



# GUÍA DE COMUNICACIÓN FEMINISTA





La 'Guía de comunicación feminista' está realizada por las periodistas Macarena Baena y Laura de Grado Alonso. Se ha elaborado en el marco del proyecto 'ODS5. Sin nosotras no habrá paz' de la ONG Movimiento por la Paz -MPDL- financiado por el Ministerio de Derechos Sociales y Agenda 2030.

Maquetación: Movimiento por la Paz -MPDL-

Ilustraciones: freepik.es

Diciembre de 2023



# ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	
¿POR QUÉ LA COMUNICACIÓN DEBE SER FEMINISTA?	4
<b>BLOQUE I</b>	
<b>DECÁLOGO DE LA COMUNICACIÓN FEMINISTA</b>	<b>7</b>
01. Las mujeres no son un colectivo	8
02. Erradica estereotipos y contribuye al cambio social	8
03. Diversifica las voces expertas y busca referentes	10
04. Fórmate, empatiza y reflexiona	11
05. Promueve la equidad	12
06. Incorpora un enfoque diverso e interseccional	13
07. Emplea un lenguaje no sexista, inclusivo y no discriminatorio	14
08. Los derechos de las mujeres son derechos humanos	15
09. Visibiliza y condena el machismo y las violencia machistas	16
10. Las redes sociales, las fotos y los vídeos también son feministas	19
<b>BLOQUE II</b>	
<b>"TENLO CLARO"</b>	<b>21</b>
<b>BLOQUE III</b>	
<b>GLOSARIO</b>	<b>44</b>
<b>BIBLIOGRAFÍA DE CONSULTA</b>	<b>64</b>





**INTRODUCCIÓN**  
**¿POR QUÉ LA**  
**COMUNICACIÓN**  
**DEBE SER**  
**FEMINISTA?**





La comunicación es una herramienta muy poderosa que puede tener un impacto significativo en la forma en la que la sociedad piensa y actúa. Desde el periodismo y los equipos de comunicación de instituciones, organizaciones o asociaciones, tenemos la responsabilidad de usar esa herramienta para informar y representar a toda la ciudadanía de manera justa y equitativa, y eso incluye a las mujeres y niñas, históricamente infrarrepresentadas, invisibilizadas o victimizadas.

Miles de años de patriarcado han hecho que los medios de comunicación reflejen a las mujeres y las niñas con los estereotipos y prejuicios de género arraigados en la sociedad y sean retratadas de manera desigual y, en demasiadas ocasiones, reducidas a su apariencia física, a su papel en el ámbito familiar, a objetos sexuales o de decoración, a víctimas o sean señaladas como culpables de las violencias que reciben.

Además, la falta de formación en perspectiva de género interseccional de los equipos profesionales de los medios de comunicación hace que las mujeres migradas, racializadas, LGTBQ+ y las que tienen alguna discapacidad sean especialmente victimizadas, ignoradas o representadas de manera inexacta, lo que contribuye a perpetuar el racismo, la xenofobia y la discriminación. Es importante que, como profesionales de la comunicación, busquemos activamente fuentes diversas y representativas y nos aseguremos de mostrar una imagen completa y precisa de la sociedad.

La inclusión de todas las realidades tendrá como resultado un periodismo más riguroso, justo y honesto y el reflejo de la sociedad en toda su diversidad.

Visibilizar las dificultades y las violencias a las que se enfrentan las mujeres y las niñas por el hecho de serlo también es responsabilidad de los medios de comunicación, así como informar de sus contribuciones, capacidades y realidades.

Para ello, es importante tener herramientas y estrategias que nos permitan realizar una comunicación feminista, transversal y con perspectiva de género, ya sea periodística o institucional. Esto incluye el uso de lenguaje inclusivo y no sexista, el fomento de la diversidad en el equipo de comunicación y la inclusión de una mirada feminista en la toma de decisiones y en la planificación de la estrategia de comunicación, con el objetivo de que nuestra narrativa sea veraz y lo más objetiva posible.

Las violencias contra las mujeres y niñas es el mayor exponente de la desigualdad y un ataque a los derechos humanos. En muchas ocasiones, el abordaje de este problema estructural carece de la necesaria perspectiva feminista dando lugar a que las víctimas de violencias sexuales o de discriminación sean cuestionadas, culpabilizadas o victimizadas por los medios de comunicación y por la sociedad en general.

Hacer pedagogía para concienciar de que las violencias machistas son un problema estructural y que acabar con él requiere de la implicación de toda la sociedad es, sin lugar a dudas, uno de los mayores retos que tenemos periodistas, especialistas y profesionales de la comunicación.





La perspectiva de género debe ser transversal y un eje en la comunicación en cualquier ámbito (político, social, familiar, judicial, científico, deportivo...) y formato periodístico (entrevistas, reportajes, podcasts, vídeos, fotografías, redes sociales...).

Esta guía de comunicación feminista para profesionales del periodismo y la comunicación tiene como objetivo proporcionar herramientas y consejos para representar la diversidad de la sociedad de forma fiel, justa y rigurosa, y contribuir a la lucha contra las violencias machistas.

Convencidas de que la educación y la formación en perspectiva de género es la principal herramienta para combatir la desigualdad y luchar contra las violencias machistas desde la comunicación, os presentamos la guía que hemos elaborado, convencidas de que quienes nos dedicamos a informar tenemos que asumir nuestra responsabilidad en la lucha contra la desigualdad y ser proactivos en la defensa de los derechos humanos.

Perpetuar un periodismo sin perspectiva de género es negar el objetivo transformador de una profesión que puede ayudar a avanzar hacia una sociedad justa e igualitaria.

Las mujeres y las niñas son la mitad de la población y, si desde los medios de comunicación, no les damos ese espacio, la mitad, estaremos contribuyendo a perpetuar la desigualdad.

Convencidas de que la educación y la formación en perspectiva de género es la principal herramienta para combatir la desigualdad y luchar contra las violencias machistas desde la comunicación, os presentamos la guía que hemos elaborado, convencidas de que quienes nos dedicamos a informar tenemos que asumir nuestra responsabilidad en la lucha contra la desigualdad y ser proactivas y proactivos en la defensa de los derechos humanos.

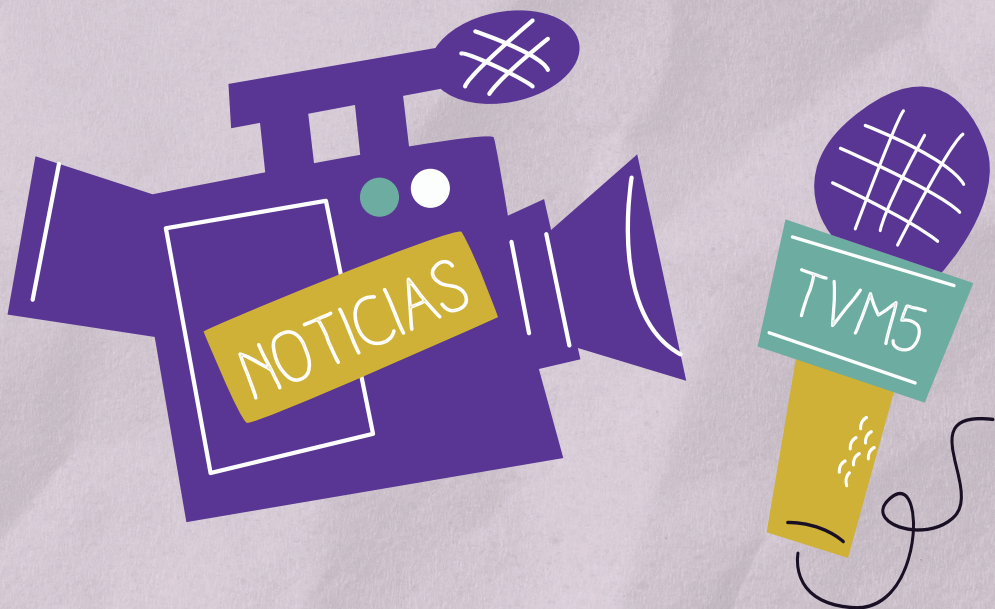
Macarena Baena Garrido y Laura de Grado Alonso, periodistas especializadas en feminismo y violencias machistas



La guía se divide en tres bloques: en el primero te mostramos el decálogo de una comunicación feminista y en los otros dos – “Tenlo claro” y “Glosario” – encontrarás respuestas concretas al medio centenar de dudas más habituales que se nos presentan a la hora de comunicar con perspectiva de género y cien conceptos que pueden hacerte falta en tu trabajo diario.



# BLOQUE I DECÁLOGO DE LA COMUNICACIÓN FEMINISTA





## 01. LAS MUJERES NO SON UN COLECTIVO

Las mujeres no son un colectivo, son la mitad de la población y como tal urge sacarlas del victimario y retratar la diversidad de funciones que desempeñan en la sociedad.

Además, debemos explicar que no constituyen un bloque homogéneo, sino que son personas individuales y diversas con distintas ocupaciones, roles y contribuciones.

No solo son las víctimas de la violencia de género, las kellys, las empleadas de hogar y las vulnerabilizadas, las mujeres también son ingenieras, artistas, creadoras, investigadoras, compositoras, políticas, lideresas, empresarias, deportistas, mecánicas...

Y por ello es prioritario que amplíemos los temas en los que se las incluye y contemos con ellas como voces expertas y no solo cuando las matan o violentan.

Debemos evitar el uso sistemático de imágenes y testimonios de mujeres sufrientes en informaciones sobre violaciones, catástrofes o conflictos armados y visibilizar que en estas situaciones también son agentes sociales activos con capacidad para enfrentarse a la violencia y la injusticia.

Pueden ser las políticas, las lideresas, las policías, las guardias civiles, las bomberas o las cirujanas que con su trabajo hagan frente a una catástrofe o lideren la solución del problema.

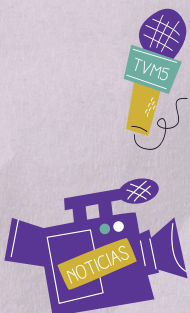
## 02. ERRADICA ESTEREOTIPOS Y CONTRIBUYE AL CAMBIO SOCIAL

Los estereotipos de género o sexistas son ideas simplificadas y prejuiciosas sobre cómo deben ser o comportarse las personas en función de si son mujeres u hombres.

Como especialistas en comunicación, tenemos la responsabilidad de luchar contra la reproducción y perpetuación de esos estereotipos, que lastran la consecución de la igualdad, y trabajar para erradicarlos.

Para ello debemos mostrar a las mujeres y los hombres en las mismas profesiones, trabajos y posiciones, equiparando su grado de autoridad, relevancia social y poder y evitar algunas de las asimetrías que todavía pesan en el ideario colectivo como médico/enfermera, jefe/secretaria, piloto/azafata, o tantos otros que han quedado obsoletos.

“Un estereotipo de género es una visión generalizada o una idea preconcebida sobre los atributos o las características, o los papeles que poseen o deberían poseer o desempeñar las mujeres y los hombres”. (ONU)





También os invitamos a huir de los roles tradicionales y ofrecer referentes actuales de mujeres en trabajos que históricamente se han asociado con los hombres y en los que cada vez hay más presencia de mujeres (trabajadoras de la construcción, conductoras, taxistas, investigadoras, agricultoras...).

Al hablar sobre mujeres en estas profesiones, evitad redundar en su género y utilizad términos que resalten su trabajo y logros. El uso innecesario de la palabra "mujer" delante de la profesión parece indicar que el hecho de que sea una mujer quien desempeñe ese trabajo es algo extraordinario o inusual.

¿Alguna vez habéis leído "hombre futbolista", "hombre científico", "hombre artista"...?

Y al mismo tiempo que visibilizamos la contribución de las mujeres en la sociedad, es importante señalar y condenar la falta de corresponsabilidad de los hombres y su dejación de funciones en las labores y los trabajos asignados tradicionalmente a las mujeres, como el cuidado de personas o las actividades domésticas.

Tenemos que dejar de poner el foco en la capacidad de las mujeres para conciliar y empezar a señalar a aquellos hombres que no son corresponsables y se desentienden de sus responsabilidades familiares, de cuidados y tareas del hogar.

Desafiar los estereotipos tradicionales de género también pasa por promover la idea de que tanto hombres como mujeres pueden desempeñar roles de cuidado y responsabilidad en el hogar y la crianza de las hijas e hijos.

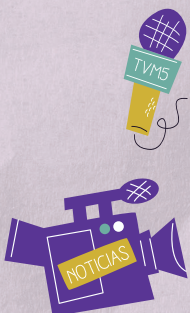
Os recomendamos también evitar los estereotipos que vinculan la masculinidad a valores como el poder, la fuerza, la competitividad o la agresividad, y la femineidad al cuidado, la dulzura, la debilidad, la sumisión, la obediencia, la belleza o la delicadeza.

Es importante que fomentemos modelos de belleza diversos y no basados en la denominada "perfección", que en el caso de las mujeres está vinculado a ser joven y delgada, y en el de los hombres a ser musculosos y exitosos.

Para desterrar estereotipos también os proponemos que dotéis a las mujeres de identidad propia y evitéis referiros a ellas en función de su parentesco con un hombre ("hija de", "esposa de"... ) y que las citéis por su nombre y apellido, evitando los nombres de pila.

No olvidéis que la infrarrepresentación de las mujeres es consecuencia de siglos de desigualdad y que parte de la responsabilidad de nuestro trabajo es devolverles el espacio que les corresponde y no perpetuar esa desigualdad.

P.e. Usar científicas, magistradas o futbolistas en lugar de mujeres científicas, mujeres magistradas o mujeres futbolistas.





### 03. DIVERSIFICA LAS VOCES EXPERTAS Y BUSCA REFERENTES

Diversifica las fuentes expertas a las que consultas. Somos las personas que trabajamos en medios de comunicación quienes elegimos a quién damos voz, y tenemos la capacidad y la responsabilidad de visibilizar en igualdad de condiciones a personas de diferente identidad sexual, origen, clase social o religión.

Os recomendamos, para ello, que evitéis la costumbre de recurrir como interlocutores siempre a los jefes jerárquicos de las instituciones (habitualmente hombres) y que abráis la posibilidad de consultar a las personas en función de sus conocimientos y no de sus cargos.

En el caso de los medios de comunicación, es imprescindible que incluyáis voces y análisis de mujeres cualificadas en secciones de opinión y columnas de periódicos y revistas, asegurando así una representación equitativa y diversa de perspectivas y miradas.

Esto incluye a personas racializadas, con discapacidad, orientaciones sexuales, identidades y/o expresiones de género diversas, con cuerpos no normativos, neurodivergentes, de diferentes edades, etc. a las que debéis recurrir como expertas en sus respectivas materias y no por su condición. Es crucial evitar seleccionar a personas de diferentes grupos para cumplir con una apariencia de diversidad sin considerar genuinamente sus conocimientos y experiencias.

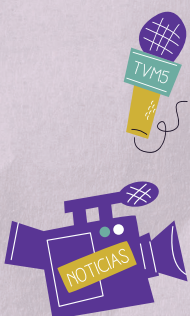
La verdadera diversidad en las fuentes expertas implica dar espacio a voces que han sido históricamente marginadas e infrarrepresentadas en los medios de comunicación, con el objetivo de que sus perspectivas y análisis enriquezcan el discurso público y contribuyan a una narrativa más representativa de la sociedad.

Tened en cuenta que en muchas ocasiones será difícil contar con la participación de mujeres por varias razones como la falta de tiempo debido a las obligaciones familiares (que mayoritariamente recaen sobre ellas) o el \*síndrome de la impostora.

