

**UNIVERSIDAD DE COSTA RICA  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
ESCUELA DE SOCIOLOGÍA**

**INFORME DE PROYECTO PARA OPTAR POR EL GRADO DE  
LICENCIATURA EN SOCIOLOGIA**

**EL EJERCICIO DE LOS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS.  
EL CASO DE LAS TRABAJADORAS DOMÉSTICAS DE LA RED DE MUJERES  
NICARAGÜENSES EN COSTA RICA**

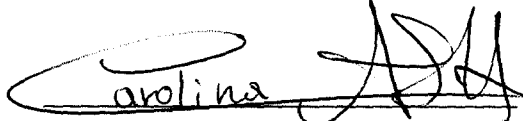
**CAROLINA SÁNCHEZ HERNÁNDEZ  
A 75998**

**CIUDAD UNIVERSITARIA RODRIGO FACIO**

**2013**

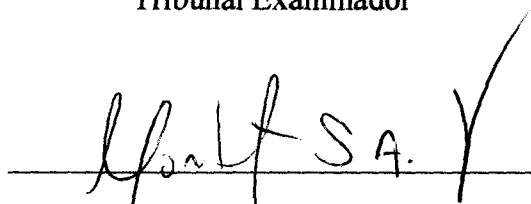
Trabajo Final de Graduación sometido a la consideración de la Escuela de Sociología  
como requisito final para optar por el grado de Licenciatura.

Sustentante:



**Carolina Sánchez Hernández**

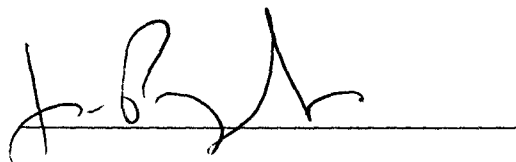
Aprobado con distinción por el siguiente  
Tribunal Examinador



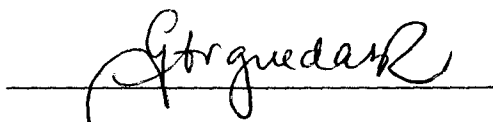
**Dra. Montserrat Sagot Rodríguez**  
Profesora Invitada en Representación del  
Decano de la Facultad de Ciencias Sociales



**Dra. Nancy Piedra Guillén**  
Profesora Invitada en Representación del  
Director de la Escuela de Sociología



**Licda. Laura Paniagua Arguedas**  
Lectora



**M.Sc. Gabriela Arguedas Ramírez**  
Lectora



**M.Sc. Sylvia Mesa Peluffo**  
Directora

***Dedicatoria***

*A todas las mujeres trabajadoras  
que hicieron posible este proyecto.*

### ***Agradecimientos***

*A la Red de Mujeres Nicaragüenses,  
de manera especial a doña Olinda y doña Dolores.*

*Al equipo asesor del proyecto: Sylvia, Laura y Gabriela.*

*A CENDEROS y TROCAIRE.*

*A los y las amigas, colegas, profesores y profesoras  
que aportaron de muchas maneras.*

*A mi familia, a mi pareja y a mis suegros, por tanto.*

*A todas y todos: ¡Muchas Gracias!*



## **Resumen**

El presente informe detalla el desarrollo de un proyecto de investigación – acción-participativa, en el cual se trabajó el tema de derechos sexuales y reproductivos con una población de mujeres migrantes nicaragüenses, dedicadas al trabajo doméstico remunerado en Costa Rica y pertenecientes a la Red de Mujeres Nicaragüenses.

El proyecto se elaboró por medio de talleres participativos a través de un intercambio horizontal de conocimientos entre todas las asistentes. De esta forma se construyó una caracterización de las circunstancias socioeconómicas y de género en las que se desenvuelven las participantes, incluyendo su historia de migración, los contextos laborales en los que se desenvuelven y las diferentes dinámicas de violencia que la mayoría han tenido que enfrentar. Asimismo se analiza el ejercicio de sus derechos sexuales y reproductivos, desde su conocimiento y ejecución hasta las limitaciones que encuentran para hacerlos efectivos. Además se realizó un análisis sobre sus dinámicas de empoderamiento, en relación con sus prácticas de resistencia, la autodeterminación de sus decisiones y las redes de apoyo con las que cuentan.

Finalmente a partir de todos los talleres se construyó una propuesta de capacitación, elaborada conjuntamente entre la investigadora y las participantes, de manera que el material producido pueda servirles como instrumento para replicar los talleres con otras mujeres integrantes de la Red de Mujeres Nicaragüenses.

## TABLA DE CONTENIDOS

<b>HOJA DE APROBACIÓN.....</b>	<b>II</b>
<i>DEDICATORIA.....</i>	<i>III</i>
<i>AGRADECIMIENTOS.....</i>	<i>IV</i>
<b>TABLA DE CONTENIDOS.....</b>	<b>VI</b>
<b>LISTA DE GRÁFICOS.....</b>	<b>X</b>
<b>LISTA DE FIGURAS.....</b>	<b>XI</b>
<b>LISTA DE ABREVIATURAS.....</b>	<b>XII</b>
<b>CAPÍTULO I PRESENTACIÓN.....</b>	<b>1</b>
<b>1. INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>2</b>
<b>2. JUSTIFICACIÓN.....</b>	<b>3</b>
<b>3. ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS.....</b>	<b>6</b>
3.1 <i>Migración Femenina Nicaragua - Costa Rica.....</i>	<i>6</i>
3.2 <i>Trabajo doméstico remunerado.....</i>	<i>8</i>
3.3 <i>Derechos sexuales, derechos reproductivos y población migrante.....</i>	<i>10</i>
3.4 <i>Sobre la investigación – acción - participativa.....</i>	<i>11</i>
<b>4. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....</b>	<b>13</b>
<b>5. OBJETIVOS.....</b>	<b>13</b>
5.1 <i>Objetivos Generales.....</i>	<i>13</i>
5.2 <i>Objetivos Específicos.....</i>	<i>13</i>
<b>CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO DE REFERENCIA.....</b>	<b>14</b>
<b>1. APROXIMACIONES TEÓRICAS.....</b>	<b>15</b>
1.1 <i>FEMINISMO SOCIALISTA Y DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS.....</i>	<i>15</i>
1.2 <i>MIGRACIÓN FEMENINA: EL ENFOQUE HISTÓRICO-ESTRUCTURAL.....</i>	<i>20</i>
1.3 <i>CONSIDERACIONES EN TORNO AL TRABAJO DOMÉSTICO REMUNERADO.....</i>	<i>21</i>
1.4 <i>EL CUERPO Y LA SEXUALIDAD DESDE LA VIVENCIA DE LAS TRABAJADORAS DOMÉSTICAS MIGRANTES.....</i>	<i>23</i>
<b>2. APORTES CONCEPTUALES.....</b>	<b>25</b>
<b>CAPÍTULO III ESTRATEGIA METODOLÓGICA.....</b>	<b>30</b>
<b>1. EL DISEÑO DEL PROYECTO.....</b>	<b>31</b>
<b>2. ALCANCE DE LA INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>31</b>
<b>3. EL ENFOQUE CUALITATIVO.....</b>	<b>31</b>
<b>4. LA INVESTIGACIÓN ACCIÓN PARTICIPATIVA (IAP).....</b>	<b>32</b>
<b>5. SELECCIÓN DE LA POBLACIÓN.....</b>	<b>33</b>
<b>6. DIMENSIONES DE ANÁLISIS.....</b>	<b>33</b>
<b>7. ELEMENTOS QUE GUIARON EL PROCESO DEL PROYECTO.....</b>	<b>41</b>
7.1 <i>El Diagnóstico.....</i>	<i>41</i>
7.2 <i>La utilización de Software Científicos: SPSS y Atlas ti.....</i>	<i>42</i>
7.3 <i>Proceso de construcción de los talleres.....</i>	<i>43</i>
7.4 <i>El Análisis a profundidad.....</i>	<i>43</i>
7.5 <i>Mecanismos de Evaluación.....</i>	<i>44</i>
<b>8. CONSIDERACIONES ÉTICAS.....</b>	<b>45</b>

<b>CAPÍTULO IV LAS MUJERES PARTICIPANTES EN EL PROYECTO: CARACTERIZANDO HISTORIAS Y ROSTROS .....</b>	<b>47</b>
<b>1. SUS HISTORIAS.....</b>	<b>48</b>
1.1 <i>La vida en Nicaragua y la decisión de migrar .....</i>	<i>49</i>
1.2 <i>El recorrido transfronterizo .....</i>	<i>50</i>
1.3 <i>La experiencia de llegar a Costa Rica.....</i>	<i>51</i>
<b>2. MIGRAR Y SER MUJER .....</b>	<b>57</b>
2.2 <i>Experiencias de violencia.....</i>	<i>59</i>
2.3 <i>Dinámicas de control sobre las mujeres.....</i>	<i>64</i>
2.4 <i>Maternidad.....</i>	<i>65</i>
2.5 <i>Relaciones de pareja.....</i>	<i>68</i>
2.6 <i>Relaciones de cuidado .....</i>	<i>70</i>
<b>CAPÍTULO V EL TRABAJO DOMÉSTICO REMUNERADO: ENTRE DERECHOS Y LUCHAS..72</b>	<b>72</b>
<b>1. SITUACIONES SOCIALES Y ECONÓMICAS .....</b>	<b>73</b>
1.1 <i>Hogares transnacionales .....</i>	<i>73</i>
1.2 <i>Expectativas e Ilusiones .....</i>	<i>75</i>
1.3 <i>El envío de remesas .....</i>	<i>77</i>
<b>2. EL TRABAJO DOMÉSTICO.....</b>	<b>78</b>
2.1 <i>El espacio privado y la explotación laboral femenina .....</i>	<i>79</i>
2.2 <i>El trabajo con “dormida adentro” .....</i>	<i>84</i>
2.3 <i>Trabajadoras domésticas exigiendo derechos .....</i>	<i>85</i>
<b>CAPÍTULO VI DERECHOS SEXUALES Y DERECHOS REPRODUCTIVOS .....</b>	<b>87</b>
<b>1. CONOCIMIENTO E INTERPRETACIÓN.....</b>	<b>88</b>
<b>2. ACCESO Y EJERCICIO.....</b>	<b>90</b>
<b>3. LIMITACIONES PARA EL EJERCICIO DE LOS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS.....</b>	<b>97</b>
<b>CAPÍTULO VII EMPODERAMIENTO .....</b>	<b>101</b>
<b>1. CARACTERÍSTICAS DE EMPODERAMIENTO PARTICULARES DE LA POBLACIÓN DE ESTUDIO.....</b>	<b>102</b>
<b>2. PERCEPCIÓN DEL CUERPO Y AUTODETERMINACIÓN .....</b>	<b>102</b>
<b>3. PRÁCTICAS DE RESISTENCIA.....</b>	<b>105</b>
<b>4. REDES DE APOYO .....</b>	<b>106</b>
<b>5. PRÁCTICAS DE AUTOCUIDADO.....</b>	<b>109</b>
<b>CAPÍTULO VIII PRODUCTO DEL PROYECTO: EL DOCUMENTO METODOLÓGICO.....</b>	<b>114</b>
PRESENTACIÓN.....	116
TALLER I.....	118
A. PERCEPCIÓN DEL CUERPO .....	118
B. TRABAJO DOMÉSTICO .....	118
C. CONCEPTOS SOBRE SEXUALIDAD.....	118
TALLER II.....	123
A. GÉNERO Y MIGRACIÓN .....	123
B. SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA.....	123
C. AUTOCUIDADO .....	123
TALLER III .....	126
A. DERECHOS HUMANOS.....	126
TALLER IV .....	130
A. UNA VIDA LIBRE DE VIOLENCIA .....	130
B. EMPODERAMIENTO .....	130
C. NEGOCIACIÓN SEXUAL Y DERECHO A DECIDIR.....	130
MATERIALES.....	134

<b>CAPÍTULO IX CONSIDERACIONES FINALES .....</b>	<b>148</b>
<b>1. EVALUACIÓN DEL PROYECTO .....</b>	<b>149</b>
1.1 <i>Evaluación de las Participantes .....</i>	<i>149</i>
1.2 <i>Evaluación de las Coordinadoras de la Red de Mujeres Nicaragüenses .....</i>	<i>152</i>
1.3 <i>Evaluación de la investigadora .....</i>	<i>153</i>
<b>2. CONCLUSIONES.....</b>	<b>156</b>
<b>3. RECOMENDACIONES.....</b>	<b>160</b>
<b>BIBLIOGRAFÍA.....</b>	<b>163</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>170</b>
ANEXO 1: CONSENTIMIENTO INFORMADO .....	171
ANEXO 2: INSTRUMENTO DE CUESTIONARIO.....	174
ANEXO 3: INSTRUMENTO DE ENTREVISTA A PROFUNDIDAD .....	184
ANEXO 4: AGENDAS DE TALLERES .....	185
ANEXO 5: INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN.....	194
ANEXO 6: CERTIFICADO DE AGRADECIMIENTO .....	196

## LISTA DE CUADROS

<b>Cuadro 1:</b>	Dimensiones de análisis de los objetivos del proyecto	<b>34</b>
<b>Cuadro 2:</b>	Cuadro de evaluación facilitado a las participantes del proyecto y a las coordinadoras de la Red de Mujeres Nicaragüenses, 2012	<b>44</b>
<b>Cuadro 3:</b>	Edades de las participantes y cantidad de hijos e hijas de cada una de ellas, 2012	<b>65</b>
<b>Cuadro 4:</b>	Posición de las participantes sobre el aborto según situación, 2012	<b>94</b>
<b>Cuadro 5:</b>	Evaluación realizada por las participantes en relación al proyecto según rubro, 2012	<b>147</b>
<b>Cuadro 6:</b>	Evaluación realizada por coordinadoras de la Red de Mujeres Nicaragüenses en relación al proyecto según rubro, 2012	<b>150</b>

## LISTA DE GRÁFICOS

<b>Gráfico 1:</b>	Porcentaje de mujeres del estudio que aseguran haber vivido situaciones de violencia según el tipo, 2012	<b>59</b>
<b>Gráfico 2:</b>	Edad de las participantes al momento de su primer embarazo, 2012	<b>66</b>
<b>Gráfico 3:</b>	Frecuencia de visitas a Nicaragua de las mujeres participantes en el estudio, 2012	<b>74</b>
<b>Gráfico 4:</b>	Tipo de Seguro Social que poseen las participantes del estudio, 2012	<b>78</b>
<b>Gráfico 5:</b>	Porcentaje de mujeres del estudio a quienes se les garantiza el derecho a la jornada laboral de ocho horas, 2012	<b>80</b>
<b>Gráfico 6:</b>	Porcentaje de mujeres del estudio a quienes se les garantiza el derecho a incapacidades, 2012	<b>81</b>
<b>Gráfico 7</b>	Porcentaje de mujeres del estudio a quienes se les garantiza el derecho al aguinaldo, 2012	<b>82</b>
<b>Gráfico 8:</b>	Porcentaje de mujeres del estudio a quienes se les garantiza el derecho al salario mínimo, 2012	<b>82</b>
<b>Gráfico 9</b>	Porcentaje de mujeres del estudio que aseguran haber utilizado métodos anticonceptivos, 2012	<b>91</b>
<b>Gráfico 10:</b>	Uso de métodos anticonceptivos por parte de las participantes del estudio según tipo, 2012	<b>93</b>
<b>Gráfico 11:</b>	Fecha de realización del último examen de papanicolau en las participantes del estudio, 2012	<b>109</b>
<b>Gráfico 12:</b>	Fecha de realización del último examen de mamografía en las participantes del estudio, 2012	<b>110</b>

## LISTA DE FIGURAS

<b>Figura 1:</b>	Evolución del marco jurídico vinculante a los derechos sexuales y reproductivos en Costa Rica, 1973 – 2013	<b>19</b>
<b>Figura 2:</b>	Representación de las técnicas que permitieron la triangulación de datos del proyecto.	<b>41</b>
<b>Figura 3:</b>	Cartel elaborado en la dinámica proyectiva durante el diagnóstico participativo, 2012	<b>54</b>
<b>Figura 4:</b>	Imágenes de los talleres en los que se construyó la propuesta participativa, 2012	<b>115</b>
<b>Figura 5:</b>	Esquema que ejemplifica la dinámica “Yo opino que...”	<b>119</b>

## LISTA DE ABREVIATURAS

<b>AGEM:</b>	Agenda Económica de las Mujeres
<b>ASTRADOMES:</b>	Asociación de Trabajadoras Domésticas
<b>CCSS:</b>	Caja Costarricense de Seguro Social
<b>CEDAW:</b>	Convención sobre la Eliminación de todas las Formas de Violencia contra las Mujeres
<b>CENDEROS:</b>	Centro de Derechos Sociales de la Persona Migrante
<b>IAP:</b>	Investigación Acción Participativa
<b>ITS:</b>	Infecciones de Transmisión Sexual
<b>OIM:</b>	Organización Internacional para las Migraciones
<b>OPS:</b>	Organización Panamericana de la Salud
<b>TROCAIRE:</b>	Agencia Católica Irlandesa para el Desarrollo
<b>UNFPA:</b>	Fondo de Población de las Naciones Unidas
<b>UNIFEM:</b>	Fondo de Desarrollo de las Naciones Unidas para la Mujer



# CAPÍTULO I

## PRESENTACIÓN

---

*“La movilidad femenina está adquiriendo un carácter relevante y multidimensional, debido a que muchas mujeres sostienen económicamente y sacan adelante a sus hogares transnacionales.”*

## **1. Introducción**

Este Proyecto de Investigación presenta un estudio teórico - práctico que explora los elementos característicos del ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos de las trabajadoras domésticas pertenecientes a la Red de Mujeres Nicaragüenses en Costa Rica, la cual forma parte del Centro de Derechos Sociales de la Persona Migrante (CENDEROS), apoyado por la Agencia Católica Irlandesa para el Desarrollo (TROCAIRE), ubicada en Sabanilla de Montes de Oca, San José.

Dicha investigación, al encontrarse enmarcada dentro de la modalidad de proyecto de graduación, permitió trabajar el tema desde una doble vía: por un lado, efectuando un acercamiento a la discusión teórica del mismo, y por otra parte, aportando al fortalecimiento del ejercicio cotidiano de los derechos de las mujeres trabajadoras domésticas pertenecientes a dicha red. De esta manera, por medio de una elaboración conjunta con las mujeres participantes en el estudio, se construyó una metodología de trabajo en materia de derechos sexuales y reproductivos que ellas propusieron y desarrollaron, con el fin de que, apropiándose de esas herramientas, puedan replicar e intercambiar este conocimiento con más mujeres de la red.

La estrategia metodológica utilizada, parte desde un enfoque cualitativo sustentado en una lógica inductiva, de manera que la recolección de datos y la construcción de conocimiento surgió de aspectos como los significados, las experiencias y el intercambio de saberes entre las participantes. Para tal efecto, la utilización de la perspectiva y las herramientas de la Investigación Acción Participativa (IAP) tuvo un gran protagonismo en la propuesta. Así, técnicas como la entrevista a profundidad, los talleres participativos y la aplicación de un cuestionario permitieron profundizar en la temática y alcanzar el cumplimiento de los objetivos; reforzando, asimismo, las estrategias de convivencia y ejercicio de derechos de la población estudiada.

Posteriormente se realizó la evaluación del proyecto, en donde se valoró el efectivo cumplimiento de los objetivos propuestos, la eficacia de la metodología utilizada y la

opinión que la población estudiada tiene del proyecto, así como la utilidad, el mecanismo de análisis y el proceso de devolución de los datos obtenidos.

Para el cierre del proyecto se convocó a las participantes a una devolución de resultados, en donde se expuso y se le entregó a cada una de ellas el documento metodológico elaborado de manera conjunta en los talleres. Esto con el fin de que se apropiaran de los resultados, y de que dicho material les sea útil para compartirlo, ejecutarlo, transformarlo y mejorarlo.

## **2. Justificación**

Los derechos sexuales y reproductivos son derechos que se encuentran en constante evolución. Su reconocimiento en gran parte ha sido producto de las manifestaciones y movimientos sociales llevadas a cabo por los grupos feministas, las organizaciones sobre diversidad sexual y derechos humanos (Ministerio de Sanidad y Política Social de España, 2009).

La necesidad de un verdadero reconocimiento de los derechos sexuales y reproductivos es primordial, pues según el Informe de la Organización Panamericana de la Salud (OPS) denominado *Salud Sexual para el Milenio* (2009), hoy en día a muchas mujeres se les niega autonomía acerca de este tipo de decisiones y además, gran cantidad de ellas sufren de violaciones a sus derechos de atención en salud reproductiva, como la prohibición de control de la natalidad o del aborto, lo que muchas veces las conlleva a someterse a procesos de abortos peligrosos. Asimismo, la violencia y los crímenes sexuales contra mujeres y niñas son generalizados en nuestras sociedades; pues según el Informe Final de la *Encuesta Nacional de Violencia contra las Mujeres* (Sagot y Guzmán, 2004), el 58% de las mujeres costarricenses aseguran haber sido víctimas de algún tipo de violencia. Esta violencia está profundamente ligada a los embarazos no deseados, el contagio de infecciones de transmisión sexual y al riesgo de contraer VIH/SIDA, reduciendo la capacidad de las mujeres de ejercer su autonomía sexual (OPS y WAS, 2009).

Sin duda, el fenómeno de la migración está rodeado de circunstancias que ponen en peligro estos derechos. Tal y como lo afirma Paniagua (2007):

En el caso de la migración de la clase trabajadora, se trata de desplazamientos de seres humanos, casi siempre forzosos, cuyo origen se encuentra en la exclusión económica, las crisis políticas (guerras, exilios, exclusión, inestabilidad, etc.), la visión idealizada sobre un país determinado o debido a los desastres sociales propiciados por eventos naturales (sequía, terremotos, huracanes, por ejemplo) (Paniagua, 2007:58).

Según Castro (citado por Paniagua, 2007), en el caso específico de Costa Rica “La mayor parte de la población migrante nicaragüense se concentra en edades entre los 20 y 29 años y posee tasas de participación laboral más altas que las de la población nacional” (p.59). Asimismo, “las áreas laborales están distribuidas mayoritariamente según el género, es decir, para la población masculina las labores agrícolas y para las mujeres el servicio personal” (Paniagua, 2007: 59).

Dentro de este contexto, las mujeres nicaragüenses constituyen el sector laboral de mayor flexibilidad y adaptabilidad a puestos y condiciones de trabajo en Costa Rica, pues la movilidad femenina está adquiriendo un carácter relevante y multidimensional, debido a que muchas mujeres sostienen económicamente y sacan adelante a sus hogares transnacionales. Y “el hecho de encontrarse en situación de pobreza e inestabilidad, las obliga, de manera progresiva, a formar parte de un mercado laboral que sabe sacar provecho de ellas” (Lerussi, 2008:56). El trabajo doméstico, al desarrollarse en el espacio privado, da lugar a un ambiente en donde es más fácil ocultar la violación de derechos de las mujeres trabajadoras. Y coloca en una situación de mayor vulnerabilidad a aquellas trabajadoras domésticas migrantes, a quienes muchísimas veces se les atropellan sus derechos por motivos xenofóbicos y de clase, o por encontrarse indocumentadas.

La relación de estas tres variables: derechos sexuales y reproductivos, migración y trabajo doméstico, produce un fenómeno complejo y multicausal, de amplio interés para el estudio sociológico, no solamente por el creciente incremento de los flujos migratorios femeninos en el mundo (Gaytán, 2008), sino también por la invisibilización de las circunstancias que enfrentan gran parte de estas mujeres en relación con la violencia de género, la precarización laboral y los contextos cargados de prejuicios en los que muchas de ellas se desenvuelven día a día (Lerussi, 2008), obstaculizando –en repetidas ocasiones- el ejercicio práctico de derechos en su cotidianidad.

Es por todo lo anterior, que el empoderamiento de las mujeres en materia de derechos sexuales y reproductivos, y en este caso del sector inmigrante dedicado al trabajo doméstico, no sólo es necesario, sino en gran medida, urgente. Pues una sociedad que ignore esta situación de vulnerabilidad, no solo muestra su tolerancia ante las posiciones xenofóbicas, sino que también reafirma el sistema patriarcal dentro del cual las mujeres quedan relegadas a la discriminación y el acoso.

En vista de los citados argumentos, se evidenció la relevancia de enfocar el presente proyecto de graduación en la identificación de los principales elementos que caracterizan el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos de las trabajadoras domésticas de la Red de Mujeres Nicaragüenses, así como en la construcción conjunta de una metodología de trabajo que las mujeres participantes del estudio puedan proponer, desarrollar y replicar en materia de derechos sexuales y reproductivos, con la finalidad de que ese material sea utilizado y reproducido por dicha Red para la capacitación y el intercambio de conocimiento con más mujeres. Dicho proyecto, al estar enmarcado en la dualidad investigación-acción, llevó a cabo tanto una elaboración teórica como un objetivo práctico, con el fin de brindar un importante aporte al debate en las ciencias sociales respecto a los temas de derechos sexuales y reproductivos, migración y trabajo doméstico y con el objetivo de contribuir con la Red de Mujeres Nicaragüenses en la construcción práctica de los derechos humanos.

### 3. Antecedentes Investigativos

¿Cuáles son las más recientes investigaciones sobre la migración femenina de Nicaragua hacia Costa Rica?, ¿Cuáles son los últimos hallazgos investigativos en relación al trabajo doméstico remunerado?, ¿Qué han concluido los últimos estudios sobre acceso y ejercicio de los derechos sexuales y los derechos reproductivos?, ¿Existen investigaciones sobre el acceso de la población migrante a estos derechos?, ¿Cuáles son los últimos aportes metodológicos sobre investigación- acción- participativa (IAP)?

Todas estas interrogantes enmarcan y ordenan el área de antecedentes del presente proyecto, con el fin de obtener un panorama general del tema, un estado de la cuestión que permitiera adentrarse en la labor investigación- acción. A continuación se detallan los principales antecedentes de la problemática estudiada:

#### 3.1 Migración Femenina Nicaragua - Costa Rica

Una de los más recientes aportes investigativos sobre el tema, es el *Estudio Binacional (Nicaragua- Costa Rica) sobre la incidencia de la migración en las mujeres* (2008), realizado por la Organización Internacional para las Migraciones (OIM) en conjunto con el Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA). La particularidad de este estudio es su carácter de investigación transnacional, desarrollada simultáneamente en Nicaragua y en Costa Rica, en donde se reconstruye la ruta migratoria, pero esta vez, desde la perspectiva de las mujeres, enfoques que suelen obviarse en otros estudios migratorios y que son claves para los objetivos de la presente investigación, pues permiten desagregar cualquier tipo de variable desde la reflexión femenina de su vivencia, especialmente las que tienen que ver con las condiciones de dominación y explotación derivadas del patriarcado que han sufrido las mujeres de manera histórica.

Asimismo, la investigación *El mapa migratorio de América Latina y el Caribe, las mujeres y el género* (2003) elaborado por Jorge Martínez, en el marco del Proyecto Regional de Población CELADE analiza las distintas vulnerabilidades a las cuales se ven expuestas las

mujeres migrantes de Latinoamérica y el Caribe, como la pobreza, el desempleo y la subordinación de sus hogares de origen. De la misma forma prioriza las principales formas de estigmatización que debe enfrentar esta población, sobre todo relacionadas con el tema del tráfico de personas y el comercio sexual en donde es habitual que afronten una serie de riesgos, que van desde la trayectoria hasta la inserción laboral, pues son fácilmente víctimas de dinámicas de explotación.

Por otra parte, el estudio *Migración Nicaragüense: un análisis con perspectiva de género* (2008) elaborado por Anna Fruttero y Carolina Wennerholm presenta importantes conclusiones en relación a las mujeres que migran desde Nicaragua hacia Costa Rica y Estados Unidos. Dentro de los principales argumentos destacan que las mujeres que migran son principalmente jóvenes, madres, que deben migrar sin sus hijos a causa de la falta de oportunidades para la sobrevivencia en la familia. A raíz de ello trabajan generalmente en condiciones precarias debido a la discriminación y a su estatus irregular, factores que incrementan la posibilidad de vivir violencia y abuso en el proceso migratorio.

El estudio también desarrolla el tema del tráfico de personas nicaragüenses, como resultado extremo de la vulnerabilidad y la falta de seguridad de mujeres, niñas y niños. Y finalmente exhorta a los Estados a combatir el tráfico y la violencia en la migración a través de la integración de políticas de protección social y seguridad nacional, y de la cooperación y coordinación internacional.

Además, la investigación *Redes Sociales Migratorias de Mujeres en Centroamérica* (2009) elaborada por la Fundación Arias para la Paz y la Universidad Nacional elabora una serie de argumentos referidos específicamente a la migración Nicaragua - Costa Rica, dentro de los más importantes destacan que las redes de mujeres fortalecen el tejido social interrumpido por el proceso migratorio, creando herramientas de empoderamiento a las mujeres migrantes.

Además, el estudio también subraya que estas mismas redes fortalecen la participación de las mujeres y el respeto a sus derechos, creando espacios de autocuidado y generando

capacidades para tener una mejor calidad de vida, el cual es uno de los elementos centrales de análisis de la presente investigación.

### 3.2 Trabajo doméstico remunerado

En este sentido, también se encuentra el estudio *La Institucionalización Sociocultural y Jurídica de la Desigualdad: El Trabajo Doméstico Remunerado en Costa Rica* (2010), realizado por el Fondo de Desarrollo de las Naciones Unidas para la Mujer (UNIFEM) y la Agenda Económica de las Mujeres (AGEM), el cual presenta un análisis profundo acerca del trabajo doméstico remunerado en el país, buscando ampliar la conciencia sobre las brechas entre los derechos de las personas trabajadoras y sobre la urgencia de que se consideren políticas específicas que dignifiquen este trabajo en el mundo laboral. La importancia de este estudio radica en la profunda exploración de las condiciones con las que cuentan más de ciento treinta mil personas en el país. Además, presenta una singular riqueza en cuanto a su análisis metodológico, pues está consolidado sobre fuentes estadísticas confiables, cuyo fin último es fundamentar las recomendaciones políticas que la investigación promueve.

La investigación de Romina Lerussi, *Trabajadoras Domésticas Nicaragüenses en Costa Rica. En las encrucijadas de un Debate Feminista*. (2008) es uno de los principales y últimos estudios en la temática. En su abordaje, la autora plantea básicamente dos discusiones: La primera referida a la relación entre trabajo doméstico remunerado y la migración femenina nicaragüense, allí cuestiona las escasas garantías laborales a las que tienen acceso estas trabajadoras; en segundo lugar se refiere al dilema teórico-político, principalmente expuesto por la corriente feminista, en donde las relaciones patriarcales normativas acerca de los roles de cuidado y trabajo doméstico no han sido modificadas, al contrario, son las mujeres las que continúan trabajando en el hogar, cuidando los hijos y atendiendo la casa de otra familia, a cambio de un salario bastante marginal.

El aporte de esta investigación es altamente relevante, pues contextualiza el problema y describe la realidad dinámica que lo genera, poniendo en evidencia las precarias



condiciones socio laborales que sufren en Costa Rica las mujeres trabajadoras domésticas migrantes, principalmente cuando se encuentran sin documentos. Además, desenmascara la llamada “liberación de la mujer que sale a trabajar”, demostrando que las relaciones patriarcales solamente realizan un reemplazo de esta imagen y colocan en el trabajo doméstico a una mujer con mayores condiciones de exclusión social.

Dentro de la misma línea y sobretodo referido al tema de las cadenas mundiales de cuidado, se encuentra el estudio analítico de Amaia Pérez *Cadenas Mundiales de Cuidado: ¿Qué derechos para un régimen global de cuidados justos?* (2008), elaborado en el marco del trabajo del Instituto Internacional de Investigaciones y Capacitación de las Naciones Unidas para la promoción de la Mujer. Dicho documento explora distintos debates acerca las transformaciones que la migración produce en los modos de cuidar, así como los impactos de la globalización en dichas dinámicas y los sectores que se encuentran en exclusión y están directamente ligados al cuidado.

Los aportes de este texto se encuentran altamente ligados al cuestionamiento sobre el régimen económico, el cual subvalora el cuidado pese a que éste es la “base invisible del sistema socioeconómico” (Pérez, 2008: 2). El documento también elabora múltiples aportes acerca de las urgentes medidas que deben implementarse en las políticas públicas de los países para proteger y reconocer las cadenas mundiales de cuidado.

De la misma manera, uno de los estudios más recientes en la temática es el trabajo *Identidad femenina, experiencias migratorias y trabajo doméstico en Costa Rica. Un acercamiento psicosocial y feminista* elaborado por Roxana Hidalgo (2011), en donde se presenta una investigación de tipo cualitativo con mujeres migrantes dedicadas al trabajo doméstico, por medio de una serie de entrevistas, en las que ellas narran diferentes situaciones de violencia y abuso de poder por parte de sus empleadoras. Además, la investigadora propone una reflexión teórica acerca de la apropiación del cuerpo de las trabajadoras por parte de sus patronas, exigiéndoles largas jornadas laborales y sometiéndolas a trabajos peligrosos y en condiciones muy precarias.

### 3.3 Derechos sexuales, derechos reproductivos y población migrante

Dentro de esta temática es primordial mencionar el *Informe de la encuesta nacional de salud reproductiva y migración nicaragüense en Costa Rica* (2001) elaborado por el Programa Centroamericano de Población (PCP) y el Instituto de Investigaciones en Salud (INISA) de la Universidad de Costa Rica. Las principales conclusiones de este informe presentan que las mujeres nicaragüenses poseen un perfil de salud materno-infantil menos favorable que el de las mujeres costarricenses pues las actividades de salud preventivas tienen menor cobertura en esta población.

Asimismo se detecta que el 70% de mujeres inmigrantes utiliza algún método anticonceptivo en comparación con el 80% de mujeres costarricenses que los utilizan. Sin embargo las mujeres nicaragüenses presentan una situación de salud más favorable que las costarricenses en tres aspectos: menor tabaquismo, menos partos por cesárea y mayor proporción de vacunadas contra tétano en los últimos diez años.

Por otra parte, el estudio *Salud sexual y reproductiva, VIH/SIDA y violencia sexual en jóvenes y mujeres migrantes* (2011) elaborado por UNFPA, presenta algunos *mensajes clave* sobre la temática. En primer lugar refiere al hecho de que la salud sexual y reproductiva es inalienable, no tiene fronteras y no depende del estatus migratorio. Por otra parte concluye que garantizar el acceso a la salud reproductiva de las personas migrantes es un mecanismo para asegurar la salud pública, y que el trabajo de UNFPA ha contribuido a visibilizar las necesidades de la población migrante de áreas fronterizas altamente vulnerables relacionadas con esta temática.

En esta misma línea, la investigación *Globalización, migración internacional y división sexual del trabajo. Una mirada desde el género y los derechos reproductivos* (2006) de Luis Mora señala importantes aportes a la temática, sobre todo al denunciar que a pesar de que existe un amplio marco jurídico internacional que protege los derechos de las poblaciones migrantes, en la práctica prevalece un menor reconocimiento de derechos para

esta población en comparación con los nacionales, y existen importantes diferencias en el acceso a los derechos por parte de las personas documentadas y las indocumentadas.

Igualmente describe el reto de proteger los derechos reproductivos y la promoción de la salud sexual en la población migrante femenina, sobre todo por el incremento de la cantidad de mujeres que migran para incorporarse en el sector de servicios domésticos y de cuidado, así como la industria del sexo. Finalmente puntualiza que las mujeres migrantes enfrentan mayores riesgos de ser víctimas de diferentes tipos de violencia y poseen una menor oportunidad de negociar relaciones sexuales seguras.

### *3.4 Sobre la investigación – acción - participativa*

En ese sentido, la investigación *Voy paso a paso... Empoderamiento de las mujeres, negociación sexual y condón femenino* (1996), elaborada por Alicia Zamora, Edda Quirós y Miriam Fernández, resume la experiencia de una serie de talleres y entrevistas realizadas a dos grupos específicos, el primero un grupo de mujeres profesionales, oficinistas y estudiantes, y el segundo grupo, mujeres dedicadas al trabajo sexual.

La importancia del estudio radica en haber logrado trabajar temas como el contagio de infecciones de transmisión sexual, el VIH/SIDA, el uso del condón femenino y otros temas relacionados con el empoderamiento sexual en grupos de mujeres con alta diversidad y en haber alcanzado el rompimiento de algunos mitos relacionados a las diferencias entre las mujeres que se dedican a la prostitución y las que no.

Por otra parte se encuentra el texto *Salud sexual y reproductiva de mujeres migrantes* (2006), elaborado por el Instituto Nacional de las Mujeres de México presenta una experiencia de manual dirigida a líderes y capacitadores en este tema. El documento elabora una propuesta para contrarrestar las principales dificultades a las que se enfrentan las mujeres migrantes en relación con su salud.

Dentro del citado manual se rescatan tres ejes importantes: la introducción a la perspectiva de género para la comprensión de la situación de las mujeres, la capacitación sobre

derechos sexuales y reproductivos y la salud reproductiva, la cual especifica los procesos que viven las mujeres en las diferentes etapas de su vida en relación a la salud y la reproducción. El manual posee dinámicas y metodologías participativas que permiten el intercambio de conocimiento y la elaboración conjunta de nuevos aportes.

Otro importante ejemplo es el documento *Metodologías participativas para el interaprendizaje con enfoque de género y derechos humanos, reflexiones desde las oficinas municipales de la mujer* (2007) elaborado por Ana María Trejos para el Instituto Nacional de las Mujeres (INAMU). Este texto fluye del principio metodológico de “partir de la práctica personal y social cotidiana para reflexionar sobre ella y enriquecerla”, lo cual fue precisamente el objetivo metodológico de la presente investigación. Pues esta lógica permite adentrarse en los aspectos subjetivos y estudiarlos de manera profunda, realizando análisis específico en la población de interés.

Los estudios anteriores que guardan relación con el tema del presente proyecto, lo abordan desde diversas posiciones: enfocándose en la migración de mujeres y los aspectos laborales, estudiando las características de la feminización de las migraciones, analizando las particularidades del trabajo doméstico, debatiendo sobre la vulnerabilidad a la violencia de las mujeres migrantes o abordando la importancia de empoderar a las mujeres en el tema de derechos sexuales y reproductivos.

Sin embargo, la principal limitación de la literatura consultada es la ausencia de caracterizaciones del ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres nicaragüenses dedicadas al trabajo doméstico en Costa Rica, impidiendo describir de manera precisa las realidades que enfrentan las mujeres cuando se combinan estos tres temas: migración, trabajo doméstico y derechos sexuales y reproductivos. Precisamente este estudio intenta contribuir a generar ese conocimiento mediante el presente estudio de caso.

#### **4. Planteamiento del Problema**

¿Cuáles elementos caracterizan el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos de las trabajadoras domésticas pertenecientes a la Red de Mujeres Nicaragüenses en Costa Rica?

#### **5. Objetivos**

##### ***5.1 Objetivos Generales***

**Objetivo Teórico:** Describir y analizar el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos de las trabajadoras domésticas pertenecientes a la Red de Mujeres Nicaragüenses en Costa Rica.

**Objetivo Práctico:** Construir con las trabajadoras domésticas de la Red de Mujeres Nicaragüenses una metodología de trabajo que ellas puedan proponer, desarrollar y replicar en materia de derechos sexuales y reproductivos.

##### ***5.2 Objetivos Específicos***

1. Caracterizar las condiciones de género y las circunstancias socioeconómicas que enfrentan las mujeres trabajadoras domésticas de la Red.
2. Explorar las distintas formas en las que la población estudiada percibe, interpreta, ejerce y/o limita sus derechos sexuales y reproductivos.
3. Analizar el nivel de empoderamiento de las mujeres trabajadoras domésticas de la Red en torno a las decisiones relacionadas con su cuerpo y su sexualidad.
4. Construir de manera conjunta con las mujeres trabajadoras domésticas de la Red, una metodología de trabajo para la realización de talleres sobre derechos sexuales y reproductivos que pueda ser reproducida por ellas para capacitar a más mujeres.

## CAPÍTULO II

### MARCO TEÓRICO DE REFERENCIA

---

*“La teoría de género es la que estudia esa desigualdad histórica de poder entre hombres y mujeres, colocándola en una perspectiva de análisis crítico-político, que cuestiona, denuncia y deconstruye los roles de comportamiento que han sido culturalmente atribuidos a cada sexo.”*

## **1. Aproximaciones Teóricas**

La investigación está fundamentada en dos enfoques teóricos que se complementan y enriquecen: la teoría de género del feminismo socialista y la teoría histórico-estructural de la migración. Ambas corrientes permiten realizar un análisis integral del fenómeno de las migraciones femeninas, el trabajo doméstico y las particularidades en torno a la sexualidad que viven las mujeres en este proceso.

