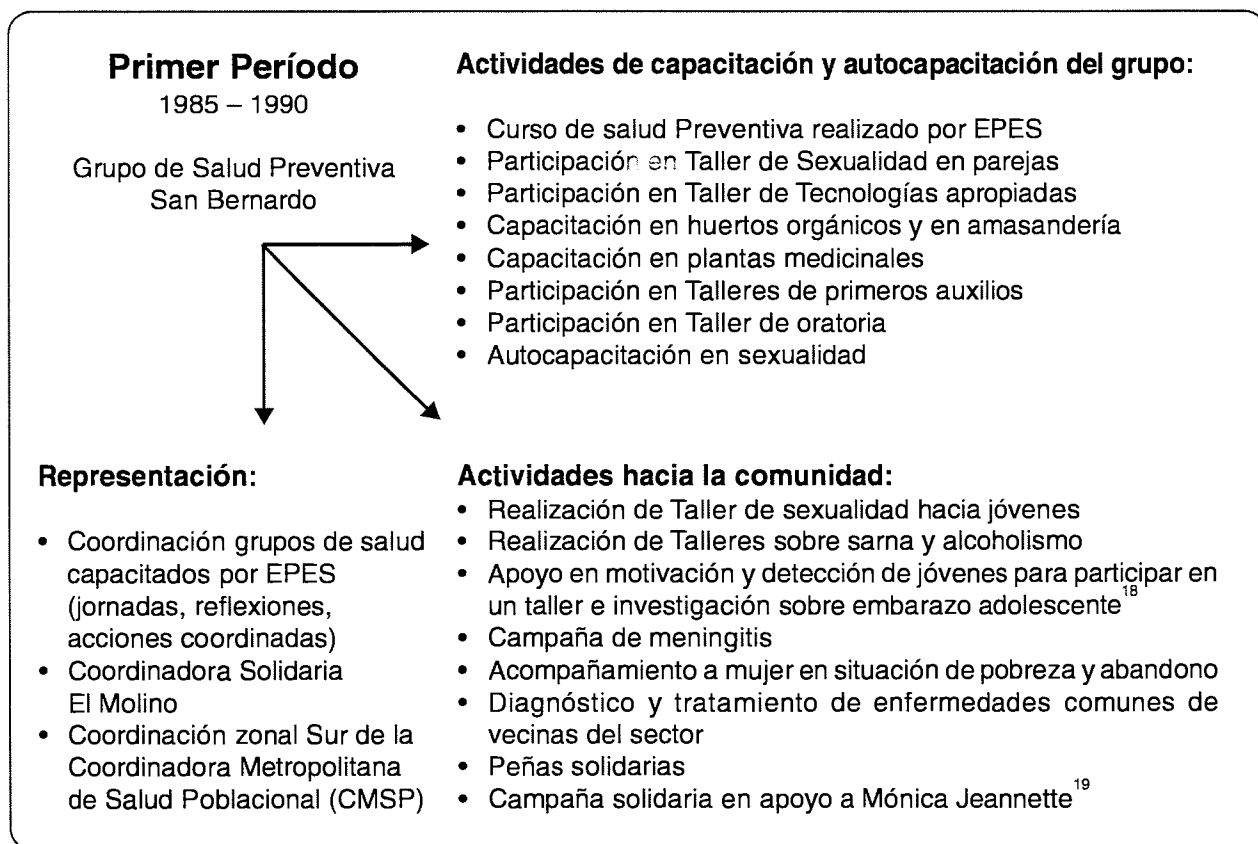
“... hay que reconocer que la persona que ha permanecido durante toda la trayectoria del grupo ha sido Mónica desde sus inicios hasta el día de hoy, porque por uno u otro motivo, unas no hemos estado, otras se han integrado... entonces eso creo importante destacarlo”.

El proceso de llegar a conformarse nuevamente como grupo fue lento y de alguna manera el nombre actual de esta organización reflejaba la realidad que el nuevo agrupamiento estaba viviendo. Sin embargo, en el ideario de la monitora que ha permanecido en todos los períodos persistía la esperanza de que esta forma de funcionamiento más flexible, que no exigía a sus miembros reunirse cada semana, ni participar en todas las actividades comunitarias, sino que de acuerdo a las posibilidades de cada cual, permitiría poco a poco, motivar la integración y compromiso de más mujeres con el grupo. Este proceso se vio favorecido por el reingreso de tres monitoras que fueron parte del grupo original, dándose así inicio a una nueva etapa en la vida del grupo, ahora Círculo de Mujeres por la Salud, la que formalmente comienza en el segundo semestre de 1994 y se prolonga hasta el momento actual.

La revisión de la trayectoria del grupo en sus tres períodos, permite identificar dos elementos de continuidad en el carácter de su acción en el sector:

- 1) En cada período el grupo participa o genera actividades que dan cuenta de una visión integral de salud.
- 2) Entre las acciones comunitarias realizadas por el grupo tienen continuidad aquellas referidas al tema de sexualidad.

En las páginas siguientes se presenta un resumen que da cuenta de algunas de las actividades formativas o de capacitación en que el grupo ha participado, aquellas dirigidas a la comunidad, como también, las actividades o las instancias con las cuales el grupo se ha vinculado en cada período. No se consignan en este resumen acciones tales como completadas, comidas, rifas, confección y venta de artesanías las que también han estado presentes en cada uno de los períodos, y con las cuales el grupo ha generado parte de los recursos financieros necesarios para sostener su accionar comunitario. En esta visión panorámica de lo que ha sido el quehacer grupal se aprecian los elementos de continuidad que identificamos en su trayectoria.



El Curso de Salud Preventiva que dio origen a su constitución como grupo de salud, incluyó el desarrollo de un diagnóstico comunitario para la identificación de los problemas más importantes de la población y consiguiente selección del temario de capacitación que incluyó las unidades de higiene personal y de los alimentos; enfermedades respiratorias y de la piel; nutrición, salud mental; alcoholismo; cómo usar el manual *Donde No Hay Doctor*²⁰; signos vitales, primeros auxilios y la realización de seis actividades comunitarias. Reflexionando sobre las actividades del período y el tipo de capacitaciones en las que el grupo participó, se aprecia que estas mayormente se orientaron a desarrollar habilidades y a aprender métodos y técnicas que les permitieran maximizar el uso de los recursos, lo cual se relaciona directamente a “...la necesidad de aprovechar mejor los recursos que se tenían”.

¹⁸ Esta investigación fue dirigida por la doctora María Isabel Matamala, con el auspicio de la Asociación Latinoamericana de Derechos Humanos (ALDHU).

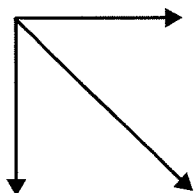
¹⁹ Monitora de salud, integrante de otro grupo de salud, que requería de un medicamento para evitar el rechazo del riñón que se le había transplantado.

²⁰ Manual destinado a promotores de salud comunitaria, escrito por el biólogo David Werner.

Segundo Período

Julio de 1990 a
primer semestre de 1994

Grupo de Salud
Renato Castillo

**Actividades de Capacitación y autocapacitación:**

- Participación en Taller Mujer y SIDA “Mujeres frente a la epidemia” realizado por EPES
- Participación en Jornada organizada por CONASIDA²¹
- Participación y presentación de ponencia en Seminario SIDA Acción Comunitaria I
- Participación en Talleres de capacitación preparatorios a II Seminario SIDA Acción Comunitaria
- Participación en Jornadas sobre Epilepsia
- Participación en Taller teórico – práctico sobre el examen de Papanicolau –PAP

Representación:

- Coordinación grupos de salud capacitados por EPES
- Red de Acción Comunitaria en VIH/SIDA
- Red Comunal El Bosque de Acción en VIH/SIDA.
- Coordinación de organizaciones populares de El Bosque.
- Foro Abierto de Salud y Derechos Sexuales y Reproductivos.
- Realización de Taller de metodología dirigido a profesionales y líderes de base a solicitud del Centro de Estudios Ecuménicos – CEC Argentina.
- Presentación de ponencia en 1ª Escuela Latinoamericana de Educación para la Salud, realizada en Cuba.

Actividades hacia la comunidad:

- Elaboración, aplicación, tabulación y distribución de resultados de encuesta sobre SIDA a mujeres del sector
- Celebración de 1º de mayo en la población
- Taller sobre sexualidad y SIDA en Centro Cultural Arauco
- Foro sobre SIDA con jóvenes en Escuela El Sauce
- Seminarios SIDA y Acción Comunitaria de la Red de Acción Comunitaria en VIH/SIDA
- Taller SIDA y sexualidad en Consultorio del sector
- Campaña Soy Mujer me quiero sana
- Jornada poblacional sobre Derechos Humanos
- Campaña de prevención del embarazo adolescente
- Apoyo solidario a toma de terrenos de Peñalolén
- Diagnóstico y tratamiento de enfermedades comunes de vecinas del sector

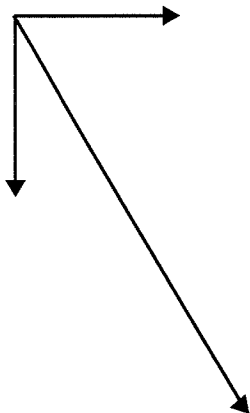
En esta nueva etapa del grupo destaca el trabajo en SIDA, el que iniciaron con el desarrollo de una encuesta dirigida a recoger información sobre el conocimiento que las mujeres del sector tenían del problema y acerca de sus posibilidades de implementar las medidas de prevención. Las monitoras recuerdan que en este período “... impulsamos junto con EPES la formación de la Red Comunal El Bosque. Las primeras reuniones las hicimos en el COSAM”.

²¹ CONASIDA, Comisión Nacional del SIDA, organismo dependiente del Ministerio de Salud de Chile.

Tercer Período

Segundo semestre de 1994 en adelante

Grupo Círculo de Mujeres por la Salud



Actividades de capacitación y autocapacitación

- Autocapacitación en sexualidad
- Participación en Taller abuso sexual infantil organizado por EPES
- Participación en Taller de primeros auxilios organizado por EPES
- Escuela para dirigentes organizada por Taller PIRET²²
- Participación en Jornadas MEMCH²³
- Participación en Jornadas REMOS²⁴
- Participación en Jornadas de Mujeres Contra la Globalización
- Participación en Talleres mujer y educación; violencia intrafamiliar, derecho a tener derechos
- Participación en Taller Autovaloración Personal
- Participación en Taller sobre Climaterio
- Taller Enfoques para el Trabajo en Violencia Sexual
- Jornada Mujeres Reconociendo Nuestros Derechos
- Participación en Taller de Salud Mental
- Taller de contabilidad auspiciado por las agencias de cooperación CAFOD y Trocaire
- Participación en Taller sobre cáncer de mamas

Representación:

- Coordinación de Grupos capacitados por EPES
- Red Comunal El Bosque de Acción en VIH/SIDA
- Coordinador Territorial del Consultorio Laurita Vicuña
- Asamblea comunal de la Oficina de la Mujer de El Bosque.
- REMOS
- MEMCH
- Foro Abierto de Salud y Derechos Sexuales y Reproductivos.
- Expositora en evento de ULACETS²⁵ realizado en Perú
- Presentación de poster en la Conferencia Mundial sobre SIDA, realizada en Vancouver, Canadá.

Actividades hacia la comunidad:

- Participación en campaña del PAP del consultorio Laurita Vicuña
- Gestiones para conseguir y habilitar su sede comunitaria
- Diagnóstico y tratamiento de enfermedades comunes de vecinas
- Proyecto plaza en población 14 de Enero
- Talleres sobre sexualidad y SIDA en escuelas del sector
- Taller Sexualidad con adolescentes para prevención del embarazo
- Galería Cultural sobre acción comunitaria en SIDA
- Jornadas I y II Mujeres Confrontando el Futuro de la Red Comunal de Acción en VIH/SIDA
- Jornada Mujeres y Hombres conversan sobre SIDA de la Red Comunal de Acción en VIH/SIDA
- Taller "Mujeres adultas jóvenes aprenden desde su realidad sobre menopausia"
- Taller "Menopausia y autovaloración personal" hacia grupo de salud David Werner
- Taller "Sexualidad y SIDA" con jóvenes del sector
- Taller "Menopausia y autovaloración personal"
- Taller "Bíodanza y Salud mental"
- Co-realización de Taller sobre Buen Trato
- Campaña comunitaria de cáncer de mamas (2 talleres y encuesta)
- Taller de nutrición y menopausia

²² Taller PIRET es un organismo no gubernamental cuya sigla significa Programa de Intercambio de Recursos Educativos y Tecnológicos.

²³ Movimiento Pro Emancipación de las Mujeres Chilenas (MEMCH)

²⁴ Red de Mujeres de Organizaciones Sociales (REMOS).

²⁵ Unión Latinoamericana y del Caribe de Enfermedades de Transmisión Sexual (ULACETS)

En este tercer período surge para el Círculo de Mujeres por la Salud, la posibilidad de tener una sede propia, este sueño compartido por muchas organizaciones se vio materializado por la entrega en comodato al grupo de uno de los sitios de lo que fue la Población 14 de Enero, de propiedad de la doctora Laura Moya, reconocida por las monitoras de salud como una *“incansable luchadora de los derechos humanos, que por años apoyó y sigue apoyando a las organizaciones de pobladores”*.

Un elemento que también distingue el trabajo del Círculo de Mujeres por la Salud en este período, es la elaboración y postulación de proyectos educativos y para la habilitación de su sede comunitaria a diferentes organismos, como también, la búsqueda de recursos a nivel comunal, donde ellas reconocen *“el apoyo encontrado en el personal de la Dirección de Salud de la comuna de El Bosque”*.

Como hemos señalado, en cada período se observa que a las actividades de capacitación en determinados temas le siguen acciones dirigidas a la comunidad, donde los talleres son una de las acciones que más se repiten. En su trayectoria el grupo Círculo de Mujeres por la Salud ha privilegiado el trabajo educativo por sobre otros tipos de actividades, asimismo se constata, que en este tipo de acciones tienen continuidad los talleres sobre sexualidad y las campañas en temas relacionados a la salud de las mujeres, ello se hace aún más evidente a partir de 1994, donde el grupo concentra su accionar en sexualidad, menopausia, prevención del embarazo adolescente y del VIH/SIDA.

Además de los elementos de continuidad que presentan las acciones emprendidas por el grupo, también destaca, la valoración que tienen sus integrantes de su trayectoria como organización, lo que se expresa en opiniones tales como:

“Me parece increíble que hemos hecho tantas cosas, me siento súper importante”.

“El sólo hecho de mirar las fotos, de verse una más joven, es súper importante para mi”.

“Me siento orgullosa”.

“Seguimos con buenos y malos días, a la hora de los quibos, el grupo funciona igual”.