Empatía, paciencia y esfuerzo por vuestra parte es la fórmula para conseguir que estas especialistas participen en las informaciones y ocupen el espacio que les corresponde.

Algunos directorios de expertas creados estos últimos años:

- SíConMujeres
- Red de Politólogas NoSinMujeres
- Mulleres Expertas de la Xunta de Galicia
- Base de datos de mujeres investigadoras y tecnólogas de AMIT
- Directorio de Mujeres expertas en distintos ámbitos profesionales, culturales o deportivos de Emakunde
- Directorio de mujeres expertas de la Asociación de la Prensa de Cádiz





## 04. FÓRMATE, EMPATIZA Y REFLEXIONA

Convencidas de que la educación y la formación son las herramientas más eficaces en la lucha contra la desigualdad y, por lo tanto, contra el machismo, la misoginia y las violencias que se ejercen contra las mujeres y niñas de todo el mundo, desde este espacio os invitamos a no dejar de formaros en una comunicación feminista y con perspectiva de género.

Una comunicación que debe estar en continua transformación y revisión para adaptarse a las nuevas realidades, en las que el periodismo tradicional, marcado por los sesgos machistas de cada época, ha quedado obsoleto y ha dado lugar a nuevas narrativas más especializadas, exactas y ajustadas a la realidad.

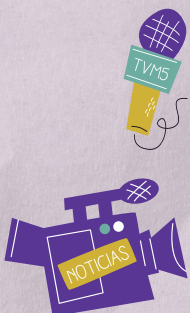
Narrar la realidad pasa, indefectiblemente, por incluir el periodismo y la comunicación con perspectiva de género en todos los ámbitos y áreas de los medios de comunicación, de las instituciones, de las políticas y de las organizaciones.

La ONU recomienda la recopilación y publicidad de datos desagregados por sexos, que permiten visibilizar la realidad y ofrecen un enfoque más objetivo y acertado de las noticias y que se traduce en analizar el impacto diferenciado de una realidad social en las mujeres y los hombres, lo que aclara la situación de igualdad o desigualdad en cada momento y visibiliza la necesidad de adoptar políticas públicas específicas.

Este planteamiento es transversal, para todos los ámbitos de la comunicación y para cualquier materia: economía, tribunales, política, cultura, ciencia, deportes... y en todos sus formatos.

Además, es esencial que visibilicemos la contribución de las mujeres en diversos campos, no solo para inspirar a las generaciones futuras, sino para desafiar las percepciones limitadas sobre lo que las mujeres pueden lograr, y fomentar la igualdad de oportunidades.

Estas narrativas no solo celebran los logros individuales, sino que también subrayan la diversidad de habilidades y talentos. Al destacar a mujeres diversas como lideresas, innovadoras y expertas, contribuimos a cambiar la percepción pública y a normalizar la presencia de las mujeres en roles de liderazgo y autoridad.





## 05. PROMUEVE LA EQUIDAD

La equidad es un principio fundamental de la ética y la justicia social que busca asegurar que todas las personas tengan acceso a condiciones y oportunidades iguales, independientemente de su punto de partida.

En el mundo de la comunicación lo podemos traducir por dar un tratamiento igualitario a mujeres y hombres en las entrevistas y artículos y una presencia equitativa en términos de ubicación y relevancia dentro de los medios, las publicaciones en redes sociales o los vídeos promocionales.

Además de lo recomendado en esta guía hasta el momento para promover la equidad, también urge eliminar las alusiones al físico, al atractivo sexual o la vestimenta que no se realizarían en el caso de los hombres, al igual que evitar fotografías e imágenes de vídeos que lleven implícita una valoración sexual o una cosificación de la mujer.

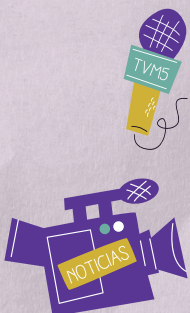
Observad si hacéis preguntas a las mujeres que no haríais a un hombre (preguntar a una ministra cómo hará para conciliar con la maternidad), y viceversa (preguntar a un político sobre fútbol, presuponiendo que, por ser hombre, le interesa). Lo correcto es hacer las mismas preguntas (conciliación y fútbol) en los dos casos o en ninguno, pero no hablar sólo con ellas de maternidad y conciliación y con ellos de fútbol.

Dar un protagonismo similar a los resultados de las categorías femeninas y masculinas, o en función de la relevancia deportiva, en cualquier campeonato o competición (así como en el resto de profesiones) también contribuye a la equidad y a la visibilización de referentes para las generaciones más jóvenes.

Al mostrar la riqueza y diversidad de las experiencias y habilidades de las mujeres, contribuimos a una representación más precisa y equitativa en los medios de comunicación, alentando a las personas a reconocer y valorar las contribuciones de todas las mujeres en la construcción de un mundo más igualitario.

Trabajar para que todos los foros, independientemente del tema que traten, sean paritarios y denunciar aquellos que al no serlo invisibilizan el trabajo de las mujeres es otra de las asignaturas pendientes en el mundo de la comunicación.

Los medios de comunicación tenemos la responsabilidad de ayudar a construir un nuevo imaginario colectivo equitativo que no perpetúe el sexismo ni mantenga a las mujeres en la alteridad, sexualizándolas, etiquetándolas y negándoles su poder y saber.





## 06. INCORPORA UN ENFOQUE DIVERSO E INTERSECCIONAL

La interseccionalidad es un enfoque que nos permite comprender la interacción entre las múltiples dimensiones y opresiones que conforman las trayectorias de las personas en sus identidades, elecciones y territorios.

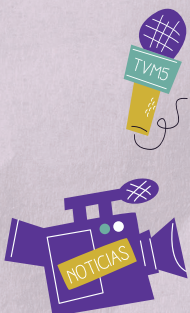
Considerar la diversidad de experiencias y las intersecciones entre género, origen étnico-racial, clase social, orientación sexual, discapacidad, creencia, diversidad corporal y otros factores de discriminación a la hora de comunicar es indispensable para reflejar la realidad social.

Para ello es recomendable que incluyáis en las noticias y reportajes análisis que aborden las diferentes formas de discriminación y desigualdad que enfrentan las mujeres y niñas en función de su identidad de género, origen, clase social u orientación sexual, entre otros.

Debemos entender que las experiencias y las luchas de las mujeres no son homogéneas y que el género interactúa con otros factores de opresión. Por ejemplo, abordar la discriminación que enfrentan las mujeres afrodescendientes, las mujeres trans o las mujeres de comunidades indígenas.

Promover la inclusión y la participación activa de mujeres de diferentes grupos en los debates y discusiones públicas, es clave para lograr una representación equitativa y diversa de perspectivas.

En nuestro trabajo diario, practicar la empatía es un pilar fundamental en el enfoque interseccional porque permite una comprensión profunda de las experiencias individuales y colectivas. Escuchar de manera activa nos ayuda a desarrollar la capacidad para validar las voces silenciadas y a tomar conciencia de la existencia de realidades diferentes a las nuestras.





## 07. EMPLEA UN LENGUAJE NO SEXISTA, INCLUSIVO Y NO DISCRIMINATORIO

“Lo que no se nombra no existe”

El lenguaje define cómo nos comunicamos, cómo pensamos y cómo concebimos el mundo, refleja nuestras ideas y nuestra cultura. El lenguaje es de todas y de todos, y debe estar al servicio de la sociedad.

El lenguaje sí importa. La lengua es un reflejo de la sociedad y transmite la ideología imperante. La lengua es flexible y hay que ir adaptándola para evolucionar hacia una sociedad más equitativa. Por ello, en esta guía reivindicamos el derecho de mujeres y niñas a ser nombradas sin estar plegadas a una denominación masculina.

Aconsejamos el uso del lenguaje inclusivo como una herramienta más para promover la igualdad y, para ello, os invitamos a emplear fórmulas alternativas al uso del masculino como genérico (en el cuadro inferior os facilitamos algunos ejemplos), que ya no es capaz de representar ni responder a la realidad social actual.

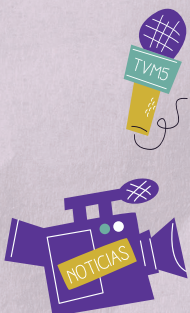
Incluso la RAE, pese a algunas de sus \*definiciones machistas, aconseja no usar el masculino en vocablos de cargos, títulos, profesiones, rangos, etc., que están aceptadas en femenino (se dice presidenta, médica, jueza, jefa... incluso pilota).

En cuanto al lenguaje inclusivo evitad el uso de la “x” o la “@” porque, entre otras cosas, los conversores de texto a voz no las reconocen y convierten el texto en algo ininteligible. Y, en el caso de las personas con diversidad funcional, limita su acceso al contenido del texto, incumpliendo, por lo tanto, la premisa de ser inclusivo.

No obstante, sigue siendo una solución para mensajes cortos en redes sociales donde los caracteres son muy limitados.

\*RAE:

- Mujer Pública: Prostituta
- Hombre público: Hombre que tiene presencia e influjo en la vida social





RECOMENDACIONES	USO HABITUAL NO RECOMENDADO	USO INCLUSIVO RECOMENDADO
Utilizar sustantivos genéricos, colectivos o abstractos en sustitución del masculino genérico	Los ciudadanos Los profesores Los universitarios Niños	La ciudadanía El profesorado La comunidad universitaria Menores/ infancia
Desdoblar	Niños	Niñas y niños
Usar pronombres y determinantes sin marca de género	Los colaboradores Los solicitantes	Quienes colaboran Cada solicitante
Cambiar la estructura de la oración	Para ser catedrático hay que	Para obtener una cátedra hay que
Suprimir los artículos	Los deportistas acuden a la ceremonia	Deportistas acuden a la ceremonia
Evitar adverbios con marca de género	Muchos fueron convocados a la manifestación	Se convocó a mucha gente a la manifestación
Utilizar construcciones perifrásticas	Los participantes	Las personas que participen
Designar las profesiones y cargos en femenino	El médico El juez El piloto	La médica La jueza La pilota
Aposiciones	Un grupo de científicos	Un grupo de científicos, tanto hombres como mujeres
Añadir la palabra persona	Refugiados	Las personas refugiadas

## 08. LOS DERECHOS DE LAS MUJERES SON DERECHOS HUMANOS

Artículo 1 y 2 de la Declaración Universal de los Derechos Humanos, 10 de diciembre de 1948: "Todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos" y "toda persona tiene todos los derechos y libertades proclamados en esta Declaración, sin distinción alguna de raza, color, sexo, idioma, religión, [...] nacimiento o cualquier otra condición."



Por lo tanto, la discriminación o la violencia contra la mitad de la población mundial, las mujeres, está considerado como un ataque y una vulneración de los derechos humanos, tal y como figura en la definición de Naciones Unidas.



Es nuestra obligación, por tanto, tratar las violencias machistas como una violación de los derechos humanos, de las libertades fundamentales y de la dignidad de las personas.

Es necesario que visibilicéis y contextualicéis estas violencias como el grave problema social que son, con tipificación de delito y para cuya erradicación es necesaria la implicación de las instituciones y de la sociedad en general.

Durante mucho tiempo, las mujeres y las niñas han enfrentado discriminación sistemática en muchas sociedades, privándolas de sus derechos básicos y oportunidades como la educación, la sanidad, los recursos económicos, la participación política o el empleo. Reconocer y respetar sus derechos no solo es un acto de justicia, sino también un imperativo moral y social.

Exigir derechos para las mujeres y niñas es una lucha por la igualdad, la justicia y la dignidad humana.

Objetivo de Desarrollo Sostenible - ODS 5: Igualdad de género. La igualdad entre los géneros no es solo un derecho humano fundamental, sino la base necesaria para conseguir un mundo pacífico, próspero y sostenible.

## 09. VISIBILIZA Y CONDENA EL MACHISMO Y LAS VIOLENCIA MACHISTAS

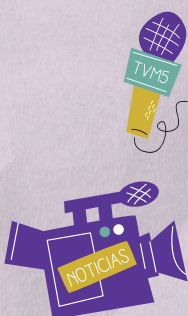
Miles de años de sistema patriarcal han derivado en sociedades con arraigadas costumbres machistas normalizadas por gran parte de la ciudadanía.

Evidenciar las políticas y acciones contrarias a los derechos de las mujeres, así como los discursos y actitudes en el espacio público que alimentan la misoginia también es responsabilidad de periodistas, medios de comunicación y profesionales de la comunicación.

Dar cobertura y visibilidad a los casos de comportamientos sexistas o machistas de personajes públicos, promoviendo un debate y una reflexión sobre la importancia de erradicar estas actitudes en la sociedad es otro de los retos de la comunicación feminista.

Para ello, debéis esforzaros por exigir espacios en los medios de comunicación en los que, además de analizar y condenar esas actitudes, se genere conciencia sobre la importancia de la igualdad de género y el respeto hacia las mujeres.

Destacar casos de éxito de campañas y movimientos que combaten el machismo, reconociendo los esfuerzos y logros históricos, sociales y legislativos en la lucha por la igualdad de género es otra de las recomendaciones que desde esta guía lanzamos a medios de comunicación, periodistas, instituciones y profesionales de la comunicación.





Cuando hablamos de la comunicación con perspectiva de género es imprescindible referirnos a la información relativa a las violencias sobre las mujeres.

Las violencias machistas NO SON SUCESOS y, como ya hemos explicado en el punto anterior, constituyen una violación de los derechos humanos y las libertades fundamentales. Limitan total o parcialmente a la mujer el reconocimiento, disfrute y ejercicio de tales derechos y libertades y por lo tanto deben ser tratados como informaciones de relevancia dado el grave problema social y estructural que suponen.

Las violencias machistas son la manifestación más cruel y extrema de la desigualdad y el machismo.

Las víctimas de feminicidios no se mueren, LAS MATAN y es vuestra responsabilidad usar una terminología adecuada para informar sobre las violencias contra las mujeres.

En el caso de las violencias machistas y, en concreto la de género – la que tiene lugar en el ámbito de la pareja o expareja, según la legislación española – no debéis referiros a ellas como una "lacra", porque no se trata de una enfermedad que tenga cura o de algo que pueda extirparse sino de un problema estructural muy complejo, de muy difícil solución y con numerosas aristas.

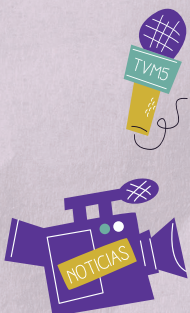
Debéis contextualizar, dar claves para identificar y explicar qué son las violencias contra las mujeres, y que su origen se sitúa en las desigualdades estructurales que la mitad de la población padece desde hace siglos.

También es vuestra responsabilidad promover la condena social con el fin de ayudar a otras mujeres que estén sufriendo violencia a sentirse "arropadas" y enfrentarse a esa situación.

De la misma manera, no pongáis nunca a cero el contador de víctimas mortales de la violencia machista e incluid siempre el número total de feminicidios para visibilizar la magnitud del problema. En el caso de España las estadísticas oficiales comenzaron a elaborarse en 2003.

Es indispensable que a la hora de tratar estas informaciones desterréis el abordaje sensacionalista, omitáis detalles morbosos y escabrosos (aunque las fuentes os los faciliten) y garantizéis el cumplimiento de los derechos de todas las víctimas.

**También os recordamos que no debemos incluir datos que permitan la identificación directa o indirecta de las y los menores y preservar siempre el anonimato de las supervivientes de agresiones, violaciones o abusos. Debemos anteponer su derecho a la privacidad y al anonimato y facilitar su recuperación fuera del foco de los medios de comunicación.**



**Tenemos la responsabilidad de intentar que la opinión pública no culpe o responsabilice a la víctima de su situación (doble victimización) ya sea porque no denunció a su maltratador, porque regresó**



**con él o porque retiró la denuncia que le había puesto, y para ello es esencial explicar la espiral de dependencia que los maltratadores generan a sus víctimas.**

Hay que exponer claramente el círculo cerrado en el que los agresores aíslan a las víctimas (anulación, dependencia emocional y/o económica, aislamiento de su familia y amistades) y explicar qué les impide dar el paso de denunciar, qué las lleva a retirar la denuncia durante el proceso judicial o incluso a volver a convivir con ellos.