El abordaje teórico desde el feminismo socialista permite adentrarse en la comprensión de la vivencia que las mujeres tienen de sus cuerpos, utilizados históricamente para el trabajo, el cuidado, y el ser para otros, más que para sí mismas (Lagarde, 2005). Por su parte, la teoría histórico-estructural de la migración recorre el planteamiento de que cada individuo está situado en una posición secundaria respecto a la totalidad social de la que forman parte y por ello sus motivaciones para migrar están condicionadas por la magnitud de los eventos históricos que lo rodean. De esta manera, la dinámica de lo social determina su decisión de migrar (Herrera, 2006).

La utilización de ambas corrientes permite contar con un marco conceptual amplio y diverso, que enmarca la variedad de conocimientos, experiencias y datos generados e intercambiados en la dinámica del proceso investigativo, propia del proyecto. A la luz de dichos planteamientos, se presenta a continuación el universo teórico que fundamenta el estudio:

### *1.1 Feminismo Socialista y Derechos Sexuales y Reproductivos*

El género -dice Catharine McKinnon- es la división entre hombres y mujeres causada por los requerimientos sociales de la heterosexualidad, que institucionaliza el dominio sexual del varón y la sumisión sexual de la mujer (McKinnon, 1982). Esta teoría de género es la que estudia esa desigualdad histórica de poder entre hombres y mujeres, colocándola en una perspectiva de análisis crítico-político, que cuestiona, denuncia y deconstruye los roles de comportamiento que han sido culturalmente atribuidos a cada sexo.

Indudablemente, el movimiento feminista es el principal productor teórico del género y el principal militante político, que se ha vinculado verdaderamente en la transformación concreta de las instituciones socio-culturales que oprimen a la mujer (la familia, el Estado, la iglesia, el sistema educativo, el ejército, etc.).

La teoría de género desde el feminismo socialista es un instrumento muy valioso para la vida cotidiana. Su fundamentación en los derechos humanos permite promover una cultura de equidad y respeto que ha transformado las distintas formas en las que las mujeres se vinculan y construyen la sociedad. Lamentablemente, estos cambios no se producen a la velocidad que quisiéramos, pero ciertamente han logrado transformaciones concretas; desde el acceso equitativo a la educación, pasando por el voto femenino, hasta la actual lucha por la equidad en los salarios, entre muchísimas otras exigencias respecto a la igualdad de trato entre los géneros.

Sin lugar a dudas, las luchas de género más trascendentales de la historia son aquellas cuyo espacio de disputa es el cuerpo, específicamente, el cuerpo de las mujeres. Basta recordar la publicación de Alfred C. Kinsey *Comportamiento sexual de la mujer* en 1953, para darse cuenta del estruendo moral con el que una sociedad responde ante la puesta en público de lo que las mujeres hacen en el ámbito sexual. Y aunque no vivamos en la sociedad conservadora estadounidense de 1953, podemos ver que el esquema misógino patriarcal que controla el cuerpo femenino no ha abandonado las curules de poder en nuestros países latinoamericanos, para muestra dos ejemplos: el despido inmediato y violento de una viceministra costarricense por motivo de la divulgación de un video íntimo sin su consentimiento en Julio de 2012<sup>1</sup>, y el intento estatal de prohibición de la anticoncepción de emergencia en Honduras<sup>2</sup>, en marzo de 2012. Dos casos en donde claramente prevalece la mirada controladora y violenta de un sistema sexista, y no el enfoque de derechos que las mujeres merecen de la misma forma en que los hombres lo disfrutan.

---

<sup>1</sup> Tomado de *Periódico Digital crhoy.com*, 2012

<sup>2</sup> Según el Informe Anual de Amnistía Internacional *El estado de los derechos humanos en el mundo*, 2012.



Por ello, hablar del cuerpo y de sus derechos resulta terriblemente subversivo para una sociedad que cobija un discurso tan opuesto. Sin embargo, diversas manifestaciones a través de los años han ido trazando un importante camino en relación a esos derechos. La primera vez que se habló de derechos reproductivos fue en 1948 en la Declaración Universal de los Derechos Humanos, cuando se estableció el derecho a la atención de la maternidad. Posteriormente, en 1979, mediante la Convención sobre la Eliminación de todas las formas de violencia contra las mujeres (CEDAW), se estipularon las obligaciones legales internacionales de los Estados para prevenir la discriminación contra las mujeres y en la Conferencia de Población y Desarrollo en El Cairo en 1994 se empezó a destacar la importancia de los derechos sexuales, con independencia de los reproductivos (Badilla y Aguilar, 2003).

Pero fue hasta 1997 cuando el Congreso Mundial de Sexología reconoció y formuló una declaración explícita sobre los derechos sexuales, manifestando que “la salud sexual es el resultado de un ambiente que reconoce, respeta y ejerce estos derechos sexuales: el derecho a la libertad sexual, el derecho a la autonomía, integridad y seguridad sexuales del cuerpo, el derecho a la privacidad sexual, el derecho a la equidad sexual, el derecho al placer sexual, el derecho a la expresión sexual emocional, el derecho a la libre asociación sexual, el derecho a la toma de decisiones reproductivas, libres y responsables, el derecho a información basada en el conocimiento científico, el derecho a la educación sexual integral y el derecho a la atención de la salud sexual” (Organización Panamericana de la Salud (OPS) - World Association for Sexual Health (WAS), 2009).

Es decir, los derechos sexuales “son aquellos orientados a respetar, a proteger y a garantizar a las personas el libre ejercicio y expresión de su sexualidad, en un marco de autonomía, de respeto a la integridad, de seguridad, de privacidad, de acceso a información y de no discriminación” (Soto, 2005:42).

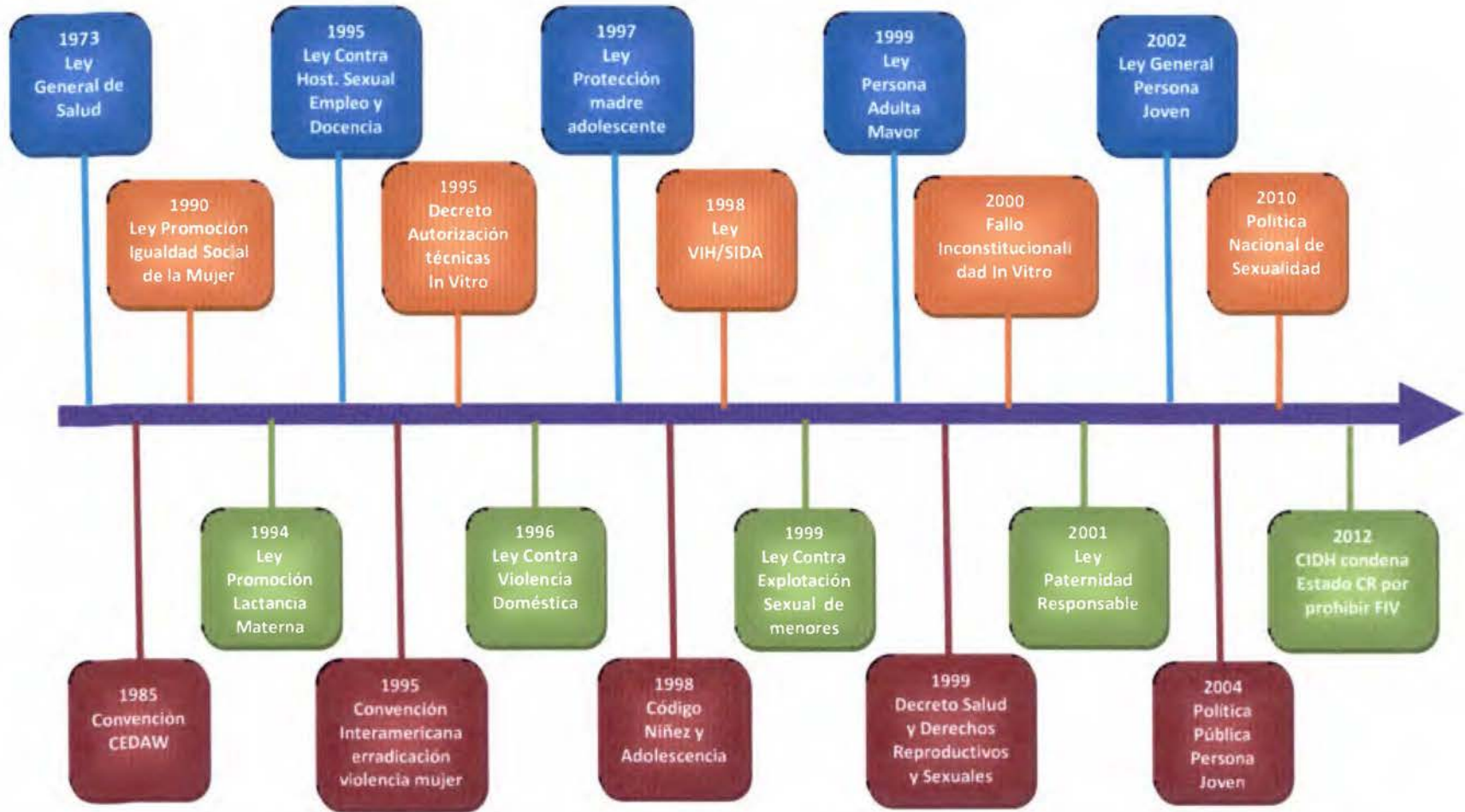
Por otra parte, los derechos reproductivos se encaminan a “respetar, a proteger y a garantizar la libertad de las personas para tomar decisiones acerca de su reproducción; es decir, para optar entre tener o no tener descendencia, y dado el caso, la cantidad de hijos o

hijas y el espaciamiento entre ellos” (Soto, 2005:43). Esto incluye, por supuesto, tener acceso a educación veraz, oportuna y científica respecto a la reproducción humana, así como garantizar la no discriminación por causas relacionadas a la reproducción (Soto, 2005:43). Además comprende el derecho de ejercer una sexualidad independiente de la reproducción y la atención en salud reproductiva, desde el acceso a métodos anticonceptivos seguros hasta la consulta prenatal, así como la atención durante el parto y el postparto.

En el caso específico de Costa Rica, se comienza a hablar de derechos reproductivos en el ámbito legal hasta el año 1973 cuando se aprueba la Ley General de Salud, posterior a ello -y en gran medida gracias a las luchas sociales- otras leyes, decretos y políticas públicas han ido contribuyendo a la formación de un marco jurídico de los derechos sexuales y los derechos reproductivos en nuestro país. De manera muy concreta, la siguiente línea de tiempo presenta un resumen gráfico de los avances jurídicos que presenta el país en este tema.

**Figura 1**

**Evolución del marco jurídico vinculante a los derechos sexuales y reproductivos en Costa Rica, 1973 – 2013**



**Fuente:** Elaboración propia a partir de los textos Badilla y Aguilar (2003) *Actualización del marco legal en materia de derechos sexuales y reproductivos en Costa Rica* y Asociación Demográfica Costarricense (2004) *Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos en Costa Rica*.

## *1.2 Migración femenina: el enfoque histórico-estructural*

La teoría histórico-estructural de la migración se fundamenta metodológicamente en una doble composición analítica: el estudio de la estructura productiva y de dominación de la sociedad y el conocimiento de marco histórico en que dicha estructura se ha desarrollado. Esta teoría se encuentra claramente fundamentada en una visión marxista, desde la cual las principales unidades de análisis serán la estructura y la historia. Aquí las personas poseen limitaciones derivadas del modo de producción que heredaron y que les restringen en gran medida su capacidad de decisión. Las migraciones aparecen en esta perspectiva como una consecuencia lógica de los desajustes generados por la demanda de mano de obra en un sector más desarrollado de la sociedad y la oferta de la misma que se encuentra en una parte de la población que posee menores oportunidades de progreso (Herrera, 2006).

Las migraciones emanan de las desigualdades estructurales, sin embargo, en lugar de contribuir a reducirlas, tienden a reforzarlas (Arango, 2003). Estas tienden a ocurrir en un contexto de desempleo crónico que genera inseguridad e incertidumbre y llevan a muchas personas a migrar por desesperación y frustración extrema, produciendo lo que se conoce como *migración forzada* (Herrera, 2006).

De esta manera, “las migraciones serían parte de los modos a través de los cuales el capitalismo intenta disminuir costos y acumular valor” (Sandoval, 2007: 374). De hecho, según Sassen (citado por Sandoval, 2007) “la mano de obra inmigrante, permite a los países que reciben, no admitir los costos de reproducir esa mano de obra necesaria, ya que ésta es provista por países en donde el desmantelamiento de dinámicas productivas han generado pobreza y desigualdad” (Sandoval, 2007: 375).

La migración de las mujeres se da en un proceso con características muy particulares denominado feminización de las migraciones, este concepto refiere al aumento de mujeres migrantes en las últimas décadas, así como al cambio en las motivaciones que llevan a las mujeres a tomar la decisión de migrar, pues cada vez es menos común que lo hagan a causa de la dependencia a una pareja o la reunificación familiar en el extranjero, sino que en la

actualidad tienden a realizarlo cada vez más de manera independiente y en busca de empleo; muestra de ello es el importante aumento en el envío de remesas por parte de proveedoras femeninas (Gaytán, 2008).

Para algunas mujeres la migración puede ser una puerta para abandonar situaciones de discriminación y/o violencia, mientras que para otras puede significar el desencadenamiento o la intensificación de éstas y en algunas ocasiones, en condiciones de mayor peligro y vulnerabilidad, debido al aislamiento de su país de origen y a las manifestaciones ásperas y xenofóbicas de la sociedad receptora (Loría, 2007). Así las cosas, a pesar de que la migración puede llevar a un empoderamiento de las mujeres, éste no siempre ocurre, sus oportunidades para migrar con documentos son mucho más escasas que en el caso de los hombres, pues comúnmente los esfuerzos por reclutar trabajadores migrantes están dirigidos a áreas de empleo tradicionalmente masculinas, como la agricultura y la construcción (Gaytán, 2008).

Estos son algunos de los motivos por los que las mujeres migrantes comúnmente se encuentran segregadas de la economía formal y se ven forzadas a aceptar los trabajos más precarios como en el caso del trabajo doméstico, el cuidado de niños y/o ancianos e incluso la industria sexual, percibiendo los menores salarios y permaneciendo invisibilizadas. La explotación, el abuso, la violencia, la trata de personas, la falta de vivienda y alimentación e inclusive el contagio de infecciones de transmisión sexual producto de la explotación sexual, son algunos de los inminentes peligros que sufren. Sin lugar a dudas, las mujeres se enfrentan a los mayores riesgos al ser migrantes (Gaytán, 2008).

### *1.3 Consideraciones en torno al trabajo doméstico remunerado*

La historia comprueba que la migración no siempre está compensada por un destino seguro y que de hecho “no se migra del desempleo al empleo tan fácilmente. Al contrario, puede ocurrir que la persona migrante se desplace desde un área deprimida y llegue a la periferia del sistema ocupacional o hacia el subempleo” (Herrera, 2006: 87).

Ante esta realidad, son las nuevas inmigrantes quienes se enfrentan a condiciones laborales cada vez más precarias y peligrosas, tales como trabajos inestables, salarios muy bajos, carencia de contrato y discriminaciones de género, de clase y étnico-raciales, entre otras (Loría, 2007). Aunado a esto, el trabajo realizado por mujeres no ha sido conceptualizado históricamente como tal, más bien es sintetizado ideológicamente como una función natural (Lagarde, 2005). Esto contribuye al asentamiento de la discriminación y la violencia que viven estas mujeres y a la persistencia de la impunidad en dichas relaciones.

De esta manera, el trabajo doméstico es remunerado con los salarios más bajos, es decir, es requerido pero poco apreciado (Lagarde, 2005), y específicamente en el caso de Costa Rica, para remunerar de manera justa a una trabajadora doméstica, se requiere ganar al menos dos veces el salario mínimo, a no ser que no se le pague, se le pague menos o se arregle el pago a través del intercambio de algún tipo de favores; por lo que es fácilmente presumible que impera un auge de distintas formas de subcontratación laboral, remuneraciones injustas y evasión de responsabilidades de seguridad social (Fonseca, 2008).

Por otra parte, este tipo de empleo, al realizarse en la esfera privada, es un eventual espacio de atropello, marginación y limitaciones para las mujeres (Fonseca, 2008); muchas de ellas inclusive conviven diariamente con el fantasma de la deportación, utilizado como amenaza por parte de patronos, patronas, guardias fronterizos, etc. que las obligan a realizar cualquier tipo de tareas o a soportar atropellos en contra de su voluntad.

Según Lerussi, en su investigación *Trabajadoras Domésticas Nicaragüenses en Costa Rica* (2008), entre las prácticas más comunes referidas a violación de derechos de las mujeres inmigrantes nicaragüenses que se dedican al trabajo doméstico se encuentran la realización de tareas peligrosas, las extensas y agotadoras jornadas, el irrespeto de horarios, la inexistencia de garantías laborales y los ambientes ocupacionales hacinados e inmersos en contextos de violencia, entre otras cosas (Lerussi, 2008:56).

Asimismo, Carlos Sandoval afirma que las trabajadoras domésticas son llamadas “portas”, especialmente en casas adineradas esta palabra implica la disponibilidad inherente al

trabajo doméstico: “Ellas tienen que estar dispuestas a desempeñar las más diversas funciones a cualquier hora, sobre todo cuando duermen en el lugar de trabajo” (Sandoval, 2002: 229).

En definitiva, las vivencias de las trabajadoras domésticas nicaragüenses en Costa Rica evidencian las difíciles condiciones laborales que deben soportar estas mujeres al ser contratadas en casas de habitación costarricenses (Fonseca, 2008), y constituyen un ejemplo clave dentro de la teoría histórico-estructural de la migración, al dejar en obvia que los avances de los sectores desarrollados de la población se hacen a costa del atraso de quienes no lo son, cuya subordinación obstaculiza su propio desarrollo (Herrera, 2006).

#### *1.4 El cuerpo y la sexualidad desde la vivencia de las trabajadoras domésticas migrantes*

Tal y como lo afirma Lola Valladares, solamente se puede entender la sexualidad cuando se toma en consideración su contexto social, cultural y temporal. Pues ésta es una construcción social resultante del intercambio de factores políticos, sociales, económicos, culturales y subjetivos, tejidos de manera histórica e inmersos en distintas relaciones. Este constructo social se vive de maneras muy diversas, pues cada sociedad y cada cultura le otorga una significación distinta, creando sistemas simbólicos, saberes y prácticas que generan relaciones de poder y dominación, así como distintas formas de resistencia y contestación (Valladares, 2000).

De esta manera, “la sexualidad no es una dimensión de la naturaleza humana inmutable y estática, así como tampoco lo es la identidad y menos aún el cuerpo” (Valladares, 2000:55). De hecho el cuerpo no es un espacio neutral, al contrario es un espacio de poder. El cuerpo es el lugar donde habitamos y allí se encuentran los derechos. Además, es objeto de prohibiciones morales, de abusos, violación y castigo. Las diferencias que se expresan en el cuerpo son motivo de exclusión, y en muchos casos, signo de desigualdad económica y social. Por tanto, es el lugar político más visible de las desigualdades e injusticias que impactan a las personas y particularmente, a las mujeres (CLADEM, 2007).

El cuerpo de las trabajadoras domésticas migrantes, particularmente, está mediado por una serie de connotaciones simbólicas respecto al papel que deben asumir en el cuidado y la reproducción de los otros y respecto al señalamiento social de ser “malas esposas”, “malas madres” o “malas amas de casa”, tanto si permanecen en su lugar de origen en estado de pobreza y desempleo, como si migran para trabajar y dar mantenimiento a sus hogares transnacionales, “abandonando” a una parte de su familia en manos de otras mujeres (tías, abuelas, vecinas, etc.). De cualquiera de las dos maneras, la sociedad ejerce un control sobre su cuerpo, una especie de directriz de dónde deberían o no permanecer.

Ante este panorama, el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos, entendido como “el proceso de elección y decisión respecto a la propia sexualidad (...) fundamentado en el ejercicio de una sexualidad sana y placentera en sus dimensiones físicas, emocionales y espirituales y no ligadas necesariamente a la procreación” (Valladares, 2000: 63-4), se vuelve complicado para estas mujeres. Estudios antropológicos muestran que las decisiones reproductivas y migratorias ocurren en contextos conflictivos, en donde a menudo los hombres tienen deseos reproductivos que compiten con los de sus parejas y las decisiones respecto a la anticoncepción y la reproducción terminan siendo el resultado de negociaciones muy complejas (Goldade, 2007).

El acceso a métodos anticonceptivos es otro asunto relevante en el tema, ya que debido al alto porcentaje de subcontratación que experimentan las trabajadoras domésticas nicaragüenses, el acceso al sistema de salud es reducido, tal y como lo afirma Goldade: “El Estado costarricense depende económicamente del trabajo de las inmigrantes, pero las reprime legalmente dentro de sus fronteras, dejándolas, la mayoría del tiempo, sin acceso a la atención médica” (Goldade, 2007: 234). Ante esta carencia, las mujeres que no poseen acceso al Seguro Social ni posibilidades económicas de adquirir anticonceptivos, quedarán relegadas a la discriminación y la vulnerabilidad que representa mantener relaciones sexuales sin ningún tipo de protección, tanto para la prevención de embarazos no deseados como para el contagio de infecciones de transmisión sexual (ITS), entre ellas el VIH-SIDA.



Esta realidad, que ya de por sí es ampliamente vivida por muchas mujeres que enfrentan cualquier tipo de marginalidad, se agudiza en el contradictorio ambiente que rodea la migración femenina, intensificando las posibilidades de que a muchas de ellas se les limite el acceso a la autonomía, la autodeterminación y el ejercicio práctico de sus derechos humanos, postergando de esta manera la reproducción del sistema patriarcal en la vida de las mujeres.

## 2. Aportes Conceptuales

Con el fin de detallar algunos de los conceptos más utilizados a lo largo del estudio y para una mejor interpretación del análisis elaborado, se especifican en la siguiente lista las unidades de análisis y el significado entendido en cada uno de los conceptos utilizados:

- ✓ **Aborto:** Se refiere a la terminación del embarazo, cualquiera que sea su causa, antes de que el feto esté capacitado para la vida extrauterina (antes de las 22 semanas). El aborto puede ser espontáneo o inducido. En el primero de los casos la interrupción del embarazo se realiza de forma involuntaria, en el segundo caso se produce mediante el empleo de medicamentos o intervención quirúrgica, después de que se haya producido el proceso de implantación y antes de que el producto del embarazo sea viable de manera independiente (Colectiva por el Derecho a Decidir, 2010).
- ✓ **Acceder a los derechos:** El acceso a los derechos implica el conocimiento de los mismos y las condiciones socioculturales, de género, políticas y económicas para poder tenerlos a la mano y hacer uso de ellos. El acceso a los derechos suele tener limitaciones de edad, género, clase social y ubicación geográfica. En el caso de la población de este estudio, también se le agrega la especificidad de la migración, pues el acceso a los derechos es precisamente la restricción más común a la que se enfrenta este grupo social.
- ✓ **Circunstancias socioeconómicas:** Contexto familiar, cultural, político y económico en el que se desarrolla una persona. Esto incluye el nivel de acceso a equidad,

educación, salud, empleo, vivienda, ejercicio de derechos y cualquier otra característica que influya de manera directa e indirecta en la calidad de vida.

- ✓ **Derechos reproductivos:** Es la facultad que permite a todas las personas decidir sobre los asuntos relacionados con su cuerpo y su reproducción. Esto implica el respeto a la decisión de tener o no tener hijos e hijas, y en este caso la capacidad de decidir la cantidad y el espaciamiento entre ellos y/o ellas. Asimismo se relaciona al acceso a la salud reproductiva, el control prenatal y la atención en el parto y el postparto. También se refiere a la seguridad de no tener que asumir maternidades forzadas ni abortos forzados y/o peligrosos, lo que implica el acceso a métodos anticonceptivos de calidad, abortos seguros e información científica y laica relacionada con la reproducción.
  
- ✓ **Derechos sexuales:** Es la facultad que permite a todas las personas decidir sobre los asuntos relacionados con su cuerpo y su sexualidad, incluidos los referidos al placer, la autonomía, la salud sexual, la prevención del contagio y el tratamiento de infecciones de transmisión sexual, la privacidad, la libre asociación, el derecho a la información y la educación científica; así como la importancia de vivir libre de violencia y la libertad para acceder o negarse a tener relaciones sexuales sin ningún tipo de coacción, intimidación, represión o cualquier otra manifestación de violencia.

Los derechos sexuales y los derechos reproductivos se encuentran reconocidos y protegidos por la Organización Mundial de la Salud y la Organización de Naciones Unidas, por diversas instancias y organizaciones internacionales, así como por la legislación específica de diversos países del mundo.

- ✓ **Ejercer los derechos:** El ejercicio de los derechos implica un paso más allá de conocerlos, se refiere a la capacidad de aplicar la información y hacerla efectiva, en beneficio propio o de otras personas. Dicho ejercicio involucra las circunstancias

sociales, educativas, políticas, económicas y culturales en las que se desenvuelve la persona.

- ✓ **Empoderamiento de las mujeres:** Es la toma de conciencia del poder individual y colectivo que ostentan las mujeres y que tiene que ver con el reconocimiento de sus propios derechos como humanas (Periódico Feminista Mujeres en Red, 2007). Además está relacionado con la capacidad de tomar decisiones en relación su propio cuerpo y su sexualidad, sin la intervención, el control o la violencia de otras personas, mayoritariamente otros hombres.
- ✓ **Espacio privado:** Es el espacio que históricamente se ha conocido como doméstico, el espacio físico de la vivienda, sus alrededores y las relaciones parentales e íntimas que tienen lugar en él. El espacio privado ha sido utilizado como espacio de subordinación, negador de las potencialidades de las mujeres que buscan alguna expresión de trascendencia individual o colectiva.
- ✓ **Feminización de las migraciones:** Se refiere al proceso de aumento que las migraciones de mujeres han tenido en las últimas décadas, así como a la migración independiente de mujeres en busca de empleo. Además este término se relaciona con el aumento de interés por parte de las agendas de investigación de los organismos internacionales en relación al papel de las mujeres en la configuración del proceso migratorio y la visibilización del envío de remesas familiares por parte de una mujer proveedora (Gaytán, 2008).
- ✓ **Género:** Se refiere a los roles y actividades que han sido socialmente establecidos a las mujeres y los hombres. Los estudios de género explican las desigualdades entre hombres y mujeres desde una perspectiva teórica, evidenciando la marginación de las mujeres, quienes han sido históricamente relegadas a la esfera privada, considerándolas inferiores.
- ✓ **Hogar transnacional:** Red de vínculos activos entre los miembros del hogar que residen en el país de origen y en el país de destino de la ruta migratoria. A través de

dicha red circulan remesas económicas y sociales, en un sentido bidireccional. (Ávila, 2011).

- ✓ **Patriarcado:** Ideología de odio históricamente instaurada en nuestras sociedades y transmitida de generación en generación, cuya lógica argumenta la superioridad de los hombres sobre las mujeres en cuanto a poder, fuerza e inteligencia. Esta ideología se reproduce mediante prácticas cotidianas en donde la mujer se encuentra al servicio del hombre y no posee autonomía propia.
- ✓ **Relaciones de cuidado:** Se refiere a los cuidados transmitidos de una persona hacia otra, generalmente ejecutados por una mujer. En el contexto de las migraciones las relaciones de cuidado se internacionalizan, transformando los recursos disponibles para hacerlo y la forma de gestionar y comprender la familia. Políticamente los cuidados siguen siendo invisibles y continúan sin formar parte sustantiva del debate público, y cuando salen de los límites del hogar lo hacen bajo la forma de compra-venta, y no en forma de derechos. Además, las relaciones de cuidado continúan siendo injustamente distribuidas según la división sexual del trabajo.
- ✓ **Trabajo doméstico remunerado:** Es una actividad productiva de bienes y servicios necesarios para culminar la transformación de los productos que se consumen en la vida cotidiana. Se realiza generalmente por mujeres que son contratadas para estos fines, sin embargo pese a que es una labor necesaria es poco apreciada y usualmente medio de explotación contra sus derechos como trabajadoras (Instituto Nacional de las Mujeres - México, 2004).
- ✓ **Violencia de género:** “Todo acto de violencia basado en la pertenencia al sexo femenino que tenga o pueda tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para las mujeres, inclusive la amenaza de tales actos, la coacción o prohibición arbitraria de la libertad, tanto si se producen en la vida pública o privada” (Asamblea General de las Naciones Unidas, 1993).
- ✓ **Violencia en el empleo:** Es la violencia ejercida en el espacio laboral por parte de la persona empleadora, de los subalternos o de los y las compañeras de trabajo. En

el caso del trabajo doméstico remunerado, la violencia también puede provenir por parte de uno de los miembros del hogar donde se trabaja, o por las acciones u omisiones cometidas contra los derechos de la mujer trabajadora.

- ✓ **Violencia intrafamiliar:** “Es la violencia ejercida en el terreno de la convivencia familiar o asimilada, por parte de uno de los miembros contra otros, contra alguno de los demás o contra todos ellos” (Asamblea General de las Naciones Unidas, 1993).

# CAPÍTULO III

## ESTRATEGIA METODOLÓGICA

---

*“Se elaboró de manera conjunta la propuesta metodológica participativa, con el fin de que las participantes adquirieran las herramientas para replicar los talleres”.*

## **1. El Diseño del Proyecto**

El proyecto fue diseñado durante los meses de marzo a octubre del año 2011, periodo en el cual se realizaron los primeros acercamientos a la Red de Mujeres Nicaragüenses y se conversaron las principales motivaciones de ambas partes para emprender un proyecto. Una de las principales argumentaciones por las que las dirigentes de la Red de Mujeres estuvieron interesadas, fue el hecho de que el tema de salud sexual y reproductiva es una de las líneas de trabajo básicas propuestas por el Centro de Derechos Sociales de la persona Migrante (CENDEROS) y en la actualidad no tenían ninguna agenda específica en este tema.

Asimismo, es importante resaltar que el interés de la organización se manifestó de forma expresa en el compromiso adquirido durante el desenvolvimiento de todo el proyecto, aportando recursos humanos, materiales y de infraestructura para el óptimo desarrollo del mismo.

## **2. Alcance de la Investigación**

El estudio inicialmente se enmarcó en un alcance exploratorio, para lograr identificar contextos, situaciones de estudio, tendencias, así como nuevas relaciones potenciales entre variables, que emerjan durante el proceso investigativo y aborden el tema desde nuevas perspectivas (Hernández, Fernández, y Baptista, 2010). Sin embargo, a partir de la Investigación – Acción – Participativa se logró un alcance descriptivo, al poder recopilar el intercambio de conocimientos con la población de estudio, la incidencia de los talleres en las percepciones de las participantes relacionadas con sus prácticas cotidianas y el análisis que se realizó de las mismas.

## **3. El enfoque cualitativo**

La investigación posee un enfoque cualitativo, ya que se basó en una lógica inductiva, explorando, describiendo y posteriormente generando perspectivas teóricas. Además, la

recolección de datos permitió obtener distintas posiciones y puntos de vista de las participantes, tales como experiencias, significados, prioridades y otros aspectos subjetivos sobre su historia de migración y la vivencia de sus derechos (Hernández et al, 2010).

De la misma forma, tiene especial relevancia la interacción colectiva de la población de estudio sobre la experiencia que se construyó a partir del intercambio horizontal de conocimientos. Esto permitió indagar cuestiones abiertas, expresadas a través del lenguaje escrito, verbal, no verbal y visual acerca de la vivencia de las participantes, para obtener “(...) descripciones detalladas de situaciones, eventos, personas, interacciones, conductas observadas y sus manifestaciones” (Hernández et al, 2010: 9).

Según Ruíz (2011), este enfoque posee la ventaja de ofrecer una perspectiva holística, sin separar, aislar o fragmentar el conocimiento. Asimismo, posibilita un mayor acercamiento a las personas, porque es un proceso que las involucra, permitiendo que la persona que investiga se acerque a la situación que desea conocer y capte la creación compartida de la realidad que elaboran las personas y sus subjetividades (Ruíz, 2011).

#### **4. La Investigación Acción Participativa (IAP)**

La estrategia metodológica de la presente propuesta partió de la perspectiva de la Investigación Acción Participativa, desde la cual se plantea que los protagonistas principales en el proceso investigativo son las personas a las que se dirige el estudio, en este caso, las mujeres trabajadoras domésticas de la red, de manera que la investigadora se adapte al ritmo de las destinatarias, explorando y potenciado sus recursos, hasta finalmente volverse innecesaria para los procesos transformadores (Pereda, Prada y Actis, 2003).

Asimismo, uno de los objetivos metodológicos fue unir la reflexión y la acción, para que por una parte se construya un diagnóstico a partir de las experiencias propias y por otro lado se construyan las herramientas analíticas y los procesos participativos de aquellos asuntos sobre los cuales se quiere profundizar (Pereda, Prada y Actis, 2003).



## **5. Selección de la Población**

La selección de la población de estudio se realizó por medio de un “muestreo a juicio de experto, es decir, una persona con experiencia y conocimiento de la población que se estudia” (Hernández, 2004: 22).

En el caso del presente proyecto de investigación- acción, la experta consultada es la presidenta de la Red de Mujeres Nicaragüenses, la Sra. Olinda Bravo; funcionaria de CENDEROS en donde se llevó a cabo el proyecto. La señora Bravo, desde su experiencia de una gran cantidad de años de trabajo e investigación en el tema de la migración y el género, realizó la selección e invitación a las 15 participantes, basada en tres criterios que estableció la investigadora:

- ✓ Que las personas seleccionadas fuesen mujeres migrantes nicaragüenses.
- ✓ Que actualmente se dedicaran al trabajo doméstico.
- ✓ Que tuviesen interés y disponibilidad de tiempo los días domingo para participar en el proyecto.

Este tipo de selección busca la comparabilidad y traductibilidad de los resultados en lugar de su transferencia directa a grupos no investigados. La garantía de comparabilidad y traductibilidad se encuentra en la aplicación sistemática de procedimientos de selección no estadísticos y proporciona un fundamento para la inferencia de semejanzas y diferencias intergrupales” (Goetz y Le Compte, 1988: 93).

Es importante señalar que aproximadamente diez de las participantes ya estaban incorporadas a la Red de Mujeres Nicaragüenses, y a su vez, ellas invitaron a otras cinco mujeres que terminaron incorporándose también a la Red, mediante prácticas de solidaridad extendidas por ellas mismas.

## **6. Dimensiones de Análisis**

Las dimensiones de análisis, así como su procesamiento, se desprenden de manera estricta de los objetivos del Proyecto, y se detallan en el siguiente cuadro:

**Cuadro 1**

**Dimensiones de análisis de los objetivos del proyecto**

OBJETIVOS	DIMENSIONES	CONSTRUCTOS	UNIDADES DE ANÁLISIS	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	PROCESAMIENTO
<b>1) Caracterizar las condiciones de género y las circunstancias socioeconómicas que enfrentan las mujeres nicaragüenses dedicadas al trabajo doméstico en Costa Rica.</b>	Condiciones de género	Relación con la pareja actual o con el último compañero íntimo que tuvo.	Capacidad para tomar decisiones en conjunto / Repartición de labores domésticas en el hogar / Concordancia del deseo de fecundidad con el de la pareja / Incidencia de situaciones de agresión.	Diagnóstico Investigación Acción Participativa (IAP)  Talleres, Dinámicas  Cuestionario y Entrevista a Profundidad	Audios de los talleres y Entrevistas a Profundidad: Procesamiento por medio del Software Científico Atlas ti: Extracción de citas categorías, elaboración de códigos y esquemas para el procesamiento de la información cualitativa. Documentación gráfica: Carteles, dibujos y otros productos de los talleres: análisis e ilustración.  Cuestionario: procesamiento por medio de software científico SPSS: distribución de frecuencias, cruces de variables, elaboración de cuadros, gráficos, análisis estadístico descriptivo.
		Fecundidad	N° de embarazos / N° de hijos/ Fecundidad deseada / Edad al momento del primer embarazo / Estado civil al momento del primer embarazo / Espaciamiento entre los hijos.		
		Relaciones de cuidado	Cantidad total de personas que dependen de su cuidado en su lugar de trabajo / Cantidad de niños, personas adultas mayores y/o personas con discapacidad que dependen de su cuidado en su lugar de trabajo / Cantidad total de familiares y/o personas cercanas que dependen de su cuidado fuera de su jornada laboral / Cantidad de niños, personas adultas mayores y/o personas con discapacidad que dependen de su cuidado fuera de su jornada laboral.		

