



MICROMACHISMOS O MACHISMOS COTIDIANOS: LA FORMA COTIDIANA  
Y SUTIL DE EJERCER VIOLENCIA CONTRA LA MUJER.

LAURA VANESSA BERNAL MONDRAGÓN

MARYI KATHERIN CARMONA TORRES

UNIVERSIDAD COLEGIO MAYOR DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

PROGRAMA DE TRABAJO SOCIAL

BOGOTÁ

2020

## **Resumen**

El presente trabajo investigativo surge a partir de reconocer la existencia de ciertas conductas machistas las cuales han sido tan normalizadas y socialmente aceptadas que llegan al punto ser imperceptibles para las personas que las ejecutan. Estas conductas reciben el nombre de micromachismos o machismos cotidianos, los cuales contribuyen de manera directa a sostener al machismo. Por lo anterior y teniendo en cuenta la importancia que tiene la visibilización de estas prácticas la presente investigación busca comprender la manera en que se presentan los micromachismos en las dinámicas de vida de las mujeres pertenecientes al colectivo de deportes alternativos Sobre Ruedas Girls.

El proceso se desarrolló a través de la metodología cualitativa propuesta por las autoras Elsy Bonilla y Penélope Rodríguez en su libro “Más allá del dilema de los métodos”, como instrumento de recolección de información fue posible realizar entrevistas de las cuales surgieron importantes resultados que reflejan la importancia de conocer y detectar estas conductas de machismo cotidiano con el fin de poder ser conscientes de su existencia.

**Palabras clave:** Machismo, micromachismos, machismos cotidianos, violencia, mujer.

## **Abstract**

This research project emerges from the need to recognize certain macho attitudes that have been so normalized and socially accepted that they tend to be imperceptible to people who perform them. These kinds of attitudes are called "micromachismos" and directly contribute to maintaining male chauvinism. Taking this into account and the importance of drawing attention to these practices, this research aims to understand the way in which micro-chauvinisms are presented in the life dynamics of women belonging to the alternative sports

group Sobre Ruedas Girls. The process was carried out through the qualitative methodology proposed by Elsy Bonilla and Penélope Rodríguez in their book "Beyond the dilemma of methods". As a gathering information instrument, some interviews were conducted where the results reflect the significance of identifying these daily sexism behaviors in order to raise awareness of their existence.

**Keywords:** Sexism, micromachismos, everyday machismo, violence, woman.

### **Dedicatoria**

A mi Luz, mi mamá, mujer valiente y luchadora que me ha sacado adelante con las uñas, para ti este y cada uno de mis logros, te amo infinitamente fuiste mi bastón en todo este proceso, cuando llegué a creer que no podía más siempre estuviste con tu voz de aliento y tu abrazo maternal para demostrarme que si puedo más, que soy un reflejo de ti, de la mujer perseverante que eres. Se quedan cortas las palabras para expresarme mi agradecimiento y mi amor.

### **Laura Vanessa Bernal Mondragón**

A mis padres, por su amor, trabajo, sacrificio y dedicación en todos estos años, gracias a ustedes he logrado llegar hasta aquí y convertido en lo que soy. Siempre mi vara de apoyo, mi voz de aliento y mi rostro amable cuando me sentía agobiada. Es de gran orgullo y privilegio ser su hija, son los mejores padres.

A mi hermana por estar siempre presente, acompañándome y por el apoyo moral que me brindo a lo largo de esta etapa de nuestras vidas.

A cada una esas mujeres fuertes en quienes nos inspiramos para realizar este trabajo, que con sus diferentes experiencias de vida alimentaron nuestro interés por el tema.

**Katherin Carmona Torres**

### **Agradecimientos**

En primera medida quiero agradecer a las mujeres que hicieron posible este trabajo principalmente a mis amigas, seres maravillosos que nunca dejaron de creer en este proceso, siempre con las palabras correctas en los momentos en los que ni creíamos en nosotras mismas, ustedes son la razón por la que este proyecto nació y pudo ser culminado.

Gracias al colectivo Sobre Ruedas Girls por permitirnos trabajar de la mano en esa labor tan importante que realizan con las mujeres y el deporte, por siempre estar atentas y ser colaboradoras activas en el proceso, espero sigan creciendo y aportando a las nuevas generaciones desde la sororidad.

A cada una de las personas que esta etapa de mi vida me permitió conocer, de ustedes me llevó grandes aprendizajes, formas nuevas de ver la vida y el mundo, gracias por tantas experiencias, gracias por tantos momentos inolvidables, espero sigamos construyendo juntos.

Finalmente quiero agradecer a Kathe, gracias por ser mi compañera en el proceso de cumplir este sueño, es una meta que en algún momento vimos lejos, pero que con mucho esfuerzo logramos sea una realidad, gracias por todo lo vivido y por lo que queda por vivir.

## **Laura Vanessa Bernal Mondragón**

A mi compañera de trabajo de grado que más que ser mi par, es mi amiga, mi consejera y mi apoyo absoluto en el desarrollo de la carrera. Una persona maravillosa que la vida me puso en el camino para llenarlo de luz.

Y por últimos y no menos importante a mi bebe perruno que en todas las traspachadas estuvo ahí acompañándome y calentándome las piernas.

A nuestra asesora y tutora académica la profesora Edna Virginia Rodríguez Acosta, su guía y paciencia brindada en cada paso, como también sus conocimientos y enseñanzas fueron de gran valor para sacar este proyecto investigativo adelante.

A todas las personas que nos han apoyado y han hecho que el trabajo se realice con éxito, en especial a las integrantes del colectivo Sobre Ruedas Girls que nos acogieron y tuvieron participación activa durante el proceso

**Katherin Carmona Torres**

### **Tabla de contenido**

Capítulo I.	7
<b>Introducción</b>	7
<b>1.Definición de la Situación a Investigar</b>	8

1.1 Exploración de la Situación Problema	8
<i>1.1.1 Antecedentes Teóricos y Prácticos</i>	8
1.1.1.1 Contexto Internacional.	8
1.1.1.2 Contexto Nacional.	15
<i>1.1.2 Antecedente Institucional</i>	19
<i>1.1.3 Antecedente Legal</i>	21
<b>1.2 Problema de Investigación</b>	26
<i>1.1.2 Pregunta de Investigación</i>	28
<b>1.3 Objetivos</b>	29
<i>1.3.1 Objetivo General</i>	29
<i>1.3.2 Objetivos Específicos</i>	29
<b>1.4 Justificación</b>	29
<b>1.5 Aproximación Teórico-Conceptual</b>	33
<i>1.5.1 Violencia de género</i>	33
<i>1.5.2 Machismo</i>	36
<i>1.5.3 Micromachismos</i>	39
Capítulo II.	46
<b>2. Diseño Metodológico</b>	46
<i>2.1 Tipo de Investigación</i>	46
<i>2.2 Paradigma</i>	46
<i>2.3 Alcance de la investigación</i>	48
<i>2.4 Técnicas e Instrumentos de recolección de información</i>	49
2.4.1 La Entrevista.	49
2.4.2 El Grupo Focal	50
<i>2.5 Selección de los participantes (Muestra)</i>	51
Capítulo III.	53

<b>3. Trabajo de Campo</b>	53
<i>3.1 Preparación del Trabajo de Campo</i>	53
<i>3.2 Recolección de los Datos Cualitativos</i>	54
<i>3.3 Organización de la información</i>	54
3.3.1 Categorización.	55
3.3.2 Taxonomías.	56
<b>4. Identificación de patrones culturales</b>	58
<i>4.1 Análisis e Interpretación de Datos Cualitativos</i>	59
<i>4.1.1 Conceptualización Deductiva</i>	59
4.1.1.1 Percepción de Micromachismos.	59
4.1.1.2 Tipología de Micromachismos.	63
<i>4.1.1.2.1 Micromachismos Utilitarios.</i>	63
<i>4.1.1.2.2 Micromachismo Encubiertos.</i>	66
<i>4.1.1.2.3 Micromachismos de Crisis.</i>	68
<i>4.1.1.2.4 Micromachismos Coercitivos.</i>	71
<i>4.1.2 Conceptualización Inductiva</i>	76
4.1.2.1 Percepción de Micromachismos.	76
4.1.2.2 Tipología de Micromachismos.	81
<i>4.1.2.2.1 Micromachismos Utilitarios.</i>	81
<i>4.1.2.2.2 Micromachismos Encubiertos.</i>	83
<i>4.1.2.2.3 Micromachismos de Crisis.</i>	85
<i>4.1.2.2.4 Micromachismos Coercitivos.</i>	87
4.2 Propuesta	89
Capítulo IV	90
<b>5.1 Conclusiones</b>	90
<b>5.2 Recomendaciones</b>	93