Evita la mención al consumo de alcohol, drogas u otras sustancias químicas y circunstancias como causas o eximentes de la violencia machista y dejar claro que la causa del comportamiento del maltratador es su machismo y no justificarlo en modo alguno, es otra de las asignaturas que tenemos pendientes a la hora de hablar de violencias machistas.

No están locos y no es culpa del divorcio, ni del alcohol y las drogas, ni de cómo vivía la víctima, ni de cómo se vestía, ni de su forma de ser, ni de los celos, ni de una infidelidad, ni del origen o nacionalidad... Solo hay una causa y es el machismo.

En este sentido, os recomendamos que la nacionalidad del agresor no aparezca como un dato destacado de la información dado que no es una característica específica que lleve al agresor a realizar el acto violento. La violencia contra las mujeres no es exclusiva de ninguna nacionalidad y si le dais relevancia informativa podéis contribuir a generar racismo y a desviar el foco de la verdadera causa: el machismo.

La idea de que los agresores machistas "son de fuera" nos lleva a subestimar el grave problema que tenemos como sociedad y a no implementar las medidas necesarias para corregirlo y mejorar la protección de mujeres y niñas.

A la hora de informar sobre violencias machistas debes recurrir a fuentes expertas y con formación en estos temas (cuerpos policiales, juristas, fundaciones de mujeres...) con el fin de que los datos se ciñan a la realidad, estén contextualizados y nos ayuden a desterrar estereotipos. Debemos tratar de evitar siempre, o en la medida de lo posible, fuentes vecinales o familiares, y no dar voz al agresor ni a su entorno, ya que lo habitual es que traten de exculparlo, justificarlo o minimizar el daño que han ocasionado.

Estas pautas informativas debéis extenderlas a cualquier caso de agresión o violencia machista, independientemente de si son cometidas por personajes conocidos, como artistas, políticos o futbolistas.

Os invitamos también a evitar las declaraciones despectivas, revictimizantes o hirientes para la víctima.

En cuanto al tratamiento informativo del agresor, en el siguiente bloque de esta guía os proponemos varias fórmulas en función del tipo de criminal machista y el momento en que se encuentre el caso y la información de la que dispongamos.





**Visibilizar las consecuencias que tiene la conducta de los agresores tiene el doble objetivo de ayudar a otras mujeres que sufren violencia a sentir el apoyo institucional, jurídico y social y a que los agresores sepan que va a recaer sobre ellos todo el peso de la ley y la condena social.**

Contextualizar y, dentro de la dificultad, ofrecer referentes de supervivientes que han conseguido salir de la espiral de la violencia y empezar una nueva vida puede ayudar a muchas víctimas a dar el paso y denunciar a su maltratador.

También os recomendamos no utilizar fotografías o vídeos de las redes sociales de las víctimas, ya que la mayoría de las imágenes que colgamos son de momentos de ocio (vacaciones, fiestas...) y su publicación puede banalizar el hecho violento.

Si os surgen dudas sobre la redacción de estas informaciones tratad de ponerlos en el lugar de la víctima o en el de sus familiares y amistades. ¿Hasta dónde te gustaría leer?

Difundir las ayudas y los recursos que ofrecen instituciones y asociaciones para salir del ciclo de la violencia con el objetivo de que las víctimas las conozcan y puedan recurrir a ellas, es otro de los compromisos que debéis asumir quienes os dedicáis a la comunicación de estos temas.

Consideramos crucial, además, abordar la construcción de nuevas masculinidades como parte integral de la lucha contra las violencias machistas. Los hombres desempeñan un papel esencial al desafiar y dismantelar los estereotipos tradicionales que perpetúan la cultura de la violencia de género.

La promoción de roles y comportamientos masculinos alternativos, basados en la empatía, la equidad y la no violencia, no solo beneficia a las mujeres, sino que también ofrecen a los hombres la oportunidad de vivir una masculinidad más auténtica y libre.

## 10. LAS REDES SOCIALES, LAS FOTOS Y LOS VÍDEOS TAMBIÉN SON FEMINISTAS



Del mismo modo que el texto escrito y las palabras deben incorporar la perspectiva de género, el peso e impacto de la comunicación audiovisual, sobre todo de las redes sociales, en nuestra sociedad imponen la necesidad de utilizar imágenes y vídeos que muestren mujeres en roles diversos y rompan con estereotipos de género.



Para ello urge también que os cuestionéis los estándares de belleza, y evitéis ilustrar lo concerniente a belleza, moda, estética o cuerpos con imágenes de mujeres, en su mayoría estereotipadas, y que lo relativo a fuerza, éxito, experiencia o autoridad con imágenes de



hombres, a quienes no se les exige esos estándares de belleza con la misma intensidad.

Es necesario que las imágenes que empleéis para informar sean un reflejo de la sociedad y para ello debéis acabar con el tradicional imaginario colectivo sesgado sobre mujeres y hombres.

Aquí tenéis una especial relevancia todas aquellas personas que os dedicáis al cine, la televisión, la publicidad, la fotografía, el diseño gráfico, a crear contenido digital... está en vuestras manos ser vanguardia y promover una mirada feminista representativa que, a través de la imagen o lo audiovisual, impulse el cambio social.

Por supuesto, todo lo explicado anteriormente sobre comunicación escrita es aplicable a las imágenes (evitar que sirvan para identificar a supervivientes, no utilizar imágenes de las redes sociales de las víctimas, evitar imágenes sexistas o que cosifiquen a las mujeres, no escenificar los roles de género tradicionales...).

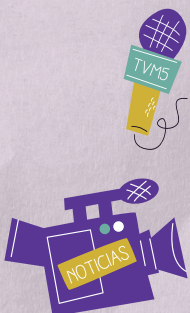
También os proponemos prestar especial atención a detalles técnicos como la iluminación, el encuadre, la composición o el lenguaje corporal para transmitir un mensaje de igualdad de manera efectiva. Respeta la privacidad de las supervivientes si así lo quieren y asegúrate de que las personas que aparecen en tus imágenes se sienten cómodas y respetadas.

Y os animamos a intentar que con vuestro trabajo gráfico mostréis en roles de liderazgo y/o como portavoces a mujeres diversas y no únicamente a mujeres blancas jóvenes y/o con cuerpos normativos.

En el caso de las violencias machistas, es conveniente que publiquéis fotografías, imágenes o audios de iniciativas lideradas por mujeres, concentraciones, actos de repulsa o movimientos sociales, y que retratéis relaciones basadas en el respeto mutuo y la igualdad para ayudar a contrarrestar las representaciones dañinas que perpetúan la violencia y el control.

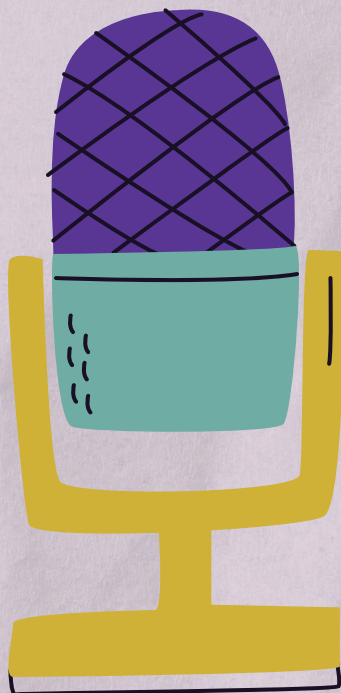
Además, es importante visibilizar a aquellos hombres que defienden los derechos de las mujeres y la igualdad de género para que las nuevas generaciones tengan referentes y para ayudar al resto de los hombres a reflexionar sobre la importancia de su implicación en la erradicación de las violencias machistas.

Las imágenes audiovisuales no son solo un entretenimiento y tienen un poder transformador y didáctico innegable en nuestra sociedad. Su capacidad para crear imaginarios colectivos y contar historias las convierte en herramientas eficaces y cercanas para promover la reflexión, la igualdad, la inclusión y la diversidad.





**BLOQUE II**  
**“TENLO CLARO”**





Desde la comunicación y el periodismo tenemos la responsabilidad de tratar las violencias machistas y la violencia de género como una violación de los derechos humanos y un atentado contra la libertad y la dignidad de las personas. Debemos referirnos a ellas como un grave problema social castigado por la ley para cuya erradicación es necesaria la implicación de las instituciones y de la sociedad en general.

Las mujeres no se mueren LAS MATAN.

## 01. ¿VIOLENCIA MACHISTA O VIOLENCIA DE GÉNERO?

**Violencia machista** es la que se ejerce sobre las mujeres por el hecho de serlo. La violencia contra las mujeres es un acto sexista que produce cualquier tipo de daño físico, psicológico o emocional y que se comente en cualquier contexto. Este término abarca todas las violencias que se ejercen sobre las mujeres por el hecho de serlo (violencia de género, violencia sexual, violencia económica, violencia psicológica, mutilación genital femenina, matrimonio forzoso...). En algunos países también recibe el nombre de violencias basadas en género (VBG).

**Violencia de género** es, según la legislación española, la ejercida sobre una mujer por su pareja o expareja y se incluye dentro de la violencia machista.

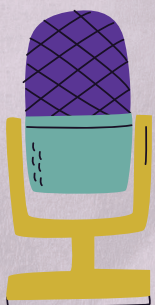
## 02. ¿QUÉ TIPOS DE VIOLENCIAS MACHISTAS EXISTEN?

**Violencia económica:** Consiste en lograr o intentar conseguir la dependencia financiera de una mujer manteniendo para ello un control total sobre sus recursos económicos, impidiéndole acceder a ellos y prohibiéndole trabajar o formarse para acceder a un empleo.

**Violencia psicológica:** Consiste en provocar miedo a una mujer a través de la intimidación; amenazarla con causarle daño físico a ella, a su pareja o a sus hijas e hijos, o con destruir sus mascotas y bienes; en someterla a maltrato psicológico o en forzarla a aislarse de sus amistades, de su familia, de la escuela o del trabajo.

**Violencia emocional:** Consiste, por ejemplo, en minar la autoestima de la mujer a través de críticas constantes, en infravalorar sus capacidades, insultarla o someterla a otros tipos de abuso verbal; en dañar su relación con sus hijas e hijos; o en no permitirle ver a su familia ni a sus amistades.

**Violencia física:** Consiste en causar o intentar causar daño a una pareja golpeándola, propinándole patadas, quemándola, agarrándola, pellizcándola, empujándola, dándole bofetadas, tirándole del cabello, mordiéndola, denegándole atención médica u obligándola a consumir





alcohol o drogas, así como empleando cualquier otro tipo de fuerza física contra ella. Puede incluir daños a la propiedad.

**Violencia sexual:** Es aquella en la que un hombre fuerza o manipula a una mujer a realizar una actividad sexual no deseada sin su consentimiento. También se considera violencia sexual la tentativa de consumir un acto sexual o los comentarios o insinuaciones sexuales no deseados, ejercidos mediante coacción por otra persona, independientemente de la relación de ésta con la víctima, en cualquier ámbito.

**Violencia ambiental:** La violencia ambiental se refiere a las acciones perpetradas por el agresor con el objetivo de causar daño en el entorno de la mujer para intimidarla y generarle temor, como puede ser golpear intencionadamente puertas, mesas, sillas, romper objetos de valor para ella, conducir de forma temeraria, etc.

### 03. SOLO HAY UNA CAUSA: EL MACHISMO

Nunca hagáis referencia a "los celos", "la pasión" o cualquier otra circunstancia como causa de una agresión machista, la única causa es el machismo. La forma de vestir de la víctima o su manera de ser o de comportarse tampoco es nunca la causa.

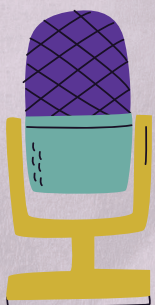
### 04. VIOLENCIA MACHISTA ENTRE MENORES

El machismo no entiende de edades y la violencia machista también es perpetrada por agresores menores contra víctimas menores.

### 05. VIOLACIÓN DENTRO DE LA PAREJA

Obligar a una mujer a practicar sexo sin su consentimiento es violación o agresión sexual, independientemente de que se produzca en una relación de pareja. No debéis hablar de "relaciones sexuales" puesto que no hay consentimiento.

En el momento en el que haya denuncia comenzaremos a hablar de "agresión sexual" y evitaremos el uso de "relaciones sexuales".





## 06. PRESUNTO SOLO ES EL AGRESOR, NUNCA LA VÍCTIMA

Debéis referiros a los agresores o feminicidas como "presuntos" hasta que haya una condena firme.

No obstante, os recomendamos no abusar de la palabra "presunto" y alternarla con fórmulas como: "acusado de", "sospechoso de", "detenido por", "incriminado en", "investigado por", al ser términos que ayudan a poner el foco en el agresor.

Tened en cuenta que lo que se "presume" es la inocencia y que, por lo tanto, en los casos en los que el agresor ha confesado los hechos o hay testigos de los mismos, el resto de los términos se ajustarán mejor a la realidad.

En el caso de que haya confesado el crimen o la agresión debéis referirnos al agresor como "asesino confeso", "agresor confeso" o "feminicida confeso".

En el proceso penal, la denunciante será siempre la víctima y el acusado será presunto autor de la agresión hasta que haya una sentencia condenatoria o absolutoria. La presunción de inocencia es un derecho procesal que implica que la persona es inocente hasta que no se demuestre lo contrario.



Macarena Baena Garrido  
@macarena\_baena

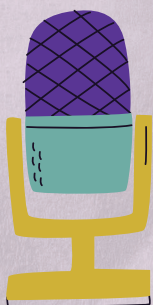
Seguir ...

🗨️ Claves para informar sobre #ViolenciaMachista

- 1.- Presuntos son los agresores, no los hechos ni los delitos:
- ✗ Presunta violación
- ✓ Presunto violador
- ✗ Presunto delito de...
- ✓ Acusado de un delito de..
- ✓ Sospechoso de agredir a...

5:30 p. m. · 25 ene. 2023 · 113,3 mil Reproducciones

408 Reposts 40 Citas 863 Me gusta 73 Elementos guardados



## 07. VÍCTIMA

Las víctimas nunca son presuntas. Del mismo modo que no nos referiríamos nunca a las refugiadas o asiladas como "presunta refugiada" o "presunta asilada" tampoco debéis hacerlo con las víctimas. La condición de víctima se concede o se retira, pero no se presupone.



## 08. UN MALTRATADOR NUNCA ES UN BUEN PADRE

Nunca. Y debéis desterrarlo por completo de las informaciones. No son buenos padres, ni buenos vecinos, ni buenos ciudadanos, son personas que tratan de esconder su maldad fingiendo ser "buenas personas" fuera de su casa.

La violencia de género no solo afecta a las víctimas directas, sino que también tiene consecuencias devastadoras para los hijos e hijas, tanto de manera directa como indirecta.

Los menores que crecen en un entorno marcado por la violencia de género pueden experimentar traumas profundos que afectan su desarrollo emocional, social y psicológico. Resulta fundamental considerar el interés superior del menor, su protección y su derecho a una vida digna como factores esenciales en este contexto.