OBJETIVOS	DIMENSIONES	CONSTRUCTOS	UNIDADES DE ANÁLISIS	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	PROCESAMIENTO
1) Caracterizar las condiciones de género y las circunstancias socioeconómicas que enfrentan las mujeres nicaragüenses dedicadas al trabajo doméstico en Costa Rica.		Experiencias de violencia	Vivencia de situaciones de hostigamiento sexual, discriminación, choteo y/o xenofobia dentro o fuera del lugar de trabajo / Prevalencia de incidentes de violencia física, sexual, psicológica y/o patrimonial a lo largo de su vida /		Audios de los talleres y Entrevistas a Profundidad: Procesamiento por medio del Software Científico Atlas ti: Extracción de citas categorías, elaboración de códigos y esquemas para el procesamiento de la información cualitativa.
	Circunstancias socioeconómicas	Características sociales	Nivel educativo / Nivel de ingreso salarial / Cantidad mensual de dinero enviado como remesa / Número de personas que dependen de su salario dentro del país/ Número de personas que dependen de su salario fuera del país / Tenencia de vivienda / Situación migratoria / Vivencia de situaciones de amenaza a ser deportada / Cantidad de tiempo de residir en Costa Rica.	Diagnóstico Investigación Acción Participativa (IAP)  Talleres, Dinámicas	Documentación gráfica: Carteles, dibujos y otros productos de los talleres: análisis e ilustración. Cuestionario: procesamiento por medio de software científico SPSS: distribución de frecuencias, cruces de variables, elaboración de cuadros, gráficos, análisis estadístico descriptivo.
		Características del empleo	Tenencia de contrato laboral / Horario laboral / Cantidad de horas laboradas por día y por semana / Forma de desplazamiento al lugar de trabajo (duerme en el lugar de trabajo toda la semana, duerme en el lugar de trabajo algunos días de la semana, se desplaza a su lugar de trabajo diariamente)	Cuestionario y Entrevista a Profundidad	



OBJETIVOS	DIMENSIONES	CONSTRUCTOS	UNIDADES DE ANÁLISIS	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	PROCESAMIENTO
			Acceso a garantías laborales (Seguro Social, operadora de pensiones, jornada laboral máxima, incapacidades, licencia de maternidad, vacaciones, feriados, aguinaldo, salario mínimo y pago de horas extra.) / Forma de pago / Realización de tareas riesgosas / Presencia de condiciones hacinadas e insalubres en el ambiente ocupacional.		
2) Explorar las distintas formas en las que la población estudiada conoce, interpreta, accede, ejerce y/o limita sus derechos sexuales y reproductivos.	Derechos Sexuales	Conocimiento	Derechos sexuales que menciona de manera espontánea / Derechos sexuales de los cuales afirma haber oído hablar al mencionarle una lista/ Modos en los que afirma que se puede contraer VIH- SIDA / Formas en las que asegura que se puede evitar el congio de Infecciones de Transmisión Sexual y VIH -SIDA	Diagnóstico Investigación Acción Participativa (IAP)	Audios de los talleres y Entrevistas a Profundidad: Procesamiento por medio del Software Científico Atlas ti: Extracción de citas categorías, elaboración de códigos y esquemas para el procesamiento de la información cualitativa.
		Interpretación	Posición personal respecto a la importancia de poseer: derecho a vivir libre de violencia sexual, derecho a la autonomía sexual, derecho a la privacidad sexual, derecho al placer sexual, derecho a la libre asociación sexual, derecho a la educación sexual integral, derecho a la información basada en el conocimiento científico y derecho a la atención de la salud sexual.	Talleres, Dinámicas  Cuestionario y Entrevista a Profundidad	

OBJETIVOS	DIMENSIONES	CONSTRUCTOS	UNIDADES DE ANÁLISIS	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	PROCESAMIENTO
<b>2) Explorar las distintas formas en las que la población estudiada conoce, interpreta, accede, ejerce y/o limita sus derechos sexuales y reproductivos</b>	Derechos Sexuales	Acceso	Tenencia de Seguro Social / Frecuencia con la que asiste a servicios de salud/ Frecuencia con la que asiste a consulta ginecológica / Fecha de último Papanicolau / Fecha de última mamografía / Opinión personal acerca de la calidad de la educación sexual que recibió /Cantidad de personas, instituciones o redes con las que cree que puede contar para conversar sobre temas de sexualidad/	Diagnóstico Investigación Acción Participativa (IAP)  Talleres, Dinámicas	Documentación gráfica: Carteles, dibujos y otros productos de los talleres: análisis e ilustración.  Cuestionario: procesamiento por medio de software científico SPSS: distribución de frecuencias, cruces de variables, elaboración de cuadros, gráficos, análisis estadístico descriptivo.
		Ejercicio	Posición personal respecto a la importancia de vivir una sexualidad placentera / Opinión personal acerca de la calidad de la comunicación que tiene o tuvo con su última pareja en relación a temas de sexualidad /  Nivel de satisfacción personal respecto a la manera en que vive su sexualidad.	Cuestionario y Entrevista a Profundidad	

OBJETIVOS	DIMENSIONES	CONSTRUCTOS	UNIDADES DE ANÁLISIS	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	PROCESAMIENTO
<b>2) Explorar las distintas formas en las que la población estudiada conoce, interpreta, accede, ejerce y/o limita sus derechos sexuales y reproductivos</b>	<b>Derechos Reproductivos</b>	<b>Conocimiento</b>	Derechos reproductivos que menciona de manera espontánea / Derechos reproductivos de los cuales afirma haber oído hablar al mencionarle una lista / Tenencia de información respecto al uso de métodos anticonceptivos.	Diagnóstico Investigación Acción Participativa (IAP)  Talleres, Dinámicas  Cuestionario y Entrevista a Profundidad	Audios de los talleres y Entrevistas a Profundidad: <b>Profundidad:</b> Procesamiento por medio del Software Científico Atlas ti: Extracción de citas categorías, elaboración de códigos y esquemas para el procesamiento de la información cualitativa.
		<b>Interpretación</b>	Posición personal respecto a la importancia de poseer: derecho a ejercer una sexualidad independiente de la reproducción, derecho a la toma de decisiones reproductivas libres y responsables, derecho a decidir tener o no hijos, derecho a decidir la cantidad de hijos y el espaciamiento entre ellos, derecho a no ser discriminada por causas relacionadas a la reproducción, derecho al acceso a métodos anticonceptivos seguros, derecho a la atención en salud reproductiva, derecho al control prenatal, derecho a la atención en el parto y el postparto. / Opinión y posición respecto al aborto en diferentes circunstancias,		Documentación gráfica: Carteles, dibujos y otros productos de los talleres: análisis e ilustración.  Cuestionario: procesamiento por medio de software científico SPSS: distribución de frecuencias, cruces de variables, elaboración de cuadros, gráficos, análisis estadístico descriptivo



OBJETIVOS	DIMENSIONES	CONSTRUCTOS	UNIDADES DE ANÁLISIS	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	PROCESAMIENTO
2) Explorar las distintas formas en las que la población estudiada conoce, interpreta, accede, ejerce y/o limita sus derechos sexuales y reproductivos	Derechos Reproductivos	Acceso	Utilización de métodos anticonceptivos o en su defecto motivos por los que no los utiliza/ Nombre del tipo o los tipos de métodos anticonceptivos que usa / Forma en la que accede a sus métodos anticonceptivos / En caso de tener hijos: acceso a atención médica previa al embarazo, acceso a control prenatal, acceso a atención médica durante el parto, acceso a atención médica durante la etapa de postparto, acceso a atención médica que el o la bebé tuvo en su primer año de vida.	Diagnóstico Investigación Acción Participativa (IAP)  Talleres, Dinámicas	Audios de los talleres y Entrevistas a Profundidad: Procesamiento por medio del Software Científico Atlas ti: Extracción de citas categorías, elaboración de códigos y esquemas para el procesamiento de la información cualitativa.  Documentación gráfica: Carteles, dibujos y otros productos de los talleres: análisis e ilustración.
		Ejercicio	Utilización de métodos anticonceptivos o en su defecto motivos por los que no los utiliza/ Nombre del tipo o los tipos de métodos anticonceptivos que usa / Forma en la que accede a sus métodos anticonceptivos / En caso de tener hijos: acceso a atención médica previa al embarazo, acceso a control prenatal, acceso a atención médica durante el parto, acceso a atención médica durante la etapa de postparto, acceso a atención médica que el o la bebé tuvo en su primer año de vida.	Cuestionario y Entrevista a Profundidad	Cuestionario: procesamiento por medio de software científico SPSS: distribución de frecuencias, cruces de variables, elaboración de cuadros, gráficos, análisis estadístico descriptivo

<b>OBJETIVOS</b>	<b>DIMENSIONES</b>	<b>CONSTRUCTOS</b>	<b>UNIDADES DE ANÁLISIS</b>	<b>TÉCNICAS E INSTRUMENTOS</b>	<b>PROCESAMIENTO</b>
<b>3) Analizar el nivel de empoderamiento de las trabajadoras domésticas de la red en torno a las decisiones relacionadas con su cuerpo y su sexualidad</b>	Empoderamiento	Cuerpo	Capacidad para decir no / Uso de estrategias de resistencia / Nivel de autodeterminación.	Diagnóstico Investigación Acción Participativa (IAP)  Talleres, Dinámicas  Cuestionario y Entrevista a Profundidad	
		Sexualidad	Redes de apoyo/ Cantidad de personas que influyen en sus decisiones personales/ Capacidad para decidir respecto al uso de anticonceptivos / Capacidad de comunicación y asertividad con la pareja en temas relacionados a su vida íntima.		
<b>4) Construir de manera conjunta con las trabajadoras domésticas de la red, una metodología de trabajo para la realización de talleres sobre derechos sexuales y reproductivos que pueda ser reproducida por ellas para capacitar a más mujeres.</b>	<p>Posterior al análisis de la información obtenida en las tres primeras etapas de la investigación, se construyó una metodología de trabajo en materia de derechos sexuales y reproductivos que las participantes propusieron y desarrollaron, con el fin de poder replicarla con otras mujeres.</p> <p>Dicha metodología se basó en el intercambio de conocimientos, partiendo de los recursos que cada una posee y construyendo de manera conjunta las estrategias que sean necesarias para la obtención de herramientas útiles, prácticas y actualizadas en el tema.</p> <p>Posterior a dicho ejercicio se extrajeron diferentes categorías de análisis para analizar los datos obtenidos.</p>			Propuesta metodológica participativa elaborada a partir de la fase de diagnóstico	Construcción de los módulos de trabajo a partir de lo planeado y trabajado en la fase de elaboración.

Fuente: Elaboración propia.



## 7. Elementos que guiaron el proceso del Proyecto

A continuación se detallan los elementos claves que guiaron el proceso del proyecto: el diagnóstico, el análisis mediante la utilización de software científicos y el análisis a profundidad y por último la evaluación del proyecto.

### 7.1 El Diagnóstico

La metodología diagnóstica permitió realizar un acertado acercamiento con la población mediante tres técnicas distintas: el cuestionario, los talleres participativos y la entrevista en profundidad. De esta forma se realizó una triangulación de datos, necesaria para corroborar la validez de la información, tal y como se expresa gráficamente en el siguiente esquema:

**Figura 2**

**Esquema metodológico de la triangulación de datos del proyecto.**



**Fuente:** Elaboración propia.

Dicha triangulación permitió adentrarse en la dinámica y las realidades de las participantes mediante tres estrategias diferentes, lo que resultó en un acercamiento integral a sus vivencias, circunstancias y percepciones. A partir de dichos datos se elaboró de manera conjunta la propuesta metodológica participativa, con el fin de que las participantes adquirieran las herramientas para replicar los talleres.

### *7.2 La utilización de Software Científicos: SPSS y Atlas ti*

La revolución tecnológica y las profundas transformaciones en el registro y manejo de la información de los últimos años también han alcanzado el campo de la investigación científica. Nuevas formas de registro, nuevos ordenadores y nuevos programas que facilitan la administración y el análisis de los datos se utilizan cada vez de forma más frecuente.

En el caso de las ciencias sociales, existen diferentes software científicos que facilitan los procesos investigativos, por ejemplo el programa SPSS es una importante herramienta en la fase de procesamiento de cuestionarios o encuestas, permitiendo el levantamiento de bases de datos y la posibilidad de correlacionar la información y realizar diversos cruces de variables, obtener promedios, porcentajes, pruebas de hipótesis, etc. Por otra parte, el programa Atlas ti se utiliza para el análisis de información cualitativa, como entrevistas, historias de vida y discusiones de grupos focales, entre otras modalidades. Su capacidad para resaltar citas, etiquetar códigos, realizar esquemas o construir familias de conceptos, es altamente provechosa.

Según Flick (2007), el uso de programas informáticos para analizar datos cualitativos provoca grandes esperanzas y expectativas dentro de la comunidad científica. La primera de ellas es la asociada con la velocidad en el manejo, la gestión y la búsqueda de datos; la segunda expectativa, señala el aumento en la calidad de la investigación cualitativa y por último indica el aumento en la coherencia de los procesos analíticos y la transparencia en el proceso de comunicación de la investigación.

Por todas estas razones, se utilizan ambos software informáticos (SPSS y Atlas ti) en este proyecto de investigación-acción, con el fin de aumentar la rigurosidad en el manejo de los datos, administrar de mejor forma la información y asegurar resultados confiables al final del proceso.

### *7.3 Proceso de construcción de los talleres*

La propuesta para elaborar los talleres fue un trabajo conjunto. Inicialmente se llevaron las agendas de cada sesión con una serie de actividades propuestas<sup>3</sup>, de las cuales las participantes eligieron algunas para incorporarlas al documento metodológico. Otras actividades fueron descartadas y la mayoría mejoradas a través de la propia creatividad de las mujeres.

El documento metodológico fue revisado de forma grupal, mejorado una y otra vez. En la sesión N° 8, dedicada a la devolución de los resultados se le entregó el documento metodológico gratuitamente a cada una de las participantes. Y en ese mismo espacio se realizó un proceso de repaso y retroalimentación sobre la aplicación de cada uno de los talleres, respaldado por el interés de las integrantes de la Red de efectuar la réplica de los mismos.

### *7.4 El Análisis a profundidad*

A partir de todos los datos generados a través de los cuestionarios, entrevistas y talleres, se realizó un análisis desde la perspectiva de género, utilizando como eje transversal las diferentes dimensiones propuestas por los objetivos: condiciones de género; circunstancias socioeconómicas; acceso, ejercicio, conocimiento e interpretación de sus derechos sexuales y reproductivos; y empoderamiento. De esta manera, las citas tomadas de las entrevistas ayudaron a ejemplificar las dinámicas generadas en los talleres y pusieron rostro humano a los datos obtenidos en el cuestionario. Como resultado, se obtuvo un análisis integral que

---

<sup>3</sup> Ver agendas de talleres en anexo N° 4.

permitió dar pie a la construcción conjunta de la metodología participativa, ubicada en el último capítulo del presente informe de proyecto.

### 7.5 Mecanismos de Evaluación

Según Picado (2006), la evaluación en el área social busca valorar el cumplimiento de los programas y proyectos, con el fin de determinar la pertinencia, idoneidad y suficiencia de los mismos en el desarrollo social. Dentro de las funciones que cumple el proceso de evaluación, se destaca particularmente la demostración de efectividad en planes y estrategias institucionales, la promoción en el mejoramiento de programas dirigidos a la resolución de problemas sociales, el establecimiento de agendas políticas, la generación del debate y la legitimación de la participación ciudadana, entre otros (Picado, 2006).

En el caso específico del presente proyecto, la evaluación se realizará tomando como base la propuesta de Hernández, Fernández y Baptista (2010) para la evaluación de los estudios y proyectos de investigación- acción. El mecanismo propuesto por dichos autores es la aplicación del siguiente instrumento de cuestionario a la investigadora, a la presidenta de la red y al comité asesor del proyecto. Asimismo, el cuestionario se adaptó al formato de una encuesta corta para que cada una de las participantes pueda realizar la evaluación de la experiencia:

**Cuadro 2**

**Cuadro de evaluación facilitado a las participantes del proyecto y a las coordinadoras de la Red de Mujeres Nicaragüenses, 2012**

		BUENO	REGULAR	MALO
1.	Detección de problemáticas o temas a analizar.			
2.	Trabajo de los temas con las participantes.			
3.	Dinámicas para conocer lo que cada una opina.			
4.	Capacidad para involucrar a las participantes en todo el estudio			



5.	Nivel de comunicación entre la investigadora y las participantes			
6.	Comprensión entre la investigadora y las participantes			
7.	Intercambio de conocimientos investigadora y participantes			
8.	Nivel de interés de las participantes			
9.	Formulación de talleres para trabajar el tema de derechos			
10.	Desarrollo de los talleres, cuestionario y entrevista			
11.	Resultados de los talleres			
12.	Oportunidad para opinar sobre los resultados del proceso			
13.	Logro de cambios positivos en la realidad de las participantes			
14.	Mejoramiento de prácticas sobre el tema de derechos			

**Fuente:** Adaptación del texto *Metodología de la Investigación* de Hernández et al, 2010.

Asimismo se les preguntó:

- ✓ Del 1 al 10, ¿Qué calificación le daría a todo el proyecto?
- ✓ ¿Qué fue lo que más le gustó del proyecto?
- ✓ ¿Qué fue lo que menos le gustó del proyecto?

## 8. Consideraciones Éticas

En relación a la ética investigativa, es relevante señalar que este proyecto parte de una postura ético-política en donde no solamente se realiza una labor investigativa con fines académicos, sino que también se proyecta un beneficio concreto para una población específica. Esta doble vía de ganar-ganar para ambos espacios intenta evitar la extracción de información a un grupo sin que éste se beneficie de dicho proceso, como ha sucedido en múltiples ocasiones en los espacios académicos.

De esta forma, mediante la Investigación – Acción – Participativa, se vincula el estudio profesional con el aporte a situaciones o problemáticas concretas de una población o grupo

particular, estableciendo redes entre ambas dinámicas y promoviendo mejoras a la realidad cotidiana.

Además de ello, el presente estudio puso especial atención al cumplimiento de los siguientes aspectos:

- Suministrar a las participantes en el estudio la información completa respecto a los propósitos de la investigación y el uso que se hará de los datos y los resultados de la misma.
- Explicar a las participantes que tienen derecho a negarse a ser parte de la investigación, que pueden abandonarla en cualquier momento que lo consideren conveniente y que no están de ninguna manera presionadas a proporcionar información.
- Garantizarles la confidencialidad y el anonimato de toda la información que provean, a través de la utilización de seudónimos al momento de citar sus ideas en el informe, así como la protección de su imagen mediante la no divulgación de ningún video, audio o fotografía que contengan sus rostro o sus nombres, de manera que no se revele la identidad de las participantes.
- Entregarles un consentimiento informado que puedan leer claramente, para que decidan de manera voluntaria si desean participar en el proyecto, en ese caso firmarían el documento y se les haría entrega de una copia idéntica.<sup>4</sup>
- Asegurar que la investigación se realizará con mujeres mayores de dieciocho años, y que no se involucrará a menores de edad en el estudio.

---

<sup>4</sup> Ver Consentimiento Informado en Anexo N° 1

## CAPÍTULO IV

# LAS MUJERES PARTICIPANTES EN EL PROYECTO: CARACTERIZANDO HISTORIAS Y ROSTROS

---

*“Quedó embarazada y la echaron de su trabajo,  
porque a los patrones no les gustan las mujeres embarazadas...”*

## 1. Sus historias

La vida de las mujeres participantes en el proyecto se encuentra atravesada por circunstancias coincidentes con el resto de población migrante nicaragüense en Costa Rica: generalmente la migración se da como fruto de circunstancias de vida muy difíciles en el país de origen, en donde la exclusión social y la escasez de oportunidades de desarrollo personal imposibilitan la concreción del deseo de “salir adelante”. Esto, aunado a las cada vez más intensas redes sociales que les comunican con personas nicaragüenses que están establecidas laboralmente en Costa Rica, les motiva a tomar la decisión de cruzar la frontera buscando un empleo que les permita cubrir las necesidades de sus familias en primer lugar y las propias en segundo plano como afirman ellas.

Pero esa decisión es compleja y dolorosa. La mayoría de las participantes expresaron el sufrimiento que les provoca dejar su país y sus hijas e hijos, para llegar a un país en donde se sienten ajenas y en donde trabajan cuidando los hijos e hijas de otras personas. Y en donde además muchísimas veces no les reconocen ni los aspectos mínimos de sus derechos laborales, sino que, por el contrario, se les explota y se les invisibiliza.

Sin embargo, ese trabajo no reconocido y mal remunerado les permite cuidar a los suyos, enviando remesas, ropa, útiles; cumpliendo un papel de proveedoras totales de bienes materiales y simbólicos, pues generalmente los padres de sus hijos no solamente han estado ausentes de su rol de cuidado y de proveedores, sino que también han sido figuras agresoras que violentan el bienestar de ellas y de los hijos e hijas.

No obstante, ellas están muy lejos de asumir papeles pasivos en este tipo de relaciones, al contrario, después de haber experimentado fuertes situaciones de violencia con sus parejas, la mayoría decidieron en algún momento de sus vidas “dejar de soportar” y tomaron la decisión de emprender solas sus deseos de migrar y trabajar, siempre teniendo como prioridad la necesidad de sus hijos e hijas antes que las de su compañero.



En algunas ocasiones el ciclo de violencia se repite con sus nuevas parejas, y los hijos e hijas, por su parte, responden muchas veces de forma positiva, retribuyendo el cuidado a su madre, pero otras veces también se convierten en sujetos agresores que reclaman a su madre la separación del papá, o el “abandono” por haberlos dejado en Nicaragua con la abuela, tías, vecinas, etc., mientras ellas trabajaban en otro país.

Sus historias, sin duda, son historias de luchas muy diversas, desde sus conflictos internos como mujeres-madres que se sacrifican por el cuidado de otros, hasta sus estrategias de resistencia ante la deportación, el maltrato laboral y los problemas e incomprensiones de parte de sus propias familias que muchas veces las cuestionan y las culpabilizan, debatiendo constantemente sus decisiones y ejerciendo un intenso control sobre ellas, sobre sus vidas, sobre sus cuerpos.

### *1.1 La vida en Nicaragua y la decisión de migrar*

Migrar es una experiencia que marca de manera profunda la vida de las personas. Quienes migran, se exponen a situaciones de mucha vulnerabilidad desde el momento que se sale del país hasta el proceso de llegada y de estadía. Si bien la migración muchas veces logra contribuir al mejoramiento de la calidad de vida de las familias de los y las migrantes, generalmente, quien migra debe enfrentar dinámicas de mucha violencia antes de conseguir el ansiado empleo, si es que éste llega a darse.

Pese a todos los riesgos, la migración es percibida como una oportunidad para salir adelante, así lo describe una de las mujeres participantes del proyecto:

*“Bueno... me vine para acá porque claro, la situación allá estaba muy estricta. Se puso durísima. Trabajo se encuentra pero muy barato, apenas uno para sobrevivir, para lo demás no, no alcanza. Entonces uno tiene que buscar la manera de ver cómo ayudar y sacar adelante. Bueno, con ayuda de Dios me pude venir para acá y... en el transcurso de los años pude sacar a dos hijos míos de*

*bachillerato.”*

Roxana, 50 años

Por otra parte, si bien es cierto que la migración responde mayoritariamente a una necesidad, es importante resaltar que también es producto de una decisión tomada a partir de las posibilidades personales. Es decir, quienes migran generalmente son personas laboralmente activas, que traen su fuerza de trabajo al país de llegada, personas con expectativas y visiones claras; y en este caso, mujeres convencidas de que tomaron la mejor opción para alcanzar los objetivos que desean.

### *1.2 El recorrido transfronterizo*

Una vez tomada la decisión, el camino espera. Las participantes en el proyecto expresaron dos tipos diferentes de experiencias migratorias, una realizada en autobús gracias a la posibilidad de obtener el pasaporte, y otra “por montaña”, para quienes no tuvieron esa oportunidad. Evidentemente, la segunda forma presenta más riesgos y condiciones de vulnerabilidad: la posibilidad de sufrir un accidente en la montaña, el excesivo cansancio que se siente después de muchísimas horas de caminar, el miedo y la inseguridad que provoca el sentirse vigilada o perseguida por la policía fronteriza, entre otros aspectos.

Además, si son atrapadas por la policía, también se exponen a otros tipos de violencia, como la violación sexual. De esta manera se diferencia la violencia a la cual pueden ser sujetas con respecto a los hombres, pues a ellos generalmente se les asalta y se les golpea, en cambio para ellas el cuerpo se transforma en territorio invadido (Mesa, 2012), así lo afirmó una de las participantes:

*“Entonces me vine la primera vez a escondidas de mi padre y así que llegando a Upala me agarró la Fuerza Pública, y no, no crea, sí quisieron abusar de uno. Me dijeron que si tenía relaciones sexuales con ellos que de una vez ellos me mandaban a San José. Y yo les dije que no, que yo no era ninguna tonta. Entonces me*

*regrese a mi país... ”*

Amanda, 39 años

Otro de los aspectos que aumenta las circunstancias de la vulnerabilidad, es el hecho de traer hijos pequeños en el recorrido hecho a pie, tanto para las madres como para los menores de edad, pues el cansancio, el terreno montañoso y la situación tan incierta del largo trayecto, generan experiencias de muchísimo estrés:

*“(...) y mi amiga sí traía la bebé de ella. La chiquita pegaba gritos porque había monte que pica, que picaba montones y la chiquita gritaba montones. Y este... pero... sí. Fue una experiencia... caminamos todo el día y la noche. Y justamente cuando llegamos a salir, justamente llegamos frente al puesto que estaba en la Cruz [Guanacaste]. El señor que venía con nosotros nos dijo que no podíamos bajarnos aquí... que teníamos que bajar la montaña y salir más adelante. Y así fue como yo me vine, de un día para otro.”*

Estela, 31 años

Sin embargo, la opción alternativa es dejar a hijos e hijas al cuidado de otras mujeres en Nicaragua. Una decisión cargada de dolor para ellas, quienes repetidamente expresaron las ansias de que llegue cada fin de año para visitar su país y ver a su familia. Dichas experiencias las hacen ser protagonistas en esta ruta de hogares transnacionales.

### *1.3 La experiencia de llegar a Costa Rica*

En uno de los talleres participativos del diagnóstico se realizó una dinámica proyectiva en la cual las participantes construyeron de manera conjunta la historia de una mujer que llegaba a Costa Rica. Por medio de un cartel con una línea de tiempo cada una contó una parte de la historia, desde su edad, los motivos por los cuales salió de Nicaragua, la forma en la cual cruzó la frontera, sus primeras experiencias de trabajo, su vida personal y la

manera en que fue tratada en Costa Rica. Esta dinámica permitió elaborar una historia con pedacitos de experiencias de la vida personal de cada una, de hecho, durante la elaboración de la dinámica las participantes comentaban que así les había pasado a ellas una u otra vivencia.

En palabras de las participantes, esta es la historia de María...

*Ella se llama María, viene desde Nueva Segovia, en Nicaragua, se vino por falta de economía. Tiene 18 años, se vino por la montaña, mojada, indocumentada, se vino con suerte, se vino sola. La primera noche se quedó en un hotel, al día siguiente se fue a buscar trabajo, luego le tocó dormir en el parque, a veces se topa uno con ángeles en el camino, que lo llevan a uno a su casa, pero no siempre topa uno con suerte. El primer trabajo que le ofrecieron fue una porquería, trabajando desde las cinco de la mañana hasta las diez de la noche por una porquería de salario; cuando ella llegó la trataban bien, pero los patrones agarraron confianza y ya la trataban diferente. Entonces ella buscó cómo tener otras amistades para buscar otro trabajo, con lo poco que gana ella le manda dinero a la mamá y a los hermanitos.*

*María se enfermó pero como estaba empezando a trabajar no la habían asegurado. Aquí en Costa Rica casi no se respeta el horario, la entrada sí es exigido, que entre puntual, ojalá antes, pero para la salida no hay horario. María gana ciento veinte mil colones por mes, ni siquiera el mínimo, trabaja con dormida adentro, ahí duerme con todas las gallinas y los perros y los gatos. Hay veces que ella tiene un día libre, pero como no tiene a dónde salir entonces se queda trabajando en la casa y hasta que dejó todo hecho sale, o sea, tiene libre solo como medio día. María no tiene días feriados, no tiene dónde ir. A veces un ratito se va a sentar al parque La Merced, donde ella se queda a dormir es un cuarto por donde pasan las aguas negras y allí la acostaban en un colchón en el piso... Y se enfermó ella. Tenía que ir a bañarse al patio, le daban mala comida, mala alimentación.*

*María quedó embarazada y la echaron de su trabajo, porque a los patrones no les gustan las mujeres embarazadas. Lo primero que le consultan a uno cuando uno va a una*

*entrevista es: -¿y usted qué, ya está cancelada<sup>5</sup>?- Le hacen a uno una interrogación de la vida privada. Las patronas, cuando van a contratar a una trabajadora también preguntan - Y tiene la dentadura buena?- Hay discriminación contra las mujeres que tienen la dentadura de oro. A mí me dijo la de la Agencia<sup>6</sup>, porque dice que va a asustar a los chiquitos. Yo estaba recomendando una amiga para un trabajo y la señora que la quería contratar me preguntó: -¿Y cuánto pesa? Porque las mujeres con sobrepeso dan mala presentación y comen mucho. Además si es muy gorda no, porque hasta puede dañar la cama- Entonces yo me enojé y le dije -ah no, entonces mejor cuide su cama señora- y ella me dijo -usted sí es irrespetuosa- y yo le dije -usted también- y le colgué el teléfono.*

*El papá del bebé de María le dijo que no era de él y la dejó. Mandó el bebé a Nicaragua para que su madre lo cuidara, se fue a dejarlo y se regresó para poder trabajar. Las amistades le ayudaron para conseguir otro trabajo, pero siempre gana mal, porque aquí nunca pagan bien, el lugar donde duerme es mejor que el que tenía. Tiene más conocimiento para hacer las cosas y entonces la tratan mejor.*

*María ya está por sacar su cédula, ya tiene un poco más de experiencia y eso hace que la acepten un poco mejor en su trabajo. Cuando ya vino de Nicaragua trajo sus papeles autenticados y hizo los trámites en migración, para ya trabajar mejor, ya su vida fue diferente porque le pagaban Seguro Social, tenía un mejor salario y ya tenía más derechos como persona documentada. Construyó su casita, porque con inteligencia todo se da. Y el papá del chiquito la buscó y se casaron. Entonces la buscó por interés (Dinámica Colectiva, Taller de Diagnóstico, 2012).*

Se puede observar inicialmente que las participantes caracterizaron la llegada a Costa Rica de una mujer joven, independiente, que viaja sola. Una mujer que migra con el propósito de encontrar empleo para superarse a sí misma y al mismo tiempo apoyar económicamente a

---

<sup>5</sup> *Cancelada* se refiere a que se realizó una salpingectomía. Es una palabra muy utilizada en la cultura nicaragüense. La cual posee una fuerte connotación de violencia patriarcal, porque compara la imposibilidad de concebir hijos como una cancelación de la razón de ser mujer.

<sup>6</sup> Se refiere a una de las Agencias que administran la contratación de trabajadoras domésticas.

su madre y a sus hermanos. Esto denota las intensas relaciones de cuidado que muchas veces contribuyen a motivar la migración femenina.

Las participantes también caracterizaron los malos tratos de los patrones, los malos salarios, las características insalubres del espacio para dormir y la explotación laboral en el espacio privado. No obstante resaltaron muchísimo el tema de las redes de apoyo, y el papel protagónico de amistades en la ayuda para la búsqueda de un mejor empleo.

Posteriormente, describen la manera y las circunstancias en las que se asume la maternidad, afirman que en primer lugar la pareja se desentiende de sus responsabilidades y posteriormente lo más probable que se espera es el despido por embarazo. En cuanto el bebé nace, la joven se ve en la obligación de llevar a su hijo a Nicaragua y dejarlo bajo el cuidado de su madre. Cuando regresa, encuentra un empleo con mejores condiciones y consigue regularizar su estatus migratorio.

Curiosamente, al final de la historia, una de las participantes idealiza la relación de la joven con el padre de su hijo, afirmando que éste la buscó y se casaron, invisibilizando el abandono de responsabilidades que él decidió hacer y afirmando que por el hecho de que él regrese ella acepta una relación e inclusive un matrimonio.

Es importante notar que a lo largo de la narración es común que ellas se sientan proyectadas en la historia, pues reiteradamente hablan de sus propias vivencias, de los obstáculos que han tenido que superar y de las dinámicas de exclusión y explotación a las que se han enfrentado.

**Figura 3**

**Cartel elaborado en la dinámica proyectiva durante el diagnóstico participativo, 2012**



**Fuente:** Talleres de diagnóstico participativo, fotografía Carolina Sánchez.

Por otra parte, en las entrevistas, las participantes también compartieron experiencias de su llegada al país. Algunas, cargadas de mucho temor, especialmente por el temor a ser deportadas cuando no se cuenta con documentos, como lo describe Estela:

*“Y mi compañera de trabajo me decía que no saliera, porque si yo salía me agarraba migración, y como yo no conocía... y entraban los policías, llegaban los policías a comer en la soda y todo... Y yo los veía con el uniforme y yo les tenía pavor...”*

Estela, 31 años

Este tipo de intimidaciones, en múltiples casos refuerzan las posibilidades de explotación laboral y el chantaje por parte de patronos inescrupulosos, que se aprovechan de la situación migratoria irregular para atropellar los derechos de muchas personas trabajadoras, quienes al no tener documentos, poseen escasas oportunidades para denunciar dichos abusos.

En otros casos, es la familia la que no colabora con el proceso de estadía en el país y, por el contrario, reproduce las manifestaciones de xenofobia y exclusión, reforzando procesos de violencia contra las personas migrantes. Como en el caso de Laura, una mujer que llegó a Costa Rica a los 60 años de edad, huyendo de situaciones de agresión por parte de un hijo y una hija, y llegó a vivir a la casa de otro de sus hijos en San José. De esta manera describió los primeros días de su llegada a Costa Rica:

*“Mi muerá cuando tenía libre me sacaba al centro de San José, pero no le ponía mente yo, sólo miraba... Y me decía mi hijo: - mamá no me pregunte nada porque el modo de hablar usted es nicaragüense y se le van a quedar viendo, si yo le digo a usted ¿quiere esto? o ¿le gusta esto? usted mueva la cabeza nada más. Si nos vamos a montar en un carro, no diga ¿por cuánto me lleva fulano...? no, déjeme a mí. Y si nos vamos en el bus no diga: ¡parada, parada! como allá, no, déjeme a mí... - Entonces yo me sentía como que era de quién sabe qué planeta.”*

Laura, 63 años

Este tipo de represión evidencia los intentos de obstaculizar de forma paralizante la capacidad de expresión y de empoderamiento femenino, reforzando ciclos de jerarquía patriarcal, en donde el pensamiento y la crítica de las mujeres se encuentran desacreditados. Y además es una clara muestra de violencia, en tanto intenta bloquear la identidad nicaragüense a través del silenciamiento de su acento, de su cultura y de su palabra.



Por otra parte, en el caso de Angélica, la llegada y estancia en el país se ha visto abrumada por la violencia estructural, ella asegura que la Dirección General de Migración y Extranjería le ha violentado sus derechos, porque creen que su matrimonio no es válido, aún cuando ella tiene muchos años de convivir con su esposo costarricense. Así manifiesta su indignación:

*“Migración dice que yo me casé después de la deportación y entonces me negaron la residencia, me han negado todos mis derechos porque ellos dicen que investigan pero ellos no investigan nada. Eso es lo único que a mí me ha resentido mucho de aquí, porque yo he visto mujeres casadas por conveniencia y ya les han dado la nacionalidad... Migración no investiga, son habladas, yo he mandado cartas y he dicho mi dirección para que vengan y vean que yo convivo con mi marido, tengo álbum de cuando me casé y todo...”*

Angélica, 52 años

Sin embargo, pese a las circunstancias complicadas a las que se enfrentaron y se enfrentan las mujeres del estudio, todas continúan trabajando y luchando de forma cotidiana, con la firme convicción de que la decisión de migrar fue la mejor y que esto les ha permitido generar transformaciones positivas, tanto en sus vidas como en la de sus familias.

## **2. Migrar y ser mujer**

Tal y como lo afirma Gaytán (2008), “las mujeres se enfrentan a los mayores riesgos al ser migrantes”. Esto porque a la vulnerabilidad del proceso de migración, se le suma la particularidad del género. No porque las mujeres tengan debilidades en razón de su sexo, sino porque dentro de la lógica de la sociedad patriarcal en la cual está inserta la vida cotidiana, las mujeres son percibidas como sujetas pasivas que deben estar siempre bajo el cuidado de otro, específicamente de un hombre, llámese esposo, padre, hermano, hijo, etc. De manera que, dentro de esta lógica, una mujer que viaja sola de alguna forma “debe ser

castigada” por atribuirse esa independencia. En razón de ello, existen altas posibilidades de que sea víctima de todo tipo de violencia en el camino.

Sin embargo, la violencia no solamente se recibe de parte de personas ajenas a su vida, sino que ésta también proviene de sus propios círculos familiares. Durante la investigación se conoció acerca de la alta incidencia de violencia a la que las participantes han estado expuestas en diferentes momentos de sus vidas. Experiencias de violencia durante su infancia, violencia por parte de sus parejas, violencia estructural por estar insertas en dinámicas de exclusión social, y por parte de instituciones que les impiden ejercer sus derechos, violencia sexual, hostigamiento, explotación laboral, entre otros tipos; son particularmente comunes dentro de sus historias. No obstante, ellas también son forjadoras de distintas estrategias de resistencia que les han permitido dar término a muchas relaciones amenazantes.

Por otra parte, las mujeres participantes en el estudio, generalmente asumen su maternidad con mucho compromiso, en oposición a la forma en la que históricamente los hombres asumen su paternidad, sin obviar la existencia de excepciones. Consecuentemente, debido a la alta incidencia de abandono de responsabilidades por parte de los padres, como lo expresaron las participantes, son ellas quienes asumen totalmente el cuidado físico, material y emocional de sus hijos e hijas. Esto no solamente les genera altas cargas de trabajo pagado y no pagado, sino que también les limita en gran medida sus posibilidades de desarrollo personal, incrementando sus condiciones de empobrecimiento. Al migrar, esta situación se intensifica por la sensación de tener un hogar fragmentado y por la imposibilidad de brindar el acompañamiento cotidiano a sus hijos e hijas de manera presencial, a pesar de que la forma de satisfacer el cuidado material y simbólico de su propia familia es trabajar fuera de su país de origen, brindando el cuidado a otros hogares.

De esta forma, la historia de muchas mujeres migrantes dedicadas al trabajo doméstico remunerado, muestra de manera muy concreta los complejos procesos que atraviesa esta población para poder conseguir una mejor calidad de vida, muchas veces motivada por el deseo de brindar más posibilidades a sus hijos e hijas, a través de ellas mismas.

## 2.2 Experiencias de violencia

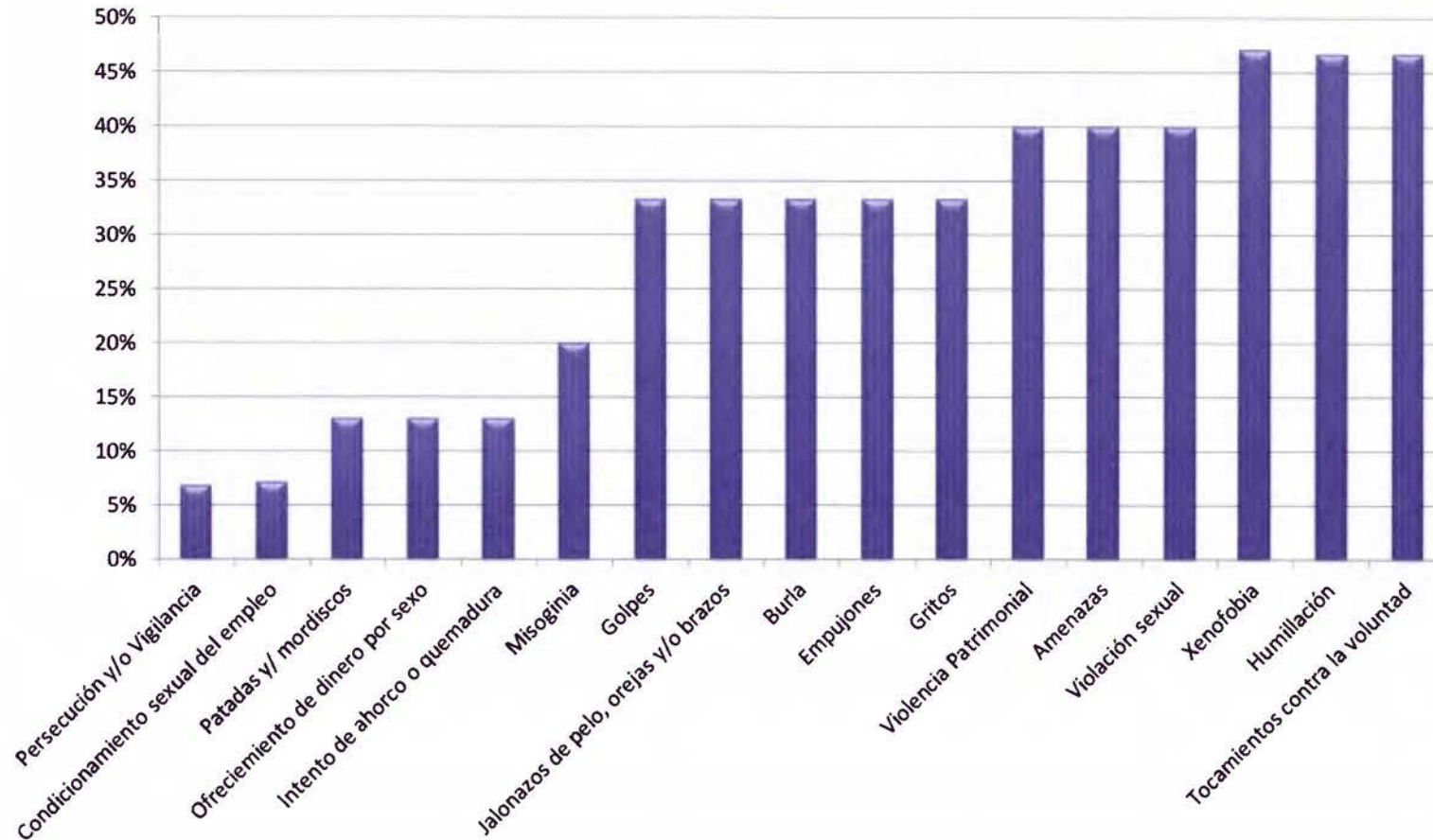
La violencia marca la vida de las personas. Especialmente si ésta se reproduce de manera naturalizada, en espacios donde la conciencia colectiva del contexto no legitima que la violencia sea motivo de denuncia. Las historias de las participantes, al igual que las historias de muchas mujeres, están atravesadas por procesos de violencia de diversa índole: exclusión social, xenofobia, maltrato infantil, violencia estructural, violencia contra las mujeres en razón de su género, violencia patrimonial, violencia sexual y otros tipos de violencia intrafamiliar. Es decir, ellas son sobrevivientes de fuertes experiencias de coacción y atropello a sus derechos como humanas.

Así lo afirma el estudio *Mujeres Migrantes en América Latina y el Caribe: derechos humanos, mitos y duras realidades* de Cortés (2005) “Las mujeres migrantes constituyen un grupo de particular atención debido a su vulnerabilidad ante la violencia física, psicológica o sexual, el abuso laboral o prácticas que violan sus derechos y libertades fundamentales” (p. 16).

Asimismo, burlas, golpes, empujones, gritos y jalonazos, parecen ser experiencias comunes que han debido enfrentar. Estas altas tasas de violencia denotan otra parte de los innumerables conflictos que las mujeres migrantes han atravesado para poder sobrevivir. Así lo muestra el siguiente gráfico, elaborado a partir de las situaciones que las mujeres participantes del estudio aseguraron haber enfrentado en algún momento de sus vidas:

**Gráfico 1**

**Porcentaje de mujeres del estudio que aseguran haber vivido situaciones de violencia según el tipo, 2012**



**Fuente:** Elaboración propia a partir de los datos obtenidos en el cuestionario de diagnóstico.

Cabe resaltar que el gráfico muestra que todos los tipos de violencia por los cuales se preguntó, fueron experimentados por al menos una mujer. La mayor incidencia se dio en la xenofobia, la humillación y los tocamientos sexuales contrarios a la voluntad, pues más del 45% de las participantes aseguraron haberlo sufrido. Seguido por la violación sexual, las amenazas y la violencia patrimonial que el 40% de las mujeres del estudio afirmaron haber enfrentado.