<b>Referencias</b>	97
<b>Anexos</b>	101

### **Tabla de tablas**

<b>Tabla 1.</b> Marco legal	23
<b>Tabla 2.</b> Criterios de elaboración de la muestra	44
<b>Tabla 3.</b> Cuadro de participantes	44
<b>Tabla 4.</b> Categorización	47

### **Tabla de figuras**

<b>Figura 1</b> <i>Taxonomía percepción de micromachismos</i>	48
<b>Figura 2</b> <i>Tipologías de Micromachismos</i>	49

### **Tabla de anexos**

<b>Anexo 1.</b> Cronograma de actividades proyecto	89
<b>Anexo 2:</b> Operacionalización de categorías	90
<b>Anexo 3.</b> Instrumento de recolección de información	96
<b>Anexo 4.</b> Consentimiento Informado	97
<b>Anexo 5.</b> Grupo Focal.	98
<b>Anexo 6.</b> Matriz de Categorización de la Información	103
<b>Anexo 7.</b> Transcripción entrevistas	115



## Capítulo I.

### Introducción

La presente investigación aborda el tema de los micromachismos desde la comprensión que tienen las mujeres pertenecientes al colectivo Sobre Ruedas Girls, a partir de las dinámicas de su cotidianidad, lo anterior teniendo en cuenta que es un fenómeno estructural que se presenta en todos los ámbitos de la sociedad.

Tras un aumento significativo de la violencia de género, las estrategias de prevención no son suficientes si no se llega a la raíz del problema que son esas violencias cotidianas, que están tan inmersas en el día a día tanto de mujeres como de hombres que son casi que imperceptibles, pero constituyen la base de las otras violencias.

El “micromachismo” se puede decir que es la forma más sutil de violencia. Y, de hecho, es tan imperceptible que ni siquiera se evidencia su utilización en acciones cotidianas que son consideradas normales. Están tan arraigadas en cada individuo que lejos de cuestionar estas conductas, se replican y se exaltan, incluso desde la teoría se han obviado a tal punto que no han sido tocados a profundidad, un ejemplo claro es que a partir de la construcción del concepto no ha habido un replanteamiento o una ampliación a las categorías que lo conforman.

En vista de lo anterior y con el fin de la reducción de esta violencia se planteó como objetivo de esta investigación el comprender los micromachismos por medio de las dinámicas de vida de las mujeres pertenecientes al colectivo Sobre Ruedas Girls, la identificación y divulgación de estos comportamientos es clave para la visibilización del problema y para la construcción de herramientas que ayuden a mitigarlo. Con los resultados arrojados de la investigación se busca generar una propuesta desde el Trabajo Social en torno al cambio cultural de estos

comportamientos, para ello se desarrolla un estudio de **corte** cualitativo, en el que, a través de entrevistas semiestructuradas y un grupo focal se pretende comprender el grado de identificación que tienen las participantes sobre el concepto y las categorías que derivan del mismo. Tras el análisis a profundidad de sus relatos se desarrollará una cartilla la cual servirá como instrumento pedagógico para las participantes del colectivo y para todas las personas con las que este se interrelaciona habitualmente.

## **1. Definición de la Situación a Investigar**

### **1.1 Exploración de la Situación Problema**

#### ***1.1.1 Antecedentes Teóricos y Prácticos***

La presente investigación desarrolla el tema de los Micromachismos, Machismos Cotidianos, Violencia sutil o invisible y demás terminologías que se le han atribuido a este tipo de violencia contra la mujer en su mayoría ejercida por el sexo masculino. Para su conocimiento se realizó una ardua revisión documental, la cual se encuentra dividida en dos partes, la primera parte hará referencia a textos de origen internacional que permitirán ver un panorama más amplio acerca del tema, posteriormente en la segunda parte se abordarán textos desde el contexto nacional que señalan un panorama más local y específico, los textos abordados se encuentran en un periodo entre el 2000 y el 2020.

##### **1.1.1.1 Contexto Internacional.**

En la revisión de antecedentes a nivel internacional se encontraron cinco artículos, algunos desprendidos de investigaciones y revisiones bibliográficas sobre el tema:

Bonino (2004) en el texto “*Los micromachismos*” menciona que la violencia contra la mujer ha sido más visibilizada desde aquellos tipos de machismo puro y duro, es decir, al tener

un impacto más evidente socialmente son evidenciados como conductas inadecuadas de manipulación y violencia. Sin embargo, el fin de este artículo es mostrar los comportamientos más sutiles al punto de ser imperceptibles en los cuales los hombres ejercen otros tipos de violencia (de manera consciente o inconsciente) que legitiman la autoridad que ejercen los hombres sobre las mujeres.

Luis Bonino psicólogo español ha estudiado durante muchos años las relaciones de género, donde se ha podido dar cuenta de la existencia de estos pequeños tipos de violencias y autoridades que ejercen los hombres sobre las mujeres los cuales él nombra como micromachismos, definiéndose como “actitudes de dominación suave o de bajísima intensidad, formas y modos larvados, negados de abuso e imposición en la vida cotidiana, comportamientos sutiles o insidiosos, reiterativos y casi invisibles que los varones ejecutan permanentemente.” (Bonino, 2004, p.1)

El artículo anteriormente mencionado es un texto informativo el cual tiene como objetivo principal la conceptualización de estos comportamientos, este pretende mostrar cómo a través de acciones de la cotidianidad se ejerce dicha subordinación de la mujer. También realiza una división de las categorías que se desprenden de este concepto, las cuales se derivan del análisis que hace el autor de la relación hombre/mujer, presenta cuatro categorías: utilitaria, coercitiva, de crisis y encubierta. Él concluye que la apuesta es al reconocimiento y reflexión de estos comportamientos, y presenta un poco de lo que ha sido su experiencia trabajando tanto con mujeres como con hombres el tema de los mM, los objetivos de trabajo en ambos casos son los mismos sin embargo en la ejecución la respuesta frente al tema es muy diferente según el sexo.

En el artículo escrito por Manso (2015) titulado *“Micromachismos o microtecnologías de poder: La subyugación e infravaloración, que Mantienen el significado político y social Del “ser mujer” como la desigual”* presenta la realización de una identificación y búsqueda de otros tipos de violencia invisible, para ello se realizó una incursión cualitativa exploratoria basada en grupos focales o grupos de discusión. El documento se encuentra dividido en cinco partes, la primera constituye la introducción con breves reflexiones en torno al patriarcado y a la violencia donde se realiza un recorrido histórico, conceptualización y análisis de estos dos conceptos, lo que permite tener un contexto teórico e histórico como base de conocimiento.

La segunda parte titulada, cuando lo normal se convierte en una trampa: microtecnologías de poder del género, donde se realiza una reflexión acerca de las violencias, aquellas que se consideran visibles entran en el acto punible, pero existen otro tipo “designadas por muchas y muchos como violencias blandas, violencias de corto alcance o micromachismos forman parte de una trampa mayor, la trampa de lo cotidiano, del día a día, de la gota que hace mella por su insistencia en la piedra” (Manso 2015, p.111).

Posteriormente realiza la explicación desde las definiciones dadas por diversos autores acerca de los micromachismos, tomando principalmente a Bonino desde el concepto y las tipologías que plantea.

Por último refiere otras designaciones que considera necesarias para entender la violencia contra la mujer como es el sexismo benevolente definido como “el pensamiento que concibe y considera a las mujeres como sujetos complementarios al varón, naturalizando la diferenciación jerarquizada entre los sexos y justificando el mantenimiento de los roles y discriminación de género” (Simón, 2003, como se citó en Manso, 2015) y el Síndrome de cenicienta, “el cual consiste en la auto percepción de mujer como torpe, falta de habilidades y

que precisa continuamente de dependencia masculina” (Simón, 2003, como se citó en Manso, 2015)

En la tercera parte se retoma la identificación de otros micromachismos no representados por teorías expuestas, a través de un análisis donde se retoman los relatos de los y las participantes mediante un ejercicio investigativo realizado con estudiantes universitarios para el reconocimiento de los micromachismos, donde concluyen con la siguiente frase el apartado: “Sin duda la experiencia del otro nos muestra cómo hay multitud de machismos invisibles aún por identificar y como no por visibilizar”.