## 09. VIOLACIONES, AGRESIONES Y ABUSOS NUNCA SON PRESUNTOS

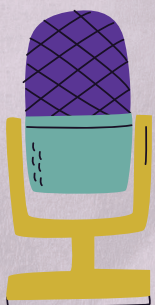
Los delitos nunca son presuntos, es presunto el agresor. ¿Alguna vez has leído "presunto robo a mano armada" o "presunto incendio"? Solo se presupone la inocencia y esta es una cualidad humana. El delito no es presunto, es presunta la culpabilidad.

## 10. NO CUESTIONAR A LA VÍCTIMA

Las maneras de comportarse de la víctima, su forma de ser, la hora a la que se cometió la agresión, si iba o no de fiesta, su ropa y sus relaciones con otras parejas NUNCA deben indicarse como agravantes o causas de la agresión. Hacerlo revictimiza y perpetúa la violencia contra la mujer.

## 11. LAS MUJERES NO SE MUEREN, LAS MATAN

En los feminicidios las mujeres no se mueren, las asesinan.





MALA PRAXIS / TITULARES	CORRECCIÓN	¿POR QUÉ?
La asesinada en Vinaròs fue descuartizada y enterrada por vestir ropa demasiado corta	El asesino de la mujer de Vinaròs la descuartizó y enterró	Se pone el foco en el agresor y se elimina la mención sobre la vestimenta de la víctima para evitar la cosificación y la culpabilización de la mujer. La primera versión no citaba al asesino y sugería una conexión entre el asesinato y su vestimenta, lo cual refuerza estereotipos perjudiciales y desvía la atención de la responsabilidad del perpetrador.
Muere una mujer en Béjar tras ser agredida por su pareja	Un hombre asesina a su pareja en Béjar	La mujer no muere tras ser agredida, es asesinada. De este modo se resalta la responsabilidad del feminicida y se evita minimizar así la gravedad del acto.
Un cuchillo de cocina acabó con la vida de la mujer de Pescadería	Detenido por degollar a su pareja en Pescadería (Almería)	Elimina la sugerencia de que el cuchillo fue un agente autónomo y destaca la acción violenta del feminicida.
Detenido el hermano de la mujer embarazada hallada muerta en un pueblo de Granada	Detenido el hermano de la mujer embarazada asesinada en un pueblo de Granada	Sustituyendo la palabra "asesinada" por "muerta", evitamos suavizar la gravedad del acto y subraya que la mujer no murió de forma natural, sino que fue víctima de un asesinato.
Muere una mujer tras una discusión con su pareja	Investigan la muerte de una mujer precipitada al vacío tras discutir con su expareja, que quebrantó el alejamiento o Investigan como crimen machista la muerte de una mujer precipitada al vacío tras discutir con su expareja	La corrección reconoce la importancia de señalar el quebrantamiento de la orden de alejamiento como un factor relevante. Además, la versión de mala praxis podría sugerir que la mujer fue responsable de su propia muerte, lo cual es perjudicial.
La acosada que no pidió ayuda	La mujer asesinada en Castelldefels había sufrido varios episodios de violencia	La versión original culpa a la mujer por no pedir ayuda en lugar de destacar la falta de protección y exponer el comportamiento violento y reiterado del feminicida.



## 12. ¿QUÉ ES UN FEMINICIDIO?

Es el asesinato de una mujer a manos de un hombre por machismo o misoginia. Por lo tanto, el hombre que asesina a una mujer por este motivo recibe el nombre de **femicida**, un término que os invitamos a utilizar más a menudo por la contundencia de su significado.

## 13. TIPOS DE FEMINICIDIOS

**Femicidio por violencia de género (femicidio en la pareja o expareja):** Asesinato de una mujer en el ámbito de la pareja o expareja, según los términos previstos en la Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género.

**Femicidio familiar:** Asesinato de una mujer por un hombre de su entorno familiar (excluida la pareja o expareja). Se incluyen en esta categoría los feminidios por crimen de honor (asesinato de una mujer por parte de uno o varios miembros de su familia, debido a la creencia de que la víctima habría causado desprestigio a su familia a causa de su comportamiento sexual).

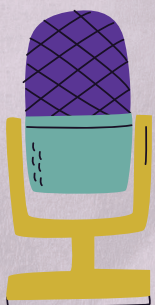
**Femicidio sexual:** Asesinato de una mujer por un hombre, sin relación de pareja ni familiar, vinculado a las violencias sexuales incluidas en la Ley Orgánica 10/2022, de 6 de septiembre, de garantía integral de la libertad sexual. Se incluyen en esta categoría los feminidios por agresión sexual, los vinculados a la trata con fines de explotación sexual, prostitución, mutilación genital femenina (MGF) y los vinculados a matrimonios forzados.

**Femicidio social:** Asesinato de una mujer por una agresión, de carácter no sexual, por parte de un hombre con el que no tenía una relación de pareja ni era familiar (un desconocido, un compañero de trabajo, un vecino, un amigo, empleador etc.).

**Femicidio vicario:** Asesinato de una mujer mayor de edad por parte de un hombre como instrumento para causar perjuicio o daño a otra mujer por razón de género.

P.e.: asesinato de la madre de una mujer víctima de violencia de género por la pareja o expareja de esta.

## 14. NO EXISTE PERFIL DE VÍCTIMA NI DE AGRESOR



Hay maltratadores de todos los estratos sociales, niveles económicos, formación... No existe un perfil y conviene recordarlo cuando elaboréis informaciones sobre violencias machistas. Lo que sí hay son mujeres en situación de vulnerabilidad y, por lo tanto, con más posibilidades de sufrir esas violencias (mujeres en situación de prostitución, mujeres en situación administrativa irregular, niñas, mujeres con discapacidad...).



## 15. FUENTES: ¿A QUIÉN LLAMO?

Contactad con cuerpos policiales, juristas o servicios de emergencias para conocer los detalles del hecho con la mayor veracidad posible. Evitad siempre, o en la medida de lo posible, fuentes familiares o vecinales. En estos casos hay que evitar la victimización secundaria de la mujer.

Evitad también dar voz al agresor o su entorno. Es importante tener en cuenta que pedir perdón, alegar problemas de drogas o alcohol o confesar el delito pueden ser atenuantes y, por lo tanto, los agresores tienden a utilizar esas excusas en los procesos judiciales.

## 16. INCLUYE RECURSOS

Includ e informad sobre los recursos de emergencia o de acompañamiento que existen en tu país, región o territorio para ayudar a salir de las violencias machistas.

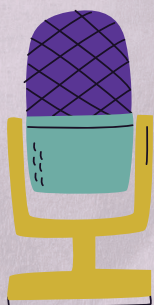
## 17. ¿POR QUÉ ES NECESARIO CONTEXTUALIZAR?

Es muy importante que contextualicéis y expliquéis qué son las violencias contra las mujeres, que no se trata de un suceso o caso aislado, ni de un crimen pasional, ni de una lacra. El origen de la violencia contra las mujeres se sitúa en las desigualdades estructurales que éstas padecen frente a los hombres desde hace siglos.

La violencia machista es la manifestación más cruel y extrema de estas desigualdades.

Es necesario informar sobre qué es esa violencia y dar claves para identificarla: contextualizarla, explicar las causas, promover la condena social y ayudar a otras mujeres que estén sufriendo violencia a enfrentar esta situación.

Del mismo modo es muy importante que visibilicéis historias de mujeres supervivientes que han conseguido salir de la violencia y rehacer sus vidas para ofrecer esperanza y referentes a posibles víctimas.



En España son los siguientes:

El 016 atiende a todas las víctimas de violencias machistas las 24 horas del día y en 52 idiomas. También el correo [016-online@iguadad.gob.es](mailto:016-online@iguadad.gob.es). En Whatsapp en el 600000016 y en el chat online desde la página web de la Delegación del Gobierno contra la Violencia Machista.

Si una mujer se encuentra en una situación de emergencia también puede llamar al: 112 Emergencias, 091 Policía Nacional y 062 Guardia Civil. Si no puede llamar, puede recurrir a la aplicación Alertcops, que envía una alerta con su ubicación a las fuerzas de seguridad.

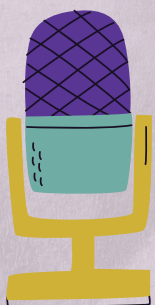
Las víctimas de maltrato sordas, con discapacidad auditiva, ciegas o sordo ciegas pueden llamar al 016 con 900 116 016, SVisual, ALBA, Telesor, ATENPRO y la app PorMí. Al 112 con la app 112Accesible. Al 091 y 062 con SVisual y con la app AlertCops. Los menores también pueden dirigirse al teléfono de la Fundación Anar: 900202010.



## 18. ¿CÓMO EVITAR REVICTIMIZAR Y EL SENSACIONALISMO EN LA COBERTURA DE CASOS DE VIOLENCIA MACHISTA?

Aquí os damos algunas recomendaciones:

- No dar detalles morbosos o escabrosos. Por ejemplo: si ponéis "brutal violación" no es necesario hablar de desgarros, ropa arrancada, penetraciones, charcos de sangre...
- No utilizar ninguna imagen en la que se pueda identificar a las supervivientes o su lugar de residencia.
- Evitar los datos que permitan la identificación directa o indirecta de menores.
- No mencionar el consumo de alcohol, drogas u otras sustancias y circunstancias como causas de la violencia machista. No es culpa del divorcio, ni del alcohol y las drogas, ni de cómo viva la víctima, ni de cómo se vista, ni de su forma de ser, ni de los celos...La única causa es el machismo.
- No poner a cero el contador de asesinatos machistas y aportar las cifras totales.
- Los datos solamente deben servir para el interés general, hay que evitar el tratamiento sensacionalista y garantizar el cumplimiento de los derechos de todas las víctimas.
- Evitar que la opinión pública culpe o responsabilice a la víctima de su situación (doble victimización) ya sea porque no denunció o porque, tras una separación, regresó con el maltratador.
- Hay que exponer claramente el círculo cerrado en el que los agresores atrapan a las víctimas (anulación, dependencia emocional y/o económica, aislamiento de su familia y amigos) y que les impide dar el paso de denunciar.
- Dejar claro que la causa del comportamiento del maltratador es su machismo y no justificarlo en modo alguno.
- Incorporar los recursos con los que cuentan las mujeres para salir de la violencia.





## 19. ¿CÓMO CONTAMOS LAS VÍCTIMAS Y DÓNDE ENCONTRAMOS DATOS Y ESTADÍSTICAS ACTUALIZADAS SOBRE VIOLENCIA DE GÉNERO?

Para obtener datos fidedignos sobre violencia machista, es crucial que recurráis a cifras oficiales confirmadas por entidades fiables.

No pongáis el contador a 0 y hablad del total de víctimas mortales de la violencia machista (en España se contabilizan desde 2003 y los menores desde 2013). Es imperativo reconocer que la precisión de los datos es esencial para entender la verdadera magnitud del problema.

En el caso de España, estas cifras son proporcionadas por la Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género y otras instituciones como el Consejo General del Poder Judicial (CGPJ), el Ministerio del Interior, el Instituto Nacional de Estadística (INE). Utilizad portales web como Efeminista.com, Femicidios.net o RTVE Lab.

Es crucial que hagáis informaciones recurrentes con cifras para visibilizar la magnitud del problema.

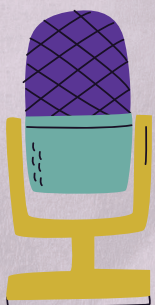
## 20. ¿POR QUÉ INFORMAR SOBRE PROGRAMAS E INICIATIVAS DE PREVENCIÓN?

Incluir o dedicar contenidos exclusivos a informar sobre los diferentes programas e iniciativas de prevención, protección y/o sensibilización es una forma de ser agente activo en la lucha contra las violencias.

## 21. ¿AGRESIÓN, ABUSO, VIOLACIÓN O ACOSO?

Una agresión sexual es cualquier acto que atenta contra la libertad sexual de otra persona sin su consentimiento, ya sea con o sin violencia o intimidación. Incluye acciones como tocamientos no deseados, comentarios sexualmente explícitos, coerción para realizar actos sexuales y cualquier forma de violencia sexual sin consentimiento.

En España ya no existe el delito de abusos sexuales, es agresión sexual. No obstante, en algunos casos se juzgarán delitos anteriores a Ley Orgánica de Garantía Integral de la Libertad Sexual de octubre de 2022 y en los documentos oficiales se seguirá hablando de abuso sexual.





Lo haremos constar así, dejando claro que con la nueva ley se trata de agresión sexual.

Se considera violación cuando hay penetración no consentida (con cualquier parte del cuerpo u objeto).

Es acoso sexual cualquier comportamiento, verbal o físico, de naturaleza sexual que tenga el propósito o produzca el efecto de atentar contra la dignidad de una persona, en particular cuando se crea un entorno intimidatorio, degradante u ofensivo. ACOSO POR RAZÓN DE SEXO es cualquier comportamiento realizado en función del sexo de una persona, con el propósito o el efecto de atentar contra su dignidad y de crear un entorno intimidatorio, degradante u ofensivo. El acoso sexual puede ser constitutivo de delito conforme a lo previsto en Código Penal con pena de prisión o multa.

## 22. ¿EXISTE LA VIOLENCIA INSTITUCIONAL?

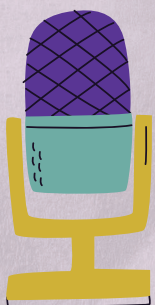
Sí, existe y son "los actos u omisiones de las y los servidores públicos de cualquier orden de gobierno que discriminen o tengan como fin dilatar, obstaculizar o impedir el goce y ejercicio de los derechos humanos de las mujeres, así como su acceso al disfrute de políticas públicas destinadas a prevenir, atender, investigar, sancionar y erradicar los diferentes tipos de violencia".

La violencia institucional no sólo incluye aquellas manifestaciones de violencia contra las mujeres en las que el estado es directamente responsable por su acción u omisión, sino también aquellos actos que muestran una pauta de discriminación o de obstáculo en el ejercicio y goce de los derechos.

## 23. ¿SE PUEDE EJERCER VIOLENCIA MACHISTA DE FORMA ONLINE?

Sí, y es una de las violencias que más crece según datos del Ministerio del Interior de España.

Hay que tener en cuenta las nuevas formas de violencias sobre las mujeres que se cometen o se agravan por el uso de las tecnologías de la información y las comunicaciones (teléfonos móviles, Internet, medios sociales, videojuegos, mensajes de texto, correos electrónicos, etc.), y que se engloban bajo la denominación de violencias machistas digitales o en línea: cyberflashing, ciberacoso, doxing...





## 24. ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE PONER NOMBRE A LAS VIOLENCIAS?

Poner nombre a formas de violencia invisibilizadas o no abordadas en la agenda pública, como el *gaslighting* (luz de gas), *mansplaining* o *stealthing*, es crucial para crear conciencia sobre estas conductas y reconocerlas como problemas reales. Al identificar y hablar de estas violencias, se empodera a las personas para reconocer, comprender, abordar y confrontar estas formas de abuso.

## 25. ¿QUÉ ES LA VIOLENCIA VICARIA?

La violencia vicaria es una forma de violencia machista, probablemente la más cruel. Es aquella que emplea el maltratador sobre terceras personas, principalmente menores, para hacer el mayor daño a su víctima.

El maltratador busca dañar a la mujer a través de sus seres queridos, especialmente sus hijas e hijos, como medio para ejercer un control extremo y permanente sobre ella.

Esta violencia implica no sólo la acción directa contra la mujer, sino también la manipulación de los hijos para ponerlos en contra de la madre, llegando incluso a agresiones.

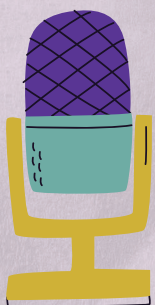
## 26. ¿QUÉ ES LA MUTILACIÓN GENITAL FEMENINA (MGF)?