La violencia vivida en la infancia es un factor común que muchas de las participantes enfrentaron en su niñez. Angélica, por ejemplo, expresó esas crudas experiencias de esta forma:

*“(...) en mi casa mucho me maltrataban, me pegaban, me pateaban, mis hermanas me trataban feo, mis cuñados querían abusarme e incluso uno de ellos abusó conmigo de chiquita, me dijo que mi mamá había venido de Managua y que dice que vaya... y era mentira, y me metió en unos algodones...”*

Angélica, 52 años

La vivencia de fuertes situaciones de agresividad durante la infancia colocó a las participantes del proyecto en circunstancias de mucha vulnerabilidad. Si la situación nunca fue denunciada y la persona agresora continúa cerca, es probable que al iniciar la adolescencia se busquen opciones para salir del hogar de manera desesperada, tomando decisiones apresuradas y muchas veces cayendo en nuevos ciclos de violencia. Así lo relató Laura:

*“Yo tenía quince años... Cuando ya me fui con él le dije que no me hiciera nada porque estaba psicoseada de la violación, porque yo me había ido con él por desesperación de mi padrastro. Luego, siendo mi esposo me pegaba y me arrastraba y todo... sólo llevaba los cuatro meses [de embarazo] y a la fuerza tener sexo, me pegaba así y me violaba y todo... y así me puso esas barrigas...”*

Laura, 63 años

En otros momentos de la vida, la violencia también proviene de parte de los propios hermanos, que como muchos hombres, creen tener poder sobre sus hermanas mujeres, como en el caso de Angélica:

*“Todavía la última pateada que me pegó mi hermano fue con la barriga de mi hija mayor, me pegó una pateada porque mi hermano fumaba y entonces quería que yo le diera plata y como el muchacho ese me daba plata entonces me llegó a quitar plata.”*

Angélica, 52 años

La mayoría de las participantes afirmaron haber experimentado situaciones de violencia por parte de alguna pareja a lo largo de sus vidas. Y la violencia que aseguraron haber vivido fue muy intensa; gritos, amenazas, golpes, violaciones sexuales y otro tipo de agresiones que en la mayoría de los casos fue soportado en silencio durante muchos años, hasta que enviudaron o se separaron. Solamente una de las participantes afirmó haber denunciado penalmente a su pareja, después de que su esposo la amenazó con un cuchillo y la persiguió durante la noche a lo largo de unos algodones, mientras ella se escondía con sus hijos e hijas entre las plantas. Todas las mujeres del estudio que aseguraron ser sobrevivientes de este tipo de violencia, y para muchas la violencia fue el motivo de su migración. También afirmaron que ya no conviven con el agresor, así lo describe Roxana:

*“Él me pegaba, él era así. Le gustaban mucho las mujeres y cuando yo reclamaba entonces me pegaba, a veces no llegaba a dormir entonces yo le reclamaba y empezaba la guerra... Pero sí, muchos choques tuvimos porque yo le decía a él: “yo le aguanto a usted por mis hijos, porque si no tuviera tus hijos yo no te aguanto” pero ya mis hijos crecieron y todo, se acabó el conflicto, se acabó el sufrimiento y mi esposo ya falleció.”*

Roxana, 50 años

El chantaje sexual por parte de hombres no familiares que se aprovechan de la escasez socioeconómica, también es un tema frecuente, así lo afirmó Laura:

*“Mi esposo se perdía y aparecía a los dos o seis meses, bebiendo y mujereando y todo... Entonces yo le dije al señor que me fiaba en la pulpería para la comida de mis hijos: “don José, ¿dígame cuánto le debo? yo no le puedo pagar pero le planché treinta piezas, yo así le voy a ir abonando poco a poco” .Y él me contestó que no, que yo no le debía nada pero que quería salir conmigo... y mire yo la pensé y la repensé... Y me fui con él a una pensión, y me le senté en la cama llorándole como una niña, que yo no quería, entonces me dice: “mirá, pensalo bien, tomá, para que te ayudés” Y así... hasta que caí con él y desgraciadamente salgo con una panza. Y él me dijo que podía reconocer a esa niña, pero que mejor no lo iba a hacer, porque mi esposo me iba a matar al saber que ando barriga que no es de él”.*

Laura, 63 años

En el caso de Laura, la dependencia económica y la irresponsabilidad del padre de sus hijos la colocó en una fuerte situación de violencia, en donde tuvo que someterse a violaciones sexuales a cambio de la comida para su familia. Sin embargo ella no lo visualiza de esa forma, al decir “caí con él” implica una visión en donde ella se siente responsable de la situación, y que fue un error suyo, pues fue “su caída”. A raíz de esta violencia surge un embarazo que implica nuevas responsabilidades para ella, y del cual el agresor se desentiende, revictimizándola y culpabilizándola al decirle que “su esposo la iba a matar si se enteraba”.

Este y los anteriores ejemplos muestran historias de sobrevivencia, historias que reflejan los complejos procesos que las mujeres migrantes deben atravesar para lograr aspiraciones comunes con la mayoría de personas: tener acceso a un salario mínimo, tener acceso a servicios de salud y educación de calidad para sí misma y para su familia, tener la posibilidad de otorgar los bienes básicos materiales a sus hijos e hijas, entre otras cosas. Es decir, su lucha es por derechos humanos básicos que no deberían de serles condicionados

de ninguna forma, y sin embargo, en la práctica, les son negados rotundamente por un discurso opresivo y xenofóbico que además les cuestiona su derecho a tener derechos.

### *2.3 Dinámicas de control sobre las mujeres*

Una de las formas de violencia que se manifiesta de manera más sutil en la historia de las mujeres es el control sobre su propio cuerpo. Un control ejercido de manera directa por parte de múltiples actores: las familias, las parejas, las iglesias, etc. Siempre “los otros” son quienes creen saber qué es “lo mejor” para las mujeres, controlando sus decisiones, su cuerpo, su placer, y en general, diferentes facetas de sus vidas.

El control sobre el cuerpo femenino como categoría de análisis permite mostrar las situaciones extremas y las manipulaciones de las cuales las mujeres son víctimas. Por ejemplo, en el caso de las mujeres que migran, es frecuente encontrar el cuestionamiento de parte de su familia de ¿por qué se van? y comúnmente se les cuestiona si establecen relaciones afectivas con otras parejas en el país de llegada, discusión que nunca afecta a los hombres que migran, porque a ellos sí se les justifica este tipo de relaciones, argumentando que “ellos no pueden estar solos”. Este discurso diferenciado para cada uno de los géneros, evidencia el trato distinto que ellas reciben y la manera en la que se les controla su vida.

Una de las participantes expresó la forma en la ella y su hija son controladas por su esposo y padrastro de su hija:

*“Es que mi hija tiene un novio pero ella tiene que ir hasta donde él vive porque mi esposo no permite que a mi hija la visiten varones en la casa, entonces por ese lado yo le doy la razón, pero mi esposo piensa que mi hija todavía es señorita, él no sabe que ella va con ese muchacho, ella tiene 18 años. Yo no es que le tenga miedo a mi esposo pero sí tengo miedo que le vaya a decir a mi hija ¡váyase!, ¿y yo qué le voy a decir? y si él se da cuenta que yo la cubro ¿qué me va a decir? que yo lo estoy engañando y a un hombre no se*



*engaña y yo lo estoy engañando a él”.*

Angélica, 52 años

Por otra parte, la religión también ejerce un fuerte control sobre ellas, colocando en tela de duda su papel como esposas y madres; produciendo fuertes sentimientos de culpa dentro de ellas, así lo relata Angélica:

*“Entonces yo un día me sentía tan mal que pedí consejería en la iglesia y la Pastora me dijo: “usted tiene que decirle la verdad a su marido y ponerle a su hija las reglas: o está aquí o se va para allá, escoja, porque aquí no vamos a estar manteniendo una muchacha que ya tiene compañero””.*

Angélica, 52 años

Este tipo de presiones genera muchísimo estrés en las mujeres, inclusive afectando su salud y su tranquilidad, forzándolas a tomar decisiones que satisfagan los mandatos sociales de control sobre la vida y sobre el cuerpo femenino.

#### *2.4 Maternidad*

Todas las mujeres que participaron en el estudio son madres. La cantidad de hijos varía de 1 a 13. El promedio es de 5 hijos por mujer. El espaciamiento entre los embarazos es muy corto, muchas iniciaron un nuevo embarazo después de uno o dos meses de haber nacido su hijo o hija anterior, lo que denota un alto grado de desconsideración por parte de sus parejas, y una imposibilidad de acceder a métodos seguros de anticoncepción para poder decidir la cantidad de hijos e hijas y el espaciamiento entre los embarazos. Máxime si se vive en situación de violencia, como lo expresó Laura:

*“Los otros chavalos menores que tuve con mi esposo, los tuve contra mi voluntad.”*

Laura, 63 años

El siguiente cuadro resume la edad de las participantes, así como la cantidad de hijos e hijas:

**Cuadro 3**

**Edades de las participantes y cantidad de hijos e hijas de cada una de ellas, 2012**

Participante	Edad de la participante	Nº de Hijos e Hijas
1	57	3
2	39	5
3	33	1
4	50	6
5	46	5
6	52	7
7	34	2
8	49	4
9	53	4
10	56	4
11	54	4
12	47	1
13	63	13
14	58	2
15	43	3

**Fuente:** Elaboración propia a partir de los datos obtenidos en el cuestionario de diagnóstico.

Cuando se les preguntó a las participantes acerca de la cantidad de hijos o hijas que les hubiese gustado tener, el 40% de ellas respondió que nunca pensó en planificar el número de sus hijos. El otro 60% contestó en promedio que le hubiese gustado tener de 2 a 3 hijos o hijas. Lo que claramente denota la cantidad de embarazos no deseados que tuvieron que asumir de manera forzada. Algunas mujeres lo expresaron de claramente:

*“A los 17 fui mamá de mi primer hijo. A los 19 el otro, a los 25 el otro y el otro...”*

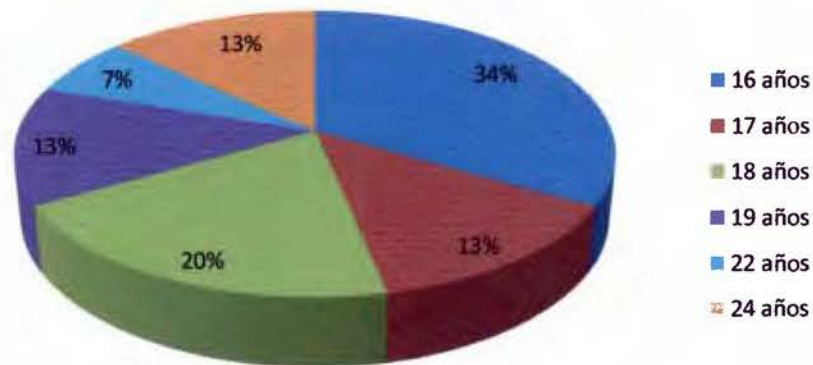
Roxana, 50 años

*“Yo hubiera querido tener menos hijos, por lo que yo estoy pasando ahora con todos ellos... pero lo que está hecho está hecho”.*

Laura, 63 años

La edad en la que tuvieron su primer embarazo –en la mayoría de los casos no planificado– también expresa las condiciones de escaso acceso a educación sexual y métodos anticonceptivos seguros que tuvieron que enfrentar. El siguiente dato muestra la edad del primer embarazo de cada una de las participantes:

**Gráfico 2**  
**Edad de las participantes al momento de su primer embarazo, 2012**



**Fuente:** Elaboración propia a partir de los datos obtenidos en el cuestionario de diagnóstico.

Podemos observar que el 80% de las participantes tuvieron su primer embarazo antes de los 20 años de edad, etapa en la que generalmente no se cuenta con las herramientas ni las condiciones de desarrollo emocional, familiar, educativo y económico para asumir esta responsabilidad. Si a esta situación se le agrega el desentendimiento del rol de padre por parte de la pareja –como muchas de ellas lo aseguraron– es fácilmente presumible hablar de los sacrificios y las situaciones de exclusión y empobrecimiento que tuvieron que enfrentar. Para aquellas que se encontraban laborando en ese momento, el despido del empleo por

causa del embarazo fue una práctica común. En la mayoría de los casos, según expresaron las participantes, son las madres, las tías y las abuelas quienes mayoritariamente tienden redes de apoyo para que la joven pueda salir a trabajar, mientras esas otras mujeres reproducen las relaciones de cuidado que han ejercido históricamente.

### *2.5 Relaciones de pareja*

Con respecto a las relaciones de pareja, solamente el 47% de las participantes afirmaron tener actualmente una pareja y de ellas, el 38% tiene menos de 4 años de mantener esa relación. Es decir, más del 73% de las participantes no conviven actualmente con la pareja con la que tuvieron hijos, y afirmaron que las separaciones se dieron a raíz de las intensas situaciones de violencia que muchas de ellas aseguraron haber experimentado.

El 60% de las participantes son solteras, separadas o viudas, y muchas de ellas aseguraron sentirse liberadas después de terminar la relación o haber enviudado. Afirmando que actualmente nadie las controla, y además sus hijos ya crecieron, por lo que gozan de mayor independencia y autonomía que cuando convivían con sus parejas y tenían niños y niñas de corta edad.

Por otra parte, en relación a la asertividad que mantienen con sus parejas para hablar de la vida íntima, algunas mujeres manifestaron que prácticamente no existe comunicación con respecto a ese tema, como en el caso de Angélica:

*“Casi no conversamos sobre el sexo”.*

Angélica, 52 años

Esta participante además manifestó que el abuso sexual vivido durante su niñez le impide disfrutar del placer sexual con su pareja, sin embargo, aunque en ocasiones no desee mantener relaciones sexuales se siente obligada a hacerlo, mencionando que pese a que algunas veces “le da asco, ella lo acepta”:

*“En la relación, será por lo que a mí me pasó de pequeña que yo nunca tuve un tratamiento, pero en la relación yo a veces yo lo rechazo y no me gusta, eso a mí me da asco y cosas así, pero lo acepto, lo acepto a él y a veces sí me siento bien y me siento complacida, a veces, pero cuando yo quiero, cuando yo no quiero es cuando me da asco, me repugna, “que no quiero”, “ay usted que necio”, pero cuando yo quiero sí me siento bien, pero él se siente bien porque él siempre se siente bien. Pero sí me he sentido mejor que antes.”*

Angélica, 52 años

Angélica menciona que ella se siente bien “cuando ella quiere”, es decir, cuando tiene deseo sexual, pero cuando no quiere es cuando le da asco, o sea que existen violaciones sexuales dentro del matrimonio, y sin embargo “él siempre se siente bien”. Reproduciendo una lógica machista de violencia sexual en donde el esposo accede sexualmente a la esposa cuando él desee.

En este caso, existe una relación asimétrica de poder, en donde ella tiene muy escasas posibilidades de negarse a la relación sexual, no solo por la revictimización que esto produce y las relaciones de dependencia económica y afectiva que existen, sino también porque ni siquiera la esposa tiene la oportunidad de verlo como un delito, producto de la socialización histórica femenina en donde se educa a la mujer para que aprenda a otorgarle placer a los otros antes que a sí misma. Es decir, no es percibido como delito ni por ella, ni por el esposo, ni por el entorno social.

Vale la pena señalar que fue hasta el año 1994 que en Costa Rica se condenó a un hombre por el delito de violación contra su esposa, en la sentencia N° 145-94. A raíz de ese hecho se modificó el código penal, que anteriormente establecía como obligatorias las relaciones sexuales en el matrimonio, aún sin consentimiento. (Sala Tercera de la Corte Suprema de Justicia de Costa Rica, 1994)

## 2.6 Relaciones de cuidado

Efectivamente, las relaciones de cuidado se intensifican en el proceso de la migración. Ya que a las ya conocidas prácticas de cuidado y mantenimiento de los propios hijos e hijas, se le agrega el cuidado a la familia en donde se trabaja, el cuidado a nuevos hijos e hijas que nacen en el país de llegada y el cuidado a la pareja, cuando generalmente ésta se comporta como una persona completamente dependiente, que “necesita” una compañera que le lave la ropa, le cocine, le limpie, le planche y le otorgue placer sexual, entre otras necesidades.

En algunos casos, la pareja se desentiende, como lo explicó Estela:

*“Mi pareja no se involucró nada en el cuidado de mi hijo... tampoco en la labores domésticas”.*

Estela, 31 años

En otros casos, las mujeres aseguraron que además de cuidar a sus hijos, también participaron en el cuidado de otros niños y niñas, que por algún motivo eran cercanos a ellas y se quedaron sin una persona responsable de su formación, entonces ellas lo asumieron. Ellas les llaman hijos de crianza, como lo afirmó Roxana:

*“Yo tengo 4 hijos míos y 5 de crianza”.*

Roxana, 50 años

Las relaciones de cuidado a los hijos, también pasan por el sacrificio de las aspiraciones personales de las mujeres, así lo expresó Angélica:

*“Yo siempre había querido estudiar inglés, pero nunca había podido... Hace un tiempo me metí a una academia de inglés, y llegué hasta el tercer nivel, pero ya mi hija se antojó que estudiar*

*belleza, entonces yo ya no podía estudiar porque tenía que pagarle el diseño de las uñas, que materiales, que belleza, entonces ya el salario es para ella.”*

Angélica, 52 años

Las mujeres además aseguraron cuidarse entre sí mismas, pues unas a otras se reconocen el sacrificio del trabajo femenino, especialmente para sacar adelante a los niños y las niñas:

*“Yo le lavo la ropa a mi nuera, por los dos hijos que mi hijo le tiene, aunque ya ellos están separados, porque mi nuera trabaja todo el día.”*

Laura, 63 años

Finalmente, cuando se preguntó por el cuidado, el 40% de las participantes aseguró que dentro de sus labores en el lugar de trabajo se encontraba cuidar a menores de edad, personas adultas mayores y/o personas con discapacidad en su lugar de empleo. Mientras que fuera de su lugar de trabajo, es decir en su casa de habitación o en la de algún familiar, un 47% de las participantes también afirmó que debía cuidar a algún familiar menor de edad, adulto mayor o persona con discapacidad, sin que este cuidado se reconociera salarialmente.

Estos datos muestran una dinámica común e injusta: el dejar las labores de cuidado en manos de las mujeres, mientras que los hombres se desentienden de este tipo de responsabilidades. Y además, cuando se trata de mujeres migrantes, muchos patronos se aprovechan de las trabajadoras domésticas cuando, por la misma paga, exigen que las mujeres brinden desgastantes labores de cuidado a estas poblaciones especiales.

## CAPÍTULO V

# EL TRABAJO DOMÉSTICO REMUNERADO: ENTRE DERECHOS Y LUCHAS

---

*“La entrada es exigido ser puntual pero la salida no. Ellos quieren que uno llegue ojalá diez minutos antes, pero la salida no tiene hora.”*



## 1. Situaciones sociales y económicas

La migración laboral genera una serie de particularidades en la vida de las personas que migran y de sus familias. Para las participantes, migrar no implica abandonar el hogar, por el contrario, se migra para aumentar las oportunidades de la familia, para mejorar el nivel de ingresos y así cubrir necesidades que antes se encontraban total o parcialmente insatisfechas. De esta forma, la estructura del hogar cambia y se “transnacionaliza” de manera que las relaciones cotidianas se sustituyen por llamadas telefónicas y viajes esporádicos de manera bidireccional (no solo las mujeres visitan a sus familias sino que en algunos casos ellas son visitadas por algún miembro del grupo familiar que se desplaza desde el país de origen), lo cual genera nuevos paradigmas en relación a lo que significa un hogar y a la dinámica de éste.

Las expectativas de las mujeres están fuertemente vinculadas con la regularización de su estatus y la búsqueda de permisos laborales para optar por mejores empleos y mayor acceso a garantías laborales, de manera que mejore su calidad de vida y la de sus familias. Sin embargo, existe poca anuencia por parte de patronos y patronas para colaborar con los trámites de las trabajadoras, lo cual les obstaculiza o les retrasa los procesos regulatorios.

El envío de remesas es una característica muy importante de esta población, pues permite el desarrollo económico del núcleo familiar aún cuando el dinero sea producido desde otro país. También este proceso coloca a las mujeres en importantes situaciones de vulnerabilidad económica, pues las relaciones de cuidado también atraviesan su deseo de enviar a su familia todo el dinero que les sea posible, lo cual implica importantes privaciones en su propia calidad de vida.

### *1.1 Hogares transnacionales*

El hogar transnacional es definido por Javier Ávila como “una red de vínculos activos entre los miembros del hogar que residen aquí y allá, entre los países de origen y destino, a través de la cual circulan remesas económicas y sociales, en un sentido bidireccional” (Ávila,

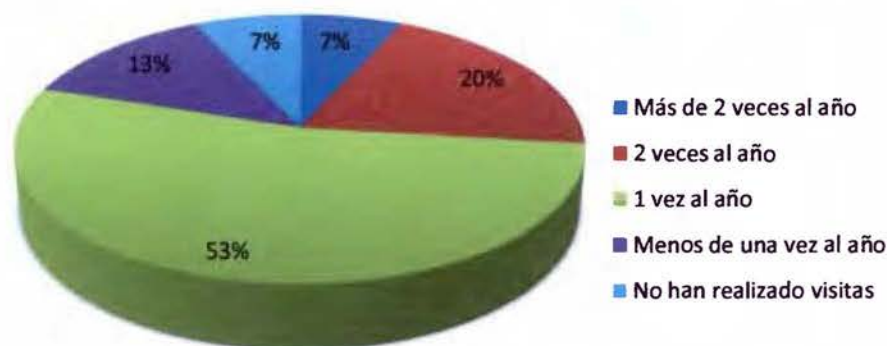
2011:4). A la luz de esta conceptualización, se puede reconocer que las mujeres participantes en el estudio son protagonistas del carácter transnacional de sus hogares, dentro del cual su rol de proveedoras es central para el mantenimiento de estas relaciones de cuidado material y afectivo, que son mantenidas a través de los años.

De hecho, la posibilidad de estabilizar su participación económica en el país de destino, les permite desarrollar un papel de mayor independencia, aún cuando gran parte de su salario se destine al mantenimiento de sus familias. Al respecto, Laura Oso señala la invisibilización de ese rol económico de las mujeres migrantes, opacado por su papel de cuidadoras: “Quizás lleguemos a alcanzar una visión “menos estigmatizadora” de las jefas de hogares transnacionales si las sacamos de su rol reproductivo, analizando sus estrategias productivas y reproductivas de manera articulada” (Oso, 2008: 18).

Las estrategias cotidianas de sobrevivencia de estos hogares se basan en el contacto constante entre sus miembros. Al momento del estudio, ninguna de las participantes había perdido contacto con Nicaragua, de hecho, esas relaciones se intensifican año a año, pues es común la visita durante la época navideña o en ocasiones especiales. No obstante, el costo económico del viaje suele implicar sacrificios para lograr ajustar el dinero, y no es raro que éste no alcance para realizar una visita al menos una vez al año, debido a los bajos salarios y a las importantes responsabilidades económicas que deben enfrentar. En el siguiente gráfico, se detalla la frecuencia con la cual las participantes afirman realizar visitas a Nicaragua:

**Gráfico 3**

**Frecuencia de visitas a Nicaragua de las mujeres participantes en el estudio, 2012**



**Fuente:** Elaboración propia a partir de los datos obtenidos en el cuestionario de diagnóstico.

No obstante, esa fuerte vinculación con el país de origen no se traduce necesariamente en una acción de regreso, de hecho, el 86,67% de las mujeres del estudio no tenía planes de regresar a vivir a Nicaragua en el corto plazo. Ante este dato se desprende la visibilidad de una fuerte relación de arraigo con Costa Rica, sin que ello signifique un desarraigo con Nicaragua. Efectivamente, existe la posibilidad de que ese no-retorno esté asociado al impedimento de encontrar un trabajo en el país de origen, y con las condiciones que posee en Costa Rica, y no necesariamente al deseo de permanecer viviendo en Costa Rica. Sin embargo este tema no forma parte de los objetivos del presente estudio.

### *1.2 Expectativas e Ilusiones*

El estudio refleja que el trabajo doméstico es el medio para conseguir muchos objetivos y no es un fin en sí mismo. Las participantes describieron múltiples necesidades personales y familiares que han logrado cubrir a través de su empleo como trabajadoras domésticas,

dentro de las principales se encuentran alimentación, vestido, estudio y vivienda; inclusive, las posibilidades de un negocio propio, como lo afirmó Angélica:

*“Yo estoy esperando mis papeles para ver qué hago, tal vez un negocio propio, tal vez voy a Nicaragua y compro y acá vendo, porque hay gente que así se mueve y se gana la plata honradamente, porque las cosas hay que hacerlas con la ley.”*

Angélica, 52 años

De hecho, esta participante es la única que se encontraba estudiando al momento de la investigación:

*“Entonces mientras tanto estoy estudiando inglés acá en Cenderos, ya después tal vez pueda seguir en otra academia.”*

Angélica, 52 años

Las expectativas de superación laboral están fuertemente ligadas al deseo de obtener la regularización de su estatus –para quienes no la poseen- y la obtención de permisos laborales. En este último aspecto suelen encontrarse con importantes trabas, pues la capacidad de obtener un permiso depende de la disposición que poseen los patronos y patronas para elaborar cartas asegurando la relación laboral y su disposición para el pago de Seguro Social. En múltiples ocasiones, las trabajadoras se ven impedidas de regularizarse a raíz de la escasa colaboración de sus contratantes.<sup>7</sup> En otras oportunidades, para negociar el apoyo, deben acceder a renunciar a sus derechos, como por ejemplo aceptar que la carta de solicitud para permiso laboral emitida por el patrón o patrona señale que la fecha de contratación fue muy reciente, aún cuando la trabajadora acumule varios años de trabajar para esa persona; esto con el fin de que la Caja Costarricense de Seguro Social no realice un cobro retroactivo de todo el tiempo que no había sido asegurada.

---

<sup>7</sup> El momento del estudio coincidió con el proceso de regularización de estatus migratorio emitido por la Dirección General de Migración y Extranjería de Costa Rica, mediante los Transitorios 1, 2, 3 y 4; del mes de enero al mes de setiembre de 2012. Por ello fue posible notar la escasa anuencia de muchos contratantes para colaborar con las trabajadoras.

Por otra parte, en las mujeres participantes existe un fuerte deseo de regularizar el estatus migratorio de sus hijos e hijas, con la finalidad de que posean mayores oportunidades para el acceso al estudio y al empleo y que no tengan que atravesar los obstáculos que ellas enfrentaron. Muchas de ellas, inclusive, se encontraban tramitando los documentos para que sus hijos y/o hijas que actualmente viven en Nicaragua, vengán a vivir a Costa Rica, con ellas. Esto no solamente por el extrañamiento y las relaciones afectivas, sino porque consideran que en Costa Rica pueden acceder a mejores oportunidades de estudio y empleo.

### *1.3 El envío de remesas*

En relación al envío de remesas, Oso señala que “las remesas pueden convertirse no sólo en vector de desarrollo, sino en el principal mecanismo que vehicula las relaciones sociales. A través de las remesas se envía no solo dinero, sino igualmente afectos, estatus, etc.” (Oso, 2007:18). En el caso particular de las personas migrantes laborales, el envío de remesas suele ser el principal elemento que motiva el viaje. En el caso de las mujeres del estudio, es notable la reproducción de relaciones de cuidado aún habitando otro país, pues el trabajo cotidiano es el motor que dinamiza las relaciones económicas que les permiten brindar dinero para el cuidado de otras y otros.

El 73,3% de las participantes aseguraron enviar regularmente remesas a Nicaragua y cuando se les preguntó acerca de la cantidad de personas que dependían de sus salarios, las respuestas oscilaron entre 1 y 7 personas. Mientras que el otro el 26,7% de las participantes que no envían remesas deben compartir su salario con una cantidad de entre 1 y 6 personas en Costa Rica. Esto claramente genera un importante proceso de empobrecimiento para las mujeres, quienes estarían contando con muy pocos recursos para cubrir sus necesidades propias.

Las mujeres sin embargo, no lo ven como un proceso de empobrecimiento para sí mismas, al contrario, hablan de los beneficios que reciben sus hijos e hijas gracias a las remesas que ellas mismas aportan, pues ese dinero generalmente se traduce en oportunidades de mejoramiento de la calidad de vida, regularmente vinculadas al acceso al estudio. No

obstante, a través de las remesas, las relaciones de dependencia económica se intensifican, pues aún cuando los hijos e hijas alcanzan edades adultas, en algunos casos se continúa solicitando el aporte económico de la madre.

El 40% de las participantes afirmó tener de dos a cuatro empleos, todos vinculados al trabajo doméstico, lo cual, pese al desgaste físico, les genera un poco más de ingresos para ellas y sus familias.

## **2. El trabajo doméstico**

Las oportunidades laborales que encuentra una mujer migrante en Costa Rica están altamente condicionadas a partir de la división sexual del trabajo. El 73,3% de las mujeres participantes de la investigación no se dedicaba al trabajo doméstico cuando vivía en Nicaragua. De hecho, ellas afirmaron que cuando la situación económica en Nicaragua no estaba tan difícil de sobrellevar, sus trabajos eran muy distintos, entre los empleos que citaron se encuentran el de taxista, costurera, vendedora, operaria, recepcionista, auxiliar de contabilidad e inclusive propietarias de pulperías y panaderías.

Al llegar a vincularse con el trabajo doméstico en Costa Rica, las mujeres se enfrentan a distintas situaciones de vulnerabilidad que serán detalladas más adelante. Situaciones que poseen una raíz histórica, no solamente porque “el trabajo doméstico ha sido una de las ocupaciones más excluidas económica, jurídica y simbólicamente” (Sandoval, 2008: 229), sino también porque en épocas de esclavitud los oficios más indignos eran los relacionados con la servidumbre, como el trabajo doméstico (Arre, 2011).

Asimismo, como se detalló anteriormente, el precedente histórico de la esclavitud, aunado al tema del patriarcado, se conjugan de manera simbólica en el desenvolvimiento de la dinámica laboral. Esto porque parece que no se ha superado del todo la visión antigua y violenta en donde la trabajadora doméstica, quien era una mujer esclava, se le trataba como propiedad del patrón, vendida como un objeto más y accedida sexualmente de manera violenta por éste.

Sin embargo, ante situaciones de maltrato, las trabajadoras ejercen diferentes estrategias para defender sus derechos, algunas con más eficacia que otras; y aunque la mayoría de esos reclamos no se traducen en acciones de denuncia, sí se convierten en vehículo informativo que se extiende a través de las redes de apoyo de otras trabajadoras domésticas para advertir cuál es el trato de uno u otra patrona, evitando muchas veces que ellas se aproximen a viviendas con tales antecedentes.

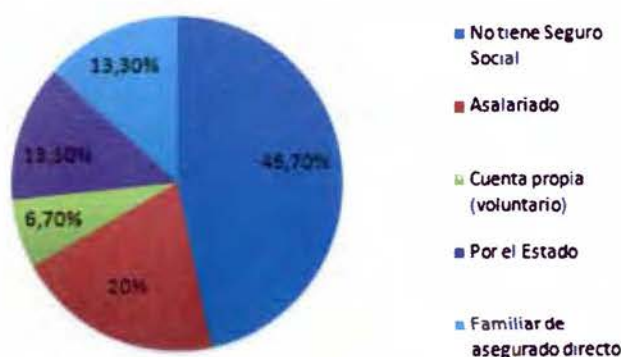
### *2.1 El espacio privado y la explotación laboral femenina*

El trabajo doméstico tiene la particularidad de realizarse en el espacio privado, es decir, el ámbito de la cotidianidad de las viviendas en donde se contratan los servicios. Esta distinción entre lo privado y lo público es relevante en la medida en la que dicha “privacidad” interfiere en el trato de la trabajadora, pues en múltiples ocasiones el o la contratante, al no estar expuestos al escrutinio público, se aprovechan para explotar a la trabajadora y negarle de manera total o parcial sus garantías laborales.

En el caso de las mujeres del estudio, el 100% de ellas aseguraron que en su actual trabajo se les niega el acceso a cuatro o más garantías laborales. Entre los ejemplos más relevantes se encuentra, en primer lugar, el acceso al Seguro Social, tal y como lo detalla el siguiente gráfico:

**Gráfico 4**

**Tipo de seguro social que poseen las participantes del estudio, 2012**



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos obtenidos en el cuestionario de diagnóstico.

El primer dato que salta a la vista es observar que más del 46% de las mujeres del estudio no poseen Seguro Social, lo que las mantiene en una situación de desprotección, no solo de su derecho a la salud, sino de la posibilidad de regularizar su estatus migratorio y de acceder a una pensión. Cerca de un 37% sí poseen Seguro Social pero no como asalariadas, sino como familiares de asalariados, seguro voluntario y seguro por el Estado. Es decir, solamente un 20% de las trabajadoras están aseguradas en sus empleos, lo cual es un dato preocupante, sobretodo porque refleja el poco acceso a la salud que las trabajadoras están enfrentando, así como sus escasas posibilidades de ingresar a un régimen de pensiones. Y además, porque muchos patronos evaden sus responsabilidades diciéndole a la trabajadora que es “mejor y más sencillo” que ella misma pague su seguro voluntario.

En relación a otros derechos, como el horario de trabajo, una trabajadora expresó lo siguiente:

*“Mis patrones me tratan bien pero son desconsiderados porque tal vez son las seis de la tarde y mi salida es a las cinco y ellos no me dan horas extra y yo tengo que esperar que lleguen por la chiquita.”*

Angélica, 52 años

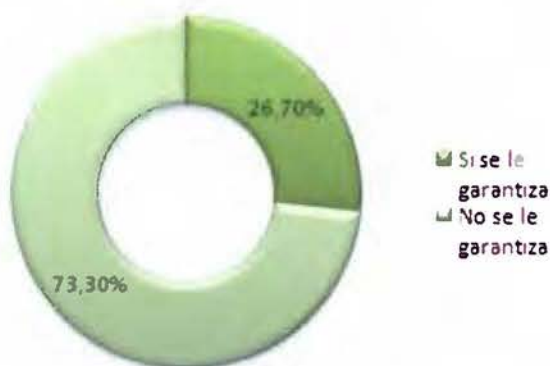
Es importante notar que la participante menciona la “desconsideración” de sus patrones, pero lo ve como una violación a sus derechos laborales. Esta situación parte de un carácter histórico, pues fue apenas hasta el año 2009 que se logró aprobar en Costa Rica la *Ley N° 8726 Reforma al Capítulo Octavo del Código de Trabajo sobre el Trabajo Doméstico Remunerado*. Dicha reforma se obtuvo gracias a la presión de la Asociación de Trabajadoras Domésticas (ASTRADOMES), pues sus integrantes estuvieron impulsando este cambio durante años. A raíz de lo reciente de esta reforma y de la desvalorización histórica del trabajo doméstico, las violaciones al derecho de la jornada máxima aún son muy frecuentes.



Según los datos obtenidos en el análisis este es un atropello común, pues más del 70% de las trabajadoras entrevistadas aseguraron que no se respeta su jornada laboral de ocho horas, tal y como lo especifica el siguiente gráfico:

**Gráfico 5**

**Porcentaje de mujeres del estudio a quienes se les garantiza el derecho a la jornada laboral de ocho horas, 2012**



**Fuente:** Elaboración propia a partir de los datos obtenidos en el cuestionario de diagnóstico.

Asimismo, otra de las trabajadoras expresó:

*“La entrada es exigido ser puntual pero la salida no. Ellos quieren que uno llegue ojalá diez minutos antes, pero la salida no tiene hora.”*

Aurora, 47 años

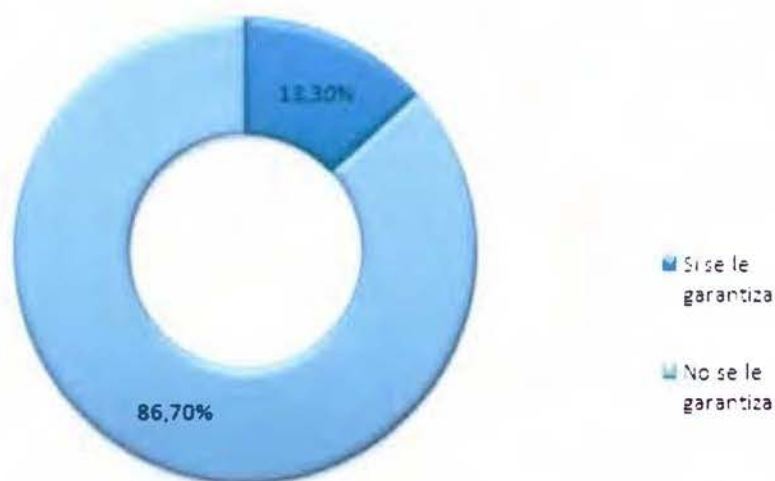
A la luz de estos datos es claro observar el poco apego que existe por parte de muchos patronos y patronas al Código de Trabajo, aún cuando el tema de la jornada de ocho horas para el trabajo doméstico fue una lucha ganada hace poco tiempo.

Otras garantías laborales comúnmente atropelladas son el derecho a incapacidades, a licencia de maternidad, y a salario mínimo. La garantía que más dijeron percibir es el

derecho a aguinaldo, sin embargo no es algo que gocen la totalidad de las participantes. La información se detalla en los siguientes gráficos:

**Gráfico 6**

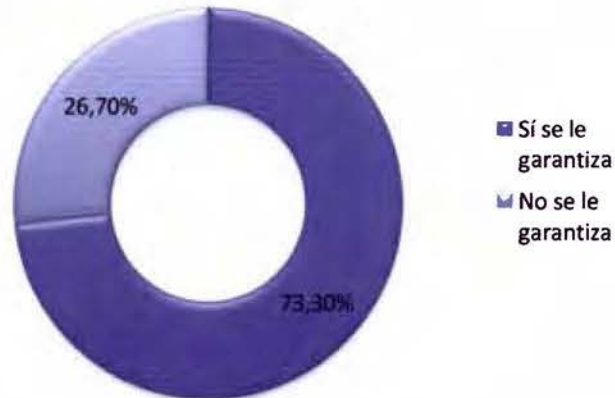
**Porcentaje de mujeres del estudio a quienes se les garantiza el derecho a incapacidades, 2012**



**Fuente:** Elaboración propia a partir de los datos obtenidos en el cuestionario de diagnóstico.

Aún cuando presentan alguna enfermedad, más del 86% de las participantes aseguraron que no se les paga incapacidad en su actual trabajo, de hecho algunas aseguraron que ante una situación así se les presiona para que renuncien, sin ningún tipo de consideración.

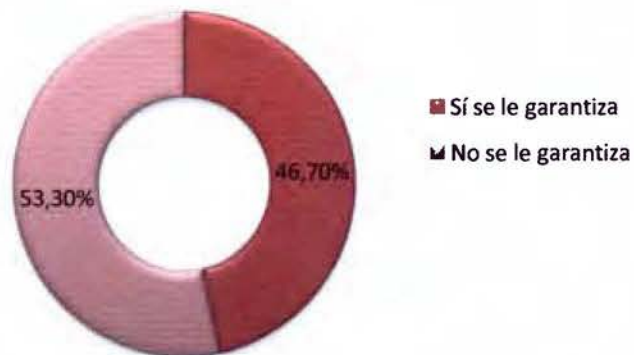
**Gráfico 7**  
**Porcentaje de mujeres del estudio a quienes se les garantiza el derecho al aguinaldo, 2012**



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos obtenidos en el cuestionario de diagnóstico.

El aguinaldo parece ser la garantía más respetada, aún cuando más del 26% de las participantes aseguraron que no tendrán oportunidad de recibirlo este año, a causa de la violación a la legislación y los derechos laborales ejercida por sus patronos, en mayor medida cuando las trabajadoras se encuentran en situación migratoria irregular.

**Gráfico 8**  
**Porcentaje de mujeres del estudio a quienes se les garantiza el derecho al salario mínimo, 2012**



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos obtenidos en el cuestionario de diagnóstico.

El tema del salario recibido parece mostrar un descontento importante, pues más del 53% de las participantes aseguró no percibir un salario mínimo. Las trabajadoras aseguran que las jornadas extensas aunadas a las fuertes relaciones de confianza con las personas de la vivienda, son situaciones que permiten estas relaciones tan desiguales de poder en donde la trabajadora termina tan afectada. De la misma forma, las vinculaciones afectivas con miembros de la vivienda donde laboran, de manera especial con los niños, muchas veces provocan un intenso duelo cuando éstas cambian de lugar de trabajo.

## *2.2 El trabajo con "dormida adentro"*

Cuando se le preguntó a las participantes si dormían en el lugar de trabajo, un 40% de ellas respondió que sí. Y enseguida iniciaron las intervenciones asegurando las extremas condiciones en las que muchas mujeres deben quedarse en una vivienda, sin embargo, aseguraron que ese caso no era el de ellas, pues contaban con condiciones medianamente buenas para desenvolverse en el trabajo.

La relevancia del tema recae en la explotación que aseguran tener aquellas a quienes les toca quedarse trabajando en una vivienda, pues es muy difícil que respeten el horario, al contrario, muchos y muchas abusan de las trabajadoras exigiéndoles permanecer laborando más horas por día de las que comprende su jornada. De hecho una de las participantes afirmó:

*"Es como si te cobraran por dormir ahí. Cuando tenía día libre igual tenía que dejar todo hecho en la mañana para poder salir un ratito en la tarde. Limpiar, dejar bañado al chiquito, tenía que dejar todo hecho, como cualquier otro día."*

Esperanza, 58 años

Esta característica expone aún más a las trabajadoras domésticas a posibles relaciones de explotación laboral en las que pueden verse envueltas. La ausencia de un contrato escrito

que asegure los intereses de cada una de las partes y el hecho de que no se respeten los acuerdos negociados es uno más de los atropellos que muchas sufren, producto de vivir en el mismo lugar de trabajo:

*“Yo trabajaba cuidando un chiquito, me pagaban ochenta mil al mes, permiso de salida sólo los martes, no tenía donde ir y entonces dormía ahí y ese día que podía salir también me tocaba hacerle todo, de cuidarle, de lavarle, porque como no tenía donde ir entonces como que me cobraban que yo durmiera ahí.”*

Angélica, 52 años

### *2.3 Trabajadoras domésticas exigiendo derechos*

Sería un error creer que las mujeres trabajadoras permanecen pasivas ante la violación de sus derechos. La particularidad de muchas de las entrevistadas, al estar vinculadas a CENDEROS como un grupo de mujeres organizadas, que ya han tenido experiencias previas en la conformación de equipos de trabajo y capacitación, les ha brindado herramientas para enfrentar luchas importantes por el respeto a sus garantías laborales.