Quizás las dificultades que ha tenido el Círculo de Mujeres por la Salud, para llegar a esta etapa de su desarrollo como grupo es lo que permite que sus integrantes valoren tan intensamente el estar organizadas, esto se hace quizás más explícito en el transcurso del taller de recuperación de aprendizajes y experiencias, en donde analizando los hitos que conforman su historia, algunas de sus integrantes señalaron:

“Lo que siempre está resaltando en nuestras conversaciones es que podemos tener muchos problemas interpersonales, pero la organización es lo que nos une y ante eso nosotras funcionamos. O sea, podemos estar molestas entre nosotras, enojadas; a lo mejor sentidas, mal humoradas, pero a la hora de los quibos, nosotras hacemos valer todo lo que hemos aprendido, o sea la organización está por sobre todo. Es una de las cosas que siempre estamos repitiendo, destacando. Hay mucha seriedad en eso”.

“Es importante que la gente se de cuenta que este grupo funciona bien, porque si la gente se da cuenta que nosotras que somos la cabeza de todo esto funciona mal, tu cuerpo andaría pa´ todos los lados. O sea, es importante que la gente vea que como grupo nosotras nos coordinamos bien, porque si la gente que viene a talleres ve que nos miramos feo, que discutimos entre nosotras, que no nos llevamos bien, entonces no se van a sentir bien. Yo creo que eso nos motiva a todas a que las cosas las dejemos atrás y que funcionemos en un momento como corresponde”.

Profundizando en las razones o motivos que hacen que las mujeres del Círculo, tengan una posición bastante homogénea respecto de la importancia de que las mujeres se organicen, como también, acerca de la necesidad de hacer prevalecer la organización por sobre las dificultades y problemas interpersonales que enfrentan como grupo, se plantea que *“La idea es un poco mostrar que al estar organizada hay una posibilidad de cambio...”*.

Dicha posibilidad de cambio tiene un sentido político que se relaciona directamente a la experiencia personal de crecimiento o descubrimiento de las capacidades propias que vivieron en medio del contexto de represión política y pobreza extrema de los años ´80. Ello dice relación con el estrechamiento del horizonte vital producto del miedo y la responsabilidad de la carga doméstica, puesto que debido a la falta de dinero para adquirir los medios necesarios para cocinar, lavar o atender la salud de la familia, las mujeres gastan aún más energías y tiempo en la ejecución de las tareas de la casa. Por ello, las oportunidades de cambio personal generadas por el proceso organizativo son profundamente valoradas por ellas, lo que se expresa nítidamente en los siguientes testimonios:

“Cuando recién comenzamos... éramos mujeres golpeadas, humildes, humilladas por la dictadura... ¡no éramos nosotras!. No teníamos un horizonte y no nos valorábamos. Era sobrevivir no más en ese tiempo, y eso hacíamos, solamente sobrevivir, pero no mirarnos para adentro, no tratar de hacer cosas para tratar de mejorar nuestra vida porque no podíamos. Eran muchas, muchas cosas; entonces, yo me miro en esos años, yo siempre participé en diferentes organizaciones de cabra, y yo puedo decir, ¡a mi me cambió la vida!. O sea, no sólo la vida mía, la de mi familia, la de mis hijos, la de mi marido”.

“El hecho de que tú hubieras salido de una situación que no era cómoda para ti, o sea que no te ayudaba en nada, ese mismo hecho te ayuda, te hace que tú estés siempre queriendo que la gente que está como estuviste tú, salga de eso. No sé como explicarlo realmente.. Yo creo que todas tenemos ´esa cosita´ que nos impulsa, sin saber de repente qué es...”.

Las monitoras del Círculo de Mujeres por Salud, identifican un segundo ámbito en el cual la organización es una oportunidad de cambio para las mujeres y es el que se refiere al rol social que éstas cumplen en términos de educar y crear conciencia en la población. Al respecto ellas señalan,

“... pienso que es difícil que una persona que ha participado en un grupo y tiene una conciencia social y política pueda quedarse en una casa... Yo no me podría quedar en mi casa, porque no estoy haciendo conciencia social, no tendría conciencia social, ¡ya la habría perdido hace tiempo!...”

“...te despierta de una realidad que tu estai como viviéndola así sin vivirla realmente;...a lo mejor eso es lo que uno después siente, ese valor de que tu despertaste, que uno realmente despierta, despierta a la vida, despierta a la organización, a todas esas cosas, a darle valor a las cosas que realmente tienen valor, no tanto a lo material, eso como que pasa a segundo plano, no es importante. Los valores, lo que tu sientes, estar aquí al lado de ella, al lado tuyo, compartiendo...”

La identificación de los cambios logrados a partir del proceso personal y colectivo de construcción de conocimientos y desarrollo de nuevas habilidades en el período en que se formaron como monitoras de salud, actúa como un fuerte elemento de identidad y valoración de la experiencia acumulada, al respecto una de las integrantes del Círculo manifiesta que,

“... aunque no se ha permanecido en el grupo cada una de nosotras después de ser monitora de salud, después que se capacitó... en su propio lugar donde vive, en su espacio, con su gente, con sus vecinos, con su propia familia ha hecho un trabajo... o sea, a nosotras toda la familia nos llama, nos pregunta cosas, los vecinos nos buscan pa´ las cosas más insólitas...”

”Y a veces la forma de decir algo, de la metodología que se aprendió, la forma de decir algo a la gente le produce tranquilidad o se calma”

La alta valoración del estar organizadas tiene entonces múltiples dimensiones, alude al trabajo realizado, a los aprendizajes obtenidos y a los lazos afectivos que se han generado tras años de compartir la vida, luchando por la subsistencia, creando y manteniendo vivas las expresiones de solidaridad en su comunidad.

“Somos amigas, siento que ahora hay un cariño que antes no había, será por el paso del tiempo, además conocemos a los hijos, a los maridos”

“...cuando se ponen a recordar las cosas que hicieron a mi me gusta harto, porque yo no estuve en ese tiempo con ellas, y me gusta harto cuando ellas empiezan a conversar las dos y a recordar todas las cosas que hicieron. Y uno saberse en un grupo que ha hecho tanto por la gente”

“Pa´ mi la organización ha sido súper importante en el sentido se aprender a conocerme, aceptarme como soy, con mis errores y mis virtudes, aceptar eso y sobre todo aceptar a las demás... y valorar a la persona que es mi compañera, que es mi amiga”

Nuestra definición de Sexualidad

“La sexualidad: es un conjunto de sensaciones que nacen contigo y está presente y va cambiando durante toda tu vida, así como puede ser explorada, también es reprimida culturalmente. Siendo un enigma, pues no se refiere solo a lo genital, ni a la penetración, ya que hay una sexualidad aprendida hombre - mujer heterosexual y familiar (procrear). La sexualidad se puede encontrar y experimentar en cualquier parte de nuestro cuerpo y con una persona no importando su sexo, como también una persona sola hombre o mujer puede disfrutar su sexualidad. Tenemos derecho al placer y no por ello debemos sentirnos culpables. Tenemos que valorar nuestra sexualidad, cuidando nuestro hermoso cuerpo no aceptando presiones, ni hacer algo que no queremos”.



III. LAS VISIONES SOBRE SEXUALIDAD:

“Siempre va a estar conmigo, desde que se nace...”.

3.1 Lo personal y lo colectivo: La apertura con otras y nosotras

Las vivencias y aprendizajes de la sexualidad son procesos que se desarrollan a lo largo de la vida bajo una serie de construcciones sociales y culturales que han determinado lo que ‘debe ser’, es por esto, que parece central señalar cuales son las visiones que el grupo ha construido durante estos años, puesto que en ellas es posible visualizar como la experiencia colectiva de capacitación, autoeducación y organización provoca cambios en la vida personal. *“Yo encuentro que es una apertura y que es valioso lo que hemos logrado... Es importante lo que se siente”.*

En el Círculo de Mujeres por la Salud hay una visión generalizada en torno a que sus integrantes tienen una percepción más abierta de la sexualidad, lo que las ha llevado a cuestionar sus propios aprendizajes y a buscar formas mediante las cuales puedan entregar los conocimientos que han acumulado a otras mujeres, a los hijos/as y a los jóvenes;

“...estoy contribuyendo a mejorar la calidad de vida de otras y otros, a conversar sin tapujos sobre el tema y a mirar la sexualidad como otra necesidad más de nuestro cuerpo, sin que nos avergoncemos y siento que eso es súper importante porque en la medida en que uno habla con las demás personas está entendiendo que la sexualidad no es pecaminosa, no es morbosa, mirándola desde ese punto de vista, que la gente entienda que no es una morbosidad hablar del pene, que es normal, que también es mejorar la calidad de vida del entorno familiar”.

El cuestionamiento que tiene el grupo en torno a los aprendizajes de la sexualidad parte de la base de que es difícil y largo el proceso de desconstruir lo aprendido, *“lo que ya esta construido en la mente, en la cabeza sobre la sexualidad nosotras lo desconstruimos, lo hacemos de nuevo”.* La comprensión de que los roles que se asignan a hombres y mujeres, a jóvenes y adultos son impuestos, se ha desarrollado a través de años de participación social, en que ha sido posible descubrir que la sexualidad es una parte integral de la vida cotidiana, sobre la que se ha hecho una construcción cultural, como expresa una monitora;

“...nuestro comportamiento no es como natural, sino que en definitiva es producto de la cultura, de las enseñanzas que recibimos, de un patrón de comportamiento aceptado, que lo internalizamos que es así, pero con acceso a más información se va abriendo esa visión... de saber que no es tan así, que igual en la cultura... las personas optan”.

Las experiencias a partir de las que se ha desarrollado la sexualidad en el plano personal, dan cuenta de un aprendizaje en muchos casos doloroso y censor que tiende a situar la sexualidad en el plano de lo oculto y de la reproducción:

“... las más adultas no disfrutaron... ellas pensaban que hablar de sexualidad era como tener hijos no más... y estar para los requerimientos del esposo... ¡incluso mujeres de mi edad!... Una por muy claro que lo tenga de repente piensa esa cuestión, ‘esta vieja pasa con las patas abiertas’”.

“Tengo un caso cercano de una mujer a la que le fui a poner una inyección y echó a todas las hijas, prefiere que le vea el poto una extraña que sus hijas, me puse a pensar si esta mujer ¿habrá sentido placer sexual?. Es normal para ella que el marido salga y tenga algo... pero no para las mujeres. Todavía hay mujeres que piensan así. Yo la miro y ella habla de su marido como si fuera un rey”.

“Yo no me sentía capaz de decirle a mi mamá quiero un hijo soltera... y no me iba a quedar para vestir santos. Me casé pensando que el sexo era sucio, que si tenía ganas era prostituta, mi mamá decía cuando veía pasar a una mujer con varios niños que esa era una cochina”.

Otro elemento que influye en que las vivencias de la sexualidad no respondan a lo esperado y a lo que se ‘desea’, se relaciona con las condiciones materiales de vida en las que se desarrolla la cotidianeidad de las mujeres de sectores populares. La pobreza en muchos casos incide en que la sexualidad no pueda ser vivida de una manera más ‘relajada’, cuando se está preocupado debido a las condiciones que presentan las viviendas básicas de que no se escuche en la pieza del lado, o cuando se vive de allegado;

“También es un problema el hacinamiento... las casas de ahora no tienen condiciones”.

“... llegan a su departamento, a su casa a lo que querían tener por fin... dicen ¡oh si, nosotros estábamos tan felices!, porque teníamos nuestra casita, ya no íbamos a vivir más de allegados. Llegamos aquí y nuestra relación se echa a perder, porque ya nunca más hemos podido hacer lo que hacíamos antes”.

“... generalmente uno tiene una casa y piensa que se le solucionaron los problemas... yo siento cuando suena el catre del lado... el hacinamiento te inhibe muchas cosas... mi hija duerme al lado”.

A esta situación se agrega la intromisión de otros miembros de la familia (padres, madres, suegros/as, etc.) en el ejercicio de la sexualidad, pues al parecer ‘todos’ se sienten con derecho a aprobar y/o desaprobar los comportamientos de los demás, manifestando opiniones en algunos casos sancionadoras, por ejemplo en cuanto ‘hacerse cariño en público’, o sobre cuales ‘deben ser’ las actitudes de las mujeres casadas;

“... yo andaba con una solera, una solera ajustadita así corta y me dijo ya encontraste marido, baja el vestido,... y yo andaba con un vestido arriba de la rodilla, y me quedó tan grabada esa cuestión. Por eso insisto yo en la cuestión cultural, en la cuestión de la formación que nos meten y ‘te cagan la onda’, porque yo después ya empecé a vestirme como señora, porque era señora, entonces los vestidos más largos y que sé yo”.

Las formas de entender la sexualidad han ido variando entre las integrantes del grupo con el transcurso del tiempo, lo que se entrelaza con el ‘estar’ organizadas y tener más acceso a información; *“Una mujer que ha estado en organizaciones, que se ha interesado por participar no la pasa igual que una mujer que está entre cuatro paredes... porque ella no se atreve a preguntar y a compartir lo que le sucede”.* Si bien se reconoce que este proceso no es mecánico y que hay muchas ‘trancas’ que todavía persisten, *“igual de repente nos dejamos llevar por los mitos que siempre están dando vuelta alrededor de nosotras”;* lo que se valora principalmente es la posibilidad de ‘abrirse’ y compartir los aprendizajes (siempre en construcción) de la sexualidad con otras mujeres.

Algunas integrantes del grupo perciben que sus vivencias actuales en el ámbito de las relaciones de pareja han cambiado, producto de los procesos colectivos de aprendizajes a que nos hemos referido y en relación a la etapa del ciclo reproductivo en que se encuentra la mayoría de ellas.

“En esta etapa del climaterio es cuando una aprende a sentir placer. Cuando se empieza, una está traumada, no sentíamos nada, pensando que estábamos hechas para procrear... después de dos hijos, uno no disfruta de la relación sexual por el temor al embarazo, también porque una no está preparada para decirle que no a la pareja. Ahora una ya no tiene temor. Es otra etapa en la pareja, ya no se hace el amor todos los días, es más espaciado, pero de mejor calidad. El hombre y la mujer están más preparados para disfrutar más. Antes no disfrutaba porque estaba allegada...”.

“La experiencia tiene hartito que ver... al comienzo una no sabe... no puede disfrutar. Tampoco una tiene confianza para decir a su pareja, en esta etapa una se atreve, se ha superado...”.

Tanto el gozar de una sexualidad más placentera, como la posibilidad de decir que no y de tomar la iniciativa sexual sin sentirse ‘mal’, ‘rara’ o culpable aparecen como construcciones que se han desarrollado junto con el trabajo en sexualidad que ha hecho el grupo. Estas nuevas visiones acerca del ejercicio de la sexualidad surgen al crear espacios colectivos en que puedan hablar y procesar estos temas junto con otras mujeres,

“... una cree que tiene que cumplir hasta en esos aspectos con los requerimientos de la persona, entonces si decís que no, te sentís culpable, porque se enoja la persona, que sé yo. Entonces de repente es bueno saber que si digo no es no y no tengo la culpa de nada..., porque si puedo aprender a decir que no en otras cosas, también tengo que aprender a decir que no en ese aspecto”.