Es una forma de violencia contra las mujeres y las niñas que consiste en extirpar y lesionar tejido genital femenino sano y normal, afectando a su integridad física y psicológica, así como a su salud sexual y reproductiva. Se trata de una práctica nociva y es inaceptable desde el punto de vista de los derechos humanos y la salud pública.

La OMS se opone a todas las formas de MGF.

En España esta práctica está prohibida y penada por el Código Penal en el art. 149.2, y castigado con entre 6 y 12 años de prisión.

La Estrategia Nacional para la Erradicación de la Violencia contra la Mujer 2022-2025, aprobada en Consejo de Ministros, contiene entre sus objetivos abordar todas las formas que adopta la violencia machista, entre las que cita la mutilación genital femenina. Además, la Ley Orgánica 10/2022, de 6 de septiembre, de garantía integral de la libertad sexual considera la MGF una forma de violencia sexual.





Más de 3.600 niñas están en riesgo de sufrir mutilación genital femenina (MGF) en España, un país en que viven casi 70.000 mujeres procedentes de países donde se practica la mutilación genital femenina. De ellas, más de 15.000 son menores de 14 años y 3.600 están en riesgo de ser mutiladas cuando viajan con sus familias de vacaciones a sus lugares de origen.

## 27. ¿QUÉ VOCES EXPERTAS EN MGF PUEDO INCORPORAR?

Se aconseja buscar fuentes expertas de las propias comunidades y mediadoras culturales que trabajen con las supervivientes. Así como profesionales de la sanidad y ONGs que aborden este tipo de violencia, como son Save a Girl Save a Generation, Médicos del Mundo, Unión Nacional de Asociaciones Familiares (UNAF) o Amref Salud África, entre otras.

## 28. ¿CON QUÉ IMÁGENES PUEDO ILUSTRAR LA MGF?

No uses imágenes de cuchillas, sangre o situaciones que recuerden la mutilación para ilustrar este tipo de noticias, porque se trata de una experiencia dura para las mujeres que han sobrevivido a esta práctica.

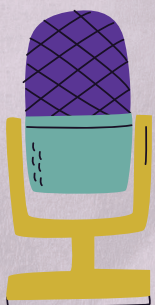
Debemos utilizar imágenes que resalten la conciencia, la resistencia y la solidaridad en la lucha contra la mutilación genital femenina. Algunas sugerencias incluyen: retratos de activistas, manifestaciones o marchas, grupos de apoyo o de espacios de sensibilización, elementos simbólicos como puños, obras de arte o rituales alternativos que respeten los derechos de las mujeres.

Además, para conseguir su erradicación, las especialistas en esta violencia aconsejan tratarla desde la empatía, la formación y la pedagogía y desde las propias comunidades en las que se practica y no desde el señalamiento, la estigmatización y la culpa.

## 29. ¿QUÉ ES LA TRATA?

La trata de personas es la captación y el traslado de seres humanos con propósitos de esclavitud laboral, mental, reproductiva, explotación sexual, matrimonio forzado, trabajos forzados, extracción de órganos, o cualquier forma moderna de esclavitud contra la voluntad y el bienestar del ser humano. En España está tipificado en el artículo 177 bis del Código Penal y penado con entre 5 y 8 años de cárcel.

Una de las manifestaciones de este delito es la trata de mujeres para la explotación sexual, que atenta contra diversos derechos fundamentales como el derecho a la vida, la libertad, la integridad física y moral, la libertad sexual, la salud, la intimidad y la dignidad humana.





Por ello, no debéis referiros a las víctimas de explotación sexual como chica o señorita de compañía, scort, trabajadora sexual...

Es una realidad que ha permanecido oculta e invisible, sin embargo, presenta unas características muy concretas:

- Constituye una violación de los derechos humanos. Vulnera la dignidad de la persona, su libertad y la igualdad.
- La mayoría de las víctimas son mujeres, porque la trata está directamente relacionada con la posición de las mujeres en la sociedad y la feminización de la pobreza.
- Es una de las formas más crueles de violencia ejercida contra las mujeres.

Te facilitamos este párrafo ya redactado para que lo puedas incluir en todas la informaciones que elabores relacionadas con la trata de seres humanos:

"La Policía Nacional tiene operativo, las 24 horas del día, el teléfono 900 10 50 90 (confidencial y que no deja rastro en la factura) y el correo trata@policia.es, tanto para las víctimas como para cualquier persona que quiera denunciar. También puedes hacerlo en #contralatrata y en el correo trata@guardiacivil.org, o el teléfono de emergencia 112."

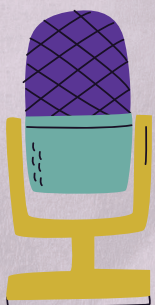
## 30. ¿GESTACIÓN SUBROGADA, POR SUSTITUCIÓN, VIENTRES DE ALQUILER...?

La gestación por subrogación es un tipo de violencia machista por la que, mediante una transacción económica, se permite el acceso al cuerpo de una mujer para que gesté un bebé que entregará al final del embarazo y sobre el que la madre biológica y gestante pierde cualquier derecho.

En esta guía os recomendamos utilizar "alquiler de vientres", mejor que vientres de alquiler, para poner el foco en quienes utilizan a las mujeres para conseguir un bebé mediante una transacción económica y evitar referirnos a este tipo de violencia cosificando a las mujeres. Dejar claro que se trata de compra de niñas y niños y mercantilización del cuerpo de las mujeres.

La legislación española utiliza los términos gestación por subrogación o gestación por sustitución, por lo tanto, cuando redactemos informaciones sobre procesos judiciales conviene definirlo tal y cómo aparece en las leyes.

La Ley Orgánica 1/2023, de 28 de febrero, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2010, de 3 de marzo, de salud sexual y reproductiva y de la interrupción voluntaria del embarazo, dice: "Como Estado, debemos reafirmar el compromiso de respuesta frente a vulneraciones graves de los derechos reproductivos que constituyen manifestaciones de la violencia contra las mujeres, como la gestación por subrogación."





## 31. MATRIMONIO INFANTIL

El matrimonio infantil es una de las peores y más mortales formas de violencia sexual y de género, es el resultado de una arraigada desigualdad de género, afecta a las niñas de manera desproporcionada y constituye una violación de la Declaración Universal de Derechos Humanos.

A la hora de informar de estos casos os recomendamos que los contextualicéis como el grave problema que son, que expliquéis sus causas y las acompañéis con cifras y datos (no sólo de España).

Este problema no es ajeno a España, donde cada año conocemos casos de menores obligadas a contraer matrimonio con hombres a menudo mucho mayores, lo que les roba la oportunidad de seguir aprendiendo, de ser niñas y en muchos casos de sobrevivir.

En España la edad legal mínima para contraer matrimonio es de 16 años siempre y cuando se conceda la emancipación. El Comité de Derechos del Niño recomienda que se eleve a 18.

### MENORES

## 32. ¿SEXO CON MENORES: ABUSO O RELACIÓN?

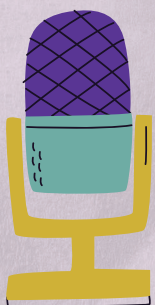
Si se trata de una o un menor de 16 años nunca utilizéis la expresión "relaciones sexuales", ya que por debajo de esa edad en España no existe el consentimiento legal; son agresiones sexuales.

Cuando hay denuncia o hechos violentos, no habléis de relación sexual, sino de agresión sexual.

Cuando las fuentes o incluso las sentencias judiciales hablen de "relaciones sexuales", "relaciones sentimentales", de "relaciones sexuales consentidas" o de "novios" debéis entrecomillarlo y dejar claro que se trata de una agresión sexual.

En este caso debéis preservar siempre la identidad de los menores, incluso si se trata del agresor.

\*La edad de consentimiento sexual estipulada en el Código Penal de cada país varía. En España, desde 2015, es de 16 años.





### 33. ¿EXISTE EL SÍNDROME DE ALIENACIÓN PARENTAL (SAP)?

No. Es un falso concepto o teoría. La Ley Orgánica de protección integral a la infancia y la adolescencia frente a la violencia (LOPVI) prohíbe usarlo. Es un concepto acientífico que sostiene que las madres manipulan a las hijas e hijos en contra de los padres y que es usado en procesos judiciales de custodia para quitar los hijos a las madres.

Este falso síndrome ha sido desaconsejado por la Organización Mundial de la Salud (OMS), y en el caso de España, por el Consejo General del Poder Judicial o por la Relatora Especial sobre la violencia contra las mujeres y las niñas de la ONU, Reem Alsalem.

### 34. PEDERASTIA Y PORNOGRAFÍA INFANTIL

Al igual que en el caso de las agresiones sexuales a menores, en este tipo de informaciones nunca defináis las agresiones como "relaciones" o con expresiones que minimicen la gravedad de los delitos y tratad de incluir "agresiones sexuales".

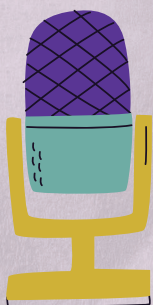
Evitad ofrecer cualquier dato o imagen que sirva para identificar a las y los menores, así como detalles o datos morbosos.

## MIGRACIONES

### 35. ¿MIGRANTES, INMIGRANTES, MIGRADAS?

Cuando hablamos de migraciones, es importante utilizar un lenguaje preciso y respetuoso para referirnos a las personas que se desplazan de un lugar a otro. Detrás de cada término hay historias individuales y experiencias únicas, por lo que es esencial tener empatía y respeto y reconocer la diversidad de situaciones, en su mayoría de extrema dureza, que enfrentan las personas que se desplazan.

**Personas migrantes:** Este término se utiliza de manera general para referirse a las personas que se desplazan de un lugar a otro. Es un término que no especifica la dirección del movimiento. Y que recomendamos utilizar de manera general porque engloba tanto a emigrantes como inmigrantes.





- **Emigrantes:** Son personas que abandonan su país de origen o su lugar de residencia habitual para establecerse en otro país o región.
- **Inmigrantes:** Son quienes llegan a un país con la intención de residir y establecerse allí.

**Personas refugiadas:** Se han visto obligadas a abandonar su país de origen debido a conflictos, persecución o violencias. Buscan protección internacional y tienen derechos específicos según el derecho internacional.

**Movilidad humana:** Se utiliza para describir el movimiento de personas de un lugar a otro, incluyendo personas migrantes, refugiadas, desplazadas internas y otras categorías. Es un fenómeno complejo y multifacético que puede estar motivado por diversos factores.

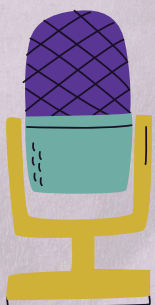
El término "**migrada**" se utiliza en algunos contextos, especialmente por organizaciones no gubernamentales (ONG) y activistas, para referirse a las mujeres que han migrado de un lugar a otro con un enfoque específico en las experiencias y desafíos que enfrentan durante su proceso migratorio por el hecho de ser mujeres.

Referirnos a ellas como personas migradas es la definición más congruente con el fenómeno de las migraciones; la temporalidad del término alude a que el hecho de migrar ha tenido lugar previamente, y adquiere un sentido más acorde a la realidad de las personas que no solo llegan, sino que han migrado, y conviven en la sociedad.

## 36. EVITA EL TÉRMINO "MENA"

Usar el término MENA para referirse a los niños y niñas que viajan solos los deshumaniza, cosifica y contribuye a quitarles dignidad. Son niños y niñas por encima de todo. Mena es un acrónimo que hace referencia a los Menores Extranjeros No Acompañados, apareció formalmente en el Boletín Oficial del Estado (BOE) en 2009. Ahora, el Defensor del Pueblo, muchas ONG y profesionales piden que se deje de emplear por el carácter despectivo que le ha conferido la ultraderecha al criminalizar a esos niños y niñas migrantes que se ven en la necesidad de migrar a España sin familia.

## 37. LAS PERSONAS NO SON ILEGALES



No hay personas irregulares ni ilegales, lo correcto es que os refiráis a ellas como personas en situación administrativa irregular o en situación irregular.

Utilizar esta terminología permite poner el énfasis en el aspecto administrativo de la situación y sugiere que la irregularidad se encuentra en el ámbito de los trámites y documentos, no en la persona.



La irregularidad o ilegalidad no son cualidades humanas y, por lo tanto, al utilizarlas para referirnos a personas las estáis deshumanizando.

Debemos tratar estas informaciones con empatía, respetando la dignidad y los derechos fundamentales de todas las personas, independientemente de su estatus migratorio.

Y tened en cuenta que las mujeres migrantes enfrentan el doble estigma de ser mujeres y migrantes, entre otras interseccionalidades. Muchas de ellas se encuentran en situación administrativa irregular, lo que las expone a numerosas formas de violencia. Es fundamental reconocer y abordar estas complejas realidades para garantizar la protección y el respeto de sus derechos.

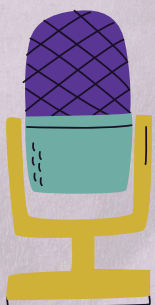
## 38. ABORDA DE MANERA ESPECÍFICA LAS SITUACIONES DE LAS PERSONAS REFUGIADAS Y MIGRANTES POR RAZÓN DE GÉNERO O LGTBI+

En algunas ocasiones las migraciones se producen por cuestiones de género, identidad de género u orientación sexual (LGBTIQ+). Muchas personas salen de sus países para evitar la persecución, discriminación, violencia, presión social o familiar, las limitaciones de derechos y libertades fundamentales...

Además, durante el proceso de tránsito, las mujeres y personas LGTBIQ+ migrantes enfrentan violencias específicas como el acoso sexual, la explotación, la trata, la discriminación basada en género u orientación sexual, o la violencia física y psicológica. Esto puede deberse a la falta de protección adecuada en los países de tránsito, la falta de recursos para acceder a condiciones de viaje seguras y la presencia de redes de trata de personas que se aprovechan de su vulnerabilidad. Es esencial abordar estas violencias específicas.

\*1 de cada 10 mujeres migrantes que llegan a España de forma irregular denuncia haber sufrido alguna agresión sexual durante la ruta, según un estudio del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC) y ACNUR.

\*1 de cada 3 niñas migrantes que llega a España e Italia desde el norte de África experimenta o es testigo de violencias sexuales y de género durante la migración, según Save the Children.





## ANTIRRACISMO

### 39. ¿QUÉ ES SER UNA MUJER RACIALIZADA?

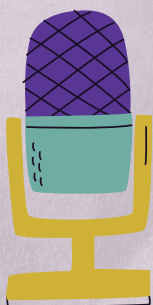
Este término se refiere a mujeres a quienes la sociedad ha asignado una categoría racial, y esta asignación determina el tratamiento opresivo o discriminatorio que reciben, especialmente por parte de las instituciones formales, a través del racismo sistemático e institucionalizado. Implica la carga de estereotipos y prejuicios arraigados en construcciones sociales que pueden contribuir a la marginalización y la discriminación.

Las mujeres racializadas a menudo enfrentan desafíos específicos en el acceso a la atención médica, la educación, el trabajo o la vivienda, donde el sesgo racial puede influir en la calidad y disponibilidad de estos servicios. Este conjunto de desigualdades interrelacionadas refleja la manera en que el racismo impacta de manera específica en la vida de las mujeres que son, simultáneamente, víctimas de discriminación de género y racial.

### 40. VIOLENCIA RACISTA Y MACHISTA

Son muchas las mujeres que además de ser víctimas de violencias machistas lo son de racismo por el hecho de tratarse de mujeres racializadas. La intersección de estas dos violencias las convierte en personas extremadamente vulnerables, visualizarlas y contextualizar su situación también es responsabilidad de las y los profesionales de la comunicación.