Las estrategias son variadas, algunas comunican a sus patrones o patronas que están organizadas, y que si no actúan conforme a la ley, ellas se verán en la obligación de denunciarlos. Otras, por su parte, argumentan que cuando se han atrevido a levantar la voz en defensa de sus derechos por alguna situación de atropello que hayan vivido en el pasado, no han logrado recibir el apoyo deseado. Algunas de las expresiones de las mujeres fueron las siguientes:

*“Si uno quiere denunciar no lo apoyan a uno”*

Esperanza, 58 años

*“Yo le dije a mi patrona que no me gritara porque yo era mayor que ella”.*

Aurora, 47 años

*“Mañana no vengo porque es feriado”.*

Lucrecia, 43 años

*“Que me pague el Seguro Social o lo denuncio”*

Lucrecia, 43 años

La exigencia de derechos es una labor cotidiana para ellas. Algunas cuentan con recursos de información extra para defenderse, otras soportan atropellos y amenazas para conservar su empleo. Pero continuamente buscan formas de informarse entre unas y otras, construyen redes informales de contacto y a partir de allí se aconsejan colectivamente para estar atentas a las condiciones que les esperan en viviendas donde ya otras compañeras han laborado.

Todas estas particularidades son enfrentadas por estas mujeres quienes a través de su vida entretejen su migración, su género y su empleo en el espacio privado. Luchando contra muchos obstáculos personales, laborales e institucionales; y construyendo con su cotidianidad el trabajo reproductivo que nutre la economía de familias, comunidades y países, no solo a través de ellas, sino muchas veces, a costa de ellas.

## CAPÍTULO VI

# DERECHOS SEXUALES Y DERECHOS REPRODUCTIVOS

---

*“Cuando empecé a usar anticonceptivos ya tenía cinco hijos.  
Mi primer embarazo fue a los quince años.”*

## 1. Conocimiento e Interpretación

Más de la mitad de las mujeres participantes en el proyecto tenía una experiencia previa de organización a través de CENDEROS, esto les permitió contar con mejores herramientas formativas e informativas acerca de sus derechos como humanas. Sin embargo, pese a que el 66,7% de las participantes afirmó haber escuchado hablar alguna vez de derechos sexuales y reproductivos, esto no necesariamente se traduce en prácticas cotidianas.

Existen una serie de factores que podrían condicionar la posibilidad de que las mujeres conozcan sus derechos sexuales y reproductivos. Pero además de ello, aún conociéndolos, existen barreras para interpretarlos como prácticas positivas para sus vidas. Los contextos cargados de violencia y misoginia en donde más de la mitad de las participantes aseguraron haber sido socializadas podría ser el principal motivo que impide el conocimiento y ejercicio libre de dichos derechos.

Sin embargo, las participantes en el estudio lamentaron no haber contado con este tipo de herramientas en su juventud, pues afirmaron que de haberlas tenido se hubiesen beneficiado con más opciones y oportunidades para tomar sus decisiones, especialmente las relacionadas a la cantidad de hijos y la permanencia con parejas violentas. Asimismo expresaron el deseo que querer comunicarles lo discutido en los talleres a sus hijos e hijas, pues confían en que si les brindan más información, ellas y ellos tendrán mejores herramientas para decidir sobre sus vidas. En relación con ello, una de las participantes expresó:

*“La juventud de antes éramos inocentes, por eso nos hacían tanto daño”.*

Laura, 63 años

En relación a la interpretación, es común que las mujeres posean una mayor familiaridad a los derechos relacionados con la reproducción. Evidentemente el hecho de que todas sean madres, las ha vinculado en una o varias ocasiones a situaciones como la decisión de tomar



o no métodos anticonceptivos, el contacto con servicios de salud, el acceso o no a la licencia de maternidad y la atención médica en el proceso de parto y postparto.

Por el contrario, los derechos sexuales son más ajenos para ellas. El derecho a vivir libre de violencia sexual, por ejemplo, es un derecho que se encuentra ampliamente violentado en sus historias de vida. Al respecto, una de las participantes expresa la necesidad de vivir libre de violencia para poder hablar de placer en las relaciones de pareja:

*“¿Sabes cómo se siente uno complacido? Querer a la persona y que la persona le demuestre cariño, amor y valoración, entonces uno también, entonces ambos dos sienten el deseo y la satisfacción, que él se complació y él me complace a mí, yo lo complací a él, entonces esa es la felicidad. Pero a la fuerza, tener un hombre encima y que uno no quiere, tal vez llorando, es como una violación.”*

Laura, 63 años

Otra de las participantes manifestó la necesidad de que otras personas conozcan los derechos para que éstos puedan ser respetados, bajo la percepción de que si otra persona no los comprende ni los respeta, no hay nada que hacer, es decir, coloca la capacidad del ejercicio de derechos en el otro y no en sí misma:

*“Diay... derechos, es muy importante pero es muy difícil que otras personas lo entiendan. Este... por ejemplo si uno tiene conocimiento uno lo puede respetar y todo pero si una persona no lo respeta, no lo entiende o no lo entiende así, pues no se puede hacer nada. Pero sí es muy importante”.*

Estela, 31 años

A las participantes que aseguraron haber escuchado alguna vez acerca de los derechos sexuales y reproductivos, se les preguntó si podían mencionar alguno o explicar de qué se

trataban, dentro de las principales respuestas mencionaron “el derecho a usar anticonceptivos”, “son derechos que nos protegen a las mujeres”, “que uno puede decidir con quién estar”; sin embargo, una de las participantes contestó que dichos derechos se relacionaban con “servirle al marido sexualmente”. Esta respuesta resulta ser altamente alarmante, pues evidencia el alto nivel de sumisión que ella particularmente, y probablemente muchas mujeres más, poseen en relación a la negociación sexual. Es decir, en la medida en la que una mujer se perciba a sí misma como servidora sexual de su esposo, se expresan las violentas relaciones de socialización patriarcal en las que se ha visto obligada a crecer y sobrevivir.

Al respecto, Marcela Lagarde detalla el significado cultural de esa opresión: “Las esposas son objetos sexuales, objetos sexuales procreadores, aplican su energía erótica, y realizan un esfuerzo sexual para otro, lo hacen positivamente, en el bien: en la conyugalidad del matrimonio, bajo el manto del amor y en el ciclo cultural de la procreación” (Lagarde: 1992: 565). Nótese que la autora menciona *bajo el manto del amor* como una norma socialmente aceptada, y no necesariamente como una realidad en sí misma, pues es común que el discurso del amor justifique importantes actos de violencia en la vida cotidiana de las parejas.

## **2. Acceso y Ejercicio**

Acceder y ejercer derechos es una acción altamente vinculada a la capacidad de estar formalmente establecida en el país de llegada, en donde se reconozca el derecho a la salud por medio del pago del Seguro Social como asalariada; además, ésta se desprende de las posibilidades socioeconómicas para realizar todos los trámites necesarios para lograr un estatus regular como migrante laboral. Acceder y ejercer derechos también es producto de un entorno que respete a las personas que migran, brindándoles los medios necesarios para que el proceso de la migración pueda darse de manera digna. Pero, sobre todo, tiene que ver con la información que las personas puedan tener en relación a sus propios derechos, porque si los desconocen es imposible exigirlos, es como si no existieran.

Evidentemente, y a la luz de los datos mencionados, el panorama enfrentado por las mujeres participantes en el proyecto no está caracterizado por un alto acceso a garantías laborales, lo cual compromete la posibilidad de que ellas puedan ejercer estos derechos. En relación a ello, Sandoval, Brenes y Paniagua señalan: “Una de las situaciones más preocupantes que enfrentan las mujeres que no están documentadas (...) es el acceso a la salud, pues por disposiciones de la Caja Costarricense de Seguro Social (CCSS) ninguna persona en condición irregular puede afiliarse al sistema de salud público (Sandoval et al, 2012: 181).

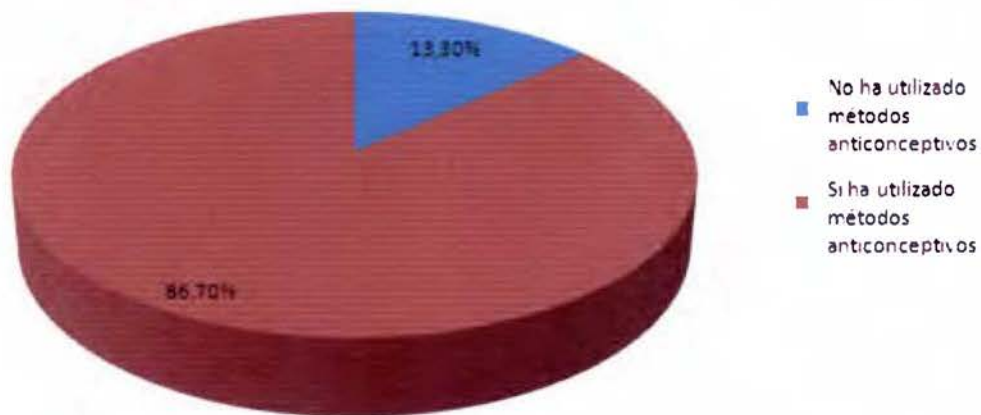
Las participantes comentaron a lo largo de los diferentes talleres la fuerte diferencia que percibían en el trato del sistema de salud público de Costa Rica comparado con el de Nicaragua, pues argumentaban que en su país de origen los hospitales y clínicas atendían a todas las personas y no existían listas de espera tan largas como en Costa Rica para optar por consultas a especialistas u operaciones quirúrgicas. Sin embargo para realizar esta afirmación en términos científicos habría que realizar un análisis comparativo de la calidad de ambos servicios de salud.

Ante este panorama, algunas de las mujeres expresaron que se han visto obligadas a pagar servicios médicos privados, y hacer importantes esfuerzos económicos para poder recurrir a un examen médico, pero la mayoría aseguraron que esa posibilidad simplemente no se encuentra a su alcance, pues el costo es muy elevado y supera por mucho sus posibilidades reales de pago.

Por otra parte, el tema del acceso a métodos anticonceptivos posee una particularidad en este grupo de estudio, pues más del 50% de las mujeres superaban los 50 años de edad, por lo que actualmente ya no usaban métodos anticonceptivos en razón de haber superado la etapa de menopausia, además, de las 15 participantes, 8 se habían practicado una salpingectomía por lo que la utilización de métodos anticonceptivos no era necesaria. Excepto en el caso del condón masculino, que era usado no tanto para fines anticonceptivos, sino como método de protección contra infecciones de transmisión sexual.

Asimismo, la mayoría de las participantes aseguraron haber utilizado métodos anticonceptivos alguna vez en su vida, sobre todo cuando vivían en Nicaragua y se encontraban en edades entre los 12 y los 45 años, tal y como se muestra en el siguiente gráfico:

**Gráfico 9**  
**Porcentaje de mujeres del estudio que aseguran haber utilizado métodos anticonceptivos, 2012**



**Fuente:** Elaboración propia a partir de los datos obtenidos en el cuestionario de diagnóstico.

Las participantes señalaron que el acceso a dichos métodos era bastante sencillo en Nicaragua, pero no se mostraron satisfechas con la calidad de dichos productos. En reiteradas ocasiones comentaron que las píldoras anticonceptivas que les suministraba el sistema de salud pública nicaragüense eran de mala calidad, pues les provocaban incesantes mareos, náuseas y todo tipo de malestares, por lo que optaron por dejar de tomarlas y esto les produjo nuevos embarazos no planificados.

De la misma forma muchas mujeres aseguraron haberse colocado la T de cobre como método anticonceptivo, pero generalmente después del cuarto y quinto embarazo, y por prescripción médica; como lo compartió Angélica:

*“Cuando empecé a usar anticonceptivos ya tenía cinco hijos. Mi primer embarazo fue a los quince años.”*

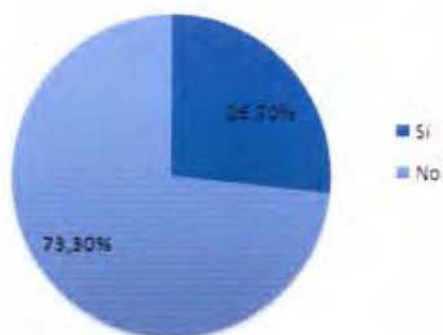
Angélica, 52 años

La participante no solamente expresa el escaso acceso que tuvo para la planificación de sus hijos, sino que también muestra nuevamente la forma en la que los embarazos adolescentes pueden impedir el ejercicio de una maternidad deseada y planificada, provocando –en reiteradas ocasiones- una sobreexplotación de los cuidados y el trabajo de las mujeres a través de maternidades forzadas. El siguiente gráfico detalla los diferentes tipos de métodos anticonceptivos que las participantes aseguraron haber utilizado en algún momento de sus vidas:

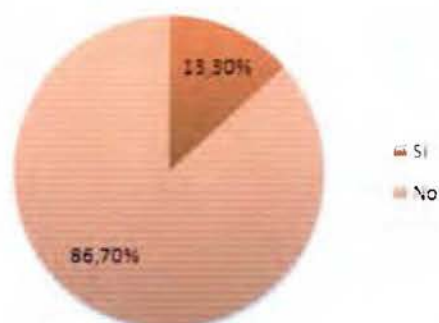
**Gráfico 10**

**Uso de métodos anticonceptivos por parte de las participantes del estudio según tipo, 2012**

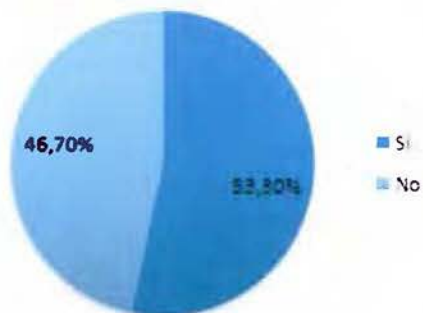
**Inyecciones Anticonceptivas**



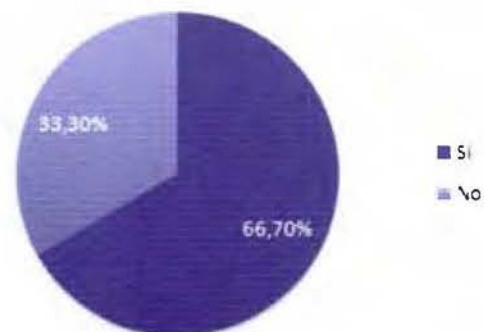
**Diafragma**



**Condón Masculino**



**Píldora Anticonceptiva**



**Fuente:** Elaboración propia a partir de los datos obtenidos en el cuestionario de diagnóstico.

Se puede observar la prevalencia del uso de píldoras anticonceptivas y condones masculinos en las participantes. Por el contrario el uso del condón femenino es desconocido para ellas según lo mencionaron, probablemente por el complicado acceso a este método, aún en los comercios farmacéutico hoy en día.



El estudio también exploró la percepción de las mujeres en el tema de la interrupción voluntaria del embarazo, cuándo se les preguntó si consideraban que ese derecho era importante, solamente un 13,3% respondió que sí. Sin embargo, al preguntarle por situaciones específicas en las que las mujeres optan por interrumpir su embarazo, las participantes variaron bastante sus posiciones, las cuales se detallan en el siguiente cuadro:

**Cuadro 4**

**Posición de las participantes sobre el aborto según situación, 2012**

Situación	A favor	En contra	No sabe/ No responde
En caso de violación	40%	60%	0%
En caso de que esté en peligro la vida de la madre	80%	13,3%	6,7%
En caso de que el feto sea incompatible con la vida	73,3%	26,7%	0%
En caso de que la madre posea alguna discapacidad que le impida responsabilizarse de su hijo o hija	40%	60%	0%
En caso de que la mujer no desee tener más hijos o hijas	6,7%	93,3%	0%
En caso de que la mujer no quiera ser madre	6,7%	93,3%	0%
En cualquier caso en el que la mujer lo decida	20%	73,3%	6,7%

**Fuente:** Elaboración propia a partir de los datos obtenidos en el cuestionario de diagnóstico.

Llama la atención que las participantes poseen mayor apertura al tema del aborto cuando se les mencionan las situaciones extremas a las que podrían estar expuestas las mujeres, sobre todo en los casos en los que la vida de la mujer está en peligro o el feto es incompatible con la vida, pues estos mostraron una aprobación de 80% y el 73,3% de las participantes, respectivamente. Por el contrario, la circunstancia “En caso de que la mujer no quiera ser madre” solamente encontró un 6,7% de aprobación. Esto podría explicarse por el perfil de

las participantes como mujeres que asumieron la maternidad desde muy jóvenes y continuaron procreando hijos no planificados y muchos no deseados, según lo expresaron, sin que el aborto fuese una posibilidad en sus vidas, considerando probablemente que el hecho de no querer ser madre no es motivo suficiente para optar por esa decisión. Como lo compartió Laura:

*“Y así, los otros chavalos menores que tuve con mi esposo, los tuve contra mi voluntad”.*

Laura, 63 años

Es común que ellas se expresen del aborto como algo cruel y asociado al discurso religioso, y que por el contrario consideren los embarazos y la maternidad como una expresión de bendición religiosa, así lo compartió Angélica, madre de siete hijos:

*“La T de cobre me empezó a dar problemas entonces me lo quitaron, y quedé embarazada de mi hija menor. Entonces ya la solución fue operarme, porque era muy fértil yo, muy bendita mi vientre.”*

Angélica, 52 años

En su caso, el método anticonceptivo utilizado no fue efectivo, y no tuvo acceso a otras alternativas, por lo que tuvo un nuevo embarazo no planificado. Sin embargo, logró acceder una cirugía de salpingectomía que le permitió evitar más embarazos.

En cuanto a otros temas de derechos como la información sobre el contagio de infecciones de transmisión sexual (ITS) y el VIH/SIDA, las participantes se encontraban bastante actualizadas. Por ejemplo, en uno de los talleres se llevaron condones masculinos y femeninos para trabajar la temática de la protección de las ITS y desmitificar las creencias en el tema de la reducción del placer sexual por la utilización de estos métodos, ellas expresaron su interés en el tema y no mostraron tabúes para hablar de la importancia de protegerse y lo necesaria y comúnmente difícil negociación sexual con sus parejas para que



utilicen el condón. Sin lugar a dudas el hecho de que algunas de ellas están vinculadas a la Red de Mujeres Nicaragüenses y a la organización CENDEROS, les ha permitido tener un mayor acercamiento a la información sobre prevención y tratamiento de ITS, y además la organización también intercede por la protección de sus derechos.

Otro tema que también se exploró en el estudio fue el acceso a la Anticoncepción de Emergencia, la cual resultó ser ampliamente desconocida para la mayoría de las participantes, por lo que sin el manejo de esa información básica nunca tuvieron acceso a ella en su etapa de vida fértil –para quienes ya no lo están- y para las participantes que aún están en dicha etapa resultó ser una gran novedad conocer sobre el tema, aunque fuese de manera breve y muy concreta en uno de los talleres participativos.

Por último, es de vital importancia mencionar que la salpingectomía, que la mayoría de las participantes se había practicado, es un ejemplo claro de acceso y ejercicio al derecho de decidir no tener más embarazos, como mecanismo de autodeterminación sobre su propio cuerpo. Las participantes que se había realizado esta cirugía expresaron lo contentas y tranquilas que se sintieron después de haber tomado esa decisión y compartieron la sensación de empoderamiento que les generó esa acción, pues muchas aseguraron habérsela realizado sin sentir la necesidad de consultarlo con nadie más.

### **3. Limitaciones para el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos**

La principal limitación encontrada en el estudio para que las participantes ejercieran plenamente los derechos sexuales y reproductivos en sus vidas, es la limitación educativa. Ésta, sin lugar a dudas representa una importante traba para conocer sus cuerpos, sus derechos y sus posibilidades. La mayoría de ellas compartieron sus experiencias de socialización primaria, en donde se enfrentaron a diferentes contextos de violencia y control sobre sus cuerpos, lo que les generó a muchas pocas vinculaciones con su sexualidad.

Aunado a ello, el tema religioso les provocó desde niñas la visión del sexo como algo negativo, sucio, pecaminoso, un tema innombrable. Es común encontrar testimonios en sus entrevistas donde aseguran que nunca les hablaron de nada relacionado con su cuerpo y que el sistema educativo era represivo con la temática. Laura compartió su contexto educativo en donde el tema no se mencionaba:

*Yo estudié en colegio de monjas y, antes de entrar, rezábamos el rosario. Al salir, rezábamos rosario, e íbamos a misa y todo. Qué iban a hablarnos de eso: ¡jamás! nunca...*

Laura, 63 años

Las participantes también compartieron sus experiencias acerca de la primera menstruación, la mayoría la vivieron como un hecho frustrante, rodeado de temor, ante la ignorancia de lo que estaba sucediendo y sobre todo el silencio impuesto, que no les permitía comunicarse con la familia:

*“Cuando me bajó la regla yo no sabía nada y calladita me iba para el río porque quedaba cerca y me metía en el agua y yo lloraba hasta que un día una señora me preguntó que tenía y yo le conté y me llevó a su casa y luego a mí me dio una gran fiebre y ella llamó a mi mamá y la regañó y la señora me cuidaba y todo”.*

Laura, 63 años

Otra de las limitaciones para el ejercicio de derechos, está relacionada con la gran cantidad de mitos que existen en torno a la sexualidad, evidentemente con motivo de la falta de acceso a fuentes de información laicas y científicas, pues estos mitos generalmente se relacionan con aspectos que limitan el accionar de las mujeres y las estigmatiza, por ejemplo una de las participantes dijo que “nunca había usado anticonceptivos porque creía que la pastilla le podía provocar problemas graves de salud”, creer algo así realmente puede limitar a una mujer y producirle una gran cantidad de embarazos no deseados por encontrarse atada a un miedo infundado.

Otro de los mitos que llama la atención es uno relacionado con el derecho a negarse a tener relaciones sexuales con la pareja, pues una de las participantes argumentó que “los hombres necesitan el sexo, si no le pueden ser infieles a uno, porque a ellos les duelen los testículos cuando no se descargan regularmente”. Este mito, fuertemente cargado de violencia patriarcal, intenta obligar a las mujeres a ser sexualmente accedidas por sus parejas aún contra su voluntad, pues las coloca en una situación de subordinación ante “la amenaza” de infidelidad de su pareja a causa del “dolor producido en sus testículos” por falta de una relación sexual inmediata. Argumento muy conveniente para cualquier agresor sexual que usualmente somete a una mujer, con mucha más facilidad si ella también lo cree, reproduciendo la idea de que la sexualidad masculina es irrefrenable y contribuyendo a la idea de que las mujeres deben “ser para otros”, en este caso, para el placer de los otros.

A raíz del patriarcado, las creencias populares sobre la sexualidad suelen relacionar el deseo sexual femenino como algo patologizante (llámese histeria, ninfomanía, etc.), a la vez que recalcan el deseo sexual masculino como una “incontrolable fuerza” natural, ante la cual las mujeres deben “cumplir” servilmente. Esta asimetría de poder se expresa cotidianamente en las limitaciones que poseen las mujeres para referirse al placer de su cuerpo; y en el caso concreto de las participantes del proyecto, especialmente las mujeres de mayor edad argumentaron que ya no les interesaba “nada relacionado con el sexo”, que “así estaban tranquilas”, viudas o separadas “no las molestaba ningún hombre”. Esta expresión de repudio a lo sexual-masculino es absolutamente lógica, tomando en cuenta las relaciones de violencia física, psicológica, sexual y patrimonial que muchas aseguraron haber sufrido durante su niñez y adolescencia, o con sus ex parejas. Esto podría estarles provocando una mutilación de su propio placer por factores como los traumas, la culpa, la vergüenza, la religión o el conservadurismo y que producto de ello se sientan impedidas a realizar prácticas sexuales placenteras consigo mismas, como el autoerotismo.

Otras experiencias encontradas son: la poca comunicación con la pareja en temas relacionados a su sexualidad, los estereotipos sobre lo que debería ser y/o hacer una mujer o un hombre, los embarazos adolescentes que surgieron a raíz de las primeras relaciones

íntimas, sin ningún tipo de información, y evidentemente el escaso acceso a los servicios de salud pública, que les impide realizarse a tiempo controles ginecológicos que permitan evitar o detectar a tiempo enfermedades como el cáncer de cérvix o de mama.

Sin embargo, ante estas limitaciones, la mayoría reconocidas por ellas mismas, existen acciones concretas que ellas deciden ejercer por convicción propia, como sobrevivientes de sus experiencias. Entre ellas resalta el hecho de organizarse como mujeres mediante la Red a la que pertenecen, participar en reuniones, haberse interesado en este proyecto, con una gran disposición para compartir y aprender de las experiencias de todas. Además, para ellas es fundamental trabajar para que sus hijas e hijos se formen de manera distinta, tengan más acceso a la educación, más autonomía, más poder de decisión, y aseguran que aconsejan a sus hijas mujeres para que no tengan más de uno o dos hijos, instándoles en la importancia del estudio, del trabajo independiente y del derecho a vivir libres de violencia, especialmente de aquella ejercida por parte de sus parejas.

Las limitaciones encontradas, a excepción del tema de acceso a salud, son limitaciones compartidas con muchas otras mujeres trabajadoras en el país, sin importar su nacionalidad. Básicamente dadas por la incapacidad histórica de muchas familias y del sistema educativo para capacitar en el tema de ciudadanía sexual. Y además limitaciones interpuestas por el patriarcado, la religión y las visiones conservadoras que acompañan todas las épocas.

Es importante señalar que esa carencia de educación en ciudadanía sexual no es producto de una casualidad, sino que son precisamente los sectores más poderosos y conservadores los que prefieren evitar esa educación para mantener control sobre el cuerpo de las personas, mayoritariamente el cuerpo de las mujeres.

## CAPÍTULO VII

### EMPODERAMIENTO

---

*“Mi hermana me dijo: “Amanda, ya las cosas no van bien, vamos a regresar a Nicaragua”. Entonces yo dije: ¡no!”*

## **1. Características de empoderamiento particulares de la población de estudio**

Las mujeres participantes en el estudio, poseen algunas particularidades que es importante señalar y que las diferencian de las estrategias de empoderamiento a las que podrían tener acceso otras mujeres migrantes, pues se trata de mujeres que están organizadas.

El hecho de pertenecer a una Red y estar vinculadas a una organización de promoción de derechos humanos como lo es CENDEROS, las hace partícipes de una dinámica de empoderamiento particular, auspiciada por el amplio acceso a la información sobre derechos laborales, posibilidades de documentación, empleos seguros, entre otras cosas. Si bien es cierto el 33% de las participantes fueron invitadas al proyecto por las demás integrantes de la Red, estas mujeres nuevas en el proceso también se incorporaron a la organización y empezaron a participar en distintas dinámicas de la Red.

Estas particularidades impiden generalizar los datos de este estudio a todas las mujeres migrantes dedicadas al trabajo doméstico, por ello la presente investigación se basa en un estudio de caso específico que sí puede ser replicable con otros grupos de mujeres organizadas, y que además puede permitir a través de las mismas participantes ampliar la Red para incorporar nuevas integrantes que puedan apropiarse de ese espacio de empoderamiento.

## **2. Percepción del cuerpo y autodeterminación**

La percepción sobre el cuerpo de las mujeres suele estar tergiversada por la gran cantidad de ruido publicitario que se ha tejido históricamente alrededor del él. Aunado a ello, el cuerpo femenino ha sufrido legendarias represiones y controles, ejercidos de por los hombres: padres, hermanos, tíos, amigos, vecinos, parejas, etc. Y de manera institucional por la familia, las iglesias, el ejército, la policía, el aparato educativo, los medios de comunicación y el Estado en general, entre otros entes.

En este contexto, no es sencillo para las mujeres, inclusive para las generaciones más jóvenes, percibir el cuerpo como un territorio propio, como un espacio personal y político sobre el cual tienen derecho a decidir. En el caso de las participantes del proyecto, la percepción del cuerpo se exploró en una sencilla dinámica de presentación, donde se les solicitó que mencionaran su nombre y una parte de su cuerpo que les gustara, a continuación se observa el detalle de algunas de las respuestas:

*“Yo me llamo Amalia, y a mí me gusta... todo mi cuerpo”*

El caso de Amalia ejemplifica una percepción muy positiva de su cuerpo, pues no duda en afirmar que se siente cómoda con él, al igual que lo dijeron otras tres participantes, quienes no mencionaron una parte del cuerpo en particular sino que aseguraron que les gustaba en su totalidad. Otras participantes con mucha naturalidad resaltaron una parte del cuerpo que les gustaba:

*“Yo me llamo Roxana, con mucho cariño. Y a mí me gustan mis pompis.”*

La participación de Roxana provocó algunas risas entre las asistentes, pues mencionó una parte de su cuerpo que se encuentra marcada por el tabú del sexo y por la cosificación de la cultura patriarcal, mencionando una percepción muy positiva de la relación con su cuerpo.

Por otra parte, algunas percepciones no fueron tan positivas como el ejemplo de doña Laura:

*“Y a mí... no me gusta nada, porque todo me duele”*

El caso de doña Laura expresa una percepción negativa de su cuerpo, pero especialmente vinculada con el dolor físico que representa para ella el padecimiento de dolores y/o enfermedades.

En relación al tema de autodeterminación existen una serie de situaciones que definen a las participantes como personas autónomas, que toman decisiones por sí mismas, buscando el bien propio y el de sus hijos e hijas. En primer lugar es necesario resaltar la decisión de migrar, proceso que la mayoría de ellas realizaron solas, no motivadas por la reunificación familiar, sino por la necesidad propia de buscar una mejor calidad de vida. Y en el caso de que la migración condujera a resultados positivos, ellas tomaron la decisión de permanecer, como en el caso de Amanda:

*“Ahorré bastante dinero trabajando aquí en Costa Rica. Entonces claro, luego mi hermana me dijo “Amanda, ya las cosas no van bien, vamos a regresar a Nicaragua”. Entonces yo dije: ¡no!”*

Amanda, 32 años

En su caso, decidió permanecer viviendo en Costa Rica aún cuando la presión familiar le pedía retornar, pues encontró mayores oportunidades laborales que en su país de procedencia.

En otras situaciones, la autodeterminación se encuentra claramente expresada en quienes tuvieron las posibilidades y las circunstancias para decidir libremente el número de hijos, como lo compartió Estela:

*“Yo tengo sólo un hijo, y no quiero tener más.”*

Estela, 31 años

En su caso, el acceso a la información y a los métodos anticonceptivos le permitió tomar esa decisión. El resto de las participantes, pertenecientes a generaciones de mayor edad y con una cantidad de hijos e hijas que oscila entre los 4 y 10, también tomaron decisiones de autodeterminación cuando, aún a pesar de la presión de sus parejas o ex parejas, se practicaron una salpingectomía que les permitió librarse de la preocupación



de más embarazos no deseados. Muchas participantes aseguraron haberse realizado esta cirugía “a escondidas” de sus parejas, pues ellos no estaban de acuerdo con la operación.

### **3. Prácticas de resistencia**

Ante situaciones de agresión o de atropello de derechos, las historias de las mujeres participantes demuestran que ellas no han permanecido en silencio. Si bien es cierto, la mayoría se enfrentaron a fuertes situaciones de violencia durante gran cantidad de años, actualmente aseguraron estar separadas de sus parejas agresoras, ya sea por divorcio, separación o viudez.

Uno de los principales motivos que determinaron su convivencia con parejas agresoras durante varios años fue la inseguridad que les generaba su dependencia económica y la de sus hijos e hijas. Pues no contaban con oportunidades de empleo independiente que les permitieran sentirse seguras para liberarse del ciclo de violencia. Sin embargo queda en evidencia que no solo resistieron sino que también son sobrevivientes de estos procesos de violencia intrafamiliar y de género.

Otra de las estrategias de resistencia que queda claramente expresada en sus experiencias es la búsqueda autónoma de mejores oportunidades, principalmente mejores empleos que les permitan un desarrollo más autónomo y las libere de la dependencia económica de sus parejas, aún cuando formen nuevos vínculos o permanezcan con las mismas personas.

Las participantes coincidieron al afirmar que esas oportunidades de empleo las habían encontrado en Costa Rica, aunque éstas se veían opacadas por las experiencias de maltrato que recibían de muchos de sus patrones, quienes no reconocían ni agradecían el trabajo doméstico remunerado realizado por ellas.

Dos de las participantes afirmaron que en Costa Rica habían encontrado posibilidades de estudio, como en el caso de Estela:

*“Después de que tuve a mi hijo me puse a estudiar de noche.”*

Estela, 31 años

No obstante, más del 86% de las participantes no estaban vinculadas a ningún programa de estudio al momento de la investigación, aún cuando algunas argumentaron su deseo de ingresar a diferentes tipos de cursos, mayoritariamente vinculados a áreas como la computación y el inglés.

#### **4. Redes de Apoyo**

En relación a las redes de apoyo, las participantes destacaron aspectos muy positivos que las mantenían vinculadas a diferentes grupos de familiares, amigos, vecinos, organizaciones y contratantes. En primer lugar, durante la entrevista muchas rescataron el papel fundamental que habían tenido sus vecinas y vecinos nicaragüenses para ayudarlas en el proceso de migración, pues ellos fueron los primeros contactos que las vincularon con el proceso, así lo compartió Amanda:

*“La primera vez me vine ahí con unos vecinos que me dijeron que allí en Costa Rica se gana muy bien: “Ahí te van a contratar a cuidar niños, no te preocupes, rápido te conseguimos trabajo”.”*

Amanda, 39 años

De esta manera se denota la influencia de las personas cercanas, inclusive comprometiéndose a colaborarles con la búsqueda de empleo, doña Roxana también afirmó haber tenido una experiencia muy positiva en ese sentido:

*“Al día siguiente de llegar a Costa Rica me fui para La Merced [El parque La Merced] y una señora y me dice “mujer ¿qué andás haciendo?”, y yo le conté que venía llegando y que no conocía a nadie y ella me llevó donde trabajaba ella y me recomendó ahí con la señora y le dijo “doña Isabel, ella es mi amiga, yo la conozco bien a ella. Y está buscando trabajo. Anoche vino y no tiene dónde quedarse”. Oiga, me llevó para la casa, ¡bendito Dios! Me llevó para la casa y ya la señora me consiguió trabajo.”*

Roxana, 50 años

Efectivamente, estas redes de apoyo suelen ser fundamentales, sobre todo para el proceso de llegada y los primeros contactos con la búsqueda de empleo. Asociados a este tipo de redes, existen otros entes que también funcionan como pilares de apoyo para las personas migrantes, como lo son las organizaciones. En el caso de las participantes, al menos quienes tenían un conocimiento previo de la organización CENDEROS, afirmaron que la experiencia de vincularse a la organización las empoderaba, pues al llegar a alguna institución a solicitar un trámite, bastaba con mencionar que eran “mujeres organizadas” para que las solicitudes se agilizaran.

En relación a la vinculación de las organizaciones con las personas migrantes, el texto de Sandoval *et al* (2012) describe la importancia de dichos vínculos:

En el campo de las migraciones se considera que el vínculo con las organizaciones es indispensable, dado el importante papel que estas organizaciones pueden jugar para las personas migrantes. Sin duda, las organizaciones han ayudado a cubrir requerimientos de las personas migrantes en cuanto a información, documentación y protección de derechos” (p. 65).

Este papel descrito en el texto se traduce en una realidad en el caso de la organización CENDEROS, pues este centro brinda campañas de información, apoyo en el proceso de documentación y jornadas de capacitación no sólo en sus oficinas centrales ubicadas en la Gran Área Metropolitana, sino también en los parques (mayoritariamente en el parque La Merced) y en una sede rural ubicada en el cantón de Upala.

Las participantes en el estudio además afirmaron recibir apoyo legal financiado por la organización, así lo compartió Angélica:

*“Yo creía que el permiso de trabajo que me habían dado era verdadero y resultó falso porque me estafaron, entonces me llevaron a Hatillo [centro de detención], entonces llamé a CENDEROS y me mandaron al abogado y me sacaron.”*

Angélica, 52 años

En el caso de esta participante, también expresó sentirse muy apoyada por la organización pues actualmente se encontraba recibiendo un curso gratuito de inglés al que asistía todas las semanas. Otras mujeres también manifestaron su satisfacción por conocer CENDEROS, pues ese era un espacio en donde recibían capacitaciones o podían llegar cualquier fin de semana a tomar café, a reunirse con sus familiares y amigos y/o des-estresarse de la jornada laboral semanal. Las participantes no mencionaron estar vinculadas con ninguna otra organización que trabajara con el tema de migración.

Finalmente, es significativo resaltar que las redes de apoyo más importantes que poseen, son las establecidas con las demás mujeres trabajadoras, pues una vez que se sienten capacitadas e informadas, ellas mismas se convierten en capacitadoras de sus compañeras de trabajo, amigas o conocidas. Se transmiten información sobre los procesos de documentación, la tenencia de Seguro Social, los derechos laborales y los procesos de denuncia. Asimismo, la mayoría aseguraron ser fuente de información para

otras mujeres que se encuentran buscando empleo o que desean cambiar el empleo actual. De hecho, en este principio metodológico se respalda el presente proyecto, que buscó que las mismas mujeres intercambiaran y se apropiaran de la información para hablar a otras sobre sexualidad.

En el estudio también se identificó que en este grupo de mujeres existen fuertes lazos de solidaridad, sobre todo por parte de aquellas mujeres de mayor edad, que recuerdan la experiencia de migrar siendo joven o con hijos e hijas de corta edad, que las hace sentirse identificadas y deciden apoyar a muchas otras mujeres trabajadoras, aún sin conocerlas.

## **5. Prácticas de autocuidado**

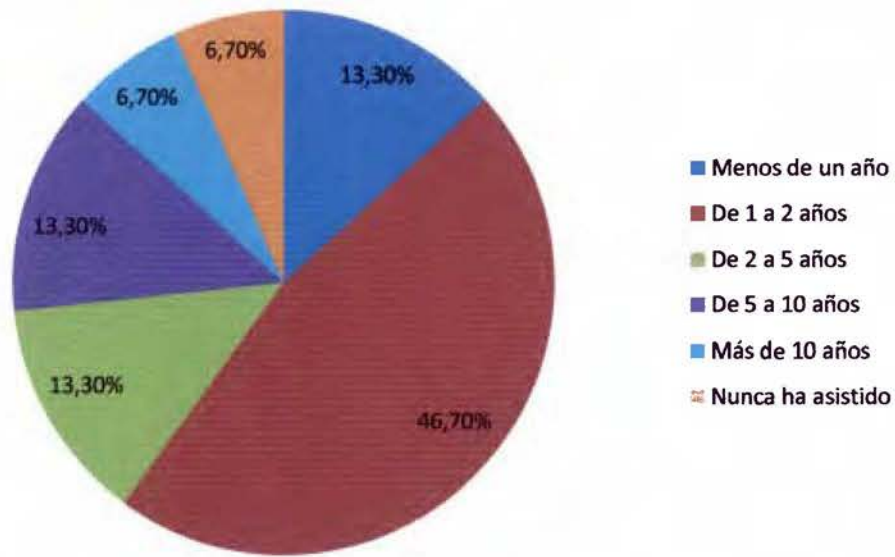
El último aspecto estudiado en relación con el empoderamiento es el que se vincula con el autocuidado, pues una buena calidad de vida depende en gran parte de las posibilidades de poder cuidar el propio cuerpo. En esta área se exploraron los aspectos relacionados con la visita a servicios de salud, la atención ginecológica, el acceso a exámenes de papanicolau y mamografías, así como la calidad de la alimentación, el descanso y la recreación.

En primer lugar, el acceso a servicios de salud se ve claramente limitado por el hecho de que la mayoría de sus empleadores no cumplen con la obligación de asegurarlas, pues al momento del estudio, solamente el 20% contaban con Seguro Social como asalariadas, más del 33% tenían otro tipo de seguro, y el 46,70% con contaban con ningún tipo de cobertura. Evidentemente, esto restringe en gran medida sus posibilidades de contar con una salud de calidad. Esta fue una molestia recurrente mencionada por las mujeres durante todo el proceso del estudio, pues aún quienes sí contaban con Seguro Social se quejaban de la mala atención brindada por la CCSS, pues las citas de especialidades las otorgaban para más de un año. Las participantes afirmaron que el sistema de salud nicaragüense tenía mucha mayor cobertura y que ellas no sufrían de esperas tan prolongadas en su país de origen.