Por último, en el cuarto apartado se exponen las conclusiones del estudio donde a groso modo muestra cómo partiendo desde el sustento teórico y la experiencia en la realización de sus grupos de recolección de información, se realiza un análisis donde fue posible descubrir otros tipos de violencia invisible. El lenguaje que está marcado por su capacidad de otorgar poder, así como visibilidad a personas o cosas, pero ha sido utilizado principalmente como una forma de microviolencia, ya que infravalora quitándole valor lo femenino.

El humor como un aspecto violento donde los expertos y los participantes consideraron puede tener un efecto doblemente negativo, utilizar la ridiculización pública deslegitima y humilla al otro, otra, otros u otras, pero no solo queda en este punto a partir de ello se generan narrativas culturales que perpetúan la violencia, sustentado bajo expresiones de solo es humor o en que es simplemente un chiste (Manso, 2015, p.119).

Por otra parte, cortesía o “caballerosidad” se considera un micromachismo el cual mencionan que se tiende a fusionar con la idea de violencia simbólica, un ejemplo de esto pueden ser los piropos, muchas veces estos vienen cargados con un machismo adornado y lo

que generan es que la mujer se sienta violentada por un comentario el cual no pidió pero que genera incomodidad (Manso, 2015, p.119).

La publicidad desarrollada en programas o contenidos publicitarios, series de televisión y películas tiende a ser perpetuadora de estereotipos de género tradicionales de cómo ser mujer, donde ella se presenta como una persona subordinada y su valor viene dado únicamente por ser un objeto sexual para el hombre.

Por último, se entiende lo romántico como un micromachismo, donde se vende este y el amor romántico como el medio, fin y objetivo último de la vida de la mujer, un romanticismo que no es más que una puesta en escena de la manipulación emocional desde los roles tradicionales de género (Walter, 2010, como se citan en Manso, 2015).

Como resultado surge una reflexión acerca de la importancia de visibilizar los micromachismos, aquí la educación se convierte en una de las armas de lucha en contra de lo establecido social y culturalmente, aunque esto implique una ardua tarea se hace necesario sensibilizar a las personas sobre la magnitud que tienen este tipo de temas y lo normalizado que están estos comportamientos en su diario vivir.

En España Ferrer et al. (2008) desarrollaron un artículo titulado *“Los micromachismos o microviolencias en la relación de pareja: Una aproximación empírica”*, como resultado de una investigación cuantitativa más amplia, la cual tiene como objetivo evaluar las actitudes de la población general hacia los micromachismos o microviolencias. Toman como base una investigación anterior para realizar la siguiente hipótesis en la que en términos generales la población general mostrará actitudes negativas hacia las formas encubiertas de violencia contra las mujeres en la pareja estudiadas, siendo las mujeres y las personas de menor edad quienes presentarán actitudes más negativas hacia estas formas encubiertas de violencia en la pareja.

La metodología utilizada para el estudio es un diseño seccional descriptivo, donde se limita a una sola observación de un grupo en un momento de tiempo, esto a través de un cuestionario que permitió evaluar las actitudes hacia la violencia encubierta contra las mujeres, esto por medio de un conjunto de ítems elaborado a partir de la definición de los distintos tipos de micromachismos propuestos por Luis Bonino.

Los resultados de esta investigación en primer lugar muestran la realización de una escala para la evaluación y el análisis de micromachismos, ofrece una clasificación que, si bien se aleja de la propuesta teórica de Bonino, es una herramienta para el análisis empírico del concepto. Respecto a la hipótesis formulada por Ferrer et al. (2008) y mencionada anteriormente surgieron los siguientes resultados:

Los micromachismos aceptados mayormente por las mujeres son los de invasión de espacios físicos y simbólicos y de relegación de las mujeres al rol femenino tradicional, y otros que se destacan con un porcentaje de aceptación menor, pero de igual forma significativo son aquellos que generan inseguridad, temor y las maniobras de control. Por otra parte, en términos generales puede decirse que los micromachismos son considerados como comportamientos aceptables y normales por los hombres en mayor medida que por las mujeres.

Desde Ecuador se realiza un aporte al tema con una mirada desde la violencia simbólica, el texto escrito por Benalcázar y Venegas (2015) titulado “*Micromachismo: manifestación de violencia simbólica*” en el cual se analiza e identifica las estructuras patriarcales desde el micromachismo y la reproducción de estos comportamientos a raíz de la normalización de estas conductas.

Presentan los diferentes tipos de violencia que se encuentran ligadas a los micromachismos como la violencia estructural Benalcázar y Vanegas (2015) “se refiere a los

esquemas mentales que han sido interiorizados y transmitidos de generación en generación, en base a mecanismos de reproducción sociales y culturales” (p.142) partiendo de esto surge una consideración de lo gradual que es la violencia estructural tanto así que no se percibe el cambio y es fácil la interiorización de esta. Además, el texto resalta que “La cuestión no es que la violencia estructural sea más o menos fuerte: una violencia estructural mantenida de forma sostenida, a lo largo del tiempo es más fácil de soportar que un aumento repentino de la misma” (Tortosa, 2003, como se citó en Benalcázar y Vanegas, 2015).

Desde allí puede cuestionarse cómo se presentan agresiones constantemente, pero al no ser reconocidas como tal por lo normalizadas e interiorizadas que se encuentran socialmente, no hay respuesta para enfrentarlas. Su forma de operar es que si bien no son agresiones directas por ende no son fáciles de evidenciar son agresiones emocionales, al pensamiento, al espacio, a la apariencia. Esto constituye una especie de chantaje tácito invisibilizado, que involuntariamente o no, orienta el comportamiento de las víctimas (Benalcázar, 2015). En el texto se presentan como conclusiones la reflexión que se da a partir de la relación entre las diferentes violencias y la necesidad de la visualización de estas, para llegar al punto de identificarlas, entenderlas y de esta forma tratar de transformarlas o mitigarlas.

En el artículo realizado por Bourdieu (2002), titulado “*Una suave violencia*” se destaca desde la sociología que en esta dinámica la cual ella llama “neomachismos” la dominación masculina sobreestima las conquistas ganadas por las mujeres en el terreno de equidad de género, además utilizan estos pequeños cambios para reafirmar el dominio y hacerlo constante, por ejemplo en la liberación del uso de prendas femeninas como: shorts, faldas y blusas cortas u holgadas entre otros; el argumento masculino es que la utilización de estas prendas no es más que para llamar la atención de los hombres, convirtiendo así este logro en función suya.



Ahora la relación de estas violencias con los mM es que tras la pasividad y la no demostración física de agresión se reproducen y esto genera otra serie de consecuencias, ya se atenta contra la mujer cuando se realizan chistes sexistas, comentarios frente a su forma de ser “femenina” entre muchas otras acciones que relegan el ser mujer a la opinión o necesidad de los hombres, en este artículo se reconoce que los patrones de comportamiento tienen trascendencia generacional y asimismo reconoce que el cambio también se va dar de forma escalada, simbólica y estructural.

### **1.1.1.2 Contexto Nacional.**

El Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (2020) cuenta con un apartado en su página web titulado “*Micromachismos: una forma de violencia oculta en nuestra vida cotidiana*”, donde hacen referencia a los micromachismos que se dan en la interacción cotidiana y los define como “costumbres, hábitos, chistes, gestos, ideas, detalles, pequeños actos de la vida cotidiana que son sutiles, casi imperceptibles pero que se perpetúan y transmiten de generación en generación, una cuestión que hoy en día y desde hace décadas existe en la sociedad.”