“... se da mucho eso de que el hombre está acostumbrado a que la mujer espere a que él tome la iniciativa, entonces como que son de temer las mujeres que toman la iniciativa...”.

“... es muy raro que una mujer diga yo tomo la iniciativa, porque todas, ¡jmm niña!!, cuando en muchas parejas pasa”.

Cobra importancia en un contexto en el que socialmente es difícil hablar sobre el ejercicio de la sexualidad poder establecer mejores formas de comunicación con la pareja, pues de esta manera la toma de decisiones en el ámbito de la sexualidad no aparece como una imposición de uno/a u otro/a.

“Yo creo que eso es, que no hay comunicación, la capacidad de conversar, tener esa capacidad de conversar el conflicto. O sea por qué tengo miedo de decirle a una persona o tu pareja algo que te molesta de él o de ella, entonces eso es lo que cuesta,... estay por no decirlo por guardártelo y va generando drama pa’ ti, resentimiento, que al final ya no lo querís ni ver o por último no hacís nada, que pase la onda no más, se va acumulando. Entonces yo creo en eso de conversar el problema en el momento”.

En general entre las integrantes del grupo hay una visión que tiende a asociar el placer con el amor en términos de *“... que si una siente amor por la persona va a sentir placer”*. *“Si hay amor es mejor, no imagino como sería acostarse con alguien que no te guste”*. Percepciones que se conjugan y complementan con posturas que consideran que el amor-romántico y el placer no necesariamente forman parte de un proceso indivisible;

“...tenemos derecho al placer y el placer no se logra solamente si tu estai enamorada de alguien, si sentí amor o no”.

“... de chica te están metiendo esa idea, entonces una no desprende el amor con el placer, una los tiene ligado, no los separa, no los desprende, siempre está como ligado, si hay placer tiene que ser con el amor, y resulta que una a veces puede estar enamorada de un ‘gallo’ y el ‘gallo’ no te da ni la hora”.

Uno de los aspectos más valorados en relación a la sexualidad se refiere a la posibilidad de poder abrirse en torno a la relación con los hijos, en el sentido de poder hablar con ellos sobre este tema. *“Hablar de sexualidad en la casa con los hijos”* de una manera distinta a como fue con sus familias. *“Estamos más abiertas al tema, por ejemplo, yo en mi casa hablo. A mi me dió gusto cuando mi hija habló el otro día en el taller... hemos aprendido”*, *“... al tiro llego hablando del tema, más si hay ‘cabros’ jóvenes”*.

En el grupo hay una percepción generalizada sobre como viven la sexualidad los jóvenes, respecto de lo cual se señala que es una preocupación para el Círculo de Mujeres por la Salud la falta de responsabilidad y auto respeto de éstos al tener relaciones sexuales en condiciones poco propicias, es decir, sin tomar precauciones, en lugares poco apropiados (por ejemplo espacios públicos) y sin estar preparados emocionalmente para ello, lo que redundaría en una vivencia de la sexualidad que se funda en el 'echarle pa' adelante'. El grupo piensa que esto se relaciona con la falta de afecto y de relaciones de comunicación y respeto tanto en el entorno inmediato como en la familia,

"...falta tanto pa' que las mamás podamos abrirnos, pa' las mamás de la población es tan difícil poder hablar con sus 'cabros', por eso los 'cabros' buscan los talleres nuestros, porque ahí expresan todo lo que quisieran decir a su mamá, a su papá, a sus hermanas. Empiezan a saber tantas cosas que ellos sabían de otra manera y aunque nosotras hagamos el gran esfuerzo por las mujeres, también les cuesta, o sea la cosa de la comunicación entre los padres y los hijos, más en la población es muy, muy difícil".

El grupo postula que los jóvenes deberían tener relaciones sexuales "... cuando quieran a una persona... que no sea una cuestión así de tener relaciones sexuales y después nunca más te he visto"; apelando a la necesidad de que se encuentren más maduros emocionalmente al momento de iniciar una vida sexual activa, ya que muchos de los problemas que existen en la población como son la violencia, la desestructuración de los hogares y el microtráfico de drogas son vistos por el Círculo de Mujeres por la Salud como factores impulsores para la iniciación sexual.

Esta es una de las razones para valorar el haber realizado talleres con jóvenes, como el taller de Sexualidad y SIDA en 1999, señalando que algunas de las motivaciones para trabajar el tema de la sexualidad se conectan con:

"... la falta de información en la población sobre todo en la juventud".

"Nos damos cuenta que la gente joven está desinformada, hay mucha información distorsionada y también están las enfermedades de transmisión sexual y SIDA, la poca conciencia que hay sobre el tema por parte de los jóvenes".

"Para que los jóvenes tomen conciencia de su sexualidad, aprendan a quererse más y respetarse".

"Para que los jóvenes no tengan trancas respecto al tema".

El grupo ha construido una visión sobre la sexualidad en la que se han incorporado distintos elementos, los que van desde el tema de 'la apertura' al que nos hemos referido, hasta la posibilidad de enfrentar tópicos que por lo general han sido considerados como tabú, como es el caso del conocimiento del propio cuerpo, la diversidad sexual y el autoerotismo, lo que se expresa en las siguientes definiciones de sexualidad elaboradas colectivamente por el Círculo de Mujeres por la Salud:

- *“La sexualidad para nosotras implica sentimientos, placer, abarca motivaciones, comunicación, conocimiento de nuestro cuerpo, saber que me hace sentir bien, satisfacción, bienestar”.*
- *“La sexualidad: es un conjunto de sensaciones que nacen contigo, y está presente y va cambiando durante toda tu vida, así como puede ser explorada, también es reprimida culturalmente. Siendo un enigma, pues no se refiere solo a lo genital, ni a la penetración, ya que hay una sexualidad aprendida hombre - mujer heterosexual y familiar (procrear). La sexualidad se puede encontrar y experimentar en cualquier parte de nuestro cuerpo y con una persona no importando su sexo, como también una persona sola hombre o mujer puede disfrutar su sexualidad. Tenemos derecho al placer y no por ello debemos sentirnos culpables. Tenemos que valorar nuestra sexualidad, cuidando nuestro hermoso cuerpo no aceptando presiones, ni hacer algo que no queremos”.*

Las integrantes del Círculo de Mujeres por la Salud valoran la importancia que tiene generar espacios en los que las mujeres puedan compartir sus vivencias y ‘rollos’ en torno a la sexualidad, pues se considera que el llegar a estructurar una visión común sobre este tema se relaciona con la posibilidad de conversar y compartir con otras mujeres,

“... cada una tiene tantas experiencias diferentes, tiene tantas vivencias que comparten con nosotras cuando ven la posibilidad de hacerlo y pienso que también esos son aprendizajes para nosotras y enriquecimiento a nuestro saber, porque ahí se van adquiriendo conocimientos y a la vez se van sacando conclusiones también de cómo mejorar la técnica de los talleres que nosotras entregamos”.

Para el grupo la vida de las mujeres y en especial la de las dueñas de casa transcurre en ‘soledad’, ya que las exigencias que tiene este rol impide en muchos casos que las mujeres puedan hablar de sus inquietudes y necesidades personales, sin estar preocupadas de los demás:

“Las mujeres que vienen acá encuentran un espacio y otras personas que las escuchen. De repente en la casa una pasa sola y no tiene a quien contarle nada y tampoco que te cuenten, si pasai sola”.

“Una al ser escuchada considera que es importante para alguien y también... es una forma de desahogarte y aliviar tu pena cuando estay agobiada... Cuando tu compartes o escuchas a otra persona o la otra persona te escucha tu creces espiritualmente o psicológicamente... Una se nutre de la experiencia de la otra persona, de la otra mujer”.

La apuesta por socializar temas que han estado marcados por mitos y tabúes como es el caso de la sexualidad atraviesa todo el accionar que el Círculo de Mujeres por la Salud ha desarrollado durante su trayectoria como organización. En este proceso ellas han tenido la oportunidad de generar cambios personales y colectivos que implican la construcción de una visión amplia de la sexualidad, lo que se conecta con la necesidad de tener una mejor calidad de vida.

IV. LOS TALLERES

La realización de talleres educativos dirigidos a la comunidad es una constante durante toda la trayectoria del Círculo de Mujeres por la Salud, una parte significativa del abordaje del tema de sexualidad que el grupo ha desarrollado ha sido a partir de la ejecución de este tipo de actividades.

Durante 1999 el grupo realizó los talleres de Sexualidad y SIDA, Menopausia y Autovaloración Personal, Bódanza y Salud Mental, además de la co-realización de un taller sobre Buen Trato junto con el consultorio Laurita Vicuña y la Oficina de la Mujer de El Bosque. Como un forma de mostrar las metodologías y resultados que han tenido estas acciones nos referiremos a algunos de los aspectos centrales de dos de estas experiencias.

4.1 La Planificación: Cómo se organiza el grupo

Una parte importante de las acciones educativas que emprende el Círculo de Mujeres por la Salud son planificadas por sus integrantes sobre la base de los aprendizajes obtenidos en la entrega de contenidos significativos para el grupo y la comunidad, a través de metodologías que se fundamentan en la generación de procesos participativos. A continuación explicamos como fue el proceso de planificación que dio origen a algunos de los talleres que el grupo realizó durante 1999.

Para las integrantes del Círculo de Mujeres por la Salud es importante realizar al inicio de cada año una jornada fuera de Santiago en la que puedan planificar con la tranquilidad que significa distanciarse de las tareas domésticas y del cuidado de los niños las acciones que el grupo desea emprender durante el año. Esta actividad se retrasó en 1999 debido a que las actividades que el grupo había realizado para financiar la jornada no habían logrado los resultados esperados y existía la percepción de que el trabajo que tenían programado para el primer semestre no había podido ser desarrollado debido a que faltaba este espacio colectivo de planificación.

En la jornada de planificación realizada en el mes de julio se programó el trabajo concentrando el desarrollo de tres talleres en el segundo semestre; acordándose las temáticas, fechas y responsables por taller:

Tema	Responsables	Fechas
✓ Sexualidad y SIDA	Silvia y Mónica	27 de julio al 31 de agosto
✓ Climaterio	Sara y Maggie	14 de septiembre al 19 de octubre
✓ Salud Mental	Dixa, Hilda y Silvia	9 de noviembre al 7 de diciembre

La continuidad en la fecha de realización de estas actividades se fundamentó en la apuesta que hizo el grupo porque las participantes de los talleres se mantuvieron durante el transcurso de los tres talleres, aún asumiendo que el segundo sobre menopausia sería más específico, *“Queremos llegar con la gente hasta el final”*, lo que se logró y permitió un impacto a más largo plazo de estas acciones.

Otro aspecto que fue abordado en la jornada se refiere a la organización del grupo para enfrentar el desarrollo e implementación de los talleres, para lo cual se definieron los siguientes ámbitos de responsabilidades:

- ✓ Responsables de organizar y conseguir los materiales para cada taller.
- ✓ Encargadas de preparar los papelógrafos para los trabajos grupales y complementación de contenidos. *“La idea es tener un glosario, un papelógrafo con lo que significan las palabras desde que comienza hasta que termine el taller de Sexualidad y SIDA”*.
- ✓ Encargadas de preparar la sede.
- ✓ Responsabilidades en el desarrollo de cada una de las sesiones de los talleres: dinámicas, videos.

Esta distribución de tareas se relaciona con la idea de que si bien es necesario tener responsables en la conducción de los talleres, también es importante lograr que todo el grupo se involucre en la actividad para hacer más efectivo el trabajo global y evitar que su desarrollo quedara sólo en manos de las encargadas de entregar los contenidos. *“La idea es que esté igual todo el grupo comprometido. La Silvia y la Mónica van a estar a cargo²⁶, pero todo el grupo comprometido”*.

En esta decisión se manifiesta la visión que tiene el grupo en torno a la necesidad de colectivizar las acciones que se realizan, al igual que los flujos de información y formación, para de este modo fortalecer al conjunto de la organización y no sólo los liderazgos individuales, apuntando a una posición en que la organización es lo que prima ya que los talleres son entregados por una organización popular compuesta por mujeres pobladoras, que se han ido capacitando y retroalimentando en la acción con otros/as,

“... es impactante, porque no somos profesionales, pero si nos creemos el cuento, que estos cambios, estos pequeños cambios en esta sociedad sirven, y sirven a la gente pobre como nosotras. Somos gente que nos sacamos la cresta en hacer lo que hacemos porque nos gusta, porque queremos nuestra clase, porque queremos nuestro pueblo y queremos que las mujeres salgan desde su metro cuadrado”.

En este marco fueron realizados en forma continua los talleres de Sexualidad y SIDA, Menopausia y Autovaloración Personal, y Bódanza y Salud Mental, entre julio y diciembre de 1999, contando los dos primeros con seis sesiones y el último con cuatro. En el desarrollo del segundo taller se realizó una sesión adicional sobre alternativas homeopáticas para el tratamiento de algunos síntomas de la menopausia, la que estuvo a cargo de Magaly Donoso, encargada del Programa de la Mujer del consultorio Laurita Vicuña.

²⁶ En referencia al taller de Sexualidad y SIDA.

Tanto las encargadas de cada taller como las demás integrantes del grupo tomaron parte activa en las sesiones, asistiendo por lo general la mayoría de las integrantes del Círculo a cada taller y asumiendo tareas tales como la recolección de materiales, entrega de carpetas, onces, adecuación de la sede, dinámicas, etc.

En algunos aspectos relacionados con la implementación de los talleres hubieron tareas que no fueron asignadas como es el caso de la preparación de las onces y el aseo, las cuales fueron asumidas por las integrantes que no estaban involucradas directamente en la entrega de los contenidos de cada sesión. Aunque esto no generó dificultades, en el grupo se planteó que estas tareas también deberían distribuirse,

“... no tenemos claras nuestras funciones, porque a mi a veces el año pasado me acuerdo que me dediqué a un aspecto y no hacía otro, por ejemplo no recuerdo el año pasado que haya lavado las tazas, y pienso que también tendría que haberlas lavado”.

El grupo identificó algunas debilidades en el proceso de organización de su trabajo, ya que si bien la mayoría de las sesiones fueron planificadas con anterioridad al día de la sesión, se presentaron situaciones en que no pudieron juntarse antes y se tuvo que hacer en el momento.

“Normalmente lo hicimos, pero hubo ocasiones en que no se hizo y a veces igual estábamos preparando, estaba llegando la gente y estábamos preparando algunas cosas, entonces ahí fallamos un poco, no nos preocupamos antes con tiempo de los materiales, de los recursos y todo eso...”.