Cuando se preguntó acerca de la cantidad de tiempo que había pasado desde su última consulta a servicios de salud, el 80% respondieron que hacía menos de un año, y un 6,70% afirmó que nunca había asistido a una consulta de salud, lo que evidencia una fuerte dinámica de exclusión del derecho a la salud. Ante la problemática de las citas a tan largo plazo, muchas recurren a opciones de salud privadas aún a pesar de su escasa capacidad económica para cubrir estos servicios, a consulta en farmacias, a la automedicación o a compartir los medicamentos de otras personas cercanas. Considerando que casi la mitad no poseen cobertura de Seguro Social, es fácilmente presumible determinar que la consulta privada es la única opción para ellas.

Por otra parte, en relación al examen utilizado para detectar el virus del papiloma humano, comúnmente llamado Papanicolaou, los datos empiezan a alarmar, tal y como se detalla en el siguiente gráfico:

**Gráfico 11**  
**Fecha de realización del último examen de papanicolau**  
**en las participantes del estudio, 2012**

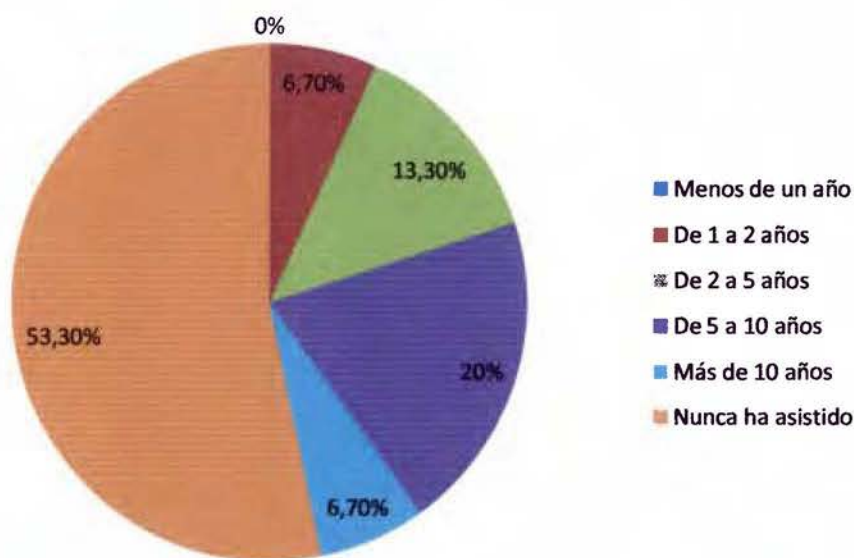


**Fuente:** Elaboración propia a partir de los datos obtenidos en el cuestionario de diagnóstico.

Claramente se puede observar que el 6,70% nunca ha asistido, mientras que el 20% tienen más de cinco años de no realizárselo. Estos datos demuestran un verdadero peligro latente para las mujeres, pues la incidencia de cáncer de cuello de útero está creciendo entre la población femenina y este examen es el único medio por el cual puede detectarse.

En relación al acceso al examen de mamografía, los datos muestran un peor panorama:

**Gráfico 12**  
**Fecha de realización del último examen de mamografía**  
**en las participantes del estudio, 2012**



**Fuente:** Elaboración propia a partir de los datos obtenidos en el cuestionario de diagnóstico.

Es altamente desalentador saber que el 53,30% de las participantes del estudio nunca se han practicado un examen de mamografía, pues la detección temprana del cáncer de seno depende de este análisis. Evidentemente esto se debe no solo a un problema de desinformación sino en mucha mayor medida a un problema de acceso real a este servicio. Asimismo, casi el 27% se realizó el examen hace más de cinco años, por lo que no darle una continuidad al menos bianual también representa un alto riesgo.

Para quienes ni siquiera tienen acceso al Seguro Social, la exclusión se podría traducir en un detonante de una enfermedad crónica como el cáncer de cuello de útero o el cáncer de mama, sin siquiera tener los recursos mínimos para detectarlo. Según datos del Ministerio de Salud (2011) las zonas fronterizas y las áreas costeras son las que presentan mayor incidencia de cáncer de cuello de útero, lo cual genera preocupación ante el poco acceso que posee esta población a la detección temprana.



Finalmente, en el tema del autocuidado se preguntó sobre el acceso a la comida. Más del 90% de las participantes aseguraron que sus patronos les permitían consumir los alimentos que ellas mismas cocinaban para la casa, sin embargo era frecuente el atropello del tiempo destinado para eso, pues afirmaron que generalmente almorzaban de manera muy rápida para poder atender las obligaciones del empleo.

Dos de las participantes mencionaron que cerca de sus casas de empleo tenían amigas que también se dedicaban al trabajo doméstico y a quienes no les permitían consumir los mismos alimentos que se preparaban para la familia contratada; ambas participantes coincidieron en que ese era un problema frecuente, motivado por el asco que les generaba a algunos patronos saber que las trabajadoras utilizaban los mismos platos y cubiertos. Evidentemente el tema del “asco” pasa por una serie de aspectos como la discriminación histórica de clase, de nacionalidad y de género hacia las trabajadoras domésticas. Otras participantes también mencionaron casos de amigas que sufrían de mala alimentación en sus empleos, pero recalcaron que ellas no vivieron una situación como ésta.

Asimismo, en relación al descanso y la recreación, las mujeres aseguraron que destinaban muy poco tiempo a estos aspectos, su recreación más frecuente era visitar a su familia cuando ésta se encontraba en el país y asistir los fines de semana a las actividades de CENDEROS. En la mayoría de casos, aseguraron que el exceso de horas laborales les impedía disfrutar de un descanso de calidad, y el cansancio y los escasos recursos les impedían realizar actividades de recreación. Esto se traduce claramente en importantes dosis de cansancio y evidentemente impide que puedan alcanzar una óptima calidad de salud y autocuidado, para la seguridad de sus vidas.

## CAPÍTULO VIII

### PRODUCTO DEL PROYECTO: EL DOCUMENTO METODOLÓGICO

---

*“El ejercicio de los derechos no es ni debe ser negociable”.*

# EL EJERCICIO DE NUESTROS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS

~ propuesta de capacitación participativa ~



Elaboración conjunta de las Mujeres  
Trabajadoras Domésticas pertenecientes a la  
Red de Mujeres Nicaragüenses en Costa Rica  
y la estudiante Carolina Sánchez Hernández

En el marco del Trabajo Final de Graduación para obtener la  
Licenciatura en Sociología en la Universidad de Costa Rica

2012

## **Presentación**

Este documento es producto del trabajo de muchas mujeres. Aquí confluyeron diversos saberes, experiencias y voluntades para generar una propuesta de capacitación que ante todo, fuese participativa. El objetivo de esta propuesta es reconocer y consolidar el ejercicio de derechos en nuestras prácticas cotidianas, a partir de un intercambio horizontal de conocimientos entre quienes participamos.

Este proyecto plantea el reto de ser replicable, lo cual motivó la edición del presente material, el cual está pensado como una herramienta para trabajar en cuatro sesiones con mujeres trabajadoras domésticas sobre el tema de nuestra sexualidad. Sin embargo, será provechoso en la medida en que otras manos lo transformen, lo aprovechen, lo reconstruyan, lo mejoren y lo hagan tangible. Porque sabemos que cada réplica será distinta, siempre enriquecida con las experiencias e inquietudes que cada participante aporta de forma nueva y única a través del trabajo grupal.

Los derechos sexuales y reproductivos se encuentran totalmente vinculados con el cuerpo y ese cuerpo –generalmente femenino- ha sido controlado históricamente por discursos ajenos a los derechos humanos. Pero el ejercicio de los derechos no es ni debe ser negociable, por ello esperamos que este aporte reúna piezas a favor de esta lucha. Una lucha de todas y todos, una lucha por nuestro ¡derecho a decidir!

Figura 4

Imágenes de los talleres en los que se construyó la propuesta participativa, 2012



Fuente: Talleres de diagnóstico participativo, fotografías Carolina Sánchez.

## **Taller I**

**Objetivo:** Conocer y compartir las principales percepciones, pensamientos y actitudes de las mujeres participantes respecto a la vivencia de los derechos sexuales y reproductivos relacionados con la percepción del cuerpo, el trabajo doméstico y algunos conceptos sobre sexualidad.

### 1) Temas:

- A. Percepción del Cuerpo
- B. Trabajo Doméstico
- C. Conceptos sobre Sexualidad

### 2) Agenda:

1. Dinámica de Presentación: La percepción de mi cuerpo
2. Dinámica de las manos: Nuestro trabajo cotidiano
3. Dinámica *El dado de las Palabras*: “YO OPINO QUE...”
4. Dinámica de cierre: Todas somos parte del grupo

### 3) Metodología: Fichas técnicas.

<b>1. Dinámica de Presentación: La percepción de mi cuerpo</b>	
<b>Objetivo:</b> Generar un espacio de confianza y de identificación a partir de la relación con el propio cuerpo.	
<b>Tiempo:</b> 20 min	<b>Materiales:</b> ninguno
<p><b>Instrucciones:</b> Se acomodan las participantes en círculo y cada una empieza a presentarse mencionando su nombre y la parte de su cuerpo que más le gusta. Así, sucesivamente cada una va mencionando el nombre de las mujeres anteriores, la parte de su cuerpo que más les gusta y se presenta a sí misma. De esta forma se aprende ágilmente el nombre de cada una de las participantes y a la vez se introduce al tema de la relación con el cuerpo. Ejemplo:</p> <p><i>-Yo soy Rosa y la parte de mi cuerpo que más me gusta es la cara.</i>  <i>-Ella es Rosa y la parte de su cuerpo que más le gusta es la cara, yo soy Ana y la parte de mi cuerpo que más me gusta son mis piernas.</i>  <i>- Ella es Rosa y la parte de su cuerpo que más le gusta es la cara. Ella es Ana y la parte de su cuerpo que más le gusta son sus piernas. Yo soy Karla y la parte de mi cuerpo que más me gusta es mi espalda...</i></p> <p>Finalmente se pregunta si alguna participante desea intentar recordar el nombre de todas, y finaliza la actividad.</p> <p><b>Aportes para el análisis:</b> Se menciona la manera en la que muchas veces nos cuesta reconocer la belleza propia, y los patrones de comparación que la sociedad nos impone. Asimismo se les pregunta cómo se sintieron mencionando su propio cuerpo. La persona que coordina el taller también expresa sus impresiones y se incorpora en todo momento a la dinámica.</p> <p><b>Fuente:</b> Elaboración propia a partir de la “presentación de las frutas” (Dinámica Popular).</p>	

Formato de la Ficha tomado de ACNUR, 2006 (Adaptación).

## **2. Dinámica de las manos: Nuestro trabajo cotidiano**

**Objetivo:** Reconocer el trabajo pagado y no pagado que hacemos todos los días.

**Tiempo:** 30 min

**Materiales:** Hojas, lapiceros, tijeras y cinta adhesiva

**Instrucciones:** Cada participante toma dos hojas y dibuja sus manos y en cada uno de los dedos escribe una acción cotidiana que realiza con las manos. Por ejemplo: preparar alimentos, cuidar a otros, tender la cama, abrazar, sembrar, etc. Posteriormente se pegan todas las manos en la pared y cada una comparte su trabajo cotidiano.

**Aportes para el análisis:** Discutir acerca de la importancia del trabajo que hacemos todos los días y que generalmente no es reconocido. Comentar la importancia de compartir con los hombres el trabajo no pagado, que ellos también asuman labores de cuidado y los quehaceres cotidianos. Visibilizar el papel fundamental que representa el trabajo doméstico pagado y no pagado en la economía del mundo.

**Fuente:** Adaptación del texto de Aguilar et al, 1997



<b>3. Dinámica <i>El dado de las palabras: “YO OPINO QUE...”</i></b>	
<b>Objetivo:</b> Conocer las opiniones que las participantes poseen alrededor de diferentes temas y conceptos.	
<b>Tiempo:</b> 30 min	<b>Materiales:</b> Un dado, una serie de palabras ordenados y numerados en secuencia en forma de espiral sobre el suelo. Como la imagen del ejemplo.
<b>Instrucciones:</b> Se coloca sobre el suelo la secuencia de conceptos y las participantes forman un círculo alrededor, la primera tira el dado y según el número que salga avanza en las casillas, cada casilla contiene un tema, por ejemplo: métodos anticonceptivos, placer, acoso laboral, derecho a decidir la cantidad de hijos, etc. En la casilla que caiga la participante debe decir qué opina sobre eso, si no conoce de qué se trata el concepto puede pedir ayuda a las otras participantes. Luego le pasa el dado a la siguiente participante y así sucesivamente hasta que todas participen. Algunas casillas contienen las opciones “adelanta” o “retrocede” para que el juego abarque todos los conceptos.	
<b>Aportes para el análisis:</b> Finalmente se comenta cómo se sintieron hablando de estos temas y por qué es importante expresar lo que pensamos y sentimos al respecto.	
<b>Fuente:</b> Elaboración propia.	

Por ejemplo:

**Figura 5**

**Esquema que ejemplifica la dinámica “Yo opino que...”**



**Fuente:** Elaboración propia

<b>4. Dinámica de cierre: Todas somos parte del grupo</b>	
<b>Objetivo:</b> Generar lazos de identificación e interés en el grupo	
<b>Tiempo:</b> 30 min	<b>Materiales:</b> Un círculo de cartón dividido en 4 partes, cada una corresponde a una sesión de trabajo del proceso. Figuras diferentes de colores según la cantidad de participantes (4 juegos de cada figura, una para cada sesión del taller)
<b>Instrucciones:</b> Se reparte a cada participante una figura. Se les solicita que dentro de la figura escriban su nombre y lo peguen dentro del círculo en la sesión de trabajo que corresponde, expresando cómo se sintieron en esa sesión de trabajo, qué les gustó, qué no les gustó y qué esperan para la próxima reunión.	
<b>Aportes para el análisis:</b> Para finalizar se indica que cada una forma parte del proyecto, que si alguna no viene se sentirá su ausencia en todas las dinámicas y se expresará en el círculo porque su figura estará ausente. Se reconocerá y validará la participación de cada una y la importancia de que asistan, compartan, intercambien experiencias y se apropien de ese espacio, que es de ellas.	
<b>Fuente:</b> Elaboración propia.	

## **Taller II**

**Objetivo:** Intercambiar conocimientos acerca de experiencias de la vida cotidiana relacionadas a la migración de las mujeres, la salud sexual, la salud reproductiva y el autocuidado.

### **1) Temas:**

- A. Género y Migración**
- B. Salud Sexual y Reproductiva**
- C. Autocuidado**

### **2) Agenda:**

- 1. Dinámica: Construcción de una Historia de Vida**
- 2. Dinámica: El juego de preguntas y respuestas**
- 3. Dinámica de cierre: Todas somos parte del grupo**
- 4. Metodología: Fichas técnicas.**

## 1. Dinámica: Construcción de una Historia de Vida

**Objetivo:** Elaborar una historia que contenga fragmentos de la historia de cada una de las participantes acerca de su experiencia de migración y los retos enfrentados.

**Tiempo:** 45 min

**Materiales:** Dibujo de una mujer, una línea en donde se puedan anotar los acontecimientos más importantes de la vida. Se puede elaborar con hojas o con cartulina, lapicero o marcadores.

**Instrucciones:** Las participantes se colocan en círculo y se les invita a crear la historia de una mujer que ha vivido una realidad como la de ellas. Lo único que se sabe de ella es que migró a este país para venir a trabajar. De esta manera se le solicita a las participantes que una por una vayan construyendo la historia, y todos los aportes se van anotando en la línea de vida. Si se quiere pueden guiarse con estas preguntas o crear preguntas nuevas:

**En lo personal:** ¿Cómo se llama ella?, ¿Qué edad tiene?, ¿De cuál pueblo o ciudad viene?, ¿Tiene hijos? ¿Están con ella o no?, ¿Tiene pareja? ¿Cómo la trata su pareja?, ¿Qué le gusta hacer a ella?, ¿Cuáles son sus sueños, sus aspiraciones?, ¿Qué espera del país donde está?, ¿Quiere regresar a su país?

**En lo laboral:** ¿Por qué decidió hacer el viaje?, ¿Cómo viajó? ¿Por montaña? ¿En bus?, ¿Viene sola?, ¿A qué parte del país llegó?, ¿Alguien la recibió?, ¿Dónde durmió las primeras noches?, ¿A qué lugar fue para buscar trabajo?, ¿Encontró trabajo? ¿Le costó mucho?, ¿Cómo la tratan sus patrones?, ¿Duerme en el lugar de trabajo?, ¿Tiene personas conocidas en este país?, ¿Cuánto gana en su trabajo?, ¿Envía dinero a su país? ¿A quién?,

**Aportes para el análisis:** Visibilizar los retos que enfrenta una persona migrante, así como las posibles situaciones de violencia que puede encontrar en el proceso de la migración. Preguntarse si consideran que existe alguna diferencia entre las dificultades que podría encontrar una mujer a las que podría encontrar un hombre durante la migración. Reconocer los derechos de las personas que migran y la importancia de denunciar los actos de violencia.

**Fuente:** Elaboración propia a partir de los aportes de Camacho, 2011.

<b>2. Dinámica: El juego de preguntas y respuestas</b>	
<b>Objetivo:</b> Intercambiar conocimientos acerca de algunos aspectos de la salud sexual y reproductiva	
<b>Tiempo:</b> 30 min	<b>Materiales:</b> Juego de preguntas y respuestas.
<b>Instrucciones:</b> Se divide el grupo en dos. El primer grupo toma las preguntas del 1 al 7 y las respuestas del 8 al 13. El segundo grupo toma las preguntas del 8 al 13 y las respuestas del 1 al 7. Se turnan para hacer las preguntas, el grupo que responde puede conversar un poco antes de dar su respuesta, si no la saben no hay problema ya que el grupo con las respuestas siempre lee la respuesta al final de cada discusión. Pueden ampliarse la cantidad de preguntas.	
<b>Aportes para el análisis:</b> Resaltar la importancia de las visitas médicas de rutina y los exámenes de papanicolaou y mamografía para prevenir el cáncer de cuello de útero y el cáncer de mama. Además se discute sobre las prácticas de protección y autocuidado como la utilización de condones femeninos o masculinos, el uso de anticonceptivos y la anticoncepción de emergencia.	
<b>Fuente:</b> Elaboración propia a partir del texto de Corrales et al, 2004	

<b>3. Dinámica de cierre: Todas somos parte del grupo</b>	
<b>Objetivo:</b> Generar lazos de identificación e interés al proyecto	
<b>Tiempo:</b> 30 min	<b>Materiales:</b> Un círculo de cartón dividido en 4 partes, cada una corresponde a una sesión de trabajo del proceso. Figuras diferentes de colores según la cantidad de participantes (4 juegos de cada figura, una para cada sesión del taller)
<b>Instrucciones:</b> Se reparte a cada participante una figura. Se les solicita que dentro de la figura escriban su nombre y lo peguen dentro del círculo en la sesión de trabajo que corresponde, expresando cómo se sintieron en esa sesión de trabajo, que les gustó, qué no les gustó y que esperan para la próxima reunión.	
<b>Aportes para el análisis:</b> Para finalizar se indica que cada una forma parte del proyecto, que si alguna no viene se sentirá su ausencia en todas las dinámicas y se expresará en el círculo porque su figura estará ausente. Se reconocerá y validará la participación de cada una y la importancia de que asistan, compartan, intercambien experiencias y se apropien de ese espacio, que es de ellas.	
<b>Fuente:</b> Elaboración propia.	

## **Taller III**

**Objetivo:** Consolidar en las participantes una conciencia de reconocimiento y empoderamiento en el acceso y el ejercicio de los derechos humanos.

1) Tema:

A. Derechos Humanos

2) Agenda:

### **Opción 1**

(Si existe la oportunidad de proyectar la película).

1. Proyección de la película Historias cruzadas
2. Dinámica Cine Foro: Análisis del filme
3. Dinámica de cierre: Todas somos parte del grupo

### **Opción 2**

(Si no se proyecta la película).

1. Dinámica: ¿Ordenar derechos?
2. Dinámica de debate: ¿Por qué los Derechos Sexuales y Reproductivos son Derechos Humanos?
3. Dinámica de cierre: Todas somos parte del proyecto

3) Metodología: Fichas técnicas.

<b>1. Dinámica Cine Foro: Análisis del filme</b>	
<b>Objetivo:</b> Explorar los elementos que la película aporta para el análisis sobre la defensa de los derechos de las mujeres trabajadoras hoy en día.	
<b>Tiempo:</b> 30 min	<b>Materiales:</b> Ninguno
<b>Instrucciones:</b> Compartir y discutir con las participantes las siguientes preguntas:  ¿Qué les pareció la película?, ¿Cuáles sentimientos les generó?, ¿Qué les gustó?, ¿Qué no les gustó?, ¿Se sintieron identificadas con algún personaje? ¿De qué forma?, ¿Qué opinan del trato que recibieron las trabajadoras domésticas en el filme? ¿Qué opinan de la denuncia que las trabajadoras hicieron mediante el libro? ¿Qué opinan de las consecuencias que tuvieron que enfrentar? Si pudiera modificar algo, ¿qué le cambiaría a la película?	
<b>Aportes para el análisis:</b> Resaltar la importancia de denunciar todo tipo de violencia ejercida en el espacio privado del empleo y de no aceptar tratos degradantes o inhumanos que estén en contra de los derechos de las personas. Recalcar que la discriminación étnica y la xenofobia son manifestaciones de violencia ante las cuales se debe actuar, y que existe una serie de redes y organizaciones que pueden brindar un apoyo y orientación fundamental cuando ocurren este tipo de situaciones.	
<b>Fuente:</b> Elaboración propia a partir de los aportes de Arguedas, 2012.	

<b>1. Dinámica: ¿Ordenar derechos?</b>	
<b>Objetivo:</b> Reconocer el derecho a ejercer todos los derechos.	
<b>Tiempo:</b> 25 min	<b>Materiales:</b> Fichas con derechos
<b>Instrucciones:</b> Colocar las fichas con los derechos en el suelo y solicitarle a las participantes que los ordenen de manera jerárquica según el que consideren más importante hasta el menos importante. Después de que lo hayan hecho cuestionar si ¿es posible jerarquizar los derechos? ¿Jerarquizarlos significa que podríamos renunciar a los últimos? Se les invita a colocarlos todos en círculo y a rescatar la importancia del derecho a ejercerlos todos, sin tener que renunciar a ninguno.	
<b>Aportes para el análisis:</b> Reconocer que el acceso a los derechos no se pide, se exige; por lo tanto, no son negociables ni se pueden colocar uno sobre otro porque todos son diferentes e importantes.	
<b>Fuente:</b> Elaboración a partir de los aportes de Mesa, 2012.	

## 2. Dinámica de debate: ¿Por qué los Derechos Sexuales y Reproductivos son Derechos Humanos?

**Objetivo:** Fortalecer el reconocimiento de los derechos sexuales y reproductivos como derechos humanos

**Tiempo:** 40 min

**Materiales:** Hojas de papel cortadas en dos y marcador. En cada papel se escribe en grande una de las preguntas.

**Instrucciones:** Invitar a las participantes a sentarse en círculo y la moderadora saca la primera pregunta y cada participante, si así lo desea, va compartiendo su respuesta. Hasta que la última participante concluya se saca la siguiente pregunta y así hasta agotar las preguntas. Las hojas contendrán las siguientes preguntas:

-En relación a la vivencia de la sexualidad, ¿qué le gustaría que su hija o hijo viviera diferente en relación a lo que usted vivió?

-¿Qué pasaría y como se sentiría si un médico se negara a realizarle una salpingectomía (operación para no tener más hijos) aún cuando usted lo haya decidido?

-¿Cómo serían las cosas si fuesen los hombres los que se embarazaran?

-¿Los derechos sexuales y reproductivos son derechos humanos? ¿Por qué?

**Aportes para el análisis:** Los derechos sexuales y reproductivos están totalmente vinculados con el cuerpo y el cuerpo es protegido por los derechos humanos. La actividad sirve para reconocer la violencia que muchas mujeres sufren a través de su cuerpo como el hostigamiento sexual, las violaciones, los embarazos no deseados, la mutilación del placer, etc. Asimismo, se busca enfatizar en lo humano de ese dolor y el derecho que todas las personas tenemos a no sufrirlo por el hecho de ser humanas.

**Fuente:** Elaboración a partir de los aportes de Arguedas, 2012.



<b>3. Dinámica de cierre: Todas somos parte del grupo</b>	
<b>Objetivo:</b> Generar lazos de identificación e interés al proyecto	
<b>Tiempo:</b> 30 min	<b>Materiales:</b> Un círculo de cartón dividido en 4 partes, cada una corresponde a una sesión de trabajo del proceso. Figuras diferentes de colores según la cantidad de participantes (4 juegos de cada figura, una para cada sesión del taller)
<b>Instrucciones:</b> Se reparte a cada participante una figura. Se les solicita que dentro de la figura escriban su nombre y lo peguen dentro del círculo en la sesión de trabajo que corresponde, expresando cómo se sintieron en esa sesión de trabajo, que les gustó, qué no les gustó y que esperan para la próxima reunión.	
<b>Aportes para el análisis:</b> Para finalizar se indica que cada una forma parte del proyecto, que si alguna no viene se sentirá su ausencia en todas las dinámicas y se expresará en el círculo porque su figura estará ausente. Se reconocerá y validará la participación de cada una y la importancia de que asistan, compartan, intercambien experiencias y se apropien de ese espacio, que es de ellas.	
<b>Fuente:</b> Elaboración propia.	

## **Taller IV**

**Objetivo:** Compartir herramientas para el disfrute de una vida de pareja sin violencia y para el empoderamiento y el derecho a decidir de las mujeres.

1) Temas:

- A. Una vida libre de violencia
- B. Empoderamiento
- C. Negociación Sexual y Derecho a Decidir

2) Agenda:

- 1. Dinámica *La pesca de Derechos*: Relaciones de pareja
- 2. Dinámica: Deconstruyendo mitos sobre el uso del condón
- 3. Dinámica *El Árbol de las aspiraciones*: Anhelos, intereses y sueños
- 4. Dinámica de cierre: Todas somos parte del grupo

3) Metodología: Fichas técnicas.

## 1. Dinámica *La pesca de Derechos: Relaciones de pareja*

**Objetivo:** Visualizar y reconocer los derechos de las personas que conviven en pareja

**Tiempo:** 40 min

**Materiales:** Cinta adhesiva. Peces de papel (En cada pez se pega uno de los derechos y se prensa un clip doblado en la boca del pez). Lana, pabilo o algún tipo de mecate cortado en tiras de 1 metro según la cantidad de participantes, al extremo se les amarra otro clip abierto. 9 rótulos pegados en la pared: Uno general que dice

VIDA DE PAREJA

que se coloca como un título, y otros específicos en donde las participantes van a clasificar cada uno de los proyectos:

Confianza y apoyo

Comportamiento sin amenazas

Respeto mutuo

Compartir la crianza de hijos e hijas

Honestidad y responsabilidad

Beneficios económicos

Compartir responsabilidades

Negociación justa

**Instrucciones:** Se colocan en el suelo los peces, los cuales tienen pegados cada uno de los derechos en las relaciones de pareja, cada una de las participantes toma su “caña de pescar” y pesca un pez, lee el derecho y lo pega debajo del rótulo donde ella cree que puede ir. De esta manera cada una de las participantes va pescando hasta que los peces se terminen y estén todos pegados.

**Aportes para el análisis:** Se solicita a las participantes que lean el rótulo y los derechos (peces) que éste contiene, se discute si el derecho está bien colocado o si tendría mayor asociación con otro rótulo. Finalmente se realiza un intercambio de ideas acerca de la importancia de ejercer estos derechos. También es importante rescatar el tema de la diversidad familiar reconociendo la existencia de parejas del mismo sexo, enfatizando la importancia de que todas y todos debemos tener acceso a los mismos derechos.

**Fuente:** Adaptación del texto de Corrales et al, 2004

<b>2. Dinámica: Deconstruyendo mitos sobre el uso del condón</b>	
<b>Objetivo:</b> Compartir información acerca del uso del condón femenino y masculino.	
<b>Tiempo:</b> 30 min	<b>Materiales:</b> Condones según la cantidad de participantes. Pueden ser femeninos o masculinos.
<b>Instrucciones:</b> Se le entrega un condón a cada participante y se les invita a abrirlo, tocarlo y colocárselo en una mano, esto para sentir la textura, la sensibilidad y la resistencia.	
<b>Aportes para el análisis:</b> Comentar la importancia de utilizar el condón para reducir el riesgo de contagio de infecciones de transmisión sexual incluido el VIH/SIDA. Además debatir el mito de que el condón afecta la sensibilidad, pues si colocado en la mano se percibe la sensación de la otra mano, ¿cuánto más sienten los órganos sexuales que son tan sensibles? Resaltar la importancia de la protección y el autocuidado en las relaciones sexuales.	
<b>Fuente:</b> Elaboración propia a partir de Mesa, 2012.	

<b>3. Dinámica el Árbol de las Aspiraciones</b>	
<b>Objetivo:</b> Validar la importancia de construir nuestros propios anhelos, intereses y sueños.	
<b>Tiempo:</b> 25 min	<b>Materiales:</b> Árbol dibujado en un papel o cartón, hojas de papel que imiten las hojas de un árbol y los frutos, lapiceros. Un rótulo que diga “Árbol de las aspiraciones” para colocarlo encima del árbol.
<b>Instrucciones:</b> Se les entrega a las participantes una hoja y un fruto a cada una para que escriban cuáles son las aspiraciones, los anhelos y los diferentes intereses y metas que tienen en sus vidas. Si las participantes quieren compartirlo lo cuentan al grupo y luego lo pegan en el árbol, sino solamente lo pegan.	
<b>Aportes para el análisis:</b> Se comenta la relevancia de tener nuestros propios intereses y sueños, lo importantes que son y el derecho que tenemos de que esos sueños sean respetados por todas las personas. También se puede mencionar si las herramientas aprendidas en el taller sirvieron para reafirmar lo que queremos alcanzar.	
<b>Fuente:</b> Elaboración propia.	

#### **4. Dinámica de cierre: Todas somos parte del grupo**

**Objetivo:** Cerrar el proceso de los talleres.

**Tiempo:** 30 min

**Materiales:** Un círculo de cartón dividido en 4 partes, cada una corresponde a una sesión de trabajo del proceso.

Figuras diferentes de colores según la cantidad de participantes (4 juegos de cada figura, una para cada sesión del taller)

**Instrucciones:** Se reparte a cada participante una figura. Se les solicita que dentro de la figura escriban su nombre y lo peguen dentro del círculo en la sesión de trabajo que corresponde. En la última sesión puede compartirse qué fue lo más importante que vivieron en estos talleres.

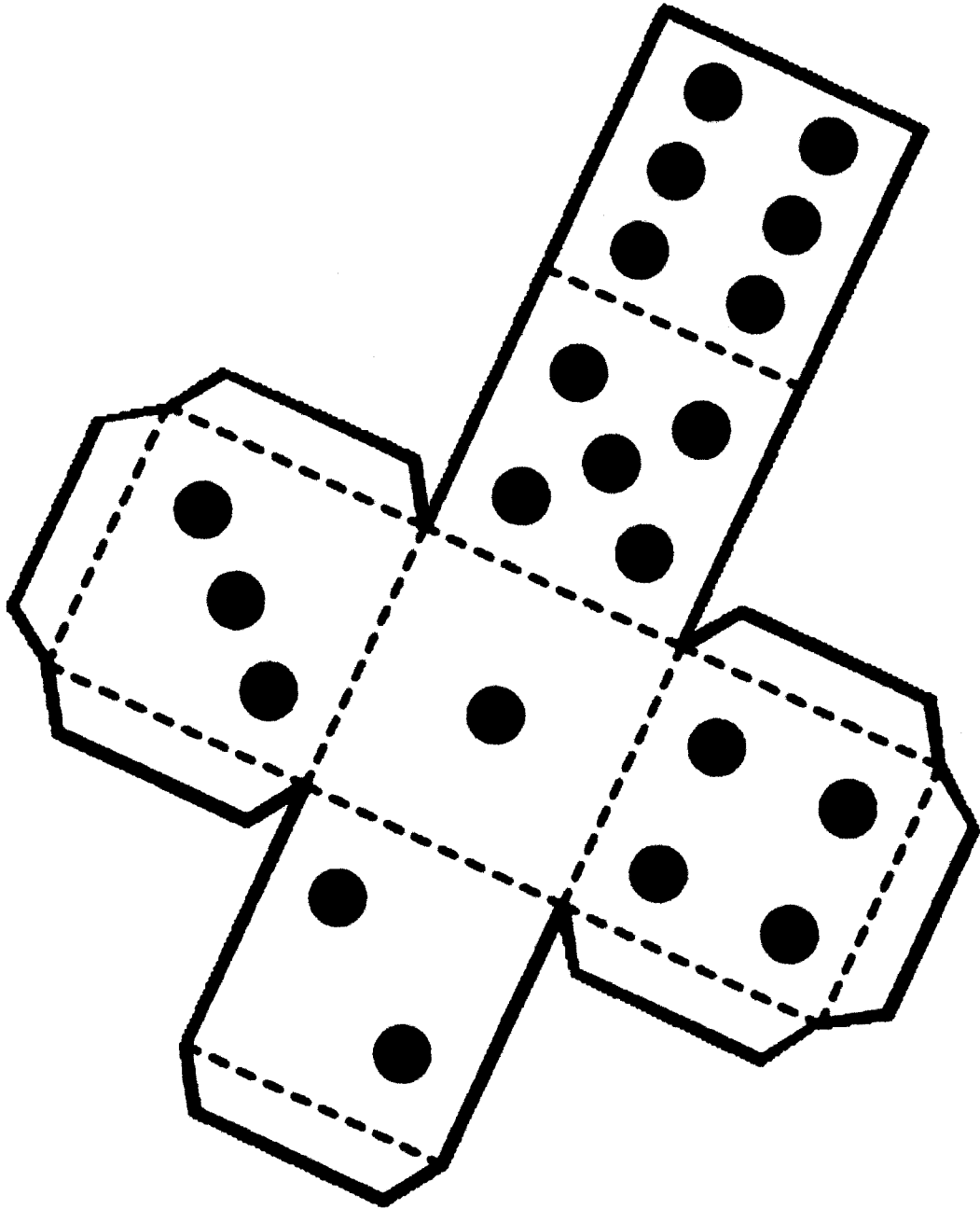
**Aportes para el análisis:** Se agradece la participación de las personas que asistieron a los talleres y se visualiza el círculo completo, resaltando lo importante de la presencia de cada una en las sesiones de trabajo y reafirmando que sin la participación el taller no hubiese sido posible.

**Fuente:** Elaboración propia.

# MATERIALES

## Taller 1. Dinámica 3

(Pueden recortarse estos materiales o fotocopiarlos.)



**INICIO      META**

**Placer**

**Anticonceptivos**

**Embarazo**

**Sexualidad**

**Trabajo**

**Doméstico**

**Autocuidado**

**Violencia**

**Sexual**

**Aborto**

**Relaciones  
Sexuales  
Diversidad  
Sexual  
Violencia  
Emocional  
VIH/SIDA  
Menopausia  
Mamografía  
Papanicolaou  
Empoderarse**



**Discriminación por  
ser mujer  
Discriminación por  
ser nicaragüense  
Acoso laboral  
Violencia física  
Derecho a decidir la  
cantidad de hijos  
Violencia  
patrimonial  
Educación sexual**

**Infecciones de  
Transmisión Sexual  
(ITS)**

**Tareas riesgosas  
en el trabajo**

**ADELANTA 3**

**ADELANTA 2**

**RETROCEDE 2**

**RETROCEDE 5**

**RETROCEDE 2**

**ADELANTA 4**

**ADELANTA 2**

### **Taller 3. Dinámica 2**

**(Pueden recortarse estos materiales o fotocopiarlos.)**

#### **1) ¿Cómo podemos prevenir el contagio de infecciones de transmisión sexual?**

- ✓ **Usando condón en las relaciones sexuales.**
- ✓ **Identificando los síntomas y buscando ayuda a tiempo.**
- ✓ **Revisando nuestros órganos sexuales y el de nuestra pareja.**
- ✓ **Lavando nuestros genitales después del coito.**
- ✓ **Acudiendo al examen médico cada cierto tiempo.**

#### **2) ¿Cómo puede ayudarnos nuestra pareja a no contagiarnos con alguna infección de transmisión sexual y SIDA?**

- ✓ **Asumiendo un compromiso en la prevención de las infecciones de transmisión sexual y SIDA.**
- ✓ **Usando el condón.**
- ✓ **Revisándose los órganos sexuales.**
- ✓ **Acudiendo al examen médico cada cierto tiempo.**

#### **3) ¿Cómo se transmite el SIDA?**

**Se transmite por:**

- ✓ **Recibir una transfusión de sangre infectada.**
- ✓ **Durante el parto.**
- ✓ **Relación sexual oral.**
- ✓ **Relación sexual anal.**
- ✓ **Penetración vaginal.**
- ✓ **Leche materna.**
- ✓ **Operación quirúrgica con instrumentos no esterilizados.**
- ✓ **Inyecciones con material no esterilizado.**

#### **4) ¿Cómo NO se transmite el SIDA?**

**No se transmite:**

- ✓ Donando sangre.
- ✓ Compartiendo el mismo plato.
- ✓ Dar la mano.
- ✓ Ponerse la misma ropa.
- ✓ Picaduras de insectos.
- ✓ Acariciar.
- ✓ Estornudar.
- ✓ Compartir la misma cama.
- ✓ Bañarse con una persona.
- ✓ Beso en la mejilla.
- ✓ Usar el mismo baño.

#### **5) ¿Cómo podríamos saber si se está contagiada con una infección de transmisión sexual?**

**Si tiene alguno de los siguientes síntomas:**

- ✓ Secreción vaginal amarillenta o verdosa.
- ✓ Picazón en los genitales.
- ✓ Ardor en los genitales.
- ✓ Mal olor en los genitales.
- ✓ Dolor pélvico.