Además de la definición ya expuesta también cuentan con un test que permite evaluar cómo pueden darse estos micromachismos en la vida cotidiana, posteriormente ofrecen un análisis de respuestas que están divididas por colores (al igual que las opciones de respuesta en el test), el color rojo indica alerta y significa que los comportamientos que realiza son machistas y afectan a las mujeres de su rededor, el color amarillo indica precaución es decir que los comportamientos y la forma de pensar están cerca de afectar a las mujeres y por último el color verde indica que los comportamientos favorecen la convivencia con las personas cercanas siendo un ejemplo para los demás.

De modo que este tipo de evaluación permite identificar y mejorar aspectos que favorezcan la interacción y eliminen las formas de violencia que de manera inconsciente y pasiva se ejercen contra otras personas. (Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, 2020)

La investigación de trabajo de grado realizada por Pardo, Peña y Sebá (2014), titulada *Violencia cotidiana e invisible hacia las mujeres: diálogos desde los “micromachismos”*, en la que las egresadas de la Pontificia Universidad Javeriana de la facultad de psicología en la ciudad de Bogotá, desarrollan una investigación cualitativa que tiene por objetivo generar espacios de reflexión acerca de la violencia cotidiana e invisible en relación a las mujeres también llamada micromachismos.

El instrumento de recolección de la información es el método de “Diálogos generativos”, se desarrolló con cuatro grupos de entre cinco y seis personas, con edades diversas ya que se quería “diferentes generaciones para lograr observar divergencias y similitudes entre éstas al momento de abordar la problemática”, de estratos socioeconómicos entre 3 y 4 esto “debido al interés de conocer la problemática en sectores sociales medios y altos, dado que en buena medida los estudios sobre violencias se han abordado principalmente en sectores vulnerables o urbano-marginales como si fuera casi inexistente en estos otros sectores.” (Pardo et al., 2014)

Los resultados que arrojó la investigación llevan a concluir que algunos de los participantes no habían contemplado los micromachismos como una forma de ejercer violencia, así mismo se evidenció que aunque están planteados desde la relación emocional también tienen una gran incidencia en las relaciones familiares; otra reflexión que cabe resaltar es que aunque los micromachismos están planteados desde el ejercicio del hombre, muchas mujeres suelen reproducirlos, ya que hacen parte de la dinámica relacional y del sistema

patriarcal en el que nos encontramos inmersos, lo anterior -mencionan las autoras- es sin ánimo de justificar ni de restarle responsabilidad a los hombres.

Del diálogo generativo se puede ver que los jóvenes sienten la responsabilidad de generar el cambio, mientras que los adultos refieren el hecho de que se deben cambiar los patrones de crianza, pero dejan la responsabilidad en manos de los jóvenes.

Para concluir Pardo, Peña y Sebá (2014) refieren que en Colombia este tipo de violencia sutil o invisible se encuentra oculta detrás de otros tipos de violencia más grandes, como son la v. simbólica o la v. psicológica, por lo que surge la importancia de darle voz a los micromachismos con el fin de impedir la continuidad de estas prácticas patriarcales.

La investigación de maestría realizada por Polanco y Ortigón (2019) titulada *“Experiencias de violencia: micromachismos encubiertos, Experiencias de las violencias micromachistas en la Red Nacional de Mujeres de Ibagué”* tiene como objetivo la identificación de las violencias micromachistas y su legitimación social, así como la deconstrucción que se ha realizado en el trabajo de la Red de Mujeres de Ibagué, esta investigación cualitativa con alcance descriptivo-explicativo, desde un enfoque interpretativo y con un método hermenéutico se realizó a través de una reflexión sobre los relatos de las participantes y la relación de estos con las categorías analíticas género y cultura.

En cuanto a los instrumentos de recolección de información se implementaron la entrevista semiestructurada e historia de vida, aplicados a una población de seis mujeres.

Para el análisis Polanco y Ortigón (2019) establecieron cuatro categorías, 1) Manifestaciones violentas con la pregunta ¿cómo se manifestaron los hechos violentos durante la relación?, 2) Convivencia en pareja con la pregunta ¿cómo fue el desarrollo cotidiano durante

la relación?, 3) Imaginarios sociales con la pregunta ¿cuáles eran las ideas y percepciones frente al machismo y la violencia en pareja?, por último 4) Idealización del género masculino con la pregunta ¿cuál es la relación establecida entre la pareja que desean y la realidad que viven? (p.49)

Posterior a la aplicación del instrumento se procedió a realizar la confrontación entre los relatos de las mujeres y la teoría. De esto surgen análisis y conclusiones de las cuales se rescatan aspectos como, que “el miedo y el silencio se configuran como dispositivos reproductores no sólo de los micromachismos de crisis sino también de los coercitivos, los cuales junto al aprendizaje social consolidan el discurso de la cultura patriarcal” (Polanco y Ortegón, 2019, p.69), el empoderamiento de la mujer, la deconstrucción de estereotipos y roles asignados, les han permitido sentir que tienen cierto grado de poder respecto al hombre, se menciona “cierto grado” debido a que los procesos no son fáciles, llevan tiempo, mucho más en mujeres que han sido violentadas y sienten que ha sido su culpa.

En definitiva la presente investigación aborda un tema fundamental que contribuye al empoderamiento femenino, la visibilización y en muchos casos la colectivización del dolor, que resulta ser un herramienta muy valiosa para aquellas mujeres que han sufrido de cualquier tipo de violencia y es el relato, el cual a su vez sigue siendo una forma de resistir y desobedecer ante el silencio que se ha establecido deben tener las mujeres que son víctimas de la violencia patriarcal, el intercambio de experiencias permite en primera medida dar inicio a un proceso de sanación colectiva pero también genera a otras mujeres la identificación con ese relato, donde sea posible reconocer que aquellas acciones que en algún momento fueron consideradas normales o merecidas no lo son y constituyen una forma de agresión contra su ser.

### ***1.1.2 Antecedente Institucional***

A partir de un documento de presentación sobre el colectivo y de relatos suministrados por las mujeres pertenecientes al mismo, fue posible realizar la construcción del siguiente marco de referencia que permitirá conocer quiénes son ellas, los objetivos que se plantean y qué es lo que buscan generar con el colectivo a nivel deportivo y social.

El colectivo Sobre Ruedas Girs es un Colectivo Femenino de Deportes Extremos que nace en el 2017 a raíz de la necesidad de generar espacios que permitieran a las mujeres empoderarse de los escenarios deportivos y así mismo generar una red de apoyo femenina en búsqueda de evitar el temor que se presenta a interactuar en este tipo de espacios en los que históricamente ha sido predominante la presencia masculina.

Sobre Ruedas Girls ha impulsado por más de dos años a mujeres y niñas que ven en el deporte una salida para crecer, jugar y creer en el futuro como deportistas, “es nuestro deseo continuar con la transformación de la sociedad a través de los deportes alternativos y nuevas tendencias” (Sobre Ruedas Girls, s.f)

De acuerdo a lo anterior y con la responsabilidad social que conlleva la conformación de un colectivo, han generado un planteamiento de proyección social el cual constituye en ayudar a las mujeres a construir una carrera deportiva, brindándoles la indumentaria necesaria para que puedan seguir con el ejercicio del deporte, de igual forma es prioridad transmitir conocimientos a todas aquellas que quieran involucrarse en el mundo deportivo y social; todo ello a través de la realización de eventos los cuales se convierten en espacios de fomento al aprovechamiento del tiempo libre buscando alejar a la población vulnerable como pueden ser niños, niñas y adolescentes de dinámicas violentas.

En cuanto a su objetivo el colectivo pretende crear vínculos más fuertes entre las deportistas de las distintas modalidades de skateboarding, longboarding, rollerblading, roller skate, scooter y BMX, donde toda la comunidad femenina pueda acercarse a compartir en las actividades realizadas por SRG y así encontrar un espacio para fortalecer y desarrollar sus capacidades como deportistas tanto en la práctica como en las dinámicas de socialización.

El colectivo base y fundador está compuesto por cuatro mujeres entre los 23 y 30 años, quienes llevan en este mundo del patinaje más exactamente del skateboarding entre 2 y 9 años, todas cuentan con una carrera profesional en áreas como administración, contaduría pública, comunicación social y programación neurolingüística lo cual les ha permitido hacer una sinergia entre diferentes fuentes de conocimiento fomentando el crecimiento del colectivo y su alcance, es más que necesario resaltar que ellas no son las únicas que lo conforman, son alrededor de entre 15 y 20 mujeres colaboradoras quienes a lo largo de esos dos años se han ido vinculando al trabajo deportivo.