Esto se relaciona con la falta de tiempo que tuvieron las integrantes del grupo para desarrollar las tareas que se habían propuesto, pues el trabajo que se debería haber llevado a cabo en un año se realizó en un semestre, lo que significó un desgaste importante para cada una de ellas.

“Una cosa también es que nunca la planificación la hacemos cuando la tenemos que hacer, a partir de marzo, sino que siempre estamos retrasándola, entonces tratamos después en la mitad de lo que nos corresponde, tenemos que dar todo lo que nos corresponde en todo el año...”

“Aunque se haya planificado, si no está el tiempo no se saca nada con tener planificado, si no está el tiempo que realmente necesitas... Yo pienso que eso fue lo que nos faltó”.

La autocrítica que hace el grupo de su accionar es parte del proceso educativo, pues se vuelve importante el poder revisar lo que se ha hecho para de esta manera mejorar las actividades que se proponen y lograr concretar los objetivos que el grupo asigna a cada acción.

4.2 Contenidos de los Talleres: Sexualidad y SIDA y Menopausia y Autovaloración Personal

El taller de Sexualidad y SIDA, fue realizado entre el 27 de julio y el 31 de agosto de 1999. Cada una de sus seis sesiones fue enfocada a un tema específico, razón por la cual en algunas se invitó como expositores a personas relacionadas con algunos de estos temas, en las sesiones en que no hubieron invitados la totalidad de los contenidos fueron entregados por el grupo, las temáticas abordadas en cada sesión fueron:

Sesión	Tema	Invitados
1ª	Sexualidad y SIDA	
2ª	Enfermedades de Transmisión Sexual y SIDA	
3ª	Violencia y SIDA	Sonia Covarrubias, educadora EPES
4ª	Las Religiones y el SIDA	Jenny Mason, pastora de la IELCH ²⁷
5ª	SIDA y Discriminación	Jaime Lorca y Susana, monitores CCHPS ²⁸
6ª	Evaluación, entrega de diplomas y convivencia	

Los contenidos que se entregaron se basaron en este temario pues lo que se buscaba era principalmente entregar información, ya que para el grupo *“La información de SIDA no es fidedigna, ver que pasaba con la gente”*, en este sentido, los contenidos del taller se centraron en analizar las percepciones que tenían los/as participantes sobre sexualidad, lo que se trabajó en la primera sesión enfocando la sexualidad hacia una visión de que *“la sexualidad nace con nosotras, no es un acto separado de mí, va siempre con la persona, no es sólo una relación sexual”*. Esto en la perspectiva de romper con la relación que se tiende a establecer entre sexualidad y genitalidad y con algunos de los mitos que se han construido en torno a está.

También se buscó entregar información básica sobre SIDA y las Enfermedades de Transmisión Sexual, señalando que éstas son una *“puerta de entrada para el SIDA”*. Este tema fue abordado a partir de la revisión de los conocimientos que las/os participantes tenían sobre las ETS y del cuerpo femenino y masculino. La información que se entregó sobre las ETS y el SIDA fue reforzada con papelógrafos donde se detallaron estos contenidos en un lenguaje accesible.

²⁷ Iglesia Evangélica Luterana en Chile.

²⁸ Corporación Chilena de Prevención del SIDA (CCHPS)

Otro de los contenidos centrales que se revisaron en el taller se refieren a las percepciones que hay sobre el SIDA en la sociedad, tema en el que se enmarcaron las sesiones sobre las Religiones y el SIDA y sobre SIDA y Discriminación. En ellas se hizo hincapié en que las visiones de algunos sectores en que se establece una relación directa entre SIDA y homosexualidad, tiende en muchos casos a generar tanto la discriminación de las personas que están viviendo con el VIH, como percepciones equivocadas en torno a las formas de enfrentar y prevenir el SIDA,

“... nosotras decidimos darle fuerte a la discriminación porque todas sabemos que una de las cosas que nos molesta es que la gente sufra porque su orientación sexual es diferente, o porque es negra, o porque es aquí,..., nos referíamos a todos, a la etnia, a las indias, a los indios, nos referíamos a todos en general, cual es el respeto que se merecen...””.

También se relacionó el SIDA con la violencia, pues se considera que esta es un factor de vulnerabilidad que afecta principalmente a mujeres y jóvenes, ya que por encontrarse en una posición de subordinación en la sociedad es más difícil poder decidir informadamente cuándo y cómo tener relaciones sexuales.

Uno de los contenidos que cruzó todo el taller es que en la medida que conozcamos y cuidemos nuestro cuerpo hay mayores posibilidades de enfrentar el SIDA a nivel personal, pues esto puede incidir en que los jóvenes tengan conductas de autocuidado en su ejercicio de la sexualidad, lo que se relaciona con que el SIDA es prevenible a nivel personal y comunitario, pues la realización de talleres o de otras actividades que involucren a la población inciden en abrir el tema y entregar información.

La relación de respeto y escucha activa que logró establecer el Círculo de Mujeres por la Salud con los jóvenes que asistieron al taller tiene una alta valoración para el grupo, ya que los contenidos que se entregaron pretendían generar en los/as participantes procesos de empoderamiento que apuntaran a ver la sexualidad de una manera más integral.

“Entregar elementos y conocimientos a los jóvenes sobre el tema y la afectividad y los valores... Cambiar la mentalidad de las personas, especialmente de los jóvenes, la mentalidad en cuanto sexualidad, de eso estamos hablando, nos falta poder manejar más conocimientos sobre la salud mental y valor de la afectividad en la realidad en que nos manejamos en la población, o sea, porque es difícil hablar de valores y hablar de afectividad cuando hay hogares destruidos por la cuestión del tráfico de drogas,...entonces tenemos que aprender un lenguaje que los ‘cabros’ nos entiendan, para ganar su respeto””.

El taller Menopausia y Autovaloración Personal “Yo Crezco, tu Creces y Juntas Crecemos”, se desarrolló entre el 14 de septiembre y el 19 de octubre de 1999, contando también con seis sesiones, las que fueron realizadas en su totalidad por las encargadas del taller. Los temas de las sesiones fueron:

Sesión	Tema
1ª	Anatomía y Fisiología del Aparato Reproductor Femenino
2ª	Nuestras Vidas, autoestima e influencias culturales
3ª	La Menopausia, sus Signos y Significados
4ª	Técnicas de Autocuidado físico, mental y espiritual (autoexamen de mamas y ejercicios de Kegel)
5ª	Conocer y visitar instituciones que nos ayuden a mejorar nuestra salud aquí en nuestra comuna
6ª	Evaluación

En este caso los contenidos apuntaron a reconocer el propio cuerpo, identificar los síntomas de la menopausia y entregar herramientas que permitieran enfrentar de mejor manera esta etapa. El concepto de menopausia con que el grupo enfocó el taller y que fue expuesto a las participantes a través de un papelógrafo es el siguiente:

Menopausia: Es una etapa natural en la vida de una mujer, corresponde al período en que la menstruación o regla, viene un mes y al otro no y en menor cantidad; sigue así hasta que se retira completamente disminuyendo a la vez las hormonas; estrógenos y progesterona lo que impide la ovulación. Es un proceso lento y puede durar hasta 15 años.

La menopausia ocurre comúnmente entre los 48 y 52 años, pero algunas mujeres pueden comenzar a los 25 años y otras a los 60 años.

No hay relación directa entre la edad en que se empieza a menstruar y la edad de la menopausia. Eso sí puede que haya una tendencia genética (madre - hija).

Se partió reconociendo que la menopausia no es una etapa fácil en la vida de las mujeres, pues en muchos casos son discriminadas debido a la ligazón que se establece entre menopausia y vejez, situando el fin de la reproducción junto con el fin de la vida productiva. En esta perspectiva uno de los contenidos que más se reforzó es que esta etapa es un momento en el que las mujeres están en mejores condiciones para dedicarse a sí mismas y que existen técnicas para enfrentar de mejor forma el climaterio.

Al igual que en el taller de Sexualidad y SIDA se enfatizó que es necesario que las mujeres conozcan su cuerpo, como expresa una de las monitoras del grupo en relación a que en el taller se señaló que así como se conocen otras partes de nuestro cuerpo (las manos, los pies, los brazos, etc.) también es importante conocer la vagina, “... *es importante acuérdate cuando preguntamos sobre la vagina muchas no se habían mirado*”. También se mostraron algunos ejercicios prácticos²⁹ que ayudan a prevenir la disminución en la vitalidad de la vagina que se produce durante la menopausia, en este sentido se hizo hincapié en que es necesario quererse y cuidarse.

Sobre los síntomas de la menopausia uno de los temas que cruzó todo el taller es que si bien estos producen cambios tanto en el ámbito físico como emocional, no son obstáculos para hacer una vida normal si se previenen y se tiene en cuenta que cada mujer sabe qué está pasando con su cuerpo, esto último con relación a los problemas que se producen por el bajo acceso a servicios de salud adecuados. Se señaló que es importante conocer cuales son los tratamientos que hay, preguntar cada vez que sea necesario y saber sobre los exámenes que se les van a practicar, como por ejemplo cuando van a tomarse el PAP. Esto quedó en evidencia en la 5ª sesión del taller, puesto que en ella se hizo una visita al Programa de salud de la Mujer del consultorio Laurita Vicuña,

“... el mismo hecho de que fuéramos, que igual insistimos en ir al consultorio, ¿por qué fuimos al consultorio y no fuimos a otro lado?, porque el consultorio es algo que es realmente para la gente de la comunidad, y por lo menos que uno lo conozca, que conozca a la gente que atiende y... el instrumental. Tu sientes que te ponen algo en la vagina y no sabes qué es, es distinto a verlo. Inclusive hacer peticiones, como por ejemplo que aquí en el invierno cuando hace frío lo entibiaran un poco, una cosa así, para que no fuera tan brusca la sensación...”

Esta visita al consultorio Laurita Vicuña se basa en que para el grupo es fundamental que los contenidos que entregan tengan aplicaciones prácticas, porque para las integrantes del Círculo de Mujeres por la Salud es importante que la comunidad y quienes asisten a sus capacitaciones conozcan y se apropien de los recursos que hay en la comuna, pues esta es una forma de ejercer en forma activa los derechos ciudadanos,

“... usando los recursos locales, para los talleres que nosotras hacemos, porque usamos el consultorio, el COSAM, la Municipalidad. ¿Y qué enseñamos a las personas? a que se empoderen de lo que como comunidad es nuestro, porque usar el consultorio es un bien que es nuestro y que no lo usamos como deberíamos. Y hay tantas cosas que los jóvenes y las personas no saben que existen que son bienes que son mal usados, porque nosotras no sabemos y no nos apoderamos de eso”

²⁹ Ejercicios de Kegel.

Otros de los contenidos que se trabajaron se refirieron a las diferenciaciones de género que existen en la sociedad y que establecen un 'deber ser' que sitúa a las mujeres en lo doméstico. Además se trabajó con algunos de los mitos y tabúes que se han construido en torno a la menopausia, como por ejemplo: *“las mujeres menopaúsicas no tienen placer”*, *“a mi mamá le llegó la menopausia, engordó y le salieron canas”*, *“con la menopausia se pierde el deseo sexual”*, *“la mujer cuando le llega la regla vota todo lo malo, cuando no le llega se enferma”*, frente a los cuales se reforzó la idea de que el climaterio es una etapa más de la vida y que no se asocia con la vejez, sino que con el comienzo de nuevas formas de vivir la sexualidad.

4.3 A quienes se dirigen: Participantes de los Talleres

En 1999 como en los años anteriores, el grupo Círculo de Mujeres por la Salud dirigió su trabajo educativo a mujeres adultas y hacia adolescentes mujeres y hombres, aunque mayoritariamente dada la especificidad de una de las temáticas abordadas en ese año (menopausia) y el objetivo de continuidad que se perseguía en la participación de las mujeres adultas, ellas fueron las destinatarias principales.

Respecto a quienes son las personas que aceptan la convocatoria del grupo Círculo y asisten a sus capacitaciones, al hacer el análisis de las listas de participantes que se levantaron al registrar la asistencia a cada sesión de los Talleres Sexualidad y SIDA, Menopausia y Autovaloración Personal, Bódanza y Salud Mental, descubrimos que la convocatoria se dirigió a:

- Vecinas,
- Parientes de integrantes del grupo,
- Personas que en algún momento han buscado apoyo entre las integrantes del Círculo,
- Personas que las integrantes del grupo saben que tienen problemas,
- Mujeres que no participan, porque tienen interés en que *“todas las mujeres participen...”*, para que empiecen a salir de sus casa, y
- Personas que podrían valorar la metodología, *“un trabajo hecho por pobladoras”*. En general no se invita a gente que por su formación, se piensa que no va a cambiar su visión sobre temas como sexualidad.

La participación en los talleres de mujeres cercanas al espacio en que el grupo desarrolla su accionar comunitario es valorado por el Círculo de Mujeres por la Salud en la medida que esto implica que mujeres que se encuentran en una situación similar a la que estaban ellas antes de comenzar a participar, empiecen a vivir procesos de desarrollo personal y organizacional, lo que puede ser impulsado al ver que otra mujer pobladora es capaz de dirigir una sesión educativa,

“...le damos un valor especial a la gente que va,...las valoramos decimos chiquillas, nosotras éramos igual que ustedes. Ustedes pueden llegar a... ser mejor que nosotras en esto de entregar lo que aprenden a la gente... Eso también lo valoran harto, que ven que una le da un sentido de igualdad y valoración a cada participante”.

El hecho de que algunas vecinas de las integrantes del grupo asistan a los talleres también es importante debido a que esto puede incidir en que tengan una visión más cercana de lo que el Círculo de Mujeres por la Salud hace en la práctica, ya que en algunas ocasiones han tenido que enfrentar en la población visiones distorsionadas sobre su quehacer como grupo,

“...me fui con una persona en la micro y dijo que, ‘¿a ustedes les pagan?’, yo le dije, ‘no, a nosotros nadie nos paga’. ‘Ustedes creen que la gente es tonta, si no les pagaran no estarían tan metidas en el cuento’, ‘ toda la gente piensa que a ustedes les pagan o si no, no estarían tan interesadas’... No, le dije yo, estás equivocado, nosotras no tocamos nada, no nos pagan, ni nosotras cobramos”.

Para las integrantes del Círculo de Mujeres por la Salud uno de los logros de que en sus actividades participen otras mujeres de la población se manifiesta en que esta es una manera de comenzar a romper con algunos de los juicios que se suelen hacer en relación a las organizaciones de mujeres.

“Y lo importante, pa’ mi sobretodo, fue que participaran vecinas nuestras, porque habían muchas que decían que lo nuestro era un centro de madres, porque íbamos a puro copuchentear, a puro pelar, entonces después el hecho de que participaran en los talleres, y vieran que era algo bueno, y algo de prevención de la salud... Después solitas llegaban, y dijeron a la vez que ellas no pensaban que lo que hacíamos era tan bueno... Para mi fue muy importante que participaran vecinas mías, vecinas de ahí de alrededor muy cerca de mi casa, porque tenían una visión equivocada de lo que era el grupo de salud”.