#### **6) ¿Qué debemos hacer si sospechamos que tenemos una infección de transmisión sexual?**

**Lo más recomendable es consultar en el centro de salud de la comunidad.**

#### **7) ¿La ausencia de síntomas físicos es garantía de que una persona está sana?**

**No, algunas infecciones de transmisión sexual no dan síntomas en las mujeres como el caso de la gonorrea, que se puede confundir con otra enfermedad y la tricomonas que no dan ningún síntoma en el hombre.**

**8) ¿Las infecciones de transmisión sexual pueden propiciar otras enfermedades?**

**Sí, por ejemplo el herpes y las verrugas pueden facilitar el desarrollo del cáncer.**

**9) ¿Si una persona ha sido infectada con alguna infección de transmisión sexual, luego se vuelve inmune?**

**No, porque las infecciones de transmisión sexual pueden volver a ser contagiadas.**

**10) ¿Cada cuánto tiempo debo realizarme el examen de papanicolau?**

**Debe realizarse mínimo cada 2 años, o cada año si existen factores de riesgo (tener displasia, inicio de las relaciones sexuales antes de los 18 años, haber tenido varias parejas sexuales, el consumo de tabaco, múltiples partos, deficiencias alimentarias o promiscuidad por parte de la pareja, entre otros.)**

**11) ¿Cada cuánto debo realizarme la mamografía?**

**Después de los 40 años debo realizarme el examen de mamografía cada 2 años.**

**12) ¿Cada cuánto y cómo debo realizarme el autoexamen de mama?**

**El autoexamen debe realizarse cada mes, desde la adolescencia. El autoexamen consiste en detectar durezas, bultos u otras**

**anormalidades en el seno. Cuando el cáncer es detectado en su etapa inicial, existen excelentes posibilidades de curación. El autoexamen se realiza utilizando la llema de los dedos índice, medio y anular, haciendo movimientos circulares de arriba a abajo, de adentro hacia afuera, se recomienda hacerlo en el baño cuando la piel está enjabonada, pues de esta forma es más fácil detectar cambios. Finalmente, apriete los pezones con los dedos índice y pulgar, cualquier flujo irregular o secreción debe informarla inmediatamente a su médico. Si durante el examen detecta una dureza o alguna irregularidad es importante acudir a control médico en cuanto pueda.**

**13) ¿Qué es la anticoncepción de emergencia?**

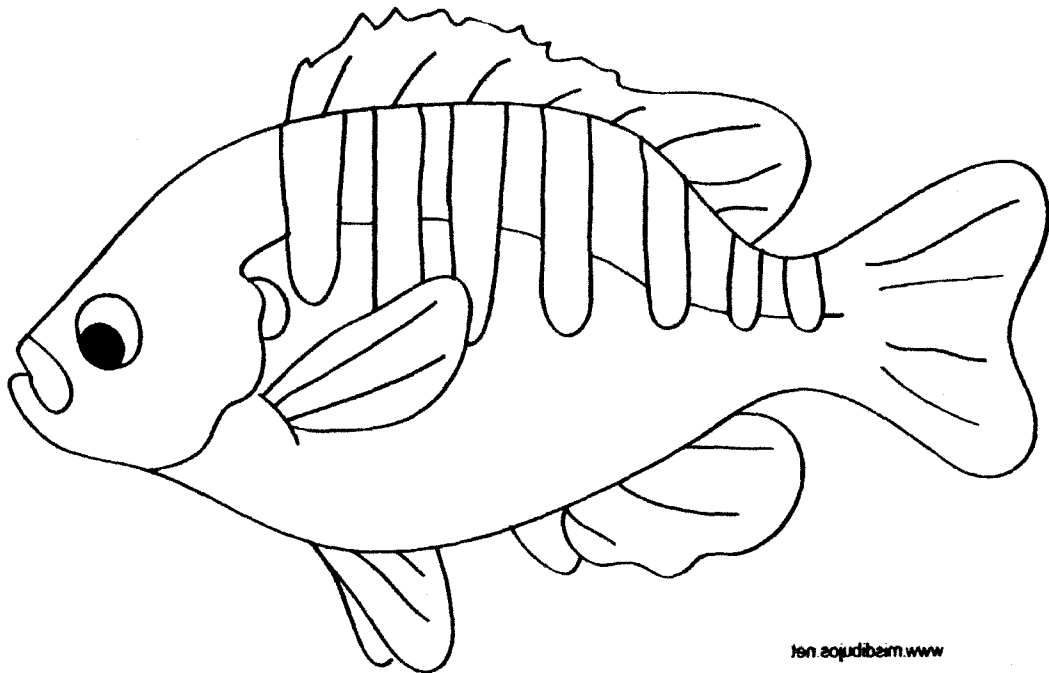
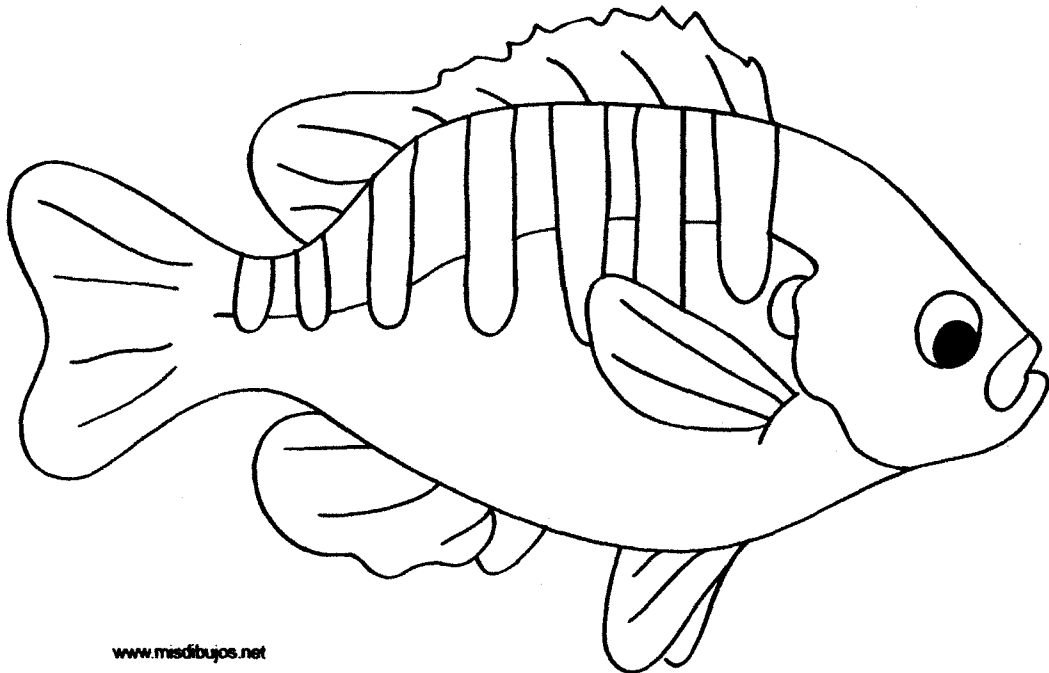
**Es el único método que existe que ayuda a prevenir un embarazo no deseado luego de una relación sexual sin protección. No es abortiva. Su eficacia se limita a 120 horas después de sostenida la relación sexual sin protección. Consiste en tomar dos dosis de dos a cuatro patillas anticonceptivas (según la marca) con intervalo de 12 horas. Es decir, la primera dosis lo más pronto posible después de la relación sexual sin protección y la segunda dosis 12 horas después. Este método retrasa o impide la ovulación y espesa el moco cervical, impidiendo que los espermatozoides avancen hacia las trompas de Falopio, evitando así la fecundación.**

**Taller 3. Opción 2. Dinámica 1  
(Pueden recortarse estos materiales o fotocopiarlos.)**

**DERECHO A LA VIDA  
DERECHO A LA VIVIENDA**

DERECHO A LA ALIMENTACIÓN  
DERECHO A LA EDUCACIÓN  
DERECHO A UN TRABAJO  
DECENTE  
DERECHO A UN NOMBRE  
DERECHO A DECIDIR  
LA CANTIDAD DE HIJOS  
DERECHO A SEPARARSE DE LA  
PAREJA  
DERECHO A UTILIZAR MÉTODOS  
ANTICONCEPTIVOS SEGUROS  
DERECHO A LA SALUD  
DERECHO A LA  
PARTICIPACIÓN POLÍTICA  
DERECHO A DECIDIR  
SOBRE MI CUERPO  
DERECHO A VIVIR LIBRE DE  
VIOLENCIA

**Taller 4. Dinámica 1**  
**(Pueden recortarse estos materiales o fotocopiarlos.)**





## **MENSAJES PARA PECES**

Que ambos apoyen los planes y aspiraciones de la pareja.

Que ambos apoyen el derecho de la pareja de compartir con sus amistades.

Que ambos apoyen el derecho de la pareja a tener sus propios sentimientos y actividades.

Que ninguno controle a su pareja, sino, dejarle espacio.

Escucharse sin juzgar.

Tratar de entenderse y apoyarse mutuamente.

Darle valor a las opiniones de cada cual.

No despreciar ni descalificar a nadie.

Asumir una responsabilidad frente a los errores.

Tener sinceridad con la pareja.

No quedarse con las promesas de cambio, sino actuar.

Acordar una distribución justa e igualitaria del trabajo doméstico entre todas las personas del hogar.

Tomar conjuntamente las decisiones familiares. No establecer jerarquías en el hogar.

Valorar por igual cualquier trabajo u oficio.

- No chantajear.
- Hablar y comportarse de tal forma que la otra persona se sienta en libertad de expresarse. No infundir miedo o incomodidad, sino promover el derecho a opinar por igual, aunque las opiniones sean diferentes.
- No hacer uso de amenazas, improperios, gritos ni golpes.
- Compartir las responsabilidades de tener y criar a hijos e hijas.
- Crear espacios de diálogo con hijos e hijas.
- Ser un ejemplo positivo y no sumiso o violento para hijos e hijas. Asistir juntos a las actividades de los y las hijas.
- Decidir conjuntamente la forma en que van a utilizar el dinero.
- Decidir de común acuerdo cómo se van a cubrir los gastos familiares.
- Asignar un monto de dinero para las necesidades personales de cada uno.
- Buscar soluciones satisfactorias y de mutuo acuerdo.

Aceptar que no hay una sola verdad ni una sola opción de solución.

Tener la disposición de escuchar otras alternativas.

Mantener un canal de diálogo siempre abierto.

No aceptar el ataque físico ni la degradación psicológica y decidir libremente poner fin a la relación si esto ocurre.

Tener la libertad de negarse a tener relaciones sexuales con la pareja.

No autoculparse si la relación en la que ha invertido tiempo y esfuerzo no funciona.

Responsabilizar al compañero de su conducta, en vez de asumirla como propia.

Poder expresar las necesidades y deseos sexuales con libertad.

Compartir en igualdad con el compañero las decisiones que afectan a la pareja.

# CAPÍTULO IX

## CONSIDERACIONES

## FINALES

---

*“Lo que más me gustó es que le valoran a uno los derechos”.*

## 1. Evaluación del Proyecto

El ejercicio de evaluar un proyecto impone diferentes retos, sobretodo, relacionados con la búsqueda de las metodologías más eficaces para demostrar lo que fue provechoso, lo que estuvo mal y lo que se debe mejorar.

En el caso del presente proyecto de investigación se elaboró una propuesta de evaluación basada en el texto de Hernández *et al* (2010) donde se postulan una serie de preguntas claves para valorar la incidencia de un proyecto social en una población. La propuesta se adaptó al proyecto de la red de mujeres y estos fueron los principales resultados:

### 1.1 Evaluación de las Participantes

Las participantes tuvieron una percepción muy positiva del proyecto. Hubo muchísima apertura a la participación, interacción e incorporación a las diferentes dinámicas del proceso, en la siguiente tabla se muestran los resultados de las encuestas auto aplicadas de manera anónima:

**Cuadro 5**

**Evaluación realizada por las participantes  
en relación al proyecto según rubro, 2012**

*¿Qué le pareció el abordaje de cada uno de los siguientes aspectos?*

	RUBRO	BUENO	REGULAR	MALO
1.	Detección de problemáticas o temas a analizar.	100%	0%	0%
2.	Trabajo de los temas con las participantes.	100%	0%	0%
3.	Dinámicas para conocer lo que cada una opina.	100%	0%	0%
4.	Capacidad para involucrar a las participantes en todo el estudio	100%	0%	0%
5.	Nivel de comunicación entre la investigadora y las participantes	100%	0%	0%
6.	Comprensión entre la investigadora y las participantes	100%	0%	0%

7.	Intercambio de conocimientos investigadora y participantes	100%	0%	0%
8.	Nivel de interés de las participantes	100%	0%	0%
9.	Formulación de talleres para trabajar el tema de derechos	100%	0%	0%
10.	Desarrollo de los talleres, cuestionario y entrevista	100%	0%	0%
11.	Resultados de los talleres	100%	0%	0%
12.	Oportunidad para opinar sobre los resultados del proceso	91,67%	0%	8,33%
13.	Logro de cambios positivos en la realidad de las participantes	91,67%	0%	8,33%
14.	Mejoramiento de prácticas sobre el tema de derechos	100%	0%	0%

**Fuente:** Datos obtenidos del instrumento de evaluación aplicado al final del proyecto.

Un 91,67% de las participantes opinó que el logro de cambios positivos en su realidad fue bueno. Este dato refleja el gran nivel de alcance de las propuestas de investigación- acción-participativa en las diferentes dinámicas de la vida cotidiana, y a la vez proporciona señales para mejorar y perfeccionar este enfoque, el cual debería generar estrategias concretas de cambio positivo en la vida de quienes participan en estos procesos.

Por otra parte, un 8,33% de las participantes consideraron que el logro de cambios positivos en su realidad fue malo, y también un 8,33% de ellas consideró que hubo un mal desempeño en la oportunidad para opinar sobre los resultados del proceso, lo que podría deberse al hecho de que solamente un taller se destinó para este fin, y que probablemente se debió incorporar otra sesión para abarcar la totalidad de los aportes. Además, el hecho de que la mayoría de las participantes calificaran tan positivamente el proyecto, podría reprimir el deseo de quejarse o sugerir algún cambio por parte de alguna de las participantes.

También se les preguntó qué fue lo que más les gustó del proyecto, algunas de las respuestas fueron las siguientes:

-“La participación, el intercambio de opiniones y la libertad de expresión”.

- *“Las charlas, compartir con todas las compañeras”.*
- *“Toda la metodología que aplicó en los diferentes temas que bordó”.*
- *“A mí todos los temas me gustaron, están muy buenos. Aprendí mis derechos que debo tener yo en mi cuerpo y saber cómo debo vivir ante una sociedad sin ser discriminada y vivir sin violencia”.*
- *“Las dinámicas para tratar los temas estaban muy bien preparadas”.*
- *“El nivel de comunicación y participación que hubo entre todas las presentes y la forma en que se desarrollaron y explicaron los temas”.*
- *“Lo que más me gustó es que le valoran a uno los derechos”.*

Estas evaluaciones muestran una recepción muy positiva del proyecto por parte de las participantes, evidenciando la validez de las técnicas participativas para la investigación social y para la incidencia sobre el ejercicio cotidiano de derechos. Asimismo muestra la apertura de los grupos organizados hacia los proyectos académicos con incidencia social, y las experiencias enriquecedoras que se pueden generar fruto de estas relaciones entre los estudios universitarios y el quehacer social.

Por otra parte, ante la pregunta sobre qué fue lo que menos les gustó del proyecto, la mayoría de las participantes dejaron el espacio en blanco, otras escribieron que “todo les gustó” y solo una afirmó lo siguiente:

*“Lo que menos me gustó es que las otras compañeras se crean puritanas sabiendo que este es un taller de mente abierta en donde se habla de sexualidad y de derechos humanos”.*

La afirmación de esta participante demuestra su molestia ante la percepción que ella califica como “puritana” de algunas mujeres en el proyecto. Lo cual es un conflicto común en grupos de conformación tan diversa como éste, cuando se postulan temas que están socialmente asociados al tabú.



1.2 Evaluación de las Coordinadoras de la Red de Mujeres Nicaragüenses

**Cuadro 6**

**Evaluación realizada por coordinadoras de la Red de Mujeres Nicaragüenses en relación al proyecto según rubro, 2012**

*¿Qué le pareció el abordaje de cada uno de los siguientes aspectos?*

	RUBRO	BUENO	REGULAR	MALO
1.	Detección de problemáticas o temas a analizar.	100%	0%	0%
2.	Trabajo de los temas con las participantes.	100%	0%	0%
3.	Dinámicas para conocer lo que cada una opina.	100%	0%	0%
4.	Capacidad para involucrar a las participantes en todo el estudio	100%	0%	0%
5.	Nivel de comunicación entre la investigadora y las participantes	100%	0%	0%
6.	Comprensión entre la investigadora y las participantes	100%	0%	0%
7.	Intercambio de conocimientos investigadora y participantes	100%	0%	0%
8.	Nivel de interés de las participantes	100%	0%	0%
9.	Formulación de talleres para trabajar el tema de derechos	100%	0%	0%
10.	Desarrollo de los talleres, cuestionario y entrevista	100%	0%	0%
11.	Resultados de los talleres	100%	0%	0%
12.	Oportunidad para opinar sobre los resultados del proceso	100%	0%	0%
13.	Logro de cambios positivos en la realidad de las participantes	100%	0%	0%
14.	Mejoramiento de prácticas sobre el tema de derechos	100%	0%	0%

**Fuente:** Datos obtenidos del instrumento de evaluación aplicado al final del proyecto.



Las coordinadoras de la red se mostraron muy complacidas con los resultados del proyecto, afirmaron que había sido una experiencia muy positiva y le dieron una calificación perfecta a la evaluación. Ellas también expresaron que lo que menos les había gustado era el poco tiempo que duró el proyecto (8 sesiones), pues preferirían que se generaran más espacios para trabajar el tema de derechos sexuales y reproductivos.

De la misma forma, ellas también opinaron acerca de lo positivo que había sido el proyecto para las participantes, y la manera en la cual las mujeres de la red cuentan con mejores herramientas para saberse sujetas de derecho.

### *1.3 Evaluación de la investigadora*

Las diferentes dinámicas generadas a lo largo del proyecto forjaron importantes relaciones de confianza y de horizontalidad a través de todo el proceso. Los aprendizajes surgieron de manera colectiva en el intercambio de experiencias, risas, juegos y algunas lágrimas.

La historia de vida de las participantes fue la que marcó la pauta para que los talleres se llevaran a cabo, cada una de ellas aportó de muchísimas formas para que la experiencia fuera exitosa, de no haber sido por su confianza en el proyecto y por su disposición de intercambiar experiencias, el proceso no habría podido generarse ni hubiese obtenido resultados tan positivos.

Además, como ejercicio de autocrítica, existen una serie de aspectos que es importante considerar en relación a la evaluación de este proyecto.

En primer lugar se valora como positivo el hecho de la apertura por parte de la organización CENDEROS para la acogida del proyecto, la disponibilidad de las trabajadoras de la organización, la facilitación de la planta física para el desenvolvimiento de las actividades y el financiamiento del refrigerio para cada una de las reuniones. Esta serie de facilidades fueron fundamentales para que el proyecto lograra realizarse en condiciones óptimas.

En segundo lugar, en cuanto a la participación de las mujeres y su permanencia en el proyecto, se evalúa como un aspecto positivo el hecho de que fueron trece mujeres las que permanecieron a lo largo de todas las sesiones. Sin embargo, no se elaboraron mecanismos más eficaces para lograr contactar a dos mujeres que no continuaron asistiendo a las reuniones, pues aunque se les intentó convocar vía telefónica no fue posible contactarlas. Es importante rescatar que estas dos participantes dejaron de asistir en diferentes momentos, una de ellas solamente asistió a la primera sesión y la otra participante asistió a dos sesiones.

En tercer lugar, con relación a la metodología planteada para el proyecto, la aceptabilidad y la utilidad fueron muy altas, pues las participantes disfrutaron de la incorporación a diferentes actividades de discusión, de análisis, de intercambio, de juego y de construcción conjunta de nuevas estrategias de aprendizaje.

En cuarto lugar, en referencia a los objetivos del proyecto, es relevante subrayar el cumplimiento de ambos objetivos generales, el teórico y el práctico. En la medida en la que se logró realizar una importante elaboración teórica en relación a las experiencias y las subjetividades de las participantes en su ejercicio de derechos como humanas. Y a la vez, se obtuvo un producto a partir de la construcción colectiva y las dinámicas prácticas que puede servir como herramienta para la réplica de talleres sobre derechos sexuales y reproductivos en la Red.

En quinto lugar, es importante rescatar que el proyecto contribuyó al fortalecimiento de liderazgos de las mujeres y a su empoderamiento personal, realizado a través del potenciamiento de sus aptitudes para dirigir dinámicas, expresarse en público y sentirse dueñas de sus vidas y sus decisiones.

En sexto lugar se valora como una recomendación el hecho de que este tipo de proyectos se fortalecerían más si se trabajara de manera interdisciplinaria con otras áreas de estudio como por ejemplo la psicología o la salud, de manera que los talleres de capacitación

estuviesen más enriquecidos con el conocimiento de otras disciplinas y pudieran lograr un mayor alcance.

Y finalmente, se realiza una evaluación positiva con relación al fortalecimiento de la Red de Mujeres Nicaragüenses a través del proyecto, pues éste permitió una intensa vinculación periódica de las participantes, consolidando los lazos de apoyo y de confianza, y haciendo probable la posibilidad de que se generen réplicas de este tipo de capacitaciones en el futuro cercano, facilitadas por el material que se elaboró de manera colectiva.

## 2. Conclusiones

En relación a las condiciones de género y las circunstancias socioeconómicas, se concluye que las historias de vida de las mujeres participantes en el proyecto se encuentran fuertemente atravesadas por el tema de la migración, en la mayoría de casos producida a raíz de las escasas oportunidades de empleo en Nicaragua. La migración de las participantes es absolutamente autónoma y no se encuentra ligada a la reunificación familiar, al contrario, ellas migran de forma independiente para buscar un empleo que les permita enviar recursos a sus familias.

Las experiencias de violencia intrafamiliar en la vida de las participantes han sido frecuentes. Se detectó una alta incidencia de casos de violencia física, sexual y psicológica durante la infancia, ejercida por personas muy cercanas a su hogar: padres, madres, hermanos, padrastros y/o vecinos. Varias participantes aseguraron que dichas experiencias habían provocado la salida prematura de sus familias durante la adolescencia, época en la cual establecieron relaciones de pareja que resultaron reproducir nuevos ciclos de violencia.

El estudio evidenció el escaso acceso a educación sexual y al uso de métodos anticonceptivos en las participantes, lo cual, aunado a la situación de violencia ejercida por la mayoría de sus parejas provocó múltiples embarazos no deseados y no planificados. Además, estas situaciones de violencia patriarcal y de control sobre sus cuerpos, las llevó a vivir durante muchos años en situaciones de exclusión, de empobrecimiento y de escaso control sobre sus vidas.

Todas las participantes que aseguraron ser sobrevivientes de este tipo de violencia, también aseguraron que actualmente no conviven con el agresor, ya sea por separación o viudez. Algunas han establecido nuevas relaciones y otras afirman que “sin pareja están mejor”. Además, el grupo de participantes, al estar compuesto en su mayoría por mujeres mayores de 45 años, expresaron que el hecho de que sus hijos e hijas tienen poca dependencia de ellas en relación a cuando eran menores, eso las hace sentirse más libres, más dueñas de sus

vidas y de sus decisiones. Sin embargo, el 73,3% de ellas envía remesas a Nicaragua, lo que evidencia que nunca dejan de compartir su salario con sus familias.

En cuanto al empleo, las experiencias de las participantes son variadas. Sin embargo, la mayoría coinciden en que la única oportunidad laboral encontrada en Costa Rica fue la de trabajadora doméstica. De hecho el 73,3% de ellas no se dedicaba al trabajo doméstico cuando vivía en Nicaragua, sus principales empleos eran de taxista, costurera, vendedora, operaria, recepcionista, auxiliar de contabilidad e inclusive propietarias de pulperías y panaderías.

La llegada a Costa Rica en busca de empleo no fue sencilla para las participantes, aún cuando la mayoría de ellas tuvieron la oportunidad de migrar con documentos. El traslado desde el país de origen y los primeros contactos para buscar un empleo en Costa Rica los realizaron con la ayuda de diferentes redes de apoyo: familiares, vecinas, vecinos y personas nicaragüenses que ya se encontraban viviendo y trabajando en Costa Rica.

En la mayoría de los casos, los primeros empleos fueron experiencias negativas, cargadas de discriminación y explotación. Y aún en la actualidad, muchos de sus empleos carecen de garantías básicas como el acceso a Seguro Social, salario mínimo y vacaciones. Además son comunes los casos en los que las participantes denuncian incumplimiento de jornada máxima y excesiva carga de tareas. Sin embargo ellas utilizan diversas prácticas de resistencia, que en algunas ocasiones funcionan pero no en la mayoría, como el hecho de formar parte de organizaciones, exigirle a sus empleadores respeto a sus derechos o comunicarle a otras compañeras en cuáles sitios no deberían trabajar.

Las participantes establecen importantes relaciones y redes de cuidado alrededor de su vida. Ellas mediante el envío de remesas y otros recursos realizan un cuidado transnacional de su familia, cuidada generalmente por otra mujer, como lo puede ser la abuela, la mamá, la tía o la vecina, entre otras. Asimismo, las mujeres en tanto trabajadoras domésticas cuidan de la familia y el hogar donde se emplean, y establecen relaciones cercanas de cuidado con niños y niñas, personas con discapacidad y personas adultas mayores, funciones que no son

reconocidas salarialmente de manera aparte a sus funciones de aseo y cuidado doméstico. Esta multiplicidad de tareas provoca en las mujeres un fuerte cansancio físico, afectivo y emocional, que muchas veces genera dinámicas de frustración y depresión, alimentadas por el hecho de la lejanía de sus familias y por el mal trato que reciben en algunos puestos de empleo, donde su trabajo no es apreciado ni valorado.

En relación al conocimiento y ejercicio de sus derechos sexuales y reproductivos, las participantes conocían previamente algunos de sus derechos reproductivos, aunque no bajo la percepción de que fueran sus derechos, sino más bien como prácticas inherentes al hecho de ser madres. El tema de la anticoncepción fue algo que exploraron después de su segundo o tercer hijo, y en repetidas ocasiones no fueron correctamente asesoradas para utilizarlos, o solamente tuvieron acceso a píldoras anticonceptivas con gran cantidad de efectos secundarios en su organismo, lo que provocó el rápido abandono de éstos, quedando totalmente desprotegidas para la prevención de nuevos embarazos.

En cuanto a la atención médica en el parto y el postparto, las participantes aseguraron que sus partos se llevaron a cabo en hospitales en Nicaragua, y que tuvieron la atención médica necesaria durante y después de ello. Además, al momento del estudio, más del 50% de las participantes se había realizado una salpingectomía por voluntad propia, lo que evidencia un importante empoderamiento y ejercicio de su derecho a limitar la cantidad de hijos, aún cuando estas cirugías fueron realizadas después de haber tenido cinco o más embarazos.

En relación a sus derechos sexuales es importante rescatar que ellas tienen muy claro su derecho a vivir libres de violencia, pero lo aprendieron después de verse expuestas a este tipo de situaciones causadas por algunas de sus ex parejas. En cuanto a otros derechos como el tema del placer y la salud sexual, las participantes se mostraron anuentes a intercambiar conocimientos, sin embargo muchas de sus intervenciones estaban atravesadas por visiones conservadoras y/o religiosas. Algunas argumentaron que al haber concluido su etapa reproductiva, “ya la sexualidad no era tema”, mientras que otras opinaron que “sin la preocupación de los hijos e hijas” ahora podían disfrutar más de esa parte de sus vidas.

En relación al tema de empoderamiento, el hecho de haber migrado solas y de permanecer laborando varios años en otro país, las hace mujeres protagonistas de un gran nivel de autodeterminación. Por otra parte, el hecho de que muchas de las participantes estuvieran previamente organizadas en CENDEROS, evidenció gran liderazgo y autonomía en ellas.

En cuanto al autocuidado, las participantes están claramente limitadas por el escaso acceso al sistema de salud, producto de que sus empleadores no cumplen con el pago de Seguro Social. Los datos de asistencia a control ginecológico, examen de papanicolau y examen de mamografía son alarmantes, lo que puede estar repercutiendo de manera grave en su salud y ni siquiera poseen la capacidad para detectarlo, pues sus bajos salarios les impiden frecuentar centros de salud privados, aunque algunas han tenido que optar por esa posibilidad, aunque ello signifique restarle presupuesto a otras necesidades importantes.

Durante y después del proyecto, las participantes mostraron mucho interés en el tema de derechos sexuales y reproductivos, compartiendo experiencias, debatiendo y manifestando su deseo de realizar más talleres para replicar la metodología. Ellas expresaron su satisfacción con la participación en el proyecto, con lo cual se tiene la expectativa de que el objetivo de réplica pueda llevarse a cabo en el futuro próximo.

### **3. Recomendaciones**

Se recomienda a la Red de Mujeres Nicaragüenses, a la organización CENDEROS y a TROCAIRE:

- ✓ Mantener los espacios que fueron utilizados para el desenvolvimiento del proyecto, como puntos de encuentro para las mujeres, en donde ellas puedan continuar acudiendo para intercambiar experiencias y opiniones, ya que este sitio se mencionó como uno de los únicos espacios recreativos y de esparcimiento que frecuentan las participantes.
- ✓ Utilizar el proyecto como experiencia positiva de capacitación, mediante la promoción de más talleres que aprovechen el documento metodológico generado. De esta forma se fomentan nuevos liderazgos en las participantes, y el proyecto puede ser aprovechado por más mujeres de la Red.

Se recomienda a la Universidad de Costa Rica y a las demás universidades públicas y privadas del país:

- ✓ Fomentar la vinculación de la academia y la sociedad, mediante la promoción de la Investigación – Acción – Participativa, de manera que se contribuya al saber teórico y que a la vez genere productos concretos que beneficien a las poblaciones de estudio.
- ✓ Promover la investigación en el tema de la migración femenina y el trabajo doméstico en Costa Rica, a fin de denunciar las relaciones de explotación que se tejen en estas circunstancias y promover acciones que contrarresten este tipo de violencia.
- ✓ Impulsar el estudio de los derechos de las mujeres, sobre todo aquellos referentes a lo sexual y reproductivo, pues han sido históricamente invisibilizados y relegados.



Se recomienda al Estado de Costa Rica:

- ✓ Generar mejores mecanismos que controlen la evasión de las responsabilidades patronales que cometen los empleadores de las trabajadoras domésticas, especialmente de las mujeres migrantes; y retribuyan de forma retroactiva las cuotas correspondientes al tiempo de laborar que tiene la trabajadora.

Se recomienda al Estado de Nicaragua a través de su Embajada en Costa Rica:

- ✓ Velar por los derechos de las personas trabajadoras nicaragüenses y amparar los procesos de denuncia que éstas interpongan ante el Ministerio de Trabajo y Seguridad Social, apoyando y asesorando a las personas trabajadoras en la obtención de sus derechos. De manera especial a las mujeres trabajadoras domésticas, a quienes se violentan sus derechos de una manera frecuente e invisibilizada.

Se recomienda a los centros de salud privados:

- ✓ Realizar ferias de salud de forma periódica con especial atención a las personas migrantes, especialmente las mujeres, para que puedan acceder a exámenes ginecológicos y a servicios de salud a través de precios accesibles.

Se recomienda a los centros educativos públicos y privados del país

- ✓ Fomentar el tema de la educación sexual y los derechos ligados a ésta, de manera que las nuevas generaciones puedan transformar modelos de violencia hacia las mujeres que han sido instaurados históricamente por la cultura patriarcal.

Finalmente, se recomienda a las instituciones públicas y privadas del país, así como a la sociedad en general promover una conciencia de respeto a los derechos de las mujeres y suscitar el reconocimiento de la importancia del trabajo doméstico remunerado en la

sociedad. De la misma forma se recomienda a todas las personas exigir respeto por la población migrante que trabajan en Costa Rica, y denunciar cualquier situación de discriminación, explotación y xenofobia en la que se vean insertas, con el fin de evitar la complicidad de las dinámicas de odio en las que muchas se encuentran.

## BIBLIOGRAFÍA

- ACNUR, (2006) La herramienta de ACNUR para el Diagnóstico Participativo en las Operaciones. Organización de Naciones Unidas, Ginebra.
- Aguilar, L.; Ayales, I. y Rodríguez, G. (1997) Género y figura no son hasta la sepultura: guía para la construcción de relaciones de equidad en iniciativas de desarrollo sostenible. San José, Costa Rica: UICN.
- Arguedas, G. (2012) Entrevista personal. San José, Costa Rica.
- Arre, M. (2011). Comercio de esclavos: mulatos criollos en coquimbo o circulación de esclavos de “reproducción” local, siglos XVIII-XIX. Una propuesta de investigación. Cuadernos de Historia 35 Departamento de Ciencias Históricas Universidad de Chile, 61-91.
- Asamblea General de las Naciones Unidas. (20 de 12 de 1993). Declaración sobre la Eliminación de la Violencia contra la Mujer. Resolución 48/104.
- Asamblea Legislativa de Costa Rica. (2009). Ley N° 8726 Reforma al Capítulo Octavo del Código de Trabajo sobre el Trabajo Domestico Remunerado. San José.
- Asociación Demográfica Costarricense. (2004). Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos en Costa Rica. San José.
- Ávila, J. (2011). Mapa de redes personales. Una herramienta para el estudio de las remesas económicas y sociales con EgoNet. Periferia.
- Badilla, A., & Aguilar, V. (2003). Actualización del marco legal en materia de derechos sexuales y reproductivos en Costa Rica. “Del derecho al hecho hay mucho trecho. Fondo de Población de Naciones Unidas (UNFPA).
- Baumeister, E., Fernández, E. y Acuña, G. (2008). Estudio sobre las Migraciones Regionales de los Nicaraguenses. Guatemala: Editorial de Ciencias Sociales.
- Camacho, K. (2011) Entrevista personal. San José, Costa Rica.
- Castro, C. (2002). Migración Nicaragüense en Costa Rica: población, empleo y necesidades básicas insatisfechas. San José: FLACSO-COSTA RICA.
- Centro de Estudios y Publicaciones CEP-Alforja. (2010). De Cuidadoras Globales a Ciudadanas Plenas: Mujeres, Trabajos y Cuidados. San José: CEP-Alforja.
- Centro de Estudios y Publicaciones CEP-Alforja. (2010). Levantando velos. Presupuestos para la Vida. Miradas desde las Mujeres y desde la Migración. San José: CEP-Alforja.
- Centro de Estudios y Publicaciones CEP-Alforja. (2010). Oír y Ver para Pedir Cuentas desde Nuestro Bien-Estar. San José: CEP- Alforja.
- Centro de Estudios y Publicaciones CEP-Alforja. (2010). Rostros y Rastros Femeninos de la Migración. San José, Costa Rica: CEP-Alforja.
- Chen, M., Rosero, L., Brenes, G., León, M., González, M. I. y Vanegas, J. (2001). Salud reproductiva y Migración Nicaragüense en Costa Rica 1999-2000: Resultados de

- una Encuesta Nacional de Salud Reproductiva. San José: Programa centroamericano de Población de la Escuela de Estadística & Instituto de Investigaciones en Salud, Universidad de Costa Rica.
- Chodorow, N. (1984). *El Ejercicio de la Maternidad. Psicoanálisis y Sociología de la Maternidad y Paternidad en la Crianza de los Hijos*. España: Gedisa.
- CLADEM. (2007). *Manifiesto por una Convención Interamericana de los Derechos Sexuales y Reproductivos (Versión Abreviada)*. Perú.
- Colectiva por el Derecho a Decidir. (2010). *Lo que necesitas saber sobre el aborto*. Obtenido de <http://www.colectiva-cr.com/node/92>
- Comisión Económica para América Latina y El Caribe (CEPAL). (2009). *30 años de la CEDAW en América Latina*. Recuperado el 2 de Julio de 2011, de <http://www.eclac.org/>
- Consejo Nacional de la Mujer. (2006). *Decir Mujer es Decir Trabajo, Metodologías para la Medición del uso del tiempo con perspectiva de Género*. Argentina: Embajada de España en Argentina & Agencia Española de Cooperación Internacional.
- Corrales, J.; Núñez, M. y Robles, R. (2004) *De mujer a mujer: aprendiendo juntas sobre nuestros derechos sexuales y reproductivos. Manual de capacitación*. San José; Alianza de Mujeres Costarricenses; Asamblea de Cooperación para la Paz.
- Cortés, P. (2005). *Mujeres Migrantes en América Latina y el Caribe: derechos humanos, mitos y duras realidades*. programa Regional de Población y Desarrollo. Centro Latinoamericano y Caribeño de Demografía (CELADE) - División de Población/ Fondo de Población de las Naciones Unidas. Santiago, Chile: Serie: Población y Desarrollo.
- Family Care International. (1995). *Compromisos para la Salud y los Derechos Sexuales y Reproductivos de Todos. Marco de Acción*. Nueva York: Family Care International.
- Fondo de Desarrollo de las Naciones Unidas para la Mujer (UNIFEM) y Agenda Económica de las Mujeres (AGEM). (2010). *La Institucionalización Sociocultural y Jurídica de la Desigualdad: El Trabajo Doméstico remunerado en Costa Rica*. San José, Costa Rica: Consejo de Ministras de la Mujer de Centroamérica del sistema de Integración Centroamericana (COMMCA/SICA).
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia UNICEF. (2009). *Estado Mundial de la Infancia 2009*. Nueva York: UNICEF.
- Fondo de Población para las Naciones Unidas (UNFPA). (2011). *Salud sexual y reproductiva, VIH/SIDA y violencia sexual en jóvenes y mujeres migrantes*.
- Fonseca, K. (2008). *Feminismo y Mujeres Migrantes en Costa Rica. Articulaciones pendientes en torno al trabajo doméstico remunerado*. Encuentro (Nº 80), 57-70.
- Fruttero, A., & Wennerholm, C. (2008). *Migración Nicaragüense: un análisis con perspectiva de género*. Serie Cuadernos de Género para Nicaragua. Nicaragua: Banco Mundial y Banco Interamericano de Desarrollo (BID).
- Fundación Arias para la Paz y el Progreso Humano y Universidad Nacional de Costa Rica. (2009). *Redes sociales migratorias de mujeres en Centroamérica*. San José.

- Gaytán, A. (2008). Mujeres Cruzando Fronteras: La Feminización de las Migraciones y la incorporación de la Teoría del Género a las Teorías Migratorias. Antología del Diplomado de Feminismo , 1-14.
- Goldade, K. (2007). Reproducción transnacional: la salud reproductiva, las limitaciones y las contradicciones para las migrantes laborales nicaragüenses en Costa Rica. En C. Sandoval, El mito roto. Inmigración y emigración en Costa Rica (págs. 233-260). San José: Editorial Universidad de Costa Rica.
- Gregorio, C. (1998). Migración Femenina. Su Impacto en las Relaciones de Género. Madrid: Narcea, S. A.
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, L. (2010). Metodología de la Investigación (5ta ed.). Chile: Mc Graw Hill.
- Herrera, R. (2006). La Perspectiva Teórica en el Estudio de las Migraciones. México D.F.: Siglo XXI Editores, S.A.
- Hidalgo, R. (2011). Identidad femenina, experiencias migratorias y trabajo doméstico en Costa Rica. Un acercamiento psicosocial y feminista. San José, Costa Rica.
- Imagen de portada documento metodológico. (2010). Obtenido de Derechos Sexuales y Reproductivos en Colombia: <http://yeralcata.wordpress.com/concepto-de-derechos-sexuales/>
- Informe Anual de Amnistía Internacional. (2012). El estado de los derechos humanos en el mundo.
- Instituto de la Mujer de España; Asamblea de cooperación para la Paz y Asociación Alianza de Mujeres Costarricenses. (2004). De Mujer a Mujer: Aprendiendo Juntas sobre Nuestros Derechos Sexuales y Reproductivos. Manual de Capacitación. San José, Costa Rica.
- Instituto Interamericano de Derechos Humanos (IIDH). (2003). Promoción y Defensa de los Derechos Reproductivos: Nuevo Reto para las Instituciones Nacionales de Derechos Humanos. San José, Costa Rica.
- Instituto Nacional de las Mujeres - México. (2004). El trabajo doméstico no remunerado en México. Obtenido de <http://132.248.35.1/bibliovirtual/Libros/Pedrero/pp13-26.pdf>
- Instituto Nacional de las Mujeres - México. (2006). Salud sexual y reproductiva de mujeres migrantes. México.
- Jutinico, A. (2009). Empoderamiento psicosocial de mujeres migrantes nicaragüenses en Costa Rica. Estudio de sistematización. San José, Costa Rica: Fundación Cenderos, Forum Psicosocial para las Migraciones (FPM) y Groupe Volontaires outre-mer (GVOM)- Suiza.
- Kinsey, A. (1953). Comportamiento sexual de la mujer . Estados Unidos.
- Lagarde, M. (1992). Identidad y Subjetividad Femenina. Memoria del curso impartido por la Dra. Marcela Lagarde. Managua: Colectivo de Trabajo Puntos de Encuentro.
- Lagarde, M. (1995). Género y Poderes. México: Instituto de Estudios de la Mujer, Universidad nacional Autónoma de México .

- Lagarde, M. (2005). Los cautiverios de las mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas. México: Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM).
- Lamas, M. (2006). Feminismo, transmisiones y retransmisiones. México: Santillana ediciones Generales.
- Lara, C. (2009). Capacitación en Derechos Sexuales y Reproductivos con Mujeres de la Comunidad de Moravia: Descubriendo el concepto de Sexualidad Integral. Informe Final de Práctica Dirigida para optar por el grado de Licenciatura en Psicología. Universidad de Costa Rica, Facultad de Ciencias Sociales.
- Lerussi, R. (2008) Trabajo doméstico y migraciones de mujeres en Latinoamérica, el caso de las nicaragüenses en Costa Rica. En Anuario de Estudios Centroamericanos Universidad de Costa Rica, 33-34 (págs. 183-203). San José: Editorial Universidad de Costa Rica.
- Lerussi, R. (2008). Trabajadoras domésticas nicaragüenses en Costa Rica. En las Encrucijadas de un Debate Feminista. Instituto de la Mujer, España.
- Loría, R. (2007). Vulnerabilidad a la violencia en la inmigración: mujeres nicaragüenses y panameñas en el tránsito migratorio hacia Costa Rica. En C. Sandoval, El Mito Roto. Inmigración y Emigración en Costa Rica (págs. 221-232). San José: Editorial Universidad de Costa Rica.
- MacKinnon, C. (1982). Feminismo, marxismo, método y Estado: una agenda para la Teoría. Signs.
- Martínez, J. (2003). El mapa migratorio de América Latina y el Caribe, las mujeres y el género. Proyecto Regional de Población CELADE.
- Masís, K. y Paniagua, L. (2006). Sexualidad y Racialización: las vivencias de las y los adolescentes inmigrantes nicaragüenses residentes en Tirrases, 2005. Tesis de Licenciatura en Sociología. Universidad de Costa Rica, Facultad de Ciencias Sociales.
- Mesa, S. (2012) Entrevista personal. San José, Costa Rica.
- Ministerio de Salud y Instituto Nacional de estadística y Censos (INEC) . (2011). Vigilancia de la Salud . San José: Unidad de seguimiento de indicadores de salud.
- Ministerio de Salud; Asociación Demográfica Costarricense (ADC); Centro Centroamericano de Población (CCP); Caja Costarricense del Seguro Social (CCSS) y Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA). (2010). Encuesta Nacional de Salud Sexual y Reproductiva 2010. San José, Costa Rica.
- Ministerio de Sanidad y Política Social de España. (2009). Estrategia Nacional de Salud Sexual y Reproductiva.
- Mora, L. (2006). Globalización, migración internacional y división sexual del trabajo. Una mirada desde el género y los derechos reproductivos . CEPAL.
- Morales, A. (2008). Inmigración en Costa Rica: características sociales y laborales, integración y políticas públicas. Centro Latinoamericano y Caribeño de Demografía (CELADE) - División de población de la CEPAL. Santiago, Chile: Serie: Población y Desarrollo.