El alcance comunitario que tienen es de alrededor de 150 mujeres, con las cuales se han realizado actividades como integraciones de las diferentes modalidades deportivas en espacios habilitados únicamente para mujeres, generando articulaciones con otros colectivos deportivos así como vinculaciones con instituciones locales como la Alcaldía Mayor de Bogotá y el Instituto Distrital de Recreación y Deportes para visibilizar la participación de la mujer en los deportes a través de eventos y competencias, además de escuelas de formación deportiva en las que se trabajan temas de fortalecimiento de autoestima, empoderamiento femenino, minimización de violencia de género y salud sexual y reproductiva.

Con el fin de mantener una comunicación eficaz y efectiva con las mujeres, cuentan con una red de divulgación de información a través de diferentes redes sociales, especialmente

Instagram, donde se tiene contacto directo con las distintas patinadoras tanto a nivel local, nacional e internacional, además por este medio se realiza pedagogía sobre diferentes temas tanto deportivos, como sociales relacionados con aspectos de género.

### ***1.1.3 Antecedente Legal***

Debido a que nos encontramos regidos bajo una sociedad regulada mediante leyes, normas y reglas, es importante tomar como referentes dichas normatividades en el desarrollo del quehacer investigativo. Para el tema que se ocupa el cual es Micromachismos o violencia cotidiana, no existe como tal una legislación que la penalice o la regule por su naturaleza sutil donde solo desde la teoría y en contraste con la experiencia es posible reconocerla, este tipo de violencia trae consigo otras repercusiones de índole más grande como son las macroviolencias o violencias de alta intensidad, las cuales debido a las consecuencias que traen en su ejercicio si han sido penalizadas y reguladas.

Por lo anterior a continuación se retomarán aquellas normatividades que apoyan y sustentan el proceso de investigación.

**Tabla 1**

*Marco Legal*

<b>Leyes, normas, decretos, políticas.</b>	<b>Año</b>	<b>Contenido</b>	<b>Relación con el proceso de investigación</b>
5 Objetivos de desarrollo sostenible (ODS)	(2015 -2030)	“Lograr la igualdad entre los géneros y empoderar a todas las mujeres y las niñas”	En esta política se habla de igualdad de género como uno de los derechos fundamentales esenciales para construir un mundo pacífico, próspero y sostenible. Sin embargo sólo se podrá lograr la igualdad de género cuando se erradiquen todos los tipos de violencia ejercidos

			sobre la mujer y se reconozca socialmente como un ser con las mismas capacidades y habilidades que los hombres.
OPS política de igualdad de género	(2005)	“La Política OPS/OMS de Igualdad de Género contempla trabajar con los gobiernos y la sociedad civil en los Estados Miembros y con actores relevantes para eliminar las desigualdades en materia de salud entre las mujeres y los hombres, y avanzar hacia el logro de igualdad de género y empoderamiento de las mujeres. La OPS/OMS también está comprometida en impulsar la igualdad de género en su propia fuerza laboral.”	Este plan de acción no solo apunta a la igualdad de oportunidades, si no, a la igualdad de condiciones en la vida laboral, esto es importante en cuanto a que se garanticen los cargos y remuneración apropiada a la persona que se encuentre más capacitada para hacer función de ella sin importar su sexo.
Manual de legislación sobre la violencia contra la mujer	(2010)	El Manual de legislación sobre la violencia contra la mujer, elaborado por el Departamento de Asuntos Económicos y Sociales/División para el Adelanto de la Mujer, tiene por objeto ayudar a los Estados y a otras partes interesadas a mejorar o a promulgar leyes que protejan a las mujeres.	Abarca a nivel mundial el tema de la mujer como figura social con los mismos derechos que un hombre, para esto despliega todo un documento detallado en el cual se establecen puntos importantes y se genera todo un modelo para la legislación en materia de violencia contra la mujer.
Constitución política de Colombia Art. 13	(1991)	“Todas las personas nacen libres e iguales ante la ley, recibirán la misma protección y trato de las autoridades y gozarán de los mismos derechos, libertades y oportunidades sin ninguna discriminación por razones de sexo, raza, origen nacional o familiar,	El que se reconozca desde la carta magna que todas las personas nacen igual y libres ante la ley, que no ha de haber ningún tipo de discriminación por razones como el sexo y que el Estado promoverá condiciones que permitan que sea efectiva la igualdad, no permite ver que la problemática abordada debe ser tratada ya que afecta y discrimina a la mujer por su condición



		<p>lengua, religión, opinión política o filosófica. El Estado promoverá las condiciones para que la igualdad sea real y efectiva y adoptará medidas en favor de grupos discriminados o marginados. El Estado protegerá especialmente a aquellas personas que por su condición económica, física o mental, se encuentren en circunstancia de debilidad manifiesta y sancionará los abusos o maltratos que contra ellas se cometan.”</p>	<p>de mujer y que es el Estado el que debe garantizar que estas formas de violencia cesen.</p>
<p>Constitución política de Colombia Art. 42</p>	<p>(1991)</p>	<p>“Las relaciones familiares se basan en la igualdad de derechos y deberes de la pareja y en el respeto recíproco entre todos sus integrantes. Cualquier forma de violencia en la familia se considera destructiva de su armonía y unidad, y será sancionada conforme a la ley.”</p>	<p>El apartado de este artículo refiere la igualdad de derechos y deberes entre hombre y mujer, no es solo la mujer la que debe encargarse de todo lo concerniente a la familia y el hogar, debe ser mutuo. El respeto por el otro como pilar, donde cualquier manifestación de violencia hacia la mujer (se menciona a la mujer porque estadísticamente es la que mayormente sufre de violencia por parte de sexo opuesto) , según el artículo será castigada.</p>
<p>Constitución política de Colombia Art. 32</p>	<p>(1991)</p>	<p>La mujer y el hombre tienen iguales derechos y oportunidades. La mujer no podrá ser sometida a ninguna clase de discriminación.</p>	<p>Hablar de igualdad de derechos y oportunidades entre mujeres y hombres, desde un documento tan importante como es la constitución, permite dar la pauta para eliminar paulatinamente aquellos machismos que se han venido dando a lo largo del tiempo, el hombre y la mujer son sujetos iguales así que deben contar con igualdad en todos los aspectos, el Estado desde sus leyes, políticas y normatividades debe ser</p>

			garante de ello. Además tiene la responsabilidad de visibilizar y atacar aquellas formas de desigualdades y violencia que se presenten.
Documento COMPES SOCIAL 161- Consejo Nacional de Política Económica y Social República de Colombia Departamento Nacional de Planeación  Equidad de género para las mujeres.	(2013)	Con base en el plan Nacional de desarrollo 2010-2014 se dan los lineamientos de la política pública nacional de equidad de género para las mujeres y del Plan integral para garantizar una vida libre de violencias, basado en los planteamientos de dichos lineamientos se dio vida a la Política Pública Nacional de Equidad de Género y se precisa el plan de acción indicativo para el período 2013-2016, en el cual incluye el Plan integral para garantizar una vida libre de violencias.	Los planteamientos de esta Política al reflejar la desigualdades que se presentan contra las mujeres y buscar la manera de reducir estas violencias, este se convierte en un documento clave como guía para conocer cuales violencias se dan con mayor fuerza en Colombia y relacionar como estas violencias grandes pueden partir de dinámicas cotidianas donde se perpetúa la violencia.
Decreto 166 Política Pública de Mujeres y Equidad de Género en el Distrito Capital	(2010)	El distrito Capital cuenta con una política pública enfocada en la mujer que tiene como objetivo reconocer, garantizar y restablecer los derechos de las mujeres que habitan en el Distrito Capital, de manera que se modifiquen de forma progresiva y sostenible, las condiciones injustas y evitables de discriminación, subordinación y exclusión que enfrentan las mujeres en los ámbitos público y privado, promoviendo la igualdad real de oportunidades y la equidad de	De los lineamientos transversales con los que se cuentan en la política podemos vernos adscritas con la presente investigación a: a) Transformación de referentes culturales. b) Generación de conocimiento e investigación con enfoque de derechos y de género.  Los anteriores dos ejes de la política enmarcan el quehacer de esta investigación ya que los micromachismos están muy arraigados al aspecto cultural, tanto que ni siquiera reconocemos que los perpetuamos y buscamos generar conocimientos sobre esta temática que va dirigida a la equidad de género.

		género en el Distrito Capital.	
Ley 1257 de 2008	(2008)	“Por la cual se dictan normas de sensibilización, prevención y sanción de formas de violencia y discriminación contra las mujeres, se reforman los códigos penal, de procedimiento penal, la ley 294 de 1996 y se dictan otras disposiciones”	La ley estipula todo lo relacionado a los derechos, medidas de protección, medidas de atención y otras disposiciones relevantes en el tema de violencia de género.  Se retoma esta ley ya que la investigación apunta a la disminución de actos de violencia de género a través de la concientización de estas pequeñas conductas violentas que alimentan un problema estructural.