En el Taller Sexualidad y SIDA participaron un total de 27 personas, 12 mujeres y 15 varones, con un promedio de 18 personas por sesión, de las cuales la mayoría eran jóvenes. Seis de estas mujeres (50%) habían participado en un taller sobre prevención del embarazo realizado por el grupo en años anteriores; otras cinco participantes mujeres habían estado en otros tipos de actividades (campañas, actividades solidarias, etc.) realizadas por el grupo Círculo. Cabe mencionar que una de las mujeres que había asistido al taller de prevención del embarazo, también había participado en otras acciones organizadas por el grupo; en este caso, como en el conjunto de las mujeres que habían participado en otros tipos de actividades, se trata de mujeres adultas.

El Taller Menopausia y Autovaloración Personal contó con la participación de un total de 19 mujeres, con un promedio de 11 personas por sesión. Cinco de estas mujeres (41,6%) habían participado anteriormente en el de Sexualidad y SIDA. Es pertinente también destacar que en el taller que se realizó después (Bíodanza y Salud Mental), participaron un total de doce mujeres, de las cuales ocho, o sea el 66,6% de ellas, habían participado en el Taller Menopausia y Autovaloración Personal, lo cual da cuenta de que el grupo logró en gran medida su objetivo de captar la continuidad en la participación de las mujeres adultas.

De la revisión de los listados de participantes en los tres talleres realizados por el Grupo Círculo en 1999, se concluye que 13 mujeres (30,2%), de un total de 43 participantes mujeres, asistieron a dos o tres de estos talleres. Este nivel de logro es altísimo, si se considera que los dos primeros talleres tuvieron una duración de seis sesiones. Este porcentaje se eleva a 46,5%, equivalente a 20 mujeres, si se considera a las personas que también tomaron el taller de prevención del embarazo realizado en 1996 y el de Buen Trato co-ejecutado en 1999 por el grupo con el Consultorio del sector y la Oficina de la Mujer, el cual surgió como actividad emergente mientras realizaban el Taller de Menopausia. Al respecto cabe destacar que tres mujeres que participaban en el taller de Buen Trato, se motivaron y asistieron paralelamente al Taller de Menopausia³⁰.

4.4 Los componentes de la metodología de Talleres

Las monitoras del grupo Círculo de Mujeres por la Salud preparan cuidadosamente sus talleres, luego de identificar los contenidos centrales el grupo planifica el desarrollo que seguirá cada sesión. Esta planificación se organiza y presenta en un instrumento muy concreto, la tabla de la sesión, que en sus palabras es *“Una manera de tener un orden. Así tenemos una estructura para las sesiones”*. El grupo identifica en esta forma de planificar una *“... metodología que hemos aprendido durante años...nosotras aprendimos de esa forma...”*.

En dicha estructura se aprecian elementos comunes, los que permiten abordar el desarrollo de las sesiones en una secuencia, donde se distinguen los siguientes pasos:

- Bienvenida, presentación de los objetivos y desarrollo que tendrá la sesión, entrega de carpetas y materiales del taller
- Dinámica
- Introducción al tema
- Trabajo grupal
- Plenario - discusión - complementación
- Evaluación
- Onces

El grupo plantea que la acogida de las personas es un elemento importante en el desarrollo de sus talleres, de modo que la bienvenida, las dinámicas y el espacio destinado a las onces se orientan a crear un clima de confianza y de integración entre las participantes. Para lograr un ambiente grato el grupo también se apoya en un trabajo previo de organización y decoración de su sede, para lo cual utilizan afiches, otros materiales informativos y un diario mural con mensajes relativos a la historia del grupo.

³⁰ De las mujeres que participaron en 1999 en el taller Menopausia y Autovaloración Personal siete asistieron al taller Menopausia y Nutrición realizado por el Círculo de Mujeres por la Salud entre octubre y noviembre del 2000.

Las integrantes del Círculo de Mujeres por la Salud rescatan las dinámicas y su activa participación en ellas, como un aporte para la generación de relaciones horizontales y de confianza señalando que, *“Las dinámicas son un momento para entrar en confianza, de darle confianza a la gente”*; y que *“Es rico cuando sienten que hay una situación de igualdad, no la ‘señorita’...”*. Del mismo modo la presentación del desarrollo que tendrá la sesión, de lo que se va a hacer, contribuye a crear un clima de confianza y de horizontalidad entre las participantes, lo cual es estimulado en la bienvenida diciendo por ejemplo, *“...la sexualidad es un tema que nunca se toca y todos estamos aquí para aprender”*.

En relación a la decoración las integrantes del grupo señalan que *“El lugar tiene que ser acogedor, tiene que haber cosas que observar, un asiento donde estar cómodas”*. *“La primera impresión entra por la vista, si te encontrái con algo desagradable, te achacai”*.

Respecto de la once, las opiniones del grupo dan cuenta de que ésta ofrece una oportunidad para entrar en confianza, *“La once es el momento en que se dice todo lo que no se dice en la sesión...”*; con ello aluden al hecho de que para muchas mujeres dueñas de casa, que no están organizadas, el participar en una reunión de estas características les posibilita conversar de situaciones que en muchas ocasiones no tienen con quien compartir; *“...aquí se toman un ‘tecito’ hablando cosas que queremos hablar...y que podemos hablar”*; *“...aquí toman onces relajadas, conversando de otras cosas”*. Las monitoras de salud también plantean que en un contexto de pobreza la once es necesaria, *“... para que estamos con cosas... nosotras siempre queremos comer y ellas son iguales a nosotras...”*.

Otro elemento en la estructura de los talleres realizados por el Círculo son los espacios dedicados al trabajo en pequeños grupos, lo cuales se orientan a recoger los conocimientos de las/os participantes a través de preguntas abiertas, selección de respuestas correctas (verdadero o falso) o dibujos. En la opinión de las monitoras del Círculo de Mujeres por la Salud, es fundamental la inclusión de trabajos grupales en los talleres, *“... porque permite mayor participación...”*. *“Para los ‘cabros’ es más fácil dar opinión... aunque les cueste al principio, después se lanzan”*.

La formación de los pequeños grupos se hace al azar, aunque dependiendo de las características de los asistentes el Círculo utiliza otros procedimientos para garantizar que su composición sea homogénea, por ejemplo en cuanto a la edad, y facilitar así la opinión de todas/os los participantes. En el taller Sexualidad y SIDA después de la primera sesión, las monitoras de salud asumieron que debían modificar la composición de los pequeños grupos, porque *“Vimos que a los más chicos los grandes se los comían al opinar... Nos tuvimos que dar cuenta de esa cuestión, sino, los más chicos no podían expresarse”*.

Las integrantes del Círculo de Mujeres por la Salud reconocen las dificultades que pueden tener especialmente los jóvenes, para plantear públicamente y a mujeres adultas sus consultas y preocupaciones en relación a sexualidad, por ello, generaron modalidades de trabajo que facilitan su expresión de manera anónima: *“... esto que ven aquí, es un condón que va a servir como buzón... lo que ustedes quieran preguntar lo escriben en estos papelitos que hay aquí. Escriban aquí las cosas que no quedaron claras, las cosas que quieren saber...”*. Al finalizar el taller el Círculo entregó a cada participante un pequeño documento con las respuestas a las preguntas que las/los participantes depositaron en el ‘condón’ que sirvió como buzón (ver anexo N° 1).

Otro elemento presente en la estructura de las sesiones educativas diseñadas por el grupo Círculo son los plenarios, en este espacio cada uno de los pequeños grupos de trabajo presenta su reflexión sobre alguno de los temas abordados en la sesión. En torno a estas presentaciones, las monitoras de salud invitan a comentar las respuestas para luego complementar la información producida por las/os participantes, aportando información sistematizada, la que exponen mediante papelógrafos, cartillas u otro material informativo preparado por ellas (ver anexo N° 2).

En cada sesión las encargadas del taller motivan al conjunto de las/os participantes, incluidas las integrantes del Círculo, a evaluar la sesión. Para ello preparan preguntas relacionadas a los contenidos centrales, metodología de trabajo, objetivos de la sesión y participación de las monitoras en su desarrollo.

Dado que la evaluación no es una práctica habitual, las integrantes del Círculo de Mujeres por la Salud, activamente buscan facilitar la expresión de ideas, creando un clima lúdico mediante la utilización de dinámicas recreativas, música, juegos populares como el luche y también juegos educativos como Aprendiendo sobre SIDA: Tarea de Todos³¹, los cuales se modifican de manera tal, que sirvan al objetivo de recoger las impresiones de las/os participantes en los aspectos que se desea evaluar y también para reforzar algunos de los contenidos vistos en la sesión.

En el caso del Taller Menopausia y Autovaloración Personal, el grupo utilizó una hoja de compromiso, la que fue presentada al inicio del taller como una invitación a revisar algunas de las actitudes y conductas cotidianas que expresan en el caso de las mujeres una postergación de las propias necesidades. Esta hoja de compromiso se leyó de nuevo al término del taller, estimulando a las participantes para que compartieran alguna o algunas de las actitudes sobre las que habían estado reflexionando o conductas que habían ido cambiando.

Un elemento central en el trabajo de talleres realizado por el grupo Círculo son los materiales de apoyo utilizados, destacan entre sus características la claridad de los mensajes y cercanía del lenguaje utilizado. Las monitoras señalan que tienen una preocupación constante por “...conjuguar el lenguaje popular con el técnico...”. La preparación de sus talleres incluye un trabajo sistemático dirigido a elaborar los materiales que se usarán en las sesiones educativas, “...hicimos harto material de apoyo y los ‘cabros’ los leían. Los papelógrafos están explicados con lenguaje claro” y “La cartilla y el buzón como forma de comunicación”.

Las integrantes del grupo enfatizan la necesidad de entregar material escrito en sus talleres, señalando que “...los materiales permiten entregar conocimientos con fundamento...” “Entregar materiales es importante, porque si se olvida algo, uno revisa, reafirma...”, “... la gente se apodera de la información, y puede decir ‘yo lo leí y por eso es así’”. Las monitoras destacan que las participantes en sus talleres han valorado su esfuerzo dirigido a aportar información escrita porque “...la mayoría de las mujeres se llevaban sus materiales”.

³¹ Juego educativo producido por EPES

Para las integrantes del Círculo de Mujeres por la Salud, los materiales deben ser pertinentes al contenido que se está tratando y también a las características de las personas a quienes se dirigen. Respecto del taller sobre sexualidad donde mayoritariamente participaron jóvenes, una de las monitoras señaló “...nos costó poder tener materiales adecuados para los jóvenes, con lenguaje apropiado... pienso que fueron los apropiados para ellos...llegaban con su carpeta”. El criterio de calidad que tienen las monitoras es exigente, no sólo considera la pertinencia de los materiales según sus destinatarios y el tema que están tratando, sino que también la suficiencia, “...tal vez faltaron algunos...” “Falta tiempo para buscar...”.

Los materiales también deben ser adecuados en función del enfoque de educación popular que tiene el grupo Círculo y que se expresa en su motivación por generar espacios educativos que puedan dar origen a nuevas organizaciones, porque a través de los talleres ellas esperan “...que vayan en la misma senda que nosotras... ”; esto es, que valoren el trabajo de la organización. Para estos efectos el lenguaje verbal y escrito debe ser “...claro, sencillo, didáctico, popular, con modismos que se usan en la población”. Para las integrantes del grupo este debe ser un “...lenguaje de acuerdo a la realidad que se vive”; enfatizando que un “..lenguaje fácil, es muy importante. Es algo por lo cual la gente puede seguir creyendo en nosotras, viniendo...”.

El abordaje de los talleres de sexualidad incorpora una visión de la salud como derecho, sin embargo esta no se explícita en el planteamiento de los contenidos de las sesiones, ni en el material entregado a las participantes. Ello responde a una decisión y al debate que las integrantes del Círculo de Mujeres por la Salud han tenido en relación al proceso que deben seguir las mujeres para llegar a un nivel de empoderamiento, que les permita situarse como sujetos de derechos. Al respecto una de las monitoras de salud plantea:

“Yo creo que una vez lo conversamos, antes de abocarnos a este tema sobre todo en un sentido de que dijimos: si una persona que está en su casa con problemas, si no aprende a quererse, si no se quiere a si misma ¿cómo va a ir a reclamar sus derechos?. Primero partimos de la base de que teníamos que entregar información, en ese sentido, vimos que eran importantes los talleres de climaterio y de autovaloración personal, porque a la persona por lo menos le estamos entregando la parte esa de aprender a quererse, a valorarse a si misma”.

Esta opción se sustenta en la reflexión que sus integrantes han hecho respecto a su proceso personal de desarrollo y participación social,

“...Entonces nosotras ya hemos concluido bien ese proceso. Hemos sido mujeres que hemos estado el día entre cuatro paredes, sin ningún espacio más y hemos salido. Nos hemos organizado...hemos ido viviendo procesos, entonces nosotras pensamos que la gente, las mujeres, igual tenemos que vivir ese proceso. Tú no te puedes saltar una etapa o algo, tenís que vivirlo, porque cuesta. Una dice ¡no!, ¿cómo?, o sea cuando tu te encuentras con otra mujer que está pasando a lo mejor por lo que tú ya viviste, te cuesta aceptarlo un poco; porque como ya una lo superó... pero igual,

cuando tú estuviste en ese momento, igual era difícil y una no le veía salida al problema. Yo me acuerdo que una vez vimos esa parte, pensando que había que darle a los derechos, a valorar lo que nosotras hemos vivido personalmente. Experiencia propia, al menos yo lo viví y yo sé que como grupo ha sido así también...”.

No obstante, el grupo ha incluido en sus talleres actividades muy concretas con las cuales han buscado que las participantes puedan conocer y ejercer sus derechos en el ámbito de la salud primaria y también acceder a los programas y servicios sociales. Las monitoras señalan que han impulsado el uso de los recursos existentes a través de diversas modalidades, como por ejemplo:

“Nosotras buscamos todo lo que las ‘cabras’ necesitaban. Muchas de las que eran madres solteras no tenían sus niños en el subsidio familiar, y nosotras cuando las llevamos a la municipalidad les dieron su familiar. Las otras, no tenían su tarjeta de gratuidad porque eran niñas solteras o la tarjeta calificadora no estaba vigente”.

“..cuando nosotras hicimos un taller de sexualidad y SIDA, decíamos a los jóvenes que fueran al consultorio; le decíamos que fueran porque habían condones allá, que fueran a buscar. No les dijimos es un derecho que ustedes tienen, pero en el fondo, cuando nosotras lo planteábamos, lo estábamos planteando desde ese punto de vista. Porque se planteó harto en el taller de sexualidad y también en el taller del climaterio, pero no lo planteamos así, vayan allá es un derecho, vayan a exigir un derecho, abiertamente no”.