- Mujeres y Género en América Latina. (s.f.). Lo público y lo privado. Obtenido de [http://www.lai.fu-berlin.de/es/e-learning/projekte/frauen\\_konzepte/projektseiten/konzeptebereich/bar\\_pub\\_priv/contexto.html](http://www.lai.fu-berlin.de/es/e-learning/projekte/frauen_konzepte/projektseiten/konzeptebereich/bar_pub_priv/contexto.html)
- OIM; ACNUR y RROCM. (2008). Seminario sobre Mujer y Migración. San Salvador: Conferencia Regional sobre Migración.
- Organización Internacional para las Migraciones (OIM) y Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA). (2008). Estudio Binacional (Nicaragua-Costa Rica) Sobre la Incidencia de la Migración en las Mujeres. San José, Costa Rica.
- Organización Internacional para las Migraciones (OIM) y Fondo de Población de Naciones Unidas (UNFPA). (2008). Estudio Binacional (Nicaragua- Costa Rica) sobre la incidencia de la migración en las mujeres.
- Organización Naciones Unidas. (1968). Proclamación de la Conferencia Internacional de Derechos Humanos, Teherán 1968. Teherán: ONU.
- Organización Panamericana de la Salud (OPS) - World Association for Sexual Health (WAS). (2009). Salud Sexual para el Milenio. Declaración y Documento Técnico. Washington D. C.
- Organización Panamericana de la Salud (OPS) y World Association for Sexual Health (WAS). (2009). Salud Sexual para el Milenio. Declaración y Documento Técnico. Washington D. C.
- Organización Panamericana de la Salud. (2004). Indicadores Básicos para el Análisis de la Equidad de Género en Salud. Washington, D. C.: Biblioteca Sede OPS.
- Oso, L. (2006). Migración, género y hogares transnacionales. España: Universidad de Coruña.
- Paniagua, L. (2007). Situación Sociolaboral de la Población Nicaraguense en Costa Rica. Revista de Ciencias Sociales, Universidad de Costa Rica , 57-71.
- Paniagua, L. (2012) Entrevista personal. San José, Costa Rica.
- Pereda, C., Prada, M. Á. y Actis, W. (2003). Investigación Acción Participativa. Propuesta para un Ejercicio Activo de la Ciudadanía. Madrid.
- Perez, A. (2010). Cadenas Globales de cuidado: ¿Qué derechos para un regimen global de cuidados justo? Santo Domingo, República Dominicana: Instituto Internacional de Investigaciones y Capacitación de las Naciones Unidas para la promoción de la Mujer.
- Periódico Digital crhoy.com. (31 de julio de 2012). Despido de Viceministra: ¿Doble moral, Presidenta? Obtenido de <http://www.crhoy.com/despido-de-viceministra-doble-moral-presidenta/>
- Periódico Feminista Mujeres en Red. (2007). Empoderamiento de las Mujeres. Obtenido de Claves del feminismo: <http://www.mujeresenred.net/spip.php?article1307>
- Programa Centroamericano de Población (PCP) y el Instituto de Investigaciones en Salud (INISA) de la Universidad de Costa Rica. (2001). Informe de la encuesta nacional de salud reproductiva y migración nicaragüense en Costa Rica . San José.

- Programa Estado de la Nación - Informe III: Estado de la Región en Desarrollo Humano Sostenible. (2008). Capítulo 6: El desafío de no expulsar a los habitantes. San José, Costa Rica.
- Puleo, A. (1992). *Dialéctica de la Sexualidad. Género y Sexo en la Filosofía Contemporánea*. Universidad de Valencia: Ediciones Cátedra.
- Sagot, M. (2001). *Ruta Crítica de las Mujeres afectadas por la Violencia Intrafamiliar en 10 países de América Latina*. Programa Mujer Salud y Desarrollo, Organización Panamericana de la Salud.
- Sagot, M. y Guzmán, L. (2004). *Informe Final. Encuesta Nacional de Violencia contra las Mujeres*. San José: Centro de Investigación en Estudios de la Mujer, Universidad de Costa Rica .
- Sala Tercera de la Corte Suprema de Justicia de Costa Rica. (22 de Diciembre de 1994). *Observatorio de Justicia y Género*. Recuperado el 12 de Marzo de 2013, de Resolución 600-F-94: [http://observatoriojyg.org/index.php?option=com\\_content&view=article&id=353](http://observatoriojyg.org/index.php?option=com_content&view=article&id=353)
- Salama, P. (2008). *Informe sobre la Violencia en América Latina*. Consejo Europeo, Dirección General de la Educación.
- Sandoval, C. (2002). *Otros amenazantes: los nicaragüenses y la formación de identidades nacionales en Costa Rica*. San José: Editorial Universidad de Costa Rica.
- Sandoval, C. (2008). *Otros amenazantes. Los nicaragüenses y la formación de identidades nacionales en Costa Rica*. San José: Editorial Universidad de Costa Rica.
- Sandoval, C. (Editor). (2007). *El mito roto: Inmigración y emigración en Costa Rica*. San José: Editorial Universidad de Costa Rica.
- Sandoval, C., Brenes, M., & Paniagua, L. (2012). *La dignidad vale mucho. Mujeres nicaragüenses forjan derechos en Costa Rica*. San José: Editorial Universidad de Costa Rica.
- Solís, A. (2007). *Con la Historia Pegada en la Piel, La Experiencia Migratoria de las Mujeres Nicaragüenses en Costa Rica*. Tesis para optar por el grado de Doctorado en Educación . San José: Universidad de Costa Rica, Sistema de Estudios de Posgrado.
- Soto, C. (2005). *Inclusión de los Derechos sexuales y los Derechos reproductivos en los Derechos económicos, sociales y culturales*. Informativo Mujer , 41-46.
- Subirats, M. (1998). *La Educación de las Mujeres: De la Marginalidad a la Coeducación*. Serie Mujer y Desarrollo (CEPAL).
- Trejos, A. (2007). *Metodologías participativas para el interaprendizaje con enfoque de género y derechos humanos, reflexiones desde las oficinas municipales de la mujer*. San José: Instituto Nacional de las Mujeres (INAMU).
- Valladares, L. (2000). *Derechos Sexuales*. Ecuador: Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales .



Zamora, A., Quirós, E. y Fernández, M. (1996). *Voy Paso a Paso... Empoderamiento de las Mujeres, Negociación Sexual y Condón Femenino*. San José, Costa Rica: INCIENSA.

### **Entrevistas de las Participantes**

Amanda (seudónimo) (Setiembre de 2012). Entrevista personal realizada durante la investigación. (C. Sánchez, Entrevistadora) Arango, J. (2003). *La explicación teórica de ls migraciones: luz y sombra*. México: Migración y Desarrollo.

Angélica (seudónimo) (Setiembre de 2012). Entrevista personal realizada durante la investigación. (C. Sánchez, Entrevistadora)

Aurora (seudónimo) (Setiembre de 2012). Entrevista personal realizada durante la investigación. (C. Sánchez, Entrevistadora)

Esperanza (seudónimo) (Setiembre de 2012). Entrevista personal realizada durante la investigación. (C. Sánchez, Entrevistadora)

Estela (seudónimo) (Setiembre de 2012). Entrevista personal realizada durante la investigación. (C. Sánchez, Entrevistadora)

Laura (seudónimo) (Setiembre de 2012). Entrevista personal realizada durante la investigación. (C. Sánchez, Entrevistadora)

Lucrecia (seudónimo) (Setiembre de 2012). Entrevista personal realizada durante la investigación. (C. Sánchez, Entrevistadora)

Roxana (seudónimo) (Setiembre de 2012). Entrevista personal realizada durante la investigación. (C. Sánchez, Entrevistadora)

# ANEXOS

## ANEXO 1: CONSENTIMIENTO INFORMADO



**UNIVERSIDAD DE COSTA RICA**  
**VICERRECTORÍA DE INVESTIGACIÓN**  
**COMITÉ ÉTICO CIENTIFICO**  
Teléfonos: (506) 2511-4201 Telefax: (506) 2224-9367

Escuela de Sociología

### FÓRMULA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO (Para ser sujeto de investigación)

El Ejercicio de los Derechos Sexuales y Reproductivos.  
El caso de las Trabajadoras Domésticas de la Red de Mujeres Nicaragüenses en Costa Rica.

Nombre de la Investigadora: Carolina Sánchez Hernández

Nombre de la participante: \_\_\_\_\_

**A. PROPÓSITO DEL PROYECTO:** Esta investigación es realizada por la estudiante de la Universidad de Costa Rica: Carolina Sánchez Hernández, para obtener el grado de licenciatura en la carrera de Sociología. Con este estudio se pretende describir y analizar el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres dedicadas al trabajo doméstico que pertenecen a la red de mujeres nicaragüenses en Costa Rica. Asimismo se espera construir con las mujeres participantes una metodología de trabajo que ellas puedan proponer, desarrollar y replicar en materia de derechos sexuales y reproductivos.

La intervención de las participantes en este proyecto consistirá en asistir a las 6 ó 7 sesiones programadas con una duración aproximada de dos horas, en las instalaciones de CENDEROS ubicadas en Sabanilla de Montes de Oca, en las fechas a convenir de manera conjunta con la estudiante.

**B. ¿QUÉ SE HARÁ?:** Se le brindará una explicación detallada acerca del proyecto y se le evacuarán todas las dudas que usted tenga, se le entregará un material escrito acerca de las actividades del proyecto, se le aplicará un cuestionario acerca de diversos aspectos de su vida personal y laboral, el cuestionario no tendrá su nombre y usted responderá solo lo que desee. Además, se le invitará a participar en una serie de dinámicas grupales que abarcarán diversos temas acerca de sus derechos sexuales y reproductivos, también se le solicitará una cita para realizarle una entrevista a profundidad en el momento y lugar en el que usted tenga disponibilidad, se le invitará a dar su opinión personal acerca de diversos temas ya sea basados en su conocimiento o en sus experiencias personales y se le convocará a la devolución de los resultados de la investigación. Las sesiones serán fotografiadas y

grabadas en audio y video únicamente con el fin de documentar la información y realizar un correcto procesamiento de los datos. Ninguna fotografía ni video que contenga su rostro serán publicados por ningún medio. Únicamente se publicarán en el informe de investigación las fotografías de carteles, dibujos u otros materiales confeccionados en las sesiones de trabajo siempre y cuando no contengan el nombre de ninguna de las participantes.

**C. RIESGOS:** Su participación en este estudio no representará ningún riesgo para su integridad, su estatus legal-migratorio o la seguridad suya y de su familia.

**D. BENEFICIOS:** Como resultado de su participación en este proyecto, el beneficio que obtendrá será el intercambio de conocimientos con las demás participantes del estudio y con la investigadora acerca del ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos. Asimismo podrá participar abiertamente en la elaboración de una metodología de capacitación en materia de derechos sexuales y reproductivos que usted podrá replicar con otras personas. Además estará convocada a la devolución de resultados cuando finalice el proceso de investigación.

**E.** Antes de dar su autorización para este estudio usted debe haber hablado con la estudiante Carolina Sánchez Hernández y ella debe haber contestado satisfactoriamente todas sus preguntas. Si quisiera más información más adelante, puede obtenerla llamando a Carolina Sánchez al teléfono 8917 7170. Además, puede consultar sobre los derechos de los Sujetos Participantes en Proyectos de Investigación a la Dirección de Regulación de Salud del Ministerio de Salud, al teléfono 22-57-20-90, de lunes a viernes de 8 a.m. a 4 p.m. Cualquier consulta adicional puede comunicarse a la Vicerrectoría de Investigación de la Universidad de Costa Rica **a los teléfonos 2511-4201 ó 2511-5839**, de lunes a viernes de 8 a.m. a 5 p.m.

**F.** Recibirá una copia de esta fórmula firmada para su uso personal.

**G.** Su participación en este estudio es voluntaria. Tiene el derecho de negarse a participar o a discontinuar su participación en cualquier momento, sin que esta decisión represente ningún perjuicio para usted.

**H.** Su participación en este estudio es confidencial, los resultados podrían aparecer en una publicación científica o ser divulgados en una reunión científica pero de una manera anónima excepto cuando la ley obligue a la investigadora a informar sobre situaciones de maltrato o abandono.

**I.** No perderá ningún derecho legal por firmar este documento.

## CONSENTIMIENTO

He leído o se me ha leído, toda la información descrita en esta fórmula, antes de firmarla. Se me ha brindado la oportunidad de hacer preguntas y éstas han sido contestadas en forma adecuada. Por lo tanto, accedo a participar como sujeto de investigación en este estudio

---

Nombre, cédula y firma del sujeto  
fecha

---

Nombre, cédula y firma del testigo  
fecha

---

Nombre, cédula y firma del Investigador que solicita el consentimiento  
fecha

---

NUEVA VERSIÓN FCI – APROBADO EN SESION DEL COMITÉ ÉTICO  
CIENTÍFICO (CEC) NO. 149 REALIZADA EL 4 DE JUNIO DE 2008.

CELM-Form.Consent-Form 06-08

## ANEXO 2: INSTRUMENTO DE CUESTIONARIO

### CUESTIONARIO

**Instrucciones:** El siguiente cuestionario forma parte de un proyecto de investigación llamado *El Ejercicio de los Derechos Sexuales y Reproductivos. El caso de las Trabajadoras Domésticas de la Red de Mujeres Nicaragüenses en Costa Rica*. La información que me otorgue será totalmente confidencial y se utilizará únicamente para fines académicos, no será necesario que me dé su nombre.

#### CARACTERÍSTICAS PERSONALES

- 1) Edad: \_\_\_\_\_.
- 2) Escolaridad (opción múltiple):  
 No lee ni escribe       Lee y escribe       Primaria Incompleta  
 Primaria Completa       Secundaria Incompleta       Secundaria Completa  
 Parauniversitaria       Universitaria       Cursando Estudios       Cursos Libres
- 3) Cantidad de tiempo de vivir en Costa Rica: \_\_\_\_\_.
- 4) Desde que llegó a Costa Rica por primera vez, ¿Alguna vez ha viajado a Nicaragua?  
 Sí       No (Pase a la pregunta 6)
- 5) Frecuencia con la que viaja a Nicaragua:  
 Más de 2 veces al año       2 veces al año       1 vez al año       Menos de 1 vez al año
- 6) El lugar donde usted vive es  
 Propio       Alquilado       Prestado       Vive en el lugar de trabajo (Pase a la pregunta 8)  
 Otro: \_\_\_\_\_
- 7) ¿Con cuántas personas comparte su vivienda? \_\_\_\_\_.

#### CARACTERÍSTICAS DEL EMPLEO

- 8) ¿Hace cuanto tiempo se dedica al trabajo doméstico? \_\_\_\_\_.
- 9) ¿Cuándo vivía en Nicaragua se dedicaba a algo distinto al trabajo doméstico?  
 Sí. ¿A qué se dedicaba? \_\_\_\_\_.  
 No

**10) Aproximadamente, ¿Cuánto gana por mes cómo trabajadora doméstica?**

\_\_\_\_\_.

**11) ¿Envía dinero a Nicaragua?** [ ] Sí [ ] No (Pase a la pregunta 13)

**12) ¿Cuántas personas en Nicaragua dependen de su salario?** \_\_\_\_\_.

**13) ¿Cuántas personas en Costa Rica dependen de su salario?** \_\_\_\_\_.

**14) ¿Actualmente, en cuántas casas, oficinas, edificios, etc. realiza trabajo doméstico?**

\_\_\_\_\_.

**15) En el lugar donde actualmente trabaja, tuvo una contratación**

[ ] De Palabra [ ] Escrita

**16) ¿Cuál es su horario de trabajo?**

[ ] Lunes / Cantidad de horas \_\_\_\_\_.

[ ] Martes / Cantidad de horas \_\_\_\_\_.

[ ] Miércoles / Cantidad de horas \_\_\_\_\_.

[ ] Jueves / Cantidad de horas \_\_\_\_\_.

[ ] Viernes / Cantidad de horas \_\_\_\_\_.

[ ] Sábado / Cantidad de horas \_\_\_\_\_.

[ ] Domingo / Cantidad de horas \_\_\_\_\_.

**17) Para llegar a su lugar de trabajo**

[ ] Se desplaza diariamente (Pase a la pregunta 19)

[ ] Duerme en su lugar de trabajo algunos días de la semana

[ ] Duerme en su lugar de trabajo toda la semana

**18) El espacio donde usted duerme en su lugar de trabajo, ¿Posee alguna de las siguientes características?**

[ ] Es un cuarto para usted sola

[ ] Tiene baño propio

[ ] Tiene privacidad

[ ] Tiene electricidad

[ ] Tiene ventilación

[ ] Tiene cerradura por dentro

[ ] Tiene llave por fuera

[ ] Es un espacio que usted considera pequeño

- Es un espacio muy viejo o dañado
- Tiene mal olor
- Es incómodo
- Es inseguro
- Es utilizado como bodega o para guardar cosas viejas.

**19) ¿Usted actualmente tiene Seguro Social?**

- Sí

**¿Qué tipo de seguro tiene?**

- 1. Asalariado
- 2. Mediante convenio (asociaciones, sindicatos, cooperativas, etc)
- 3. Cuenta propia (voluntario)
- 4. Por el Estado (Incluye familiar asegurado por el Estado)
- 5. Familiar de asegurado directo (asalariado, convenio, voluntario)
- 6. Pensionado del régimen no contributivo por monto básico
- 7. Pensionado del régimen IVM de la C.C.S.S.
- 8. Familiar de pensionado
- 9. Otras formas (seguro de estudiante, refugiado, otros)
- 10. NS/NR

- No

**¿Por cuál motivo su patrono o patrona no la asegura?**

---

---

---

---

---

**20) En su trabajo actual, ¿usted posee alguna de las siguientes garantías?**

- Operadora de pensiones
- Jornada laboral máxima
- Incapacidades
- Licencia de Maternidad
- Vacaciones
- Feriados
- Aguinaldo



Salario Mínimo

Pago de horas extra

21) Dentro de las tareas que usted realiza en su espacio de trabajo, ¿considera que alguna es riesgosa o peligrosa para su salud o su integridad personal?

Sí. ¿Cuál o cuáles tareas? \_\_\_\_\_  No

22) ¿Su espacio de trabajo es insalubre, estrujado o inseguro?

Sí  No

23) Además de realizar su trabajo doméstico, ¿Usted también está encargada de la vigilancia de la casa?

Sí  No

### CARACTERÍSTICAS DE GÉNERO

24) Estado Civil:

Soltera  Casada  Separada  Divorciada  Unión libre

Otro: \_\_\_\_\_.

25) ¿Actualmente tiene pareja?

Sí  No (Pase a la pregunta 27)

26) ¿Cuánto tiempo tiene de ser pareja de esa persona? \_\_\_\_\_.

27) ¿Usted tiene hijos o hijas?

Sí. ¿Cuánt@s? \_\_\_\_\_.  No (Pase a la pregunta 31)

28) ¿Qué edad tiene (n) su (s) hijo (s) y/o hija (s)?

\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_,  
\_\_\_\_\_,  
\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_,  
\_\_\_\_\_.

29) ¿Cuál era su estado civil al momento de su primer embarazo?

Soltera  Casada  Separada  Divorciada  Unión libre

Otro: \_\_\_\_\_.

30) ¿Cuántos años tenía al momento de su primer embarazo? \_\_\_\_\_.

(Pase a la pregunta 32)

31) ¿Alguna vez ha estado embarazada?

Sí                     No (Pase a la pregunta 33)

**32) ¿Ha tenido embarazos que no han llegado a su término?**

Sí                     No

**33) ¿Alguna vez pensó cuántos hijos e hijas le hubiese gustado tener?**

Sí. ¿Cuánt@s? \_\_\_\_\_.                     No

**34) En su lugar de trabajo, ¿Cuántas personas en total dependen de sus cuidados?**

\_\_\_\_\_.

**35) En su lugar de trabajo, ¿Hay menores de edad, personas adultas mayores o personas con discapacidad que dependen de su cuidado?**

Sí. ¿Cuánt@s?    Menores de Edad \_\_\_\_\_.    Adultas Mayores \_\_\_\_\_.

Personas con Discapacidad \_\_\_\_\_.

No

**36) En su familia, ¿Cuántas personas en total dependen de sus cuidados?**

\_\_\_\_\_.

**37) En su familia, ¿Hay menores de edad, personas adultas mayores o personas con discapacidad que dependen de su cuidado?**

Sí. ¿Cuánt@s?    Menores de Edad \_\_\_\_\_.    Adultas Mayores \_\_\_\_\_.

Personas con Discapacidad \_\_\_\_\_.

No

**38) ¿Alguna vez se ha enfrentado a las siguientes situaciones dentro o fuera de su lugar de trabajo?**

Se han burlado de usted.

La han tratado de manera desagradable por ser mujer.

La han tratado de manera desagradable por ser nicaragüense.

Le han quitado, robado o roto alguna de sus pertenencias, sus objetos personales, sus propiedades, etc.

La han golpeado.

La han amenazado.

La han empujado.

Le han gritado.

La han humillado.

- Ha sido jaloneada por el pelo, las orejas, los brazos, etc.
- La han forzado a tener relaciones sexuales.
- La han pateado o mordido.
- Se ha sentido perseguida o vigilada.
- Le han condicionado su trabajo solo si tiene relaciones sexuales.
- Le han ofrecido dinero, objetos, favores o viajes a cambio de tener relaciones sexuales.
- Ha sido tocada sexualmente contra su voluntad.
- Han tratado de ahorcarla, ahogarla, quemarla, o atacarla de alguna manera.

**DERECHOS SEXUALES Y DERECHOS REPRODUCTIVOS**

**39) ¿Alguna vez ha escuchado hablar acerca de los Derechos Sexuales y Reproductivos?**

- Sí  No (Pase a la Pregunta 41)

**40) ¿Podría describir qué son o mencionarme algunos?**

---



---



---



---



---

**41) Voy a leerle una lista de Derechos, dígame si considera que vivir esos derechos es muy importante, medianamente importante o poco importante:**

1. Derecho a vivir libre de violencia sexual.

- (3) Muy Importante     (2) Medianamente Importante     (1) Poco Importante  
 (0) NS/NR

2. Derecho a decidir cuándo, cómo y con quién se tiene relaciones sexuales.

- (3) Muy Importante     (2) Medianamente Importante     (1) Poco Importante  
 (0) NS/NR

3. Derecho a negarse a tener relaciones sexuales.

(3) Muy Importante     (2) Medianamente Importante     (1) Poco Importante  
 (0) NS/NR

5. Derecho al placer sexual.

(3) Muy Importante     (2) Medianamente Importante     (1) Poco Importante  
 (0) NS/NR

7. Derecho a decidir si quiere o no quiere casarse o juntarse.

(3) Muy Importante     (2) Medianamente Importante     (1) Poco Importante  
 (0) NS/NR

8. Derecho a separarse y/o divorciarse cuando lo desee.

(3) Muy Importante     (2) Medianamente Importante     (1) Poco Importante  
 (0) NS/NR

9. Derecho a saber sobre el contagio de infecciones de transmisión sexual y la manera de prevenirlas.

(3) Muy Importante     (2) Medianamente Importante     (1) Poco Importante  
 (0) NS/NR

10. Derecho a recibir información sobre la sexualidad.

(3) Muy Importante     (2) Medianamente Importante     (1) Poco Importante  
 (0) NS/NR

11. Derecho a ser atendida en centros de salud para consultar temas relacionados a la sexualidad.

(3) Muy Importante     (2) Medianamente Importante     (1) Poco Importante  
 (0) NS/NR

12. Derecho a tener relaciones sexuales sin buscar un embarazo.

(3) Muy Importante     (2) Medianamente Importante     (1) Poco Importante  
 (0) NS/NR

13. Derecho a tener o no tener hijos.

(3) Muy Importante     (2) Medianamente Importante     (1) Poco Importante  
 (0) NS/NR

14. Derecho a decidir la cantidad de hijos y el espaciamiento entre ellos.

(3) Muy Importante     (2) Medianamente Importante     (1) Poco Importante  
 (0) NS/NR

15. Derecho a no ser maltratada o despedida del empleo por tener hijos.

(3) Muy Importante     (2) Medianamente Importante     (1) Poco Importante  
 (0) NS/NR

16. Derecho a no ser maltratada o despedida del empleo por ser lesbiana, bisexual, o identificarse con cualquier otra forma de diversidad sexual.

(3) Muy Importante     (2) Medianamente Importante     (1) Poco Importante  
 (0) NS/NR

17. Derecho a utilizar métodos anticonceptivos seguros.

(3) Muy Importante     (2) Medianamente Importante     (1) Poco Importante  
 (0) NS/NR

19. Derecho al control prenatal.

(3) Muy Importante     (2) Medianamente Importante     (1) Poco Importante  
 (0) NS/NR

20. Derecho a la atención en el parto y el postparto.

- (3) Muy Importante     (2) Medianamente Importante     (1) Poco Importante  
 (0) NS/NR

21. Derecho a interrumpir el embarazo.

- (3) Muy Importante     (2) Medianamente Importante     (1) Poco Importante  
 (0) NS/NR

<b>42) ¿Cuándo fue la última vez que asistió a...?</b>	Hace menos de un año	Hace de 1 a 2 años	Hace de 2 a 5 años	Hace de 5 a 10 años	Hace más de 10 años	Nunca ha asistido
Consulta a Servicios de Salud						
Consulta a Ginecología						
Examen de Papanicolau						
Examen de Momografía						

**43) ¿Alguna vez le han pedido una prueba de embarazo para contratarla en un trabajo?**

- Sí             No

**44) ¿Actualmente utiliza métodos anticonceptivos?**

- Sí (Pase a la pregunta 46)             No

**45) ¿Alguna vez ha usado métodos anticonceptivos?**

- Sí  
 No. ¿Por qué?

---

(Pase a la pregunta 47)

**46) De los siguientes métodos cuál o cuáles ha utilizado al menos una vez**

- Condón masculino  
 Condón femenino  
 Diafragma  
 Pastilla anticonceptiva

- Parches anticonceptivos
- Inyecciones
- Espermicida
- Vasectomía
- Ligadura de trompas (Salpingectomía)

**47) ¿Sabe qué es la anticoncepción de emergencia?**

- Sí             No (Pase a la pregunta 49)

**48) ¿Alguna vez ha utilizado anticoncepción de emergencia?**

- Sí             No

**49) Usted se encuentra a favor o en contra del aborto en los siguientes casos**

Situaciones de Aborto	A Favor	En Contra	NS/NR
En caso de violación			
En caso de que esté en peligro la vida de la madre			
En caso de que el feto sea incompatible con la vida (Posee un serio problema que inevitablemente le causará un aborto espontáneo)			
En caso de que la madre tenga alguna discapacidad que le impida responsabilizarse de su hijo o hija.			
En caso de que la mujer no desee tener más hijos.			
En caso de que la mujer no quiera ser madre.			
En caso de que el aborto se realice entre las primeras quince semanas de embarazo.			
En cualquier caso en que la mujer lo decida.			

**50) ¿Actualmente practica usted alguna religión?**

- Sí             No ¿Cuál? \_\_\_\_\_.

**51) Para finalizar, ¿Podría contarme cómo se siente con el trabajo que tiene actualmente?**

---



---



---



---



---

*Le agradezco muchísimo su tiempo y su disposición.*

### ANEXO 3: INSTRUMENTO DE ENTREVISTA A PROFUNDIDAD

#### ENTREVISTA A PROFUNDIDAD SEMIESTRUCTURADA

Fecha: \_\_\_\_\_

Lugar: \_\_\_\_\_

Entrevistadora: \_\_\_\_\_

**Instrucciones:** La siguiente entrevista forma parte de un proyecto de investigación llamado *El Ejercicio de los Derechos Sexuales y Reproductivos. El caso de las Trabajadoras Domésticas de la Red de Mujeres Nicaragüenses en Costa Rica*. La información que me otorgue será totalmente confidencial y se utilizará únicamente para fines académicos, no será necesario que me dé su nombre.

Edad: \_\_\_\_\_

##### ✓ **Migración**

¿Podría contarme cómo era su vida en Nicaragua, antes de venirse para Costa Rica?

¿Cuál fue el principal motivo por el que decidió venirse? ¿Cuántos años tenía cuando se vino?

¿Me contaría cómo fue el recorrido de su migración? (Cuánto duró, por dónde se vino, con quién se vino, a dónde llegó, quién la recibió, dónde se quedó las primeras noches).

El proceso de migrar sin documentos es muy difícil, usted actualmente tiene documentos?

¿Alguna vez la han amenazado con la deportación?

##### ✓ **Empleo**

¿Fue muy difícil encontrar empleo acá en el país?

¿Cómo la tratan sus patrones?

¿De qué forma le pagan? (por horas, por semana, por quincena, por mes) ¿Le han atrasado la fecha de pago? ¿Con qué frecuencia? ¿Le han dicho que la comida y/o la dormida es parte del pago? ¿Usted come de la comida para toda la familia? ¿En qué parte de la casa come? ¿Le dan tiempo para sus horas de comida? ¿Le respetan su horario?

##### ✓ **Relaciones familiares, pareja y sexualidad**

¿Cómo es su relación con su familia?

¿Cómo se lleva con su pareja actual?

Si actualmente no tiene pareja ¿Cómo se llevaba con la última pareja que tuvo?



¿Usted tiene hijos? ¿Cuántos? ¿Le gustaría tener más? ¿A su pareja le gustaría tener más?  
¿Alguna vez ha tenido choques con su pareja porque usted quiere usar anticonceptivos y su pareja no? ¿Su pareja se interesa por usar anticonceptivos?  
¿Usted tiene personas cercanas que influyan sobre sus decisiones de tener o no hijos? (Su mamá, papá, amigas, vecinos, etc.)  
Si usa anticonceptivos, ¿De qué tipo usa? ¿Cómo los consigue? ¿Está satisfecha con los que usa? ¿Le han funcionado?  
Si tiene hijos, ¿Alguna vez fue a una cita médica durante su/s embarazo/s? ¿Cómo fue el/los parto/s? ¿Fue en la casa? ¿Le ayudó alguna partera? ¿En un hospital? Después del parto ¿Tuvo alguna complicación (infecciones, fiebres)?  
¿Qué tal es la comunicación que tiene con su pareja en temas relacionados a la sexualidad?  
¿De 1 a 10, cuál es su nivel de satisfacción de su relación de pareja actual o la última que tuvo?  
¿Su pareja tomó parte en la crianza o cuidado de su/s hijo/s?  
¿Su pareja hacía parte en las labores domésticas?  
¿Alguna vez se sintió o se ha sentido agredida por su pareja actual o alguna pareja anterior?  
¿De qué forma?  
¿Cuándo tomaban o toman alguna decisión lo discuten entre ambos? o ¿Les cuesta llegar a acuerdos?  
En su niñez o adolescencia, ¿alguien le habló o le explicó sobre temas de sexualidad?  
¿Qué opina acerca del placer de las mujeres en las relaciones sexuales?  
¿Qué opina acerca de la manera que las mujeres viven su sexualidad?  
¿Hay alguna/ persona/s o organización con la que usted siente que puede contar para compartirle o pedirle ayuda acerca de alguna situación o problema de su vida íntima o su vida personal?  
¿Le parece importante que haya espacios para discutir y compartir opiniones sobre los derechos y la sexualidad de las mujeres? ¿Por qué?

## ANEXO 4: AGENDAS DE TALLERES

### Sesión # 1: Presentación del Proyecto

**Fecha:** Domingo 29 de Abril, 2012

**Objetivo:** Presentar el proyecto a las mujeres convocadas por la Red con el fin de invitarlas a participar y evacuar todas sus dudas.

#### Agenda:

- ✓ 10:00 am Bienvenida e Introducción
- ✓ 10:15 am Presentación ¿De qué se trata el Proyecto?
- ✓ 10:40 am Invitación a que participen, evacuación de dudas
- ✓ 11:00 am Entrega, lectura y firma del Consentimiento Informado
- ✓ 11:15 am Entrega y revisión de materiales y fijación de la próxima fecha de reunión.
- ✓ 11:30 am Explicación del primer instrumento: el cuestionario
- ✓ 11:40 am Receso
- ✓ 12:00 md Aplicación de Cuestionarios
- ✓ 01:30 pm Agradecimiento y Despedida



## Sesión # 2: Diagnóstico I parte

**Fecha:** Domingo 13 de mayo, 2012

**Objetivo:** Reconocer las principales percepciones de las participantes en el tema del reconocimiento de su trabajo y de la relación con su cuerpo.

### Agenda:

- ✓ 10:00 am Bienvenida
- ✓ 10:15 am Dinámica de Presentación: Percepción del cuerpo: Yo me llamo.... Y la parte de mi cuerpo que más me gusta es...
- ✓ 11:00 am Dinámica de las manos: Reconocimiento de nuestro trabajo diario.
- ✓ 12:00 am Discusión de la dinámica en plenaria
- ✓ 12:30 pm Dinámica de Cierre: Todas somos parte del Proyecto
- ✓ 12:45 pm Refrigerio
- ✓ 01:30 pm Agradecimiento y Despedida



## Sesión # 3: Diagnóstico II parte

**Fecha:** Domingo 3 de Junio, 2012

**Objetivo:** Diagnosticar las principales percepciones, pensamientos y actitudes de las mujeres participantes respecto a la vivencia de los derechos sexuales y reproductivos (Específicamente percepción del cuerpo, vivir libre de Violencia, conceptos sobre sexualidad).

### Agenda:

- ✓ 10:00 am Bienvenida
- ✓ 10:15 am Dinámica sobre temas de interés: El Árbol de las Aspiraciones
- ✓ 11:00 am Dinámica de historias: Reconocer y dar derechos
- ✓ 11:30 am Discusión de la dinámica en plenaria
- ✓ 12:00 md Dinámica El dado de los conceptos: ¿Qué opinan acerca de...?
- ✓ 12:30 pm Dinámica de Cierre: Todas somos parte del Proyecto
- ✓ 12:45 pm Refrigerio
- ✓ 01:30 pm Agradecimiento y Despedida



## Sesión # 4: Conclusión del Diagnóstico

**Fecha:** Domingo 8 de Julio, 2012

**Objetivo:** Diagnosticar las principales percepciones, pensamientos y actitudes de las mujeres participantes respecto a la vivencia de los derechos sexuales y reproductivos. (Específicamente salud sexual y reproductiva, autocuidado, relaciones de pareja, migración y trabajo doméstico).

### Agenda:

- ✓ 10:00 am Bienvenida
- ✓ 10:15 am El juego de Preguntas y Respuestas: Infecciones de transmisión sexual, Métodos anticonceptivos, Control ginecológico, Autocuidado.
- ✓ 10:45 am Dinámica Siluetas: VIH/SIDA
- ✓ 11:30 am Dinámica La Pesca de Derechos: Relaciones de Pareja
- ✓ 12: 00 md Historia proyectiva de una mujer migrante trabajadora doméstica.
- ✓ 12:30 pm Dinámica de cierre: El círculo de asistencia.
- ✓ 12:45 pm Refrigerio
- ✓ 01:00 pm Agradecimiento y despedida





## Sesión # 5: Construcción de la Metodología de Derechos I parte

**Fecha:** Domingo 22 de julio, 2012

**Objetivo:** Consolidar en las participantes una conciencia de reconocimiento y empoderamiento en el acceso y el ejercicio de los derechos humanos.

### Agenda:

- ✓ 10:00 am Bienvenida,
- ✓ 10:05 am Entrega y Discusión de la Agenda
- ✓ 10:10 am Proyección de la Película *The Help* (Historias Cruzadas)
- ✓ 12:20 pm Dinámica individual: Identificación con personajes, percepciones,
- ✓ lo creíble y lo no creíble, sentimientos generados.
- ✓ 12:30 pm Discusión de la película y la dinámica en plenaria.
- ✓ 01:10 pm Dinámica de Cierre: Todas somos parte del Proyecto, colocación
- ✓ del nombre en el círculo de asistencia del proyecto.
- ✓ 01:20 pm Refrigerio
- ✓ 01:40pm Agradecimiento y Despedida



## **Sesión # 6: Construcción de la Metodología de Derechos II parte**

**Fecha:** Domingo 5 de Agosto, 2012

**Objetivo:** Consolidar en las participantes una conciencia de reconocimiento y empoderamiento en el acceso y el ejercicio de los derechos humanos.

### **Agenda:**

- ✓ 10:00 am Bienvenida, Presentación de la invitada Dra. Gabriela Arguedas
- ✓ 10:10 am Entrega y Discusión de la Agenda
- ✓ 10:20 am Presentación y discusión de preguntas generadoras en 3 partes
- ✓ 11: 30 pm Discusión de por qué los Derechos Sexuales y Reproductivos son Derechos Humanos.
- ✓ 12:10 pm Dinámica de Cierre: Todas somos parte del Proyecto, colocación del nombre en el círculo de asistencia del proyecto.
- ✓ 12:30 pm Refrigerio
- ✓ 01: 00 pm Agradecimiento y Despedida



## Sesión # 7: Cierre del Proyecto

**Fecha:** Domingo 23 de setiembre, 2012

**Objetivo:** Concluir el proyecto con una estrategia de cierre del proceso participativo.

### Agenda:

- ✓ 10:00 am Bienvenida e Introducción
- ✓ 10:15 am Dinámica de Cierre Metodología: Apropiarnos de las herramientas para la réplica de talleres.
- ✓ 11:30 am Video de cierre: Agradecimiento de la participación
- ✓ 12:00 md Dinámica de cierre: Todas somos parte del proyecto
- ✓ 12:30 am Evaluación del Proyecto
- ✓ 01:00 pm Entrega de títulos de agradecimiento
- ✓ 01:20 pm Almuerzo
- ✓ 02:00 pm Agradecimiento y Despedida





## **Sesión # 8: Devolución de Resultados**

**Fecha:** Domingo 18 de noviembre, 2012

**Objetivo:** Exponer a las participantes los resultados del proyecto y hacer entrega de una copia del documento metodológico a cada una de ellas

### **Agenda:**

- ✓ 10:00 am Bienvenida e Introducción
- ✓ 10:15 am Entrega de material
- ✓ 10:30 am Exposición de resultados
- ✓ 11:00 am Espacio para preguntas, comentarios y retroalimentación
- ✓ 11:45 am Cierre de la devolución
- ✓ 12:00 md Almuerzo
- ✓ 01:00 pm Agradecimiento y Despedida



## ANEXO 5: INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN

### EVALUACIÓN DEL PROYECTO

*El Ejercicio de los Derechos Sexuales y Reproductivos  
El caso de las Trabajadoras Domésticas  
de La Red de Mujeres Nicaragüenses en Costa Rica*

**Instrucciones:** Esta es una fórmula para evaluar y opinar acerca del proyecto en el que hemos participado y que hoy finaliza. ¿Cómo le pareció el abordaje de cada uno de estos aspectos?: Bueno, regular o malo.

Por favor marque con una X

		BUENO	REGULAR	MALO
15	Detección de problemáticas o temas a analizar.			
16	Trabajo de los temas con las participantes.			
17	Dinámicas para conocer lo que cada una opina.			
18	Capacidad para involucrar a las participantes en todo el estudio			
19	Nivel de comunicación entre la investigadora y las participantes			
20	Comprensión entre la investigadora y las participantes			
21	Intercambio de conocimientos investigadora y participantes			
22	Nivel de interés de las participantes			
23	Formulación de talleres para trabajar el tema de derechos			
24	Desarrollo de los talleres, cuestionario y entrevista			
25	Resultados de los talleres			
26	Oportunidad para opinar sobre los resultados del proceso			
27	Logro de cambios positivos en la realidad de las participantes			
28	Mejoramiento de prácticas sobre el tema de derechos			

29. Del 1 al 10, ¿Qué calificación le daría a todo el proyecto? \_\_\_\_\_

30. ¿Qué fue lo que más le gustó del proyecto?

---



---



---



---



---

31. ¿Qué fue lo que menos le gustó del proyecto?

---

---

---

---

---

*¡Muchas gracias!*



# Agradecimiento a:

Por haber participado activamente en el Proyecto

**El Ejercicio de los Derechos Sexuales y Reproductivos,**  
**el caso de las Trabajadoras Domesticas de la Red de Mujeres Nicaragüenses en Costa Rica**

en coordinacion con el  
**Centro de Derechos Sociales del Migrante**  
**(CENDEROS)**

*Porque su aporte contribuyo al fortalecimiento cotidiano  
 de una cultura de respeto a los derechos humanos*



Carolina Sánchez Hernández  
 Estudiante Responsable del Proyecto  
 Trabajo Final de Graduacion en Sociologia  
 Universidad de Costa Rica

Olinda Bravo Ramirez  
 Coordinadora  
 Red de Mujeres Nicaragüenses  
 en Costa Rica

San José, Costa Rica / Setiembre 2012