**Tabla 1.** Marco legal. Fuente: Elaboración propia.

A través de la revisión documental se evidencia que existe respaldo constitucional, como legal frente a la búsqueda de la igualdad y la equidad de género, es de resaltar la importancia que tienen las instituciones, así como las entidades gubernamentales/no gubernamentales frente a la erradicación de la violencia de género y la promoción de la igualdad de derechos dando cumplimiento a las diferentes propuestas legales para la mitigación de la desigualdad de género.

Se debe agregar que es necesario dar un seguimiento minucioso frente al cumplimiento de lo consignado en las normas, y la manera en la que se ejecutan los procesos de prevención y atención frente a la agresión contra la mujer.

Por otro lado, el proyecto de investigación da respuesta directa al 5 objetivo de desarrollo sostenible, así como a la política pública de mujeres y equidad de género, puesto que el aporte a la mitigación de estas micro violencias genera que la cultura machista pierda fuerza construyendo ciudadanía a través de nuevas formas de relación y comprensión del otro.

## 1.2 Problema de Investigación

Dando inicio al planteamiento de la problemática es relevante mencionar que el “ser mujer implica muchos riesgos y desventajas. A nivel global, una de cada tres mujeres ha sufrido violencia física o sexual a lo largo de su vida, y en algunos países esta proporción aumenta a siete de cada diez” (Derbez y De la Garza, 2020, p.18).

Considerando lo anterior es posible ver que existe una clara problemática en cuanto a violencia de género y el creciente aumento en sus cifras, las mujeres son con mayor frecuencia víctimas de las distintas violencias siendo en la mayoría de casos ejecutadas por personas cercanas, en Colombia de acuerdo con la Corporación Sisma Mujer en su Boletín N° 22 sobre violencias hacia las mujeres y niñas en Colombia durante 2019 y 2020 estudio que emplea fuentes oficiales tradicionales como la Dirección de Investigación Criminal (DIJIN) de la Policía Nacional y el Registro Único de Víctimas (RUV) y en particular el Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses (INML-CF), revela las siguientes cifras:

Las mujeres y las niñas son el 51,2% de la población en Colombia y representaron en 2019: El 86% de los casos de violencia por parte de la pareja o ex pareja. El 59% de los casos de violencia intrafamiliar. El 80% de los casos de violencia sexual en el contexto de violencia sociopolítica. El 86% de los casos de violencia sexual. El 84% de las víctimas de homicidios perpetrados por la pareja o ex pareja (feminicidios íntimos). El 52% de las víctimas en el marco del conflicto armado y el 90% de los casos de violencia sexual en este contexto según el RUV. (p.2)

Las cifras mostradas anteriormente son altas, sin contar con aquellas no registradas por falta de acciones legales ante las agresiones, esto refleja que, aunque existen leyes que buscan proteger y brindar una vida libre de violencias a las mujeres estas son suficientes para contener

el crecimiento exponencial que ha tenido esta problemática. Una muestra de lo anterior ha sido la coyuntura sanitaria mundial originada por el virus COVID-19 y al confinamiento que este ha traído consigo, donde muchas víctimas han tenido que convivir con su agresor, generando una nueva crisis de violencia contra la mujer y un aumento significativo en los casos de violencia, como refiere El Observatorio Colombiano de las Mujeres donde hubo un incremento de “4.206 llamadas a la línea 155, denunciando violencia intrafamiliar, un incremento del 228%, durante el período del 25 de marzo al 28 de mayo de 2020”.

Durante siglos el ejercicio del poder ha sido impartido por los hombres proporcionándoles una posición de superioridad respecto a las mujeres y de acuerdo con esta lógica se dio el orden social y las relaciones humanas, se asignaron roles, conductas, actitudes y demás, quedando las mujeres en una posición de inferioridad en la que eran víctimas de una gran cantidad de violencias. A pesar que el mundo ha evolucionado en cuanto al reconocimiento de derechos humanos, derechos de la mujer y la legislación, siguen en constante crecimiento el ejercicio de prácticas violentas, esto debido a las distintas formas en las que se presenta, unas de mayor visibilización e impacto como la violencia física, sexual y el feminicidio, mientras otras menos notorias relacionadas con la violencia psicológica y esa tan cotidiana, sutil y normalizada, los micromachismos.

Reproducir prácticas violentas de manera consciente o inconsciente permite que se implanten y arraiguen en el orden social generando desigualdad, donde las mujeres son sometidas y discriminadas mientras que los hombres conservan su posición de dominio adjudicada por la sociedad. (Derbez y De la Garza, 2020, p. 12). Ser educadas y educados en este sistema social patriarcal genera que tanto hombres como mujeres sean reproductores de conductas machistas, como menciona Valentina Díaz integrante del colectivo *“no son solo los hombres los que ejercen violencia, a veces esas mismas prácticas son reproducidas entre*

*mujeres.*” Y tiene razón, no son únicamente ellos los que reproducen estas prácticas y menos aquellas que están tan normalizadas pasando desapercibido aun ante los ojos del más experto en violencia, las mujeres cumplen un papel fundamental en la reproducción y perpetuación de conductas machistas y con más frecuencia micromachistas.

El colectivo Sobre Ruedas Girls, es un espacio principalmente femenino, donde se practican diferentes deportes que históricamente habían sido desarrollados en principio por el sexo masculino, la aparición de mujeres en el ejercicio de estos deportes ha generado dinámicas de agresión y discriminación contra ellas, muchas veces con acciones directas, muchas otras en acciones disfrazadas, pero con una gran intención violenta de fondo.

De acuerdo a lo mencionado anteriormente Derbez y De la Garza (2020) refieren que el primer paso ante las violencias es poder detectarlas. Por ello surge la necesidad de comprender la manera en la que se presentan en las dinámicas de vida de las mujeres, partiendo desde la comprensión que tienen ellas de los micromachismos buscando así generar una construcción colectiva de la realidad social a partir de su conocimiento empírico siendo este el primer paso para la toma de conciencia ante de este tipo de actos violentos tan normalizados y tan invisibilizados. Esto generaría una contribución al tan deseado cambio cultural que pide a gritos la sociedad, donde la violencia en sus versiones más visibles pierda fuerza, pero para ello es importante empezar con los aspectos que le permiten seguir con vigencia. De acuerdo a lo anterior se plantea la siguiente pregunta de investigación:

### ***1.1.2 Pregunta de Investigación***

¿De qué manera comprenden los micromachismos las mujeres del colectivo Sobre Ruedas Girls en sus dinámicas de vida?

## **1.3 Objetivos**

### ***1.3.1 Objetivo General***

Comprender la manera en que se presentan los micromachismos en las dinámicas de vida de las mujeres pertenecientes al colectivo Sobre Ruedas Girls, buscando a través del Trabajo Social bases para la mitigación de estos comportamientos.

### ***1.3.2 Objetivos Específicos***

1. Conocer la percepción de las mujeres del colectivo SRG respecto a los micromachismos para contribuir a la minimización de violencias.
2. Identificar tipologías de micromachismos que se presentan en las dinámicas de vida cotidiana de las mujeres pertenecientes a SRG.
3. Establecer una ruta de prevención y detección que permita la identificación de micromachismos.