“Y algunas veces se comentaba, se decía, chiquillas esto es de ustedes; ustedes tienen que exigir una buena atención, tienen que exigir los preservativos o métodos, o sea, ver que métodos va a usar o exigir una buena atención, si alguien las trata mal o les da hora pa’ o no les respetan la hora. Entonces yo pienso que sí, en el fondo estamos tomando en cuenta los derechos, pero, como decía, sin decirlo”.

En el grupo también se hacen presentes algunas diferencias respecto del énfasis que debería tener el tema de los derechos en la perspectiva de lograr un fortalecimiento de las organizaciones de mujeres, al respecto una de sus integrantes señala:

“Mira, por ejemplo este tema a mi me interesa. Control ciudadano, la potenciación de la organización de las mujeres, porque yo no saco nada con decirle a la gente, tiene que ir al consultorio a pedir, pero yo no voy más allá de decirle vaya; ustedes díganle mire acá hay una ley, acá esto otro que te dice allá tu tienes derecho pa’ poder exigir”.

El debate en torno a la explicitación de la visión de derechos, también ha considerado el contexto social y político en el cual trabaja el grupo, ya que reconocen la persistencia del temor a lo político y la pérdida de la credibilidad de la política partidista en la población; al respecto las monitoras del Círculo señalan:

“Nosotras decimos ‘porque es un derecho la salud’, pero lo decimos suavemente, porque no queremos que la gente se espante y digan ya están hablando de derechos, ¡eso es política y todo eso!. Porque el tiempo y los años nos han enseñado a manejarnos en ese lenguaje, y a no ser tan... de romper con los esquemas de cada persona. Y cuando vemos que hay personas que realmente como que no están muy de acuerdo en lo que estamos diciendo, decimos todos los saberes y todas las formas de pensar son válidas”.

“...nosotras no hablamos de política partidista, pero si usamos la política cada vez que estamos hablando, y eso, nosotras lo hacemos ver a la gente. Pero es muy difícil sacar el concepto político a la gente que dice, ¡no!, están hablando ya de...; pero yo creo que estamos de acuerdo en que nosotras tenemos que decir, que la política no es mala”.

V. IMPACTO DE LA ESTRATEGIA EDUCATIVA

5.1 Impacto de los Talleres en las participantes

El grupo Círculo de Mujeres por la Salud incluye la evaluación de las participantes en todos sus talleres, de este modo a partir de las opiniones recogidas en cada una de las sesiones educativas, se puede identificar el impacto inmediato que tiene su trabajo en las/os participantes, los que se refieren a :

1. Salir de la casa y tener un espacio de relación con otras personas
2. Aumento en la valoración personal
3. Nuevos conocimientos
4. Reconocimiento de la capacidad de aprender y compartir lo aprendido con otros/as
5. Valoración de la capacidad de educar y metodología usada por el grupo Círculo

En las evaluaciones realizadas por las mujeres y jóvenes que asistieron a los talleres realizados en 1999, reiteradamente se planteó la importancia que tiene para las mujeres, atreverse a traspasar las fronteras de su hogar para relacionarse con otras mujeres en función de sus propias necesidades. Las/os participantes valoraron el espacio brindado por el grupo Círculo, con expresiones tales como:

“Me gustó, uno se relaja, conoce gente...”.

“...bueno salir de la casa”.

“Como vengo por primera vez...me gustó como habla cada una de nosotras...”.

“Por mi ojalá fueran todos los días. Este es mi espacio... para mi este es un relajamiento... un espacio para mi”.

“Hoy día estoy bajoneada y este taller me tira para arriba”.

Relacionado a lo anterior y a los contenidos del Taller “Menopausia y Autovaloración Personal”, las participantes expresaron comentarios que dan cuenta que esta actividad posibilitó centrar la atención en las necesidades propias, estimulando procesos de autovaloración personal:

“Yo creo que uno como mujer se va valorizando más, aprender como amigas”.

“Mirar mi interior y aceptarme, eso me cuesta. Me cuesta también sacudirme del sometimiento de mis hijos y de mis padres. Quiero tratar de seguir en los talleres porque me he sentido bien”.

“Si he crecido, me cuesta un poco quererme, no postergarme, eso me cuesta todavía, pero quiero”.

También respecto al proceso de aprendizaje, las/os participantes de los talleres del Círculo reconocieron el haber aprendido de manera entretenida y en un ambiente de confianza, lo cual se expresó en comentarios como los siguientes:

“Me gustó todo, estoy aprendiendo más cosas”.

”...aprender las cosas como son. Lo que más me gusta es como enseñan ustedes, de manera abierta”.

“He aprendido harto y es rico estar jugando de nuevo”.

”Lo importante de estos talleres es que dan la facilidad, la confianza de preguntar. Uno aquí dice las cosas como son, en otros lados da plancha”.

En relación a uno de los contenidos específicos del Taller “Menopausia y Autovaloración Personal”, referido a conocer el instrumental que se usa en el examen ginecológico, las participantes señalaron que *“...sobre todo lo que me gustó fue ver el espejito...me metían una cosa, y no sabía qué era... Aprendimos cosas que éramos ignorantes”.* En relación al instrumental usado en el examen de Papanicolau, otra mujer planteó que le gustó saber *“...qué sacaban con esa espátula, ¡yo no tenía idea!. Son cosas que una aprende, una no sabe realmente qué te meten y qué te sacan... ¡no tenía idea!”.*

Otro impacto de los talleres realizados por el Círculo de Mujeres por la Salud, se relaciona con la apuesta del grupo de que compartiendo sus conocimientos, pueden originar nuevas organizaciones y generar capacidades que permitan que otras mujeres puedan informar y educar a su comunidad; esto quedó de manifiesto en planteamientos que dan cuenta del inicio de procesos orientados en este sentido:

“Me siento súper contenta de haberlas conocido y de estar aquí. Súper importante estar aquí y aprender y el día de mañana puede ser que yo esté enseñando”.

“Me gustó... en mi trabajo tengo un grupo de amigas... la edad de la menopausia no es que la mujer se acaba... florece la mujer... no la mamá. Me gusta para seguir entregando”.

Algunas de las mujeres que participaron en los talleres y que integran otros grupos de salud, plantearon opiniones que junto con reconocer la capacidad de educar y la metodología que utilizan las monitoras de salud del Círculo, expresan también, una afirmación de su propia identidad como educadoras populares, lo cual podría fortalecer el accionar de sus propias organizaciones. Ellas señalaron que:

“Es súper importante que este taller sea dado por monitoras de salud”.

“Lo que me gustó más es que el taller sea dado por ustedes, en un lenguaje fácil, nosotras aprendemos”.

“...resaltar la metodología del Círculo, yo lo he pasado súper bien y he aprendido harto”.

También en relación a la metodología, algunas mujeres que participan en otros tipos de organizaciones han rescatado que la estructura de las sesiones educativas, les ayudaría a organizar mejor sus reuniones.

El manejo de la metodología de talleres demostrado por el conjunto de las integrantes del grupo Círculo de Mujeres por la Salud, permite mostrar que mujeres pobladoras pueden educar a otras; pues al compartir activamente los roles de conducción de los talleres, refuerzan su propuesta de que quienes participan en sus actividades educativas, también podrían organizarse y replicar los conocimientos adquiridos con otras mujeres.

Estos impactos inmediatos del o los talleres en las participantes, probablemente puedan solidificarse por la estrategia de convocatoria implementada, cuyo resultado indica que un importante número de mujeres ha participado en varias de las actividades impulsadas por el Círculo de Mujeres por la Salud.

En el trabajo de talleres realizado con adolescentes, el grupo identifica impactos que se relacionan a la incidencia que tuvieron sobre sus formas de vivir la sexualidad, como en la mejora de sus condiciones de vida a partir del acceso a información y apoyo concreto que les brindaron para tramitar y acceder a recursos provenientes de las políticas sociales vigentes.

“Y además las hicimos ser parte del consultorio. O sea allí en el consultorio las ‘cabras’ tuvieron ‘chipe libre’. Muchas hasta hoy todavía van y tienen una puerta abierta para sus cosas, por ejemplo la...se hizo un tratamiento. La...quiso tener su guagua porque ella usaba preservativo y después se embarazó y se casó y fue al poli de nuevo y se puso en tratamiento de nuevo. Entonces, son chiquillas que han tenido una formación gracias a que estuvieron en el taller nuestro”.

“Claro, y les mostramos o sea nosotras las llevamos, no les dijimos tienen que ir, ¡no, nosotras las acompañamos!. Las llevamos y las ‘cabras’ después tomaron su propio camino pa’ llegar allí. Y eso es lo que nosotras queríamos, que ellas no tuvieran que estar esperando que nosotras... ni mucho menos”.

5.2 Impacto en el Grupo Círculo de Mujeres por la Salud

Un primer impacto en el trabajo de talleres realizado por el grupo Círculo, tiene relación con el fortalecimiento de su identidad como una organización que realiza un trabajo educativo, “...somos básicamente un grupo que nos capacitamos para capacitar a otras mujeres”.

Otro impacto del trabajo educativo realizado por el grupo se relaciona al fortalecimiento individual de su identidad como educadoras, ellas señalan que se “...reconocen como educadoras populares”; lo cual se corresponde con su trayectoria grupal, como también, con un proceso paralelo de organización interna, que llevó a que el conjunto de sus integrantes se comprometieran a participar en los talleres programados. El cambio en la modalidad de organización interna consideró la determinación de responsabilidades individuales en la conducción de cada taller, junto con la distribución de tareas en el desarrollo de las sesiones; ello contribuyó a generar las condiciones objetivas y subjetivas que les han permitido a cada una plantearse que han ganado la “...seguridad de que puedo hacer cosas”.

Al respecto el grupo evalúa su decisión señalando que, “...antes faltaba distribuir los trabajos...”; “...no se habían dado oportunidades. En este taller nos damos responsabilidades, si uno dice si, tiene que asumir...”. La autocrítica respecto a la falta de involucramiento del conjunto en las tareas de la organización, ha apoyado la maduración de procesos personales de autovaloración, lo que permite reconocer las propias capacidades y facilita la valoración de los distintos aportes que pueden hacer las demás compañeras del grupo, “...ver a las chiquillas me gusta, siento que yo sé, pero no podría decirlo como ella...”.

El reconocimiento individual y grupal de sus saberes, es sin duda un elemento central en la identidad del grupo, porque como ellas dicen, “...el grupo tiene una cara y es la de la organización... aunque tengamos problemas...”; “...eso significa que la organización es muy importante para nosotras”.

En directa relación con la trayectoria de trabajo del Círculo en sexualidad y al esfuerzo dirigido a lograr la satisfacción de sus necesidades como usuarias de los servicios de salud locales, se constata un nivel más amplio de impacto: el desarrollo de una capacidad de propuesta en asuntos que tocan directamente la salud de las mujeres, como es el acceso a servicios de salud sexual y reproductiva más adecuados a las necesidades de mujeres jóvenes y adultas.

El surgimiento de elementos de una propuesta tendiente a mejorar la atención de salud, tiene como base la experiencia personal de las mujeres que integran el grupo Círculo como usuarias de los servicios de salud; el conocimiento acumulado en el trabajo con mujeres, así como su activa búsqueda del diálogo y facilitación de la relación entre los funcionarios de estos servicios y las participantes de sus talleres con la finalidad de que ellas puedan conocer y usar los servicios disponibles.

En dicha búsqueda que es parte de las actividades y contenidos de algunos de sus talleres, el Círculo de Mujeres por la Salud ha logrado generar espacios de diálogo en los cuales han podido involucrar a profesionales en el desarrollo de algunos contenidos y uso de recursos pedagógicos que hacen más accesible la información. También, las participantes de los talleres han tenido la oportunidad de observar una forma de relación interpersonal con funcionarios/as de los servicios públicos, en la que mujeres pobladoras -las monitoras de salud- actúan y se reconocen como sujetos de derechos.

Los contenidos de la propuesta generada por el Círculo de Mujeres por la Salud, para los servicios que atienden la salud sexual y reproductiva de las mujeres, se refieren a 4 aspectos: organización del servicio; relación con profesionales; examen ginecológico y orientación para el tratamiento ginecológico:

Acerca de la Organización del Servicio:

- Sin burocracia
- Ser tratadas como personas y no ser sólo un número
- No exigir tanto papeleo
- Información clara respecto dónde tengo que ir, a qué sala
- Dejar de lado el aspecto socioeconómico
- Dar hora para hoy
- Que no te hagan sacarte los calzones afuera
- Atención humana y eficiente
- Que sea un derecho

Acerca de la Relación con Profesionales:

- Que me saluden mirándome a los ojos. Que me miren cuando me hablan
- Que me pregunten cómo me llamo
- Que escuchen mis necesidades
- Que sea grato, que me hablen sin reto. Trato humano, sin malas palabras. Buena atención
- Que el o la profesional no me discrimine. Que no haya discriminación de raza, sexo, religión ni color
- Que no haga burla de mi cuerpo
- Que no me desvaloricé
- Que me trate como una igual, como persona
- Que me pregunte primero qué síntomas tengo y luego me explique que me va a hacer
- Para las jóvenes que haya un trato especial, ya que es su primer examen
- Que las jóvenes sean atendidas junto a su pareja, o su mamá o su papá si ellas lo desean

Acerca del Examen Ginecológico:

- Que el lugar en que me están atendiendo sea limpio y bien equipado
- Que no entre otra persona cuando me atienden
- Que me entregue el tiempo que merezco
- Que me explique en qué consiste el examen. Previa a la atención que haya un trabajo educativo en relación al examen e instrumental que se usará en mi cuerpo, didácticamente

- Que el examen sea completo: útero, mamas
- Que no usen mi cuerpo como si fuera de ellos. Que me expliquen que necesitan otra opinión y que va a venir otro profesional a examinarme
- Que sea claro en lo que dice, con palabras que yo pueda entender

Acerca de la orientación para el Tratamiento Ginecológico:

- Que entreguen información sobre los procesos que las mujeres vivimos (menarquía, embarazo, post parto, climaterio)
- Que me escuche y me explique lo me está pasando
- Que me expliquen bien los tratamientos y métodos anticonceptivos, todas las posibilidades que existen y que respeten mi derecho a decidir
- Dar condones a todos y en la cantidad que necesiten
- Que me entreguen información completa sobre operaciones como histerectomía o mastectomía³²
- Que me haga sentir que el cuidado de mi salud es importante
- Contestar mis inquietudes y dudas respecto a mi enfermedad
- Debería preguntar cómo es mi vida sexual
- Enseñar a todas las mujeres a hacerse el autoexamen de mamas
- Que haya un seguimiento de la historia clínica de la paciente
- Que cuando me deriven a otro lado, me expliquen bien lo que tengo que hacer
- Que hayan criterios comunes entre un servicio y otro

El impacto que ha tenido la estrategia educativa del grupo Círculo en su propia organización es evidente. Ellas constatan un fortalecimiento de su identidad como educadoras populares, que partiendo de sus propias necesidades de reflexión e información en torno a temas vinculados a la sexualidad, han podido generar procesos de conocimiento con otras mujeres, en los cuales comparten la información acumulada por el grupo, así como los procesos personales y colectivos que les han posibilitado tener una apertura en su comprensión de la sexualidad y mejorar su calidad de vida. En este proceso, junto con identificar las necesidades que los servicios de salud no están abordando adecuadamente, ellas han ido desarrollando una práctica educativa que contiene los elementos básicos de una propuesta de atención de la salud que integra criterios de calidad desde una perspectiva de género y recoge de manera concreta, su visión del derecho a la salud en condiciones que respetan la libertad y dignidad de las mujeres para decidir acerca de su cuerpo y sexualidad.