A menudo son estigmatizadas y se enfrentan a estereotipos negativos que perpetúan la violencia machista, y que pueden llevar a la falta de credibilidad cuando denuncian o a cómo son tratadas por la sociedad y las autoridades.





## PROSTITUCIÓN

### 41. ¿PROSTITUTA O MUJER EN SITUACIÓN DE PROSTITUCIÓN?

En este caso, si no sabemos cuál es su situación, os recomendamos utilizar la expresión "mujer en situación de prostitución" o "mujer en contexto de prostitución" y "mujer prostituida" o "víctima de explotación sexual" cuando sabemos que es víctima o estamos hablando de trata (que son la mayoría de las informaciones que elaboramos).

Dejar claro que una mujer nunca es responsable de la violencia que se ejerce sobre ella, tampoco en el caso de las mujeres en situación de prostitución, ni siquiera en aquellos casos en los que la mujer agredida, violada o asesinada estuviese "voluntariamente" en situación de prostitución.

El origen de estas situaciones, en la inmensa mayoría de los casos, es una situación de extrema vulnerabilidad.

No emplees nunca términos como señorita de compañía, scort...

Recuerda evitar el lenguaje y la narrativa que perpetúan la objetivación de las mujeres en prostitución. No ilustres esas informaciones con sus cuerpos, tacones, maquillaje, etc... En cambio, incluye fotografías de manifestaciones feministas, campañas y proyectos contra la explotación sexual, organizaciones de apoyo, operaciones policiales exitosas...

### 42. ¿PUTERO O PROXENETA?

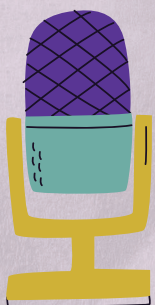
Putero es el hombre que paga por sexo. Recomendamos utilizar esta palabra, cada vez más extendida y reconocida por la RAE, aunque todavía con muchas resistencias en los medios de comunicación.

Desaconsejamos el uso de "cliente" pues traslada la idea de que la mujer es el "producto" a comprar o consumir.

Proxeneta es la persona que induce u obliga a otra a prostituirse, mujeres y niñas en su inmensa mayoría, y se beneficia de las ganancias económicas que se obtienen.

### 43. PROSTÍBULO

Prostíbulo o burdel son las formas adecuadas para referirnos a los locales o espacios en los que se encuentran las mujeres en situación de prostitución. Nunca uséis casa de citas, club de alterne, puticlub o barra americana.





## DISCAPACIDAD

### 44. PERSONA CON DISCAPACIDAD

Lo correcto es decir "persona con discapacidad", o diversidad funcional. Está desaconsejado el uso de "discapacitadas/os" y "minusválidas/os".

Una discapacidad nunca se "padece" o "sufre", sino que se "tiene".

Es crucial que dirijáis vuestra atención hacia las barreras sociales e institucionales que dificultan la participación y la inclusión de las personas con discapacidad en la sociedad, y no transmitir la idea de que el problema es la discapacidad.

En el caso específico de las mujeres, es necesario considerar dos ejes de discriminación clave: el género y la discapacidad.

### 45. VIOLENCIA MACHISTA CONTRA MUJERES CON DISCAPACIDAD

Las mujeres y niñas con discapacidad están expuestas a una situación de especial vulnerabilidad ante la violencia y abuso perpetrados contra ellas, en muchos casos por personas de su entorno. Esta vulnerabilidad se agrava aún más debido a la falta de credibilidad cuando se atreven a denunciar estas violencias. Lo que se suma a la discriminación sistemática, la falta de accesibilidad a los servicios de apoyo y a la limitada conciencia pública sobre sus derechos específicos.

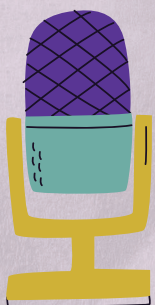
Hay muchos casos de mujeres que no tienen una discapacidad acreditada y que han desarrollado una discapacidad como consecuencia de la violencia ejercida por sus agresores.

Al hablar sobre estas realidades, podemos aumentar la conciencia pública, sensibilizar a la sociedad y a las responsables de la toma de decisiones.

Os recordamos que, entre las mujeres con discapacidad, debido a su situación de mayor vulnerabilidad, la proporción de víctimas de violencias machistas es muy superior a la que se registra en el resto de mujeres.

**DATO:** El 40,4% de las mujeres con discapacidad acreditada ha sufrido algún tipo de violencia en la pareja, según la Macroencuesta de Violencia contra la Mujer 2019. Y fuera del ámbito de la pareja 17,2 % de las mujeres de este colectivo ha sufrido violencia física y el 10,3 % violencia sexual.

El 10% de las mujeres que han sido asesinadas por su pareja o expareja desde 2012 tenía una discapacidad acreditada, según CERMI.





## LGTBIQ+

### 46. ¿TRANSEXUAL O TRANS?

Aprender a nombrar las realidades LGTBQ+ es fundamental para no contribuir a perpetuar los estigmas y las violencias.

En el caso de las personas trans, se trata de un término que se utiliza para referirse a aquellas cuya identidad y/o expresión de género no se corresponde con las normas y expectativas sociales tradicionalmente asociadas con su sexo.

Mientras que transexual es un adjetivo que describe a las personas que buscan cambiar o que han cambiado sus caracteres sexuales primarios y/o las características sexuales secundarias, a través de intervenciones médicas (hormonas y/o cirugía).

Por lo tanto, os recomendamos el uso del término trans.

Es imprescindible que nombréis a las personas con la identidad o expresión de género y el pronombre que esa persona indique, especialmente en el caso de la infancia trans.

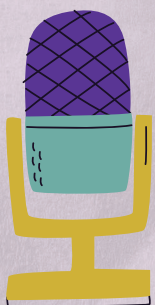
### 47. ¿QUÉ ES LA LESBOFOBIA, TRANSFOBIA Y BIFOBIA EN LAS MUJERES?

La lesbofobia, transfobia y bifobia son manifestaciones de intolerancia y discriminación que persisten en nuestra sociedad por el hecho de ser lesbiana, trans o bisexual. Estas actitudes se traducen en rechazo, discriminación, invisibilización, burlas y otras formas de violencia dirigidas hacia las mujeres lesbianas, bisexuales o trans, así como hacia aquellas que son percibidas como tales.

Es esencial abordar estas problemáticas con educación, empatía y sensibilización.

### 48. ¿QUÉ ARTÍCULOS USAMOS CON PERSONAS NO BINARIAS?

Muchas personas no binarias prefieren nombrarse con el pronombre neutro "elle". Es necesario preguntar y, en cualquier caso, mantener el artículo con el que se sienta mejor y respetar su opinión.





## 49. ¿POR QUÉ RECORDAR LAS LUCHAS Y LOGROS DE MUJERES LGTBIQ+?

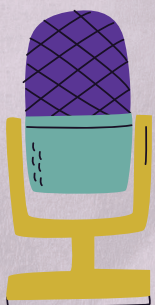
Es fundamental porque, en muchos casos, estas mujeres han sido invisibilizadas a lo largo de la historia. Reconocer sus esfuerzos y logros sociales es esencial para destacar la valiosa contribución que han hecho a la comunidad LGTBIQ+ y a la sociedad en general. Al recordar y honrar sus luchas y logros, estamos reconociendo la importancia de su labor y construyendo una narrativa inclusiva.

\*Un ejemplo de un logro histórico de una mujer LGTBIQ+ es el caso de Marsha P. Johnson, una activista trans afroamericana y drag queen que desempeñó un papel crucial en el movimiento de derechos civiles y LGTBIQ+ en los Estados Unidos y fue una de las figuras clave en los disturbios de Stonewall en 1969.

## CORRESPONSABILIDAD Y CUIDADOS

## 50. ¿FAMILIAS MONOMARENTALES O MONOPARENTALES?

En este caso os recomendamos el uso de familias "monomarentales" dado que, en España, de los casi dos millones de hogares a cargo de una sola persona, más de 8 de cada 10 están encabezados por mujeres.





# BLOQUE III

# GLOSARIO





## 01. ABUSO SEXUAL

En España, desde la entrada en vigor de la Ley Orgánica de Garantía Integral de la Libertad Sexual ya no existe el delito de abuso sexual, es agresión sexual.

Antes de la Ley Orgánica de Garantía Integral de la Libertad Sexual, la legislación diferenciaba entre abuso sexual y agresión sexual. Abuso sexual era cuando alguien atentaba contra la libertad o indemnidad sexual de una persona sin su permiso, pero no usaba para ello "violencia o intimidación".

## 02. ACOSO CALLEJERO

Es una forma de violencia que se produce cuando un hombre le hace a una mujer comentarios que la humillan o le dan miedo en la calle o en sitios públicos como el metro o el autobús. También pueden ser acciones, como seguir a una mujer o masturbarse delante de ella. El acoso callejero lo ejercen hombres que no conocen a la víctima y muchas veces lo hacen por la noche y en lugares de ocio como discotecas.

## 03. ACOSO SEXUAL

Es un acoso que tiene relación con el sexo. Puede ser un acto, un comentario o un gesto. La persona que acosa se siente más importante que la víctima y la hace sentir mal. La ley de igualdad de hombres y mujeres explicó el acoso sexual en 2007.

Artículo 7. Acoso sexual y acoso por razón de sexo.

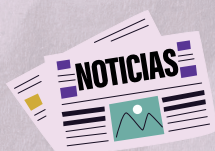
1. Sin perjuicio de lo establecido en el Código Penal, a los efectos de esta Ley constituye acoso sexual cualquier comportamiento, verbal o físico, de naturaleza sexual que tenga el propósito o produzca el efecto de atentar contra la dignidad de una persona, en particular cuando se crea un entorno intimidatorio, degradante u ofensivo.

Artículo 7. Acoso sexual y acoso por razón de sexo.

1. Sin perjuicio de lo establecido en el Código Penal, a los efectos de esta Ley constituye acoso sexual cualquier comportamiento, verbal o físico, de naturaleza sexual que tenga el propósito o produzca el efecto de atentar contra la dignidad de una persona, en particular cuando se crea un entorno intimidatorio, degradante u ofensivo.

## 04. AGRESIÓN SEXUAL

Cualquier acto que atenta contra la libertad sexual de otra persona sin su consentimiento, ya sea con o sin violencia o intimidación. Incluye ataques como la violación o intentos de violación, así como cualquier contacto sexual no deseado o tocamientos, incluso si es a través de la ropa.





## 05. AMOR ROMÁNTICO

El amor romántico es el modelo cultural de amor que se propone a las mujeres a lo largo del proceso de socialización y que implica una renuncia personal, un olvido de ellas mismas, y una entrega total que potencia comportamientos de dependencia y sumisión al varón. Esta idea se transmite a través de canciones, novelas, cuentos, películas, anuncios y libros, entre otros.

Este modelo, normalmente heterosexual y presente en el imaginario colectivo, se basa en la necesidad de las mujeres de encontrar a alguien que las complete, y conlleva unos roles de género muy diferentes para las mujeres y para los hombres. Tiene asociados una serie de mitos falsos que posibilitan los pensamientos que ligan las relaciones afectivas con el control, los celos, los sacrificios extremos o el dolor y que enmascara la violencia de género.

## 06. ANDROCENTRISMO

Del griego andro «Hombre, varón», se trata de una visión del mundo y de la historia que coloca a los hombres y su punto de vista como el centro o figura principal de la sociedad, y que obvia e invisibiliza lo femenino y que tiene como consecuencia la negación o infravaloración de las aportaciones de las mujeres.

## 07. AUTONOMÍA ECONÓMICA

Capacidad de las mujeres de acceder, generar y controlar ingresos propios, activos y recursos productivos, financieros y tecnológicos, así como el tiempo o la propiedad.

## 08. BODY SHAMING

Anglicismo cuyo uso se ha extendido especialmente en las redes sociales y que define la acción de avergonzar o burlarse de alguien por la apariencia de su cuerpo. La Fundéu recomienda sustituir el anglicismo por 'expresión crítica del cuerpo'.

## 09. BRECHA DE GÉNERO

Refleja la distancia entre mujeres y hombres respecto a un mismo indicador, normalmente referido a acceso a recursos, oportunidades o derechos.

## 10. BRECHA SALARIAL

Diferencia en la retribución salarial que perciben las mujeres por desempeñar el mismo trabajo que los hombres.





## 11. CAPACITISMO

El capacitismo es la discriminación y el prejuicio social contra las personas con discapacidad basado en estereotipos, conceptos erróneos, barreras físicas y opresión.

## 12. CIBERACOSO

Acoso o intimidación por medio de las tecnologías digitales que, en muchos casos, se convierte en una forma de ejercer violencia machista.

## 13. CIBERVIOLENCIA

Incluye todas las formas de violencia que se ejercen a través de Internet.

## 14. COEDUCACIÓN

Método educativo y pedagógico que busca promover la igualdad, reformulando la transmisión del conocimiento desde una perspectiva de género, eliminando estereotipos y fomentando el desarrollo integral de todas las personas, sin limitar sus capacidades según su sexo, para lograr igualdad de oportunidades de niñas y niños o mujeres y hombres adultos.

## 15. CONCILIACIÓN

Estrategia que busca equilibrar los roles laborales, familiares y personales, promoviendo la igualdad y generando las condiciones que posibiliten que hombres y mujeres desarrollen todas las áreas de sus vidas de forma equitativa y satisfactoria.

## 16. CONSENTIMIENTO

Dar tu permiso a otra persona para hacer algo. En el ámbito de las relaciones sexuales, se refiere a la expresión afirmativa, consciente, voluntaria y reversible, sobre el deseo de tener sexo y cuya inexistencia implica delito de agresión sexual.

En España, Art. 178 Código Penal: "Sólo se entenderá que hay consentimiento cuando se haya manifestado libremente mediante actos que, en atención a las circunstancias del caso, expresen de manera clara la voluntad de la persona".

En España, Art. 178 Código Penal: "Sólo se entenderá que hay consentimiento cuando se haya manifestado libremente mediante actos que, en atención a las circunstancias del caso, expresen de manera clara la voluntad de la persona".





## 17. CORRESPONSABILIDAD

Responsabilidad compartida. Este término hace referencia a la necesidad de que hombres y mujeres se repartan de forma equitativa las responsabilidades domésticas y de cuidados, que mayoritariamente recaen sobre ellas.

## 18. COSIFICACIÓN

Estrategia que consiste en presentar a las mujeres como cosas en lugar de como seres humanos y que las deshumaniza y reduce a meros instrumentos. Ejemplos de cosificación serían usar a mujeres para dar premios y besos a los hombres ganadores en los podios deportivos o los anuncios en los que son utilizadas como adornos o decoración para vender productos para hombres.

## 19. CULTURA DE LA VIOLACIÓN

La expresión fue acuñada por el feminismo de los años 70 en Estados Unidos para señalar la prevalencia y aceptación de la violencia sexual.

Con ella se nombra la estructura que justifica y normaliza las agresiones sexuales hacia las mujeres y que, en la práctica, se manifiesta en todo un conjunto de creencias, conductas, ideas o actitudes que la aceptan y la alimentan.

## 20. CYBERFLYSHING

Un tipo de ciberviolencia contra las mujeres que consiste en enviar imágenes no solicitadas de desnudos o genitales a través de Internet, plataformas de mensajería instantánea, app de citas o redes sociales. Popularmente se conoce como "fotopolla" o "fotopene".

## 21. DECONSTRUCCIÓN

Proceso de abandonar los estereotipos de lo que se entiende como femenino y masculino y reconocer que existe una desigualdad entre los géneros que no es natural.