## **1.4 Justificación**

La violencia de género se presenta como un fenómeno frecuente que ha perdido visibilidad en el territorio nacional, sin embargo resaltan las denuncias por agresiones contra la mujer sobre otros delitos al tener unas cifras alarmantes. SISMA MUJER (2020) “En Colombia, durante el 2019, por lo menos una mujer fue agredida por su pareja o ex pareja cada 13 minutos, cada 24 minutos por lo menos una mujer fue agredida sexualmente y sobre este grupo, las niñas y las adolescentes fueron el 86% del total de las mujeres agredidas.” (p.4) En concordancia con lo anterior según el boletín realizado por el Observatorio de feminicidios en Colombia (2021) las cifras de feminicidios registradas en Colombia durante el año 2020 fueron

de 630 y solo en lo corrido del 2021 desde enero a hasta abril se han registrado 208 a nivel nacional (p.18)

En el análisis de lo anterior se evidencia que lejos de reducir la violencia de género se ha visto un aumento significativo, el cual hace que se pose la vista sobre esta situación. Es por esto que hace imprescindible atacar estas conductas desde su raíz y de allí la importancia de trabajar a partir de los micromachismos que son los actos básicos de los cuales se desprenden culturalmente la normalización de la desigualdad de género.

A causa de esto la presente investigación busca generar un aporte a la reducción de la violencia de género a través de la detección, reconocimiento y prevención de los micromachismos. Identificar que existe esta violencia naturalizada que es replicada tanto por hombres como por mujeres, abre campo a generar herramientas para la disminución de este fenómeno y a la construcción de una propuesta de trabajo desde la divulgación de este fenómeno para la no realización y/o repetición de estas conductas.

Tras la revisión teórica, se pudo evidenciar que, aunque el concepto abarca de manera eficaz lo que son los micromachismos, es fundamental seguir trabajándolo desde una mirada más holística que permita alimentarlo y ubicarlo en la realidad actual, así mismo a las categorías que lo componen. Es pertinente que se trabaje de forma interdisciplinar puesto que el aporte desde otras perspectivas que leen la sociedad y al individuo de diferente manera pueden enriquecer la teoría. Se debe agregar que este tipo de investigaciones arrojan resultados que muestran el punto de vista desde las experiencias de las mujeres y contribuyen al desarrollo del concepto, lo conectan y ajustan a las necesidades y circunstancias que requiere el contexto y la época.



La investigación se llevará a cabo con las mujeres participantes del colectivo Sobre Ruedas Girls (SRG) en el segundo semestre del año 2020 y el primer semestre del año 2021, de la mano con este colectivo la apuesta es generar un aporte para el reconocimiento de estos patrones de conducta y las trampas en el lenguaje utilizado habitualmente que aunque se presente como “inofensivo” minimiza la figura de la mujer en la sociedad y reproduce los modelos de dominación patriarcal, está también permite identificar las maniobras de manipulación en las relaciones de pareja, en el entorno laboral y en otros contextos comunes que se frecuentan (deporte, academia etc.) que se generan a partir de la adopción de las microviolencias en la vida cotidiana.

Para las mujeres pertenecientes al colectivo es de gran interés la realización de este trabajo, puesto que en diferentes ocasiones se encuentran expuestas a situaciones que, si bien las hacen sentir mal o incómodas en relación con la sobreposición del hombre en diferentes espacios, no hay una clara identificación en este tipo de agresión y eso genera que se permita y se normalice.

Con la investigación propuesta las mujeres pertenecientes al colectivo SRG ven la oportunidad de construir tanto en el escenario deportivo como en su vida una serie de valores que representen a la mujer como un sujeto social con la misma posibilidad de elegir, participar y hacer. No es una tarea fácil puesto que se está abarcando un problema estructural que tiene permeada la cultura, pero, así como se encuentra impuesto puede ser mitigado con acciones que lo contrarresten.

Por otra parte el interés por la realización de este proyecto de investigación es bilateral, por parte del colectivo requieren empezar a tratar este tipo de temas ya que se han presentado actos de violencia de género en los escenarios que ellas frecuentan, esto sumado a que el tema

a tratar es directamente proporcional al enfoque que tiene el colectivo; llama la atención porque la propuesta va dirigida a trabajar desde lo micro, desde acciones cotidianas que se pueden cambiar de forma sencilla y de esta forma le restan peso a lo macro. Por otro lado, para las trabajadoras sociales en formación el proyecto se convierte en una herramienta que le aporta a la minimización de violencia y le apuesta a seguir trabajando esta área que se ha vuelto un tema acuciante en la sociedad actual.

En cuanto a el Trabajo Social como disciplina que promueve la igualdad de derechos y condiciones sin distinción de género tiene un gran reto al enfrentar este fenómeno “los micromachismos”, puesto que como profesión es su deber el proveer herramientas a los actores para que estos mismos sean quienes gesten ese cambio de comportamientos e ideales que tienen arraigados, y de esta forma producir nuevos patrones culturales en los que se reconozca la figura de la mujer como ser en igualdad de capacidades y así mismo de trato y oportunidades.

Se resalta el compromiso que tienen como profesionales de ciencias humanas en la labor de la construcción de una sociedad ecuánime, sin privilegios por su sexo. Compromiso consagrado en el Código de ética de los trabajadores sociales en Colombia (2019) artículo 12 parágrafo f): “Identificar y sugerir cómo superar los imaginarios sociales excluyentes, discriminatorios y segregadores de la población.” (p.26)

Este ejercicio de investigación busca aportar a la profesión de Trabajo Social y a su vez a la línea de investigación de equidad de género de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca, puesto que deja abierto un campo muy amplio de investigación y de intervención que no se ha tratado mucho desde la academia, y es momento de brindarle la importancia que merece para así contribuir a un cambio significativo.

Además, se pretende que a través de los resultados se desarrollen herramientas para el reconocimiento de estas conductas, y de allí partir con el trabajo en la reducción de las mismas. También se busca abrir un espacio de interés en este tema al punto de generar un campo de estudio en el cual se gesten propuestas de intervención comunitaria entorno a la reflexión de estos comportamientos.

## **1.5 Aproximación Teórico-Conceptual**

### ***1.5.1 Violencia de género***

En primera medida, previo a la definir violencia de género, es importante mencionar qué es la violencia, Martínez (2016) refiere que no se ha logrado establecer una definición única que permita la comprensión general del concepto, esto debido a que existen una multiplicidad de formas y niveles de entendimiento de la misma. Considerando lo anterior se expondrán aquellas definiciones que permita la comprensión del fenómeno encaminado a los objetivos del presente estudio, Domenach (citada en Martínez, 2016, p. 9) afirma “yo llamaría violencia al uso de una fuerza abierta o escondida, con el fin de obtener de un individuo o un grupo eso que ellos no quieren consentir libremente”, surge un elemento clave que amplía el espectro de la forma en que se ve la violencia, pasa de solo ser vista desde esas acciones visibles o como ella menciona “abiertas” a poderse divisar desde aquellas “escondidas” dando pie al análisis de esas conductas que no son visibles la mayoría del tiempo pero que cumplen el mismo objetivo de coartación a la voluntad y libertad del otro.

Así mismo la violencia es un acto de intervención, que viene dado por una intencionalidad de causar daño, perjuicio o influenciar al otro en sus conductas y acciones sea desde la individualidad o desde la colectividad, pero no solo se materializa desde la parte física o material, también tiene cabida en la psique, generando afectaciones psicológicas (Cuervo,

2016, p. 83). La intencionalidad es especialmente importante debido a que se configura como una conducta deliberada, se realiza de manera consciente y adrede con el objetivo de generar daño a la víctima (Pérez, 2019, p.9). Es preciso mencionar que la violencia se encuentra en todo el mundo, países y sociedades se ven afectados por ella, no distingue sexo, edad, raza, etnia, posición económica o religión.

En concordancia Osborne (2009) menciona que la violencia responde a un fenómeno estructural, el cual puede ir desde lo más visible hasta aquellos malos tratos convertidos en conductas repetitivas que van incrementado su intensidad, su reproducción se encuentra fundamentada en el modo en que se han establecido las relaciones de género en el sistema patriarcal. Así mismo constituye un fenómeno de control de las mujeres sostenido bajo premisa de que «mientras haya una sola mujer agredida, cualquier mujer puede serlo». Esta premisa es supremamente importante porque infunde miedo en las mujeres, un ejemplo de lo anterior puede darse cuando por noticias informan que fue abusada y asesinada una mujer en un lugar al que se suele ir de manera concurrida (un parque, un restaurante, una zona residencial, etc.) es en este punto donde a la o las que estén escuchando la noticia les puede surgir esta frase tan popular “pude haber sido yo” y si pudo haber sido cualquiera porque mientras la agresión se siga dando contra una mujer todas las demás siguen corriendo peligro.