Esta capacidad de propuesta del Círculo de Mujeres por la Salud no sólo se refleja en su ideario acerca de cómo debiera ser la atención de salud sexual y reproductiva de las mujeres, sino que en su capacidad de acoger las necesidades que ven en su sector y buscar los recursos de información y capacitación que requieren para desarrollar programas de capacitación, que constituyen una apuesta creativa para incidir sobre las actitudes y conductas sexuales de las personas a quienes dirigen sus talleres.

³² Histerectomía es la extirpación del útero y mastectomía es la extirpación de uno u ambos pechos.

“Nuestros proyectos han sido inéditos, nos situamos desde la realidad de las chiquillas;...viendo nuestra realidad.. apropiándonos de todos los espacios que podíamos”.

“...veíamos nosotras desde la realidad que vivíamos, que no le daban mayor importancia a la sexualidad. Cuando empezamos...era porque había una epidemia de embarazos adolescentes, y tuvimos la suerte de ganar un proyecto para hacer lo que queríamos hacer, un proyecto que presentamos en el Colectivo de Atención Primaria³³ y fuimos las únicas acá de la comuna, el único grupo que lo ganó entero porque también era inédito. Hicimos todo lo que hicimos con las otras mujeres también... y lo mejor fue que enseñamos a las ‘cabras’ y a la vez, nosotras fuimos aprendiendo como tratar mejor a nuestras hijas. Entenderlas mejor, fue un aprendizaje común con las niñas y después también...eran súper parás las ‘cabras’, ¡súper parás!”.

³³ Organismo No Gubernamental que inició su trabajo en la década de los ‘80.

VI. CONCLUSIONES

El proceso de recuperación de los aprendizajes y experiencias del Círculo de Mujeres por la Salud permitió que todo el grupo revisara y valorara el accionar que han realizado durante sus 15 años de trayectoria, lo que impactó tanto a aquellas participantes que han estado durante la mayor parte de este tiempo como a aquellas que se alejaron del grupo durante algunos períodos.

La realización de este trabajo influyó en que las integrantes del grupo reconocieran que han hecho 'hartas cosas' y que estas han sido importantes para sus procesos de crecimiento como mujeres organizadas y para lograr legitimarse en la comunidad como Grupo de Salud,

“...nosotras gracias a este trabajo nos dimos cuenta, lo hemos dicho en varias ocasiones, de todo lo que hemos sido capaz de hacer, entonces pienso que ayuda harto porque tú como que igual haces las cosas, te comprometes en un lado, en otro y tratas de salir adelante, pero no vez la dimensión de lo que vas creando al mismo tiempo”.

La posibilidad de ordenar y registrar la experiencia grupal ha sido importante para que el Círculo pueda explicitar cuales son las metodologías de trabajo comunitario que han desarrollado. Lo que se relaciona con la valoración que hace el grupo del hecho de que la sistematización se materialice en la publicación de un documento con el que pueden compartir sus metodologías con otras organizaciones sociales,

“...va a ser un material entendible para cualquier persona que tenga interés en trabajarlo en su organización”.

“...yo creo que esto va a servir mucho a las organizaciones, una organización que tenga interés en leerlo, en llevar a cabo los pasos que nosotros hacemos, la planificación que exigimos y el creerse el cuento de que va a resultar, de que la gente va a venir, de todo lo que nosotros hacemos desde el momento en que inscribimos a la gente cara a cara, que la entrevistamos, que le decimos mire no falte porque usted es importante en esto, que la convencimos de salir de su casa, yo creo que cualquier organización va a tener éxito”.

La importancia que tiene para sus integrantes el estar organizadas, que el grupo funcione bien a pesar de los problemas que se tienen que enfrentar en el trabajo colectivo y el poder entregar a la comunidad las informaciones y conocimientos que han recibido y procesado durante toda su trayectoria, apunta a la visión que hay en el Círculo de Mujeres por la Salud de que es necesario juntarse con otros/as para lograr cambios en la sociedad.

“Si bien es cierto los quiebres y los problemas han sido graves y han marcado también al grupo en varias cosas, pero, yo creo que si seguimos aquí sentadas y llegamos igual, es por algo y porque sabemos que solas no pasa nada”.

La propuesta de lograr cambios en la comunidad también les ha demandado hacer cambios en sus formas de relacionarse en el grupo, aprender por ejemplo a aceptar las opiniones diferentes, la crítica dura y aquella considerada injusta en algún momento, aprender a esperar el momento oportuno para discutir una situación, aceptar que no siempre pueden estar todas de acuerdo, y también a confiar en la capacidad y responsabilidad de sus compañeras para realizar las tareas en las que se han comprometido,

“...el aprendizaje no es tan solo aprendí esto, aprendí a colocar inyecciones, aprendí esto otro, también es aprender a callarse en momentos determinados...”

“Yo iba a decir que sobre todo hay como un respeto, la una con la otra; por ejemplo, si dice ¡ya chiquillas yo me encargo de esta parte!, o sea, ella se encarga y nadie anda pendiente de que ¡ah no!, ¡yo lo voy a hacer o que la otra lo haga!. No vamos a estar pensando que hay que cambiar lo que una de nosotras ha preparado, porque sabemos que está en lo correcto, a lo mejor vamos a sugerir...”

El grupo reconoce en su capacidad de trabajar colectivamente una fortaleza que posibilita que su trabajo educativo pueda generar procesos organizativos en la comunidad. Esta certeza surge de su experiencia personal y es por esto que para el grupo la entrega de talleres es una estrategia que permite generar vínculos con la población y entregar herramientas para que otros/as también puedan emprender el camino de la organización social.

Los talleres son para el Círculo de Mujeres por la Salud una posibilidad de generar cambios en la vida cotidiana de quienes asisten a ellos, porque de acuerdo a su propia experiencia el pasar por procesos de capacitación y desarrollo ha permitido que sus integrantes puedan comenzar a hacer transformaciones tanto en lo personal como en la relación con su entorno;

“...pa’ nosotros es importante y es un logro poder llegar a esto después de reconocer todo lo que hemos hecho durante tantos años, y nos importa tanto a nosotras como grupo, como personas, como mujeres, el darnos cuenta de lo que hemos hecho en otras mujeres. Que hemos hecho cambios, eso es importante. Hemos hecho cambios con las niñas adolescentes, con las mujeres menopáusicas. Hemos hecho cambios en nosotras mismas y eso realmente, para nosotras mujeres pobladoras, es un impacto, porque nos cuesta mucho, nos cuesta mucho hacer lo que hacemos. Nos cuesta dejar a nuestros ‘cabros’, nos cuesta poder manejar nuestros sentidos de culpa, a veces arriesgando la vida en la dictadura y ahora en los últimos tiempos, trabajando en hartas cosas pa’ poder mantener la cosa económica”

La entrega y el esfuerzo que significa juntarse más de dos veces a la semana durante los períodos del año en que están haciendo talleres, el desgaste en tiempo y energías que se produce al mantener viva una organización popular en un contexto social y económico cada vez más adverso en la población, hace que estas mujeres no dejen, a pesar de los años, de sorprenderse de la importancia que ha adquirido la organización para ellas,

“...para mi ha sido impactante el nivel de entrega de cada una, porque a la hora de los quibos igual estamos todas. Tratamos de estar todas a la hora, dejamos todo de lado, dejamos a los ‘cabros’ por aquí, pero la cuestión es llegar a cumplir con lo que nosotras nos hemos propuesto; entonces pa’ mi es súper importante ese nivel de entrega y sobre todo lo otro, que es un accionar que se hace gratuitamente por los demás, entonces ahí como que está la credibilidad del grupo”.

El mirar la vida con otros ojos ha sido parte del proceso colectivo que ha desarrollado el Círculo de Mujeres por la Salud, ya que al estar organizadas las prioridades individuales que se tienen en la vida cambian al transformarse en objetivos colectivos de cambio social. Como señalábamos las actividades educativas que realiza el grupo son importantes en la medida que permiten *“Cambiar la mentalidad de las personas especialmente de los y las jóvenes”* y contribuir a *“mejorar la calidad de vida de otros y otras”*.

También porque el propio grupo puede continuar con sus procesos de aprendizaje al mantenerse activas en la realización de actividades educativas y por esta misma razón, estar en contacto permanente con mujeres y jóvenes de la población y con las instancias de coordinación en que participan.

“Yo creo que el fuerte del grupo siempre ha sido la entrega de talleres y pienso que eso es lo que nos gusta hacer, creo que en la medida que estemos mejorando, y todas tenemos la intención de mejorar para poder entregar. Porque a mi personalmente me encantan los talleres...porque una se nutre buscando los materiales que una va a entregar y a la vez se nutre después con la gente, con la experiencia de la gente, con el compartir de las cosas, entonces estamos enriqueciéndonos mutuamente”.

Durante este proceso de sistematización también se hizo una evaluación de los talleres que realizó el grupo en 1999, lo que permitió identificar algunas de las debilidades que se habían presentado en su ejecución. Uno de los aspectos mejorables que se había señalado era la necesidad de contar con más herramientas en salud mental.

“En la jornada anterior dijimos que nos faltaban conocimientos sobre salud mental, que estábamos cojas en el sentido de manejar la parte en que la gente está como muy emocionada, muy motivada a sacar cosas muy dolorosas fuera y escuche que dijeron que...daba un poco de susto manejar el llanto de toda la gente, como que podríamos hacerlo mejor porque para eso también, tenemos que capacitarnos porque es muy... delicado cuando todas nos ponemos a llorar y no podemos salir del llanto. Hay que ver como se sale. O sea qué herramientas, qué mecanismos usamos para poder levantar un poco lo que tenemos ahí con la gente que estamos, y somos nosotras las que tratamos de rasguñar por aquí, por acá, los conocimientos que manejamos...”.

La identificación de esta debilidad y la necesidad que expresó el grupo por capacitarse en técnicas que les permitieran fortalecerse internamente y poder acoger de mejor forma a los/as participantes de los talleres, se plasmó en la realización de tres jornadas de capacitación sobre autocuidado, la cual fue entregada por Denisse Araya del colectivo Raíces.

Para el grupo estas jornadas significaron un espacio de crecimiento individual y colectivo en el que como mujeres y como grupo pudieron reconocer la necesidad de cerrar algunos ciclos y de enfrentar situaciones dolorosas y conflictivas, *“...entonces una vez que ya sacamos nuestros propios dolores de nuestras propias culpas, que cada una tenía. Después fuimos a lo grupal, encontramos que teníamos que sanarnos”*. Otro aprendizaje del taller se refiere a que le entregó al grupo técnicas y herramientas para poder tomar el control de algunas situaciones que se percibían como pendientes, lo que se relaciona con las dificultades que suelen tener las mujeres para tomar decisiones *“...a veces tomar un decisión va a ser menos doloroso que vivir sin tomar la decisión”*.

El trabajo en sexualidad que ha realizado el Círculo de Mujeres por la Salud a través de su trayectoria organizativa, ha permitido que el grupo enfoque la sexualidad de una manera diferente a los discursos censuradores que hay en el país, pues para sus integrantes es importante que este sea un tema que esté en el debate público, como se expresa en la siguiente frase *“He aprendido a hablar del tema sin vergüenza ni tapujos”*.

La apuesta por trabajar en sexualidad se basa en el ‘deber’ que sienten las integrantes del grupo por entregar a otros/as la información y los conocimientos que han acumulado, *“...una de las labores que tiene una que está informada, es difundirlo”*, para de esta manera lograr que *“otras mujeres se sientan tan bien como yo cuando aprendí sobre sexualidad”*.

La riqueza que ha tenido el abrirse al tema de sexualidad ha significado que las integrantes del Círculo perciban que sus propias vivencias han ido cambiando, como expresa una monitora, *“...está demostrado en la experiencia personal de cada una, a como éramos en un principio a como hemos avanzado en este proceso, aunque ha sido largo, igual hemos avanzado”*. El sentirse mejor con ellas mismas y querer que otras mujeres pasen por esa experiencia es uno de los objetivos que el grupo ha tenido en su accionar.

El grupo ha enfrentado más de una dificultad para realizar este trabajo lo que se relaciona con los mitos y creencias que hay en torno a la sexualidad, algunas de sus integrantes han sido criticadas por tocar estos temas con adolescentes.

“Algunas madres nos criticaron muy fuertemente, dijeron que les estábamos enseñando a las niñas y a los niños a tener sexo libremente. Que con eso, con haberles enseñado...iban a empezar a hacer el sexo con cualquiera... ¡las mamás tenían la venda en los ojos!”.

También algunos hombres han cuestionado el trabajo del grupo, ya que consideran que el accionar del Círculo de Mujeres por la Salud es una ‘mala influencia’ para sus parejas como se expresa en el siguiente caso,

“...se sacó su polera pa’ pelear conmigo, porque yo le quite su mujer, le quite la sumisa que tenía en la casa, que nunca le levantaba la voz ni nada, pa’ entregarle a una mujer que se le paró, le dijo está bueno ya de hueás...”.

Otro ámbito de dificultades para el desarrollo de su trabajo radica en la falta de recursos propios para el desarrollo de sus actividades, pues aunque han generado a través de toda su trayectoria diversas acciones destinadas a obtener financiamiento, tales como completadas, comidas bailables, rifas entre otras, los resultados alcanzados en ningún caso permiten cubrir la totalidad de los gastos de multiplicación o diseño de material educativo, material de oficina, movilización y las ´onces´ con que acostumbran terminar cada una de las sesiones.

Frente a la dificultad de generar fondos por medio de las vías tradicionales de autogestión usadas por las organizaciones populares, el grupo Círculo de Mujeres por la Salud ha ido desarrollando la capacidad de elaborar proyectos y postular a pequeños fondos provenientes de ONGs, de agencias de cooperación y a fondos estatales administrados por el consultorio del sector.