## 22. DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS

Los derechos que garantizan una vida sexual y reproductiva segura y satisfactoria, incluyendo el acceso libre a información o anticonceptivos, al aborto, a la atención médica, la capacidad de decidir sobre la reproducción sin discriminación ni violencia, además de educación sexual, matrimonio consentido y relaciones sexuales seguras y placenteras.





## 23. DISCRIMINACIÓN INDIRECTA

Situaciones en las que leyes, políticas o prácticas aparentemente neutrales afectan desproporcionadamente a un grupo específico, en este caso, por motivos de género. A pesar de su aparente imparcialidad, estas medidas pueden favorecer un trato desigual debido a factores como la tradicional división de roles de género, lo que puede tener un impacto negativo. Un ejemplo de ello es el caso de las pensiones de jubilación, donde las mujeres, debido a las interrupciones en sus carreras profesionales, reciben ingresos inferiores en comparación con los hombres.

## 24. DISCRIMINACIÓN POSITIVA

Implementación de políticas y acciones diseñadas para contrarrestar los efectos de la discriminación hacia grupos o personas desfavorecidas. Su objetivo es corregir desigualdades y permitir que quienes han sido perjudicados o parten de una posición desfavorecida, como las mujeres, puedan competir en igualdad de condiciones.

## 25. DOBLE JORNADA

Condición a la que se ven sometidas las mujeres que desempeñan un trabajo remunerado en horario laboral y que además deben desarrollar todas las tareas que implica el trabajo reproductivo, de cuidados y doméstico y que no es compartido por sus parejas o compañeros.

## 26. DOXING

Angliscimo que derivado de la abreviatura inglesa de documentos 'docs', que describe una violación de la privacidad de una persona mediante la divulgación no autorizada en Internet de información personal o documentos (como números de teléfono, direcciones, lugares de trabajo o escuelas de hijos e hijas) o amenazar con hacerlo, con la intención de generar miedo o temor.

## 27. ECOFEMINISMO

Corriente de pensamiento y movimiento social que integra el feminismo y el ecologismo para señalar que la explotación y la degradación del mundo natural y la subordinación y opresión de las mujeres tienen el mismo origen. Apuesta por una sociedad ecológica, descentralizada, no jerárquica y no militarizada, con democracia interna y en la que las mujeres vivan sin opresión.





## 28. EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL

Proceso de enseñanza y aprendizaje que brinda a la infancia y adolescencia información precisa y apropiada para su edad sobre la sexualidad y su salud sexual y reproductiva, la cual es fundamental para su salud y supervivencia.

## 29. EMPODERAMIENTO

Designa el aumento de la participación de las mujeres en los procesos de toma de decisiones y acceso al poder y su fortalecimiento individual y colectivo.

## 30. ESTEREOTIPOS DE GÉNERO

Idea, creencia o imagen mental preconcebida sobre los atributos o las características, o roles que deberían poseer o desempeñar las mujeres y los hombres, basadas en concepciones exageradas y simplistas que no tienen en cuenta sus características, sentimientos y capacidades reales. Son perjudiciales porque perpetúan las desigualdades y limitan la capacidad de las mujeres y los hombres para desarrollar sus carreras profesionales y/o tomar decisiones sobre sus vidas.

## 31. ESTERILIZACIÓN FORZADA

Forma de violencia que implica la esterilización a una o más personas sin su consentimiento y que se ha ejercido y se ejerce de manera sistemática contra las mujeres con discapacidad. Desde el año 2020 en España están prohibidas las esterilizaciones forzadas a personas con discapacidad, gracias a la entrada en vigor de la Ley Orgánica 2/2020, de 16 de diciembre, de modificación del Código Penal para la erradicación de la esterilización forzada o no consentida de personas con discapacidad incapacitadas judicialmente.

Además, la Ley Orgánica 1/2023, de 28 de febrero, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2010, de 3 de marzo, de salud sexual y reproductiva y de la interrupción voluntaria del embarazo, recoge la esterilización forzosa como forma de violencia existente en el ámbito de la salud sexual y reproductiva de las mujeres, en línea con el Convenio de Estambul.

## 32. EXPRESIÓN DE GÉNERO

Es la expresión de los roles de género como mujer u hombre (o ambos o ninguno de ellos) a través del comportamiento, la indumentaria, el peinado, la voz, los rasgos físicos, etc. Está condicionada por las expectativas sociales de género. No tiene por qué ser fija ni coincidir con el sexo, la identidad de género o la orientación sexual de la persona.





### 33. FALOCENTRISMO

Característica de las sociedades que, simbólicamente y en la práctica, avalan el predominio de los hombres sobre las mujeres, con base en una mayor valoración del órgano sexual masculino (falo), como centro de la creación humana, de tal forma que dichas sociedades no sólo están dominadas por los "machos" (portadores del falo), sino también lo exaltan como valor y referencia absoluta.

### 34. FEMINAZI

Término usado con un sentido peyorativo contra cualquier mujer que defiende posturas feministas. Aúna los términos 'feminismo' con 'nazismo' y se usa para atacar y desprestigiar la lucha feminista y a las mujeres que se atreven a defender la igualdad.

### 35. FEMINICIDIO/FEMICIDIO

Asesinato de una mujer o niña por el hecho de serlo.

### 36. FEMINISMO

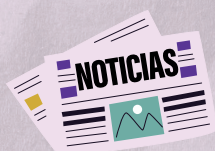
El feminismo es un movimiento político, social, académico, económico y cultural, que se inicia formalmente a finales del siglo XVII, que busca crear conciencia y condiciones para transformar las relaciones sociales, lograr la igualdad entre las personas, y eliminar cualquier forma de discriminación o violencia contra las mujeres.

Su objetivo es abordar y eliminar las desigualdades de género arraigadas en la sociedad, así como desafiar las normas y estructuras que perpetúan las discriminaciones.

La Real Academia Española (RAE) lo define como "el principio de igualdad de derechos de la mujer y el hombre, así como el movimiento que lucha por la realización efectiva en todos los órdenes del feminismo".

### 37. GÉNERO

Se trata de una construcción socio cultural por la que se adjudican roles, actitudes y aptitudes diferentes a hombres y mujeres en función de su sexo biológico. Este concepto hace referencia a las diferencias sociales que, por oposición a las particularidades biológicas, han sido aprendidas, cambian con el tiempo y presentan multitud de variantes. Se utiliza para demarcar estas diferencias socioculturales entre mujeres y hombres que son impuestas por los sistemas políticos, económicos, culturales y sociales a través de los agentes de socialización y que son modificables.





## 38. GORDOFOBIA

Discriminación estructural y sistemática, además de odio, rechazo y violencia que sufren las personas gordas por el hecho de ser gordas y no encajar en las imposiciones estéticas.

## 39. GROOMING

Es cuando un adulto contacta con un niño, niña o adolescente para ganarse su confianza con fines sexuales. Por ejemplo, hablar de sexo, pedirle que le mande fotos íntimas o tener sexo.

## 40. HETEROSEXUALIDAD

Atracción emocional, afectiva y sexual por personas de un género diferente al suyo.

## 41. HETERONORMATIVIDAD

El conjunto de las relaciones de poder que normalizan y rigen la sexualidad, marginando a todo lo que esté fuera de los ideales de la heterosexualidad, la monogamia, y la conformidad de género, la cual presupone que lo masculino y lo femenino son sustancialmente complementarios, en lo que respecta al deseo.

## 42. HETEROPATRIARCADO

Acronimo de "heterosexualidad" y "patriarcado", utilizado para designar un sistema sociopolítico en el que los hombres y la heterosexualidad tienen supremacía sobre otros géneros y otras orientaciones sexuales. Se trata de un término que enfatiza que la discriminación ejercida tanto sobre las mujeres como sobre las personas LGBTQ+ tiene el mismo principio social machista, que privilegia a los hombres heterosexuales.

## 43. INEQUIDAD

Término utilizado en la perspectiva de género, para referirse a las diferencias de oportunidades entre mujeres y hombres.

## 44. IDENTIDAD DE GÉNERO

Percepción que una persona tiene sobre su propio género y que puede coincidir o no con el sexo asignado al nacer y no mantiene ninguna relación con la orientación sexual.





## 45. IGUALDAD DE GÉNERO

Condición que implica las mismas condiciones de trato hacia hombres y mujeres. La igualdad tiene beneficios directos también para los hombres, porque ser un hombre igualitario favorece el crecimiento personal, aumenta la autoestima y potencia la calidad de las relaciones, tanto con las mujeres como con otros hombres, a la vez que mejora la salud de los hombres y aumenta su esperanza de vida.

## 46. INVISIBILIZACIÓN

Es un concepto muy utilizado en ciencias sociales para designar un conjunto de mecanismos culturales que llevan a omitir la presencia de determinado grupo social, en este caso las mujeres, en ámbitos como el lenguaje, el trabajo, las aportaciones históricas, la ciencia o el pensamiento.

## 47. INTERSECCIONALIDAD

Enfoque que permite comprender la interacción entre las múltiples dimensiones y opresiones que conforman las trayectorias de las personas en sus identidades, elecciones y territorios. Se atribuye su autoría a la catedrática y defensora de los derechos civiles Kimberlé Williams Crenshaw, especializada en temas raciales y de género, que la usó por primera vez en 1989. Es decir, una mujer puede ser discriminada por el hecho de ser mujer. También por ser joven y también por ser gitana. Pero la superposición de las identidades de ser mujer, joven y gitana forman una discriminación específica que no se explica por estas identidades por separado.

## 48. LENGUAJE SEXISTA

Es la discriminación en el lenguaje basada en el sexo de las personas y que beneficia a un sexo sobre el otro. Muestra a la mujer como un ser inferior.

## 49 - 54. LGTBIQ+

### 49. BISEXUAL

Persona que se siente emocional y/o sexualmente atraída por personas de los dos sexos.





## 50. CISGÉNERO

Término que designa a las personas que presentan concordancia entre su identidad de género y la asignada al nacer según su sexo biológico.

## 51. INTERSEXUAL

Personas que nacen con órganos reproductivos o sexuales que no encajan en la clasificación estándar biológica de mujer u hombre. Estas condiciones pueden ser evidentes al nacer, pueden aparecer en la pubertad o puede que sólo se descubran durante un examen médico.

## 52. LESBIANA

Mujeres homosexuales, es decir, que se sienten atraídas física, emocional y sexualmente por otras mujeres.

## 53. QUEER

Término inglés alternativo a LGBTQ+ que describe también toda una corriente de pensamiento que se ha expresado a su vez en un movimiento social que busca potenciar la diversidad humana en sentido amplio y huye de las identidades fijas o estáticas, abogando por la versatilidad y variedad de las potencialidades humanas.

## 54. TRANS

Término que se utiliza para referirse a las personas cuya identidad y/o expresión de género no se corresponde con las normas y expectativas sociales tradicionalmente asociadas con su sexo asignado al nacer.

## 55. LUZ DE GAS/GASLIGHTING

Forma de violencia psicológica y sutil que consiste en manipular a una persona para que dude de su razón o juicio mediante una prolongada labor de descrédito de sus percepciones y recuerdos.

## 56. MACHISMO

Actitud o manera de pensar de quien sostiene que el hombre es por naturaleza superior a la mujer.

## 57. MACHIRULO

No está claro de dónde proviene el término, pero podría ser una mezcla de dos adjetivos: machista y chulo. Se utiliza para designar





al "hombre machista" que hace gala de esa condición abiertamente. Según la RAE es la expresión coloquial y despectiva de una persona, especialmente un hombre, que exhibe una actitud machista.

## 58. MANSPLAINING

Hace referencia a la tendencia de algunos hombres a explicarles cosas a las mujeres en un modo paternalista y condescendiente cuando, muchas veces, ellas ya lo saben o incluso son expertas en ello.

## 59. MASCULINIDAD

Hace referencia a la construcción histórica y cultural de una serie de atributos, prácticas, valores o comportamientos que cada sociedad atribuye a los hombres.

## 60. MANSREADING

Neologismo que aúna las palabras 'man' (hombre) con 'spreading' (extenderse) y representa la costumbre que tienen no pocos hombres de ocupar la mayor parte del espacio público (p.e. sentándose con las piernas abiertas en asientos de transporte público).

## 61. MICROMACHISMO

Es un término que describe aquellas acciones machistas cotidianas, sutiles e incluso inconscientes que están normalizadas en la sociedad y que pasan desapercibidas. A pesar del prefijo "micro" de la palabra, estas actitudes están en la raíz o son manifestaciones de la discriminación y la desigualdad de género.

## 62. MIGRADA

Término que se utiliza para referirse a mujeres que han dejado su lugar de origen y se han trasladado a otro país o región por diversas razones, como búsqueda de empleo, reunificación familiar, huida de conflictos o persecuciones, o simplemente por elección personal. Este término reconoce y destaca la experiencia específica de las mujeres en el proceso migratorio, considerando los desafíos y las oportunidades únicas que enfrentan durante su viaje y su integración en el nuevo entorno.

## 63. MISGENDERING

Referirse o tratar a una persona con un género diferente con el que se identifica, y por lo tanto, incorrecto, de manera que resulta ofensivo.





## 64. MISOGINIA

Aversión, desprecio u odio hacia las mujeres y, por extensión, todo lo que esté asociado con estereotipos tradicionalmente femeninos.

## 65. MUTILACIÓN GENITAL FEMENINA

Es una violación de los derechos humanos de las mujeres y las niñas que abarca todos los procedimientos que conllevan una ablación parcial o total de los genitales femeninos externos u otra lesión causada a los mismos por motivos no médicos. Carece de beneficios para la salud y acarrea a niñas y mujeres muchos daños de diversa índole.

## 66. NEOMACHISMO O POSTMACHISMO

Ideología de individuos que suelen estar en contra del lenguaje no sexista, que critican y quieren derogar la ley de violencia de género de 2004, o que difunden abiertamente la falsa teoría de que la mayoría de mujeres ponen denuncias falsas sobre violencia machista. Se suele considerar que surgen como una reacción a los logros del feminismo.

## 67. PARIDAD

La paridad de género se refiere a una participación y representación equilibrada de mujeres y hombres en los puestos de poder y de toma de decisiones en todas las esferas de la vida (política, económica y social). Se considera actualmente un indicador para medir la calidad democrática de los países.

## 68. PATRIARCADO

El patriarcado es un sistema de dominio institucionalizado que mantiene la subordinación e invisibilización de las mujeres y todo aquello considerado como 'femenino', con respecto a los varones y lo 'masculino', creando así una situación de desigualdad estructural basada en la pertenencia a determinado 'sexo biológico'.

## 69. PAZ FEMINISTA

Enfoque integral y transformador que busca la construcción de la paz a través de la inclusión activa de la perspectiva de género y la participación plena de las mujeres en todos los aspectos de los tratados internacionales, reconociendo el importante papel que desempeñan,





así como los impactos diferenciales que sufren. Además, se fundamenta en el feminismo antimilitarista, que ve la guerra como una dinámica patriarcal y aboga por la resolución pacífica de los conflictos, desafiando las estructuras de poder masculinas que históricamente han impulsado la guerra.

## 70. PRIVILEGIO MASCULINO

Ventajas de las que gozan los hombres sobre las mujeres desde su nacimiento y que se mantienen como norma cultural y estructural.

## 71. PROXENETA

Persona que obtiene beneficios de la prostitución y explotación sexual de otra persona (mayoritariamente mujeres o niñas).

## 72. SINDROME DE ALIENACIÓN PARENTAL (SAP)

Es una teoría falsa que dice que un niño o una niña rechaza a su padre porque su madre le pone en contra de él. A pesar de no ser real, ha sido usada en procesos judiciales para quitar la custodia de los hijos a las madres, así como para desacreditar las afirmaciones de las madres sobre el abuso y para favorecer al padre acusado.