En los últimos 5 años el grupo ha logrado acceder a los financiamientos a que ha postulado, sin embargo, tiene dificultades para acceder a la información sobre alternativas de recursos disponibles³⁴, lo que afecta sus posibilidades de dar continuidad y organizar su trabajo de una forma más acorde a sus necesidades y disponibilidad de tiempo. Otros elementos que afectan el acceso a recursos por medio de la postulación de proyectos, se refieren tanto a la falta de flexibilidad en las condiciones para acceder a los fondos concursables, especialmente, las referidas a demandas de participación permanente en instancias de coordinación, como a las demoras que se producen entre la aceptación de las propuestas y la entrega de los recursos solicitados, lo que obedece en el caso de fondos administrados por los consultorios, a las deficiencias existentes en el traspaso de los recursos desde el nivel central.

Aunque el grupo ha generado la capacidad para desarrollar propuestas de trabajo interesantes que han logrado financiar, ello no garantiza la continuidad de su trabajo, porque esto, no sólo depende del acceso a información para postular sus proyectos; y/o adecuación de las normas de operación de los fondos a las características de los destinatarios, sino también de su capacidad para conciliar el trabajo voluntario que realizan, con la generación de ingresos para sus familias y cumplimiento de sus responsabilidades domésticas.

En un contexto de insuficiencia de las políticas públicas para promover la participación y organización de las comunidades, de escasa valoración de los conocimientos que tienen las organizaciones populares y de reconocimiento de su calidad de actores sociales, la propuesta de sistematizar la experiencia del Círculo de Mujeres por la Salud en talleres de sexualidad, conjuntamente con aportar recursos técnicos y financieros para apoyar el desarrollo de acciones comunitarias por parte del grupo, ofreció una posibilidad para que sus integrantes pudieran realizar su trabajo con mayor tranquilidad; como también, una oportunidad para que el equipo de EPES se acercara a la reflexión en torno a la intermediación de recursos dirigidos a las organizaciones comunitarias, como una línea de trabajo institucional.

³⁴ Esto no sólo tiene que ver con las dificultades que pueda tener el grupo para acceder a información sobre la oferta de fondos disponibles, sino también con algunas de las características que esta tiene, por ejemplo, falta de continuidad y claridad respecto de áreas temáticas de interés, períodos de postulación, plazos, requisitos y formatos de postulación, entre otras.

No obstante las dificultades que han estado presentes en el trabajo del grupo, y que gravitan sobre la continuidad de su accionar educativo, es evidente que la metodología con que han abordado sus talleres ha posibilitado capturar el interés de las/os jóvenes y mujeres adultas, lo que se manifiesta en la continuidad de su participación en estas actividades, como en las valoraciones que expresan del trabajo realizado por el Círculo de Mujeres por la Salud.

La estructura de los talleres realizados por el grupo obedece a una visión del proceso educativo, en la cual lograr una participación activa de las personas que asisten es uno de los elementos centrales junto con la valoración de sus saberes y el compartir conocimientos de una manera horizontal, donde las exposiciones o complementaciones preparadas por el grupo, como los materiales de apoyo que se utilizan son cuidadosamente seleccionados, de manera de entregar información con un lenguaje sencillo, directo y pertinente a los temas tratados en sus talleres y a la realidad sociocultural de los participantes.

En el desarrollo de su trabajo en sexualidad y a partir de su propia experiencia como usuarias las integrantes del Círculo de Mujeres por la Salud han identificado un conjunto de limitaciones y deficiencias en la atención de salud sexual y reproductiva de las mujeres. Su propuesta de trabajo en talleres de sexualidad con jóvenes y mujeres en la etapa del climaterio, es una respuesta a una necesidad que no ha sido abordada por estos. Asimismo, en el proceso de sistematización y a la luz de su reflexión en torno a su concepto de sexualidad y de los contenidos abordados en sus talleres, fue posible identificar los elementos que conforman una propuesta a los servicios de salud para atender las necesidades de las mujeres, desde una perspectiva de derechos. En ella destacan la necesidad de asegurar un trato respetuoso de la integridad de las personas y el respeto a su derecho a decidir, especialmente en lo que se refiere a anticoncepción y procedimientos médicos que se les practican a las mujeres.

En el abordaje de sus talleres intencionadamente el grupo busca la relación de las participantes con los prestatarios de salud a fin de facilitar su acceso a los servicios, así como para integrar el conocimiento y manipulación del instrumental ginecológico por parte de las mujeres. La valoración que expresan las participantes de los talleres al acceder a esta experiencia, da cuenta de una necesidad no satisfecha en la atención de salud. También el esfuerzo realizado por el grupo Círculo en torno a generar espacios de diálogo con el personal de salud, da cuenta que este es un tipo de acción educativa que podría implementarse sin mayores costos para los servicios, y que podría incidir de manera importante sobre el nivel de satisfacción que tienen las usuarias, como en el cumplimiento de las metas asociadas a la prevención por ejemplo del cáncer cérvico uterino.

En el transcurso de este trabajo fue evidente que el accionar educativo en sexualidad que ha realizado el Círculo de Mujeres por la Salud ha sido una fuente inagotable de satisfacciones y aprendizajes, en la que la idea fuerza de hacer cambios concretos y mejorar la calidad de vida de la población siempre ha estado presente, lo que valida una acción social que junto con las dificultades se fortalece y nutre al compartir con otras/os la vida diaria.

La generosidad y madurez con que las integrantes del grupo enfrentaron este trabajo de sistematización, es una muestra más de la importancia que tiene para una organización social el reconocer y valorar lo que se ha hecho, pues en un contexto en que cada vez es más valorada la tecnificación de los saberes, la posibilidad de soñar y realizar los sueños se constituye en una experiencia transformadora de cambio social.

Este proceso nos permitió construir un fuerte vínculo con el Círculo de Mujeres por la Salud, como señala una de sus monitoras, *“El hecho de haber realizado este trabajo nos produjo un acercamiento con ustedes, ya las vimos en otro aspecto más cercano, más afectivo”*. Por nuestra parte podemos decir que la acogida, el cariño y la fortaleza que cada una de sus integrantes nos entregaron durante todo el tiempo que tuvimos la suerte de compartir con el grupo, nos llevó a dimensionar y admirar profundamente la entrega y persistencia de su lucha personal y colectiva por construir caminos de autonomía y dignidad para las mujeres.

Anexo 1

CONTESTANDO PREGUNTAS DEL BUZÓN DEL TALLER “SEXUALIDAD Y SIDA POR QUE EL BOSQUE SE CONTAMINA”,³⁵.

1. ¿Es sucia la relación sexual entre mujer con mujer y hombre con hombre?

Nos han enseñado que el sexo es sucio, es feo que no debes tocarte tus genitales (vagina, pene, ano) pero si tu te informas, participas en talleres de sexualidad aprenderás que toda relación por amor es pura y bella, si se respetan mutuamente.

La orientación sexual es innata cada una de las personas puede sentir afecto y amor por una mujer siendo mujer, o por un hombre siendo hombre. Y es tu compromiso no aceptar que discriminen (traten mal), no respeten a las personas homosexuales o lesbianas.

2. ¿Por qué las pastillas anticonceptivas debido a sus hormonas producen distintos efectos sobre las mujeres en su aspecto físico?

Porque no se hace un estudio de que pastillas anticonceptivas hacen bien para cada organismo. No hay preocupación ni programas específicos para la anticoncepción de la mujer, ni del hombre en los consultorios y hospitales.

3. ¿Tener relaciones sexuales diariamente hace mal y en que perjudica?

Cuando se tiene energías se pasa bien y están enamorados, tenerlas diariamente no puede hacer mal.

Perjudicaría si uno de los dos se sintiera presionado a tenerlas, afectaría su salud física y mental.

4. ¿La necesidad de una mujer con otra mujer que se aman y se desean y quieren tener un hijo cómo lo logran?

Para que dos mujeres que se aman puedan tener un hijo solo tienen que saber sobre como adoptar un niño/a, pues de la relación sexual entre mujeres no se queda embarazada.

La otra posibilidad es tener relaciones sexuales con un hombre siempre y cuando él este de acuerdo en ser solamente el padre biológico.

5. ¿Qué significa prostituta?

Mujer que comercia con su cuerpo, es decir, le pagan por tener relaciones sexuales con cualquiera, la mayoría de estas personas trabajan por la necesidad de llevar dinero a sus hogares para alimentar a su familia.

6. ¿Me gustaría que por favor trataran la parte humana de los hombres y mujeres contagiados por SIDA?

Son personas igual que nosotros/as que necesitan mucho afecto, solidaridad y lo principal sentirte y ponerte en su lugar, pues a ti también te puede suceder.

³⁵ Selección de preguntas y respuestas de la cartilla elaborada por el Círculo de Mujeres por la Salud para el Taller de Sexualidad y SIDA.

Anexo 2

4ª Sesión Taller: Menopausia y autovaloración Personal
“Yo Crezco, tu Creces y Juntas Crecemos”
 (Círculo de Mujeres por la Salud / 5 de octubre de 1999)

OBJETIVOS:

1. Comprender la necesidad de pararse positivamente frente a la vida en esta etapa: la menopausia.
2. Aprender a autoexaminarnos los pechos
3. Realizar algunos ejercicios y cuidados que nos ayuden a vivir mejor

TABLA

- Dinámica ronda de presentaciones (se integran 3 nuevas participantes)
- Trabajo grupal: ¿Cuáles son los problemas que se presentan en la menopausia? ¿Cómo podemos prevenir y sobrellevar los problemas de la menopausia?
- Plenario: presentación de trabajos grupales y complementación
- Demostración autoexamen de mamas y ejercicios de Kegel
- Evaluación con dinámica Casas e Inquilinos (opinan quienes quedan fuera de las casas)

Ideas fuerzas planteadas por las integrantes del Círculo para complementar los aportes de los trabajos grupales:

“Esta etapa no tan sólo involucra a la pareja, sino a nuestros hijos, a toda la familia. Una debe darse tiempo para informarles y pedir apoyo, para que ellos ayuden se involucren, porque nosotras queremos cariño, sentirnos importantes para las demás personas”.

“Cuestionamos si era problema o enfermedad, vimos que no es enfermedad pero que muchas veces una está sola”.

“Servimos mientras podemos generar vida, después no servimos para nada... pero en este período pasamos a primer plano, a preocuparnos de nosotras mismas”.

Contenido Papelógrafos:**TERAPIAS NATURALES**

Hablar de la menopausia sin timidez y sin temor. Es un tema que no debe ser ignorado, no se debe asumir una actitud de lástima y compasión porque así crecen los mitos y los prejuicios en torno a la menopausia.

Los ejercicios de Kegel, se recomiendan para ayudar a prevenir la resequedad de la vagina y aumentar el placer del acto sexual a cualquier edad.

La hierbas medicinales, las más comunes son: la yerba buena y la manzanilla.

Las vitaminas y minerales, es importante su consumo y las podemos encontrar en : el pan, cereal de grano integral, germen de trigo, nueces, aceites de azafrán, hígado, levadura de cerveza, frutas ácidas, pimentón, brócoli, leche, acelgas, algas marinas y el sol que provee mucha vitamina D. En todo caso la mejor manera de cuidarnos es con una dieta balanceada y ejercicios como caminar o nadar.

TRATAMIENTO DE LA MENOPAUSIA

Mucho se ha discutido sobre el uso artificial de estrógenos, pensando que aumentarían los riesgos en la salud de la mujer, pero si bien es cierto que los riesgos de contraer cáncer al útero o a los senos aumenta, los beneficios que acarrea esta terapia son mayores. Es decir, en la medida que esta terapia se haga bajo supervisión médica, cualquiera de los posibles riesgos se pueden prevenir con controles oportunos. Es importante comprender que la dosis y el tipo de hormonas es diferente para cada mujer y por ningún motivo deben ser autorecetadas. De la misma forma, tenemos que hacer presente cuando un tratamiento nos está perjudicando y reclamar por uno apropiado para nuestro organismo.

El cáncer al seno es el que ataca con más frecuencia a las mujeres, pero si la enfermedad es curada antes de invadir las glándulas linfáticas, en nueve de diez casos, el cáncer no vuelve a aparecer. No es suficiente un examen anual realizado por especialista, es más probable que nosotras mismas descubramos alguna condición anormal cuando nos examinamos los senos con frecuencia.

Algunas mujeres nos asustamos cuando encontramos algo que no es común y al no consultar medicamente en forma inmediata la espera puede ser fatal. Sin embargo es importante saber que de cuatro tumores del seno sólo uno es maligno.

Es fundamental recordar que los riesgos que se pueden correr por el tratamiento de hormonas, disminuyen en la medida que tengamos supervisión médica, hacerse el PAP para prevenir el cáncer al útero y aprender como autoexaminarnos los senos para la prevención del cáncer al seno.

Ideas fuertes en relación a demostración de autoexamen de mamas y ejercicios de Kegel:

“Una tiene problemas para tocarse, porque si alguien te ve pueden decir “ésta está caliente””

“Por mi experiencia es importante insistir en el examen de los pechos, porque a mi me pasó, tuve que insistir para tener tratamiento. Tenemos que insistir que nos atiendan cuando nos dicen que no tenemos nada, si nosotros nos encontramos algo anormal; porque nosotras como que somos desechables en el sistema de salud. Los programas son sólo para mujeres que están en la etapa reproductiva”.

BIBLIOGRAFIA

- Ayales, Ivannia y otros. Haciendo camino al andar. Guía metodológica para la acción comunitaria. OEF Internacional. Washington, D.C. 1991.
- Contini, Giovanni y Alfredo Martini. "Historia social y culturas locales". En Revista Taller D'Historia. Valencia. 1994.
- Martinic, Sergio y Horacio Walker. "La reflexión metodológica en el proceso de sistematización de experiencias de educación popular". En Cadena, Félix y otros. La sistematización en los proyectos de educación popular. CEAAL. Stgo. 1988.
- Milos, Pablo. "Memoria colectiva: entre la vivencia histórica y la significancia". En Garcés, Mario y otros (comp.) Memoria para un nuevo siglo. Chile, mirada a la segunda mitad del Siglo XX. Ediciones LOM. Stgo. 2000.
- Morgan, María de la Luz y Teresa Quiroz. "Acerca de la sistematización". En Morgan, María de la Luz y otros. La sistematización como práctica. Cinco experiencias con sectores populares. CELATS. Lima. 1986.
- Ramos, Carlos y Sergio Bernal. Familias: Reflexión psicosociológicas. SERNAM. Documento de Trabajo N° 39. Stgo. 1995.
- Salazar, Gabriel. "Memoria, hermeneútica y movimiento de la 'baja sociedad civil'". En Garcés, Mario y otros (comp.). Memoria para un nuevo siglo. Chile, miradas a la segunda mitad del siglo XX. Ed. LOM. Stgo. 2000.
- Torres, Alfonso. Los otros también cuentan. Elementos para la recuperación colectiva de la historia. Serie Educación Popular - Alternativas Pedagógicas. Bogotá.
- Zemelman, Hugo y Guadalupe Valencia. "Los sujetos sociales una propuesta de análisis". En Acta sociológica. Nuevos Sujetos Sociales. Vol III N°2. UNAM. México. 1990.