El psiquiatra Richard Garner inventó esta teoría en 2008 sin tener pruebas científicas y con explicaciones falsas. Garner también decía que los niños sufren menos con el abuso sexual que con la separación de sus padres y que a las mujeres les gusta que les peguen.

## 73. SEXPREADING

Hacerte fotos o videos íntimos sin avisarte y sin tu permiso y enviarlos por Internet, generalmente después de una relación íntima o de pareja, como una forma de venganza ('pornovenganza'), acoso o control.

## 74. SEXTORSIÓN

Una forma de extorsión en la cual alguien amenaza con divulgar imágenes, videos o mensajes sexuales explícitos de otra persona a menos que esta última cumpla con ciertas demandas, que a menudo implican dinero, más imágenes comprometedoras o explotación sexual.

## 75. SÍNDROME DE LA IMPOSTORA

Fenómeno psicológico que padecen algunas mujeres como consecuencia del sistema patriarcal, que son incapaces de asimilar sus logros





y triunfos y sienten que son insuficientes o que no merecen estar donde están.

## 76. SORORIDAD

Proviene del latín "soror", "hermana" y alude a la hermandad, solidaridad, complicidad o alianza entre mujeres. Se utiliza para referirse a la relación de apoyo y unión, contrarrestando uno de los estereotipos más arraigados, de que las mujeres son las peores enemigas de otras mujeres.

## 77. SUELO PEGAJOSO

Se refiere a las tareas de cuidado y vida familiar a las que tradicionalmente se ha relegado a las mujeres. Salir de este "espacio natural" que según el patriarcado les corresponde es un obstáculo para su desarrollo profesional.

## 78. SUMISIÓN QUÍMICA

Utilización, sin consentimiento ni conocimiento, de alcohol o sustancias químicas con fines delictivos. En el caso de las mujeres generalmente para agredirlas sexualmente sin que puedan hacer nada. La sumisión química también se llama violencia bajo el efecto de sustancias y alcohol.

## 79. TECHO DE CRISTAL

Dificultades y barreras que muy a menudo encuentran las mujeres, por lo general en el mercado laboral, para promocionar y llegar a puestos de dirección.

## 80. TEORÍA CRIP

Perspectiva, cuyo nombre es una reapropiación del término 'tullido' o 'cojo', que critica la idea de cuerpo normativo porque considera que es una construcción social y cultural que categoriza y diferencia entre personas capacitadas y discapacitadas.

## 81. TEST DE BECHDEL

Forma rápida de evaluar la brecha de género en una película u obra de ficción que consiste en comprobar si cumple tres condiciones: Ha de haber al menos dos mujeres en la historia, que hablen entre sí y que el tema de conversación no sea un hombre.





## 82. TRABAJO DOMÉSTICO

Designa la producción de bienes servicios realizado en un hogar u hogares o para los mismos, que incluye limpieza, lavado, cocina, cuidado de menores o personas dependientes, y que mayoritariamente soportan las mujeres.

## 83. TRANSVERSALIDAD

Hace referencia a la necesidad de aplicar medidas sociales, culturales, educativas, políticas o económicas teniendo en cuenta las desigualdades existentes y los impactos que pueden tener sobre mujeres y hombres.

## 84. TRATA CON FINES DE EXPLOTACIÓN SEXUAL

Grave delito y violación de derechos humanos que consiste en captar a mujeres y niñas y llevarlas a un lugar para obligarlas a tener sexo a cambio de un dinero que se quedan los explotadores. Para llevar a las mujeres a ese lugar las engañan, las secuestran o las amenazan.

## 85. VICTIMIZACIÓN SECUNDARIA O REVICTIMIZACIÓN

Es el daño o lesión que sufre una víctima cuando tiene que contar su agresión machista delante de profesionales médicos, policías, abogados, jueces o cuando, incluso, los medios de comunicación la cuestionan. Esto se puede minimizar con formación en perspectiva de género, tratando mejor a la víctima, haciendo que todas las personas y servicios que la atienden estén coordinados para evitar que tenga que repetir lo mismo varias veces, y permitiendo que sea acompañada por alguien de su confianza durante todo el proceso.

## 86. VIOLACIÓN

Es una agresión sexual en la que uno o varios hombres mete su pene en la vagina, el ano o la boca de la víctima, o cuando introduce otra parte de su cuerpo o una cosa por la vagina o el ano.

Art 179 Ley Orgánica 10/2022: "acceso carnal por vía vaginal, anal o bucal, o introducción de miembros corporales u objetos por alguna de las dos primeras vías"





## 87. VIOLENCIA DOMÉSTICA

Un tipo de violencia que perpetúa una persona a otra dentro de la familia o de la casa en la que vive. También recibe el nombre de intrafamiliar.

## 88. VIOLENCIA ECONÓMICA

La violencia económica y/o materia se refiere a la privación intencionada de recursos económicos y materiales por parte del agresor hacia la víctima, asociados al bienestar de la pareja/expareja y/o miembros de la unidad familiar. Entre las manifestaciones más comunes de este tipo de violencia, se encuentran relacionadas con la prohibición de que la mujer trabaje y pueda desarrollarse como persona económicamente independiente, que el agresor proporcione de manera insuficiente recursos económicos para la subsistencia de la unidad familia o incluso, el incumplimiento del régimen de pensiones de alimentos de los hijos e hijas establecidas en las sentencias por los Juzgados.

## 89. VIOLENCIA SIMBÓLICA

Reproducción a través de costumbres, imágenes, ideas, formas de hablar o mensajes de estereotipos de género y de las relaciones de dominio-sumisión y que, aunque no hace daño físico a las mujeres, perpetua la discriminación y la opresión, especialmente hacia las mujeres. Este tipo de violencia juega un papel importante en la reproducción de estructuras sociales desiguales y en la limitación de las oportunidades y derechos de ciertos grupos de personas.

## 90. VIOLENCIA DE GÉNERO

En España, esta violencia se refiere a la que ejerce un hombre contra su pareja o expareja, puesto que la Ley de Violencia de Género de 2004 así lo describe. El objetivo del agresor es producir daño y conseguir el control sobre la mujer, por lo que se produce de manera continuada en el tiempo y sistemática en la forma, como parte de una misma estrategia.

La violencia de género se ejerce de forma física o psicológica e impacta de manera negativa en su identidad y bienestar social, físico, psicológico o económico.

Fuera de España tiene un concepto más amplio y el término denomina la violencia que ejercen los hombres contra las mujeres.





## 91. VIOLENCIA MACHISTA

Es la violencia que se ejerce contra las mujeres por el hecho de serlo. Si bien en muchos lugares del mundo los términos violencia de género y violencia machista suelen ser sinónimos, en España se usa este término para denominar cualquier violencia de un hombre contra una mujer por el simple hecho de ser mujer y no es necesario que exista una relación afectiva entre ellos.

El Convenio de Estambul, ratificado por España en 2014, establece una larga lista de violencias machistas, entre las que están la violencia sexual, la trata de personas con fines de explotación sexual, el matrimonio infantil o la mutilación genital femenina, entre otras.

A continuación (92-100) se definen algunas formas de violencia contra las mujeres:

## 92. VIOLENCIA INSTITUCIONAL

Es cuando personas que trabajan en la Administración pública o instituciones hacen daño a una mujer al no ayudarla o protegerla. Por ejemplo, cuando las juezas y los jueces, el personal sanitario o los cuerpos policiales no protegen a las mujeres, no respetan sus derechos y, con ellos las dejan desprotegidas y en situación de vulnerabilidad además de revictimizarlas.

## 93. VIOLENCIA OBSTÉTRICA

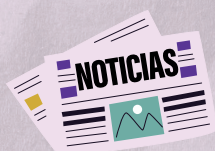
Es la apropiación del cuerpo y procesos reproductivos de las mujeres por personal de salud, que se expresa en un trato deshumanizador, en un abuso de medicalización y patologización de los procesos naturales, trayendo consigo pérdida de autonomía y capacidad de decidir libremente sobre sus cuerpos y sexualidad, impactando negativamente en la calidad de vida de las mujeres.

## 94. VIOLENCIA POLÍTICA CONTRA LAS MUJERES

Es cuando los hombres tratan de impedir que las mujeres participen en política y asuman puestos de relevancia o las maltratan por hacerlo. La violencia política se ejerce de múltiples formas: amenazas, agresiones, abusos, violaciones e incluso asesinatos.

## 95. VIOLENCIA PSICOLÓGICA

Es cuando un hombre hace daño a una mujer sin emplear violencia física. Ejemplos: insultarla, reírse de ella, decirle que no vale nada, no dejar que vea a su familia y amistades, hacerle sentir miedo y





vergüenza. En la violencia psicológica, el hombre amenaza a la mujer, la vigila, le exige hacer lo que él diga...

## 96. VIOLENCIA SEXUAL

Es cuando un hombre obliga a una mujer a hacer algo sexual y ella no quiere. La violencia sexual se ejerce en múltiples espacios: en casa, la calle, internet...

El Código penal explica las violencias sexuales que son delito, por ejemplo: La agresión sexual, la mutilación genital femenina, el matrimonio forzado, el acoso sexual, la trata con fines de explotación sexual.

La violencia sexual también se perpetra en internet, por ejemplo: mandar por internet videos de violencia sexual, pornografía en la que salen personas que no han dado su permiso para salir en esos videos, pornografía en la que salen niños y niñas, los chantajes sexuales por internet...

## 97. VIOLENCIA SIMBÓLICA

Es una forma invisible de maltrato que, aunque no causa daño físico, perpetúa la discriminación hacia las mujeres. Se manifiesta en la forma de hablar, las costumbres y las ideas arraigadas en la sociedad. A menudo, las personas no son conscientes de que sus palabras o pensamientos contribuyen a la violencia contra las mujeres. Este tipo de violencia afecta a todas las mujeres en la sociedad y se conoce también como violencia cultural.

## 98. VIOLENCIA VICARIA

La violencia vicaria es aquella que tiene como objetivo dañar a la mujer a través de sus seres queridos, especialmente de sus hijas e hijos. Es una forma de violencia de género por la cual los hijos e hijas de las mujeres víctimas de violencia de género son instrumentalizados como objeto para maltratar y ocasionar dolor a sus madres.

Su máximo exponente es cuando el maltratador de la mujer, en la mayoría de los casos el padre de sus hijas e hijos, los asesina para causarle el mayor dolor posible.

También se considera violencia vicaria cuando un hombre hace daño a terceras personas o familiares para hacer daño a la mujer.

## 99. VIOLENCIA SOCIAL

La violencia social se manifiesta a través de patrones conductuales sustentados en comportamientos de control y limitación por parte del agresor, separando a la superviviente de su entorno más próximo y de cualquier vínculo socioafectivo que esta posea, privando de





esta manera de cualquier tipo de apoyo sociofamiliares. Es decir, en el marco de la violencia social, el objetivo primordial del agresor es aislar a la mujer socialmente, alejándose de manera progresiva de su entorno habitual que suponga un entorno seguro, limitando igualmente el tiempo y número de interacciones sociales que esta tenga.

## 100. VIOLENCIA AMBIENTAL

La violencia ambiental se refiere a las acciones perpetradas por el agresor con el objetivo de causar daño en el entorno de la mujer para intimidarla y generarle temor, como puede ser golpear intencionadamente puertas, mesas, sillas, romper objetos de valor para ella, conducir de forma temeraria, etc.





# BIBLIOGRAFÍA DE CONSULTA

Agencia EFE. (2019). Guía para tratamiento informativo de la violencia contra las mujeres. Recuperado de [https://agenciaefe.es/wp-content/uploads/2021/03/TRATAMIENTO-INFORMATIVO-DE-LA-VIOLENCIA-MACHISTA\\_EFE.pdf](https://agenciaefe.es/wp-content/uploads/2021/03/TRATAMIENTO-INFORMATIVO-DE-LA-VIOLENCIA-MACHISTA_EFE.pdf)

Asamblea General de las Naciones Unidas. (1948). Declaración Universal de Derechos Humanos (Resolución 217 A [III]).

CERMI Mujeres. (s.f.). Observatorio sobre feminismo y discapacidad. Recuperado de <https://fundacioncermimujeres.es/nuestro-trabajo/observatorio-sobre-feminismo-y-discapacidad>

Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). (s.f.). Recuperado de <https://www.cepal.org/es>

Consejo Nacional para la Igualdad de Género. (2017). Glosario Feminista para la Igualdad de Género (1a ed.). Quito, Ecuador: Centro de Publicaciones de la Universidad Católica del Ecuador.

Defensor del Pueblo. (s.f.). Políticas de protección a menores extranjeros no acompañados. Recuperado de <https://www.defensordelpueblo.es/resoluciones/menores-extranjeros-no-acompanados/>

Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género (s.f.) Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género. Recuperado de: <https://violenciagenero.igualdad.gob.es/home.htm>

Fundación Mujeres. (s.f.). Observatorio de la Violencia de Género. Recuperado de <https://observatorioviolencia.org/>

Guía de Coeducación. Síntesis sobre la Educación para la Igualdad de Oportunidades entre Mujeres y Hombres, Instituto de la Mujer: <https://www.inmujeres.gob.es/observatorios/observigualdad/estudios/Informes/docs/009-guia.pdf>

Kohan, M. (2018, 14 de marzo). Diccionario feminista para miembros atónitos del patriarcado (hombres y mujeres). Público. <https://www.público.es/sociedad/feminismo-diccionario-feminista-miembros-atonitos-patriarcado-hombres-mujeres.html>

Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género. Boletín Oficial del Estado, núm. 313, de 29/12/2004. Disponible en <https://www.boe.es/eli/es/lo/2004/12/28/1/con>



Ley Orgánica 10/1995, de 23 de noviembre, del Código Penal español. Boletín Oficial del Estado, núm. 281, de 24 de noviembre de 1995. Disponible en <https://www.boe.es/eli/es/lo/1995/11/23/10>

Ley Orgánica 1/2023, de 28 de febrero, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2010, de 3 de marzo, de salud sexual y reproductiva y de la interrupción voluntaria del embarazo. Boletín Oficial del Estado, núm. 51, de 1 de marzo de 2023, páginas 30334 a 30375. Disponible en <https://www.boe.es/eli/es/lo/2023/02/28/1>

MAD África. (2023). Curso de formación en Comunicación para la Transformación Social: nuevas narrativas migratorias.

Ministerio de Igualdad. (s.f.). Ministerio de Igualdad. Recuperado de <https://www.igualdad.gob.es/>

Ministerio de Igualdad. (2022). Estrategia Estatal para combatir las violencias machistas 2022-2025 (p. 280). Madrid, España.

Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad (2018). *Glosario de Términos sobre Diversidad Afectivo Sexual: Documento de apoyo para el abordaje de la salud sexual y la diversidad afectivo sexual en la prevención de la infección por el VIH y otras ITS*. Recuperado de <https://www.sanidad.gob.es/ciudadanos/enfLesiones/enfTransmisibles/sida/docs/glosarioDiversidad110418.pdf>

ONU MUJERES. (s.f.). Preguntas frecuentes: Tipos de violencia contra las mujeres y las niñas. Recuperado de <https://www.unwomen.org/es/what-we-do/ending-violence-against-women/faqs/types-of-violence>

Subdirección General de Sensibilización, Prevención y Estudios de la Violencia de Género (Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género). (2020). *MACROENCUESTA de violencia contra la mujer 2019*. Ministerio de Igualdad.

Talleres "Informar con perspectiva de género no es una opción" y "Pautas para informar sobre violencias machistas" de la periodista especializada en feminismo y violencias machistas, Macarena Baena





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



#SinNosotrasNoHabráPaz