Expuesta la violencia cobra relevancia dar una breve explicación del concepto de género, este surge como contraste u oposición al concepto de “sexo”, el cual designan machos y hembras de acuerdo con el aspecto biológico, así como con factores físicos (cromosomas, órganos sexuales, gametos, hormonas, etc.), mientras que el género viene dado desde la parte cultural, histórica y social, designa a hombre y mujeres con base en las características sociales, espaciales y temporales (Poggi, 2019, p. 286)

Dicho lo anterior, de acuerdo con Jaramillo y Canaval (2020) la violencia de género (VG) se encuentra estrechamente vinculada con un sistema de ideas y representaciones, se presenta desde una posición de desigualdad reflejando la asimetría entre las relaciones de poder entre hombres y mujeres, no se da en exclusividad contra las mujeres puede a su vez ser experimentada por los hombres y por aquellos que tengan otras identidades de género.

Así como la violencia, la violencia de género también es un fenómeno estructural y relacional que se sostiene desde la cultura a partir una lógica de dominación y naturalización de las relaciones de poder, las cuales normalizan la subordinación el sometimiento y la inferioridad a las mujeres. Se ha convertido en un mecanismo político-cultural de dominación, en el que se vulneran los derechos humanos generando inequidad, exclusión y control, se presentan de forma variada tanto en el ámbito público como en el privado en distintos niveles físico, verbal, psicológico, económico, social y sexual. (Jaramillo y Canaval, 2020, p.181)

Diferentes teorías sobre el origen de la violencia de género, establecen que se presentan múltiples causas de la misma, como mencionan Pérez (2019) existen factores biológicos, factores demográficos, factores socioculturales y factores económicos.

1. Factores Biológicos: Como lo son la genética y biología, el consumo de bebidas alcohólicas y el consumo de sustancias psicoactivas.
2. Factores demográficos: La densidad poblacional, el sexo, el nivel socioeconómico, la raza o grupo étnico, son factores que generan mayor vulnerabilidad ante la violencia.
3. Factores socioculturales: Comportamientos tradicionales, prácticas patriarcales y en si las tradiciones justifican la perpetuación de la violencia.

4. Factores económicos: Aunque tanto en países ricos como pobres se presente violencia, las situaciones violentas incrementan en aquellos en la que la situación de pobreza es el predominante por situaciones como el hacinamiento, la desnutrición, el desempleo y el deterioro de la familia imponiendo la desigualdad.

Además de estos factores mencionados anteriormente existe el carácter aprendido, en el cual la conducta violenta se aprende a partir de la observación y la imitación de los padres en primera medida por ser el núcleo principal en el que se relaciona la persona, pero también contribuyen a esto los medios de comunicación. Las personas que se han formado bajo modelos de violentos tienen mayor posibilidad de reproducir estas conductas en las diferentes etapas de su desarrollo, pero es importante precisar que el aprendizaje de la violencia no siempre determina la presencia de un comportamiento violento, no todas las personas que han sufrido o visto abuso necesariamente se vuelven maltratadores, ni todos los maltratadores han sufrido abuso (Pérez, 2019, p.14).

### ***1.5.2 Machismo***

El machismo es un concepto complejo de definir, pero no difícil de reconocer y mucho menos pasa desapercibido, “los machos no nacen; se hacen. Por la misma razón, el término machismo se refiere a un concepto que ha sido inventado y no a un rasgo cultural primordial de un grupo de gente en particular.” (González y Gutman citando en Garda y Huerta, 2007, p. 15). Con el fin de comprender el concepto de machismo en principio se realizará un recorrido por distintas definiciones.

En primera medida Castañeda (2007) refiere que el machismo es:

Es un conjunto de creencias, actitudes y conductas que descansan sobre dos ideas básicas: por un lado, la polarización de los sexos, es decir, una contraposición de lo masculino y lo femenino según lo cual no solo son diferentes sino mutuamente excluyentes; por otro, la superioridad de lo masculino en las áreas consideradas importantes para los hombres. De aquí que el machismo involucre una serie de definiciones acerca de lo que significa ser hombre y ser mujer, así como toda una forma de vida basada en ello. (p.26)

El machismo se entiende como “un sistema de valores irracionales que exalta ciertos tipos de conducta por considerarlos altamente masculinos, que tiene por fundamento la supuesta superioridad de la masculinidad a diferentes niveles y por consiguiente considera lo femenino como inferior” (Calvo, s.f.)

Refieren Moral y Ramos (2016) “se puede definir al machismo como una ideología que defiende y justifica la superioridad y el dominio del hombre sobre la mujer; exalta las cualidades masculinas, como agresividad, independencia y dominancia, mientras estigmatiza las cualidades femeninas, como debilidad, dependencia y sumisión.” (p.39)

Por último, la Real Academia Española (RAE) la cual lo define como una “Actitud de prepotencia de los varones respecto de las mujeres y una forma de sexismo caracterizada por la prevalencia del varón”

De las anteriores definiciones podemos retomar varios elementos claves que permiten entender holísticamente el concepto, en primera medida convergen en que es un conjunto de creencias, valores y actitudes que exaltan conductas encaminadas a en primera medida la polarización de los sexos donde se contraponen uno sobre el otro, es decir cada uno cuenta con unos roles y funciones establecidas que el otro no puede o debe hacer, en otras palabras si

llegaran a realizar labores adjudicadas al sexo opuesto se estarían inmiscuyendo en un campo que no le corresponde a lo establecido socialmente, para ejemplificar esto podemos ver las labores domésticas las cuales siempre se han asumido que es la mujer la que debe hacerse cargo de ellas, si un hombre llegase a desarrollarlas sería juzgado por “afeminado o mandilón”, porque su rol establecido es ser proveedor no el encargado de labores del hogar.

En segunda medida defiende, así como justifica la superioridad y dominio de lo masculino exaltando cualidades masculinas como la agresividad, la independencia, la promiscuidad mientras lo femenino y todo lo que signifique ser mujer es inferior.

Un concepto mencionado en una de las definiciones y que muestra afinidad al machismo es el sexismo. El sexismo se refiere a la actitud de infravaloración y trato diferenciado hacia la mujer en la que se distinguen dos dimensiones: la aceptación de la mujer desde los roles tradicionales de género o llamado de otra forma sexismo benévolo y rechazo de la mujer desde una imagen desvalorizada de lo femenino también llamado sexismo hostil. (Moral y Ramos, 2016, p. 40.)

Con lo anterior se suele pensar que el machismo solo se da entre hombres y mujeres, sobre todo en la relación de pareja y aunque esto es cierto también constituye toda una constelación de valores y patrones de conducta que afectan todas y cada una de las relaciones interpersonales, el amor, el sexo, la amistad, el trabajo, el tiempo libre, la política, entre otras. Del mismo modo está tan profundamente arraigado en las costumbres y en el discurso que se ha vuelto casi invisible cuando no despliega sus formas más visibles, como el maltrato físico o el abuso verbal. No obstante, sigue presente en todos los aspectos de la vida cotidiana de hombres y mujeres. (Castañeda, 2007)



Al principio de este apartado se citó una frase donde se menciona que los machos no nacen sino se hacen, esa discusión aún se sigue vigente pero ello va más allá de ser solo un atributo personal es según Castañeda (2007) una forma de relacionarse, las actitudes machistas se exhiben en la relación con el otro en un contexto interpersonal, es una forma de relación que todos aprendimos desde la infancia y se convierte en la moneda de cambio cuando interactuamos con el otro, seguirá siendo la forma de intercambio predominante mientras no se desarrolle otra. Para que el machismo continúe existiendo toda la sociedad debe participar en él y para que desaparezca es necesario que toda la sociedad contribuya a generar una reflexión profunda sobre el mismo.

En definitiva se percibe un cambio significativo en las reflexiones sobre este tema, las luchas que se han dado por la equidad de género han dado frutos, las mujeres tienen más posibilidades de desarrollarse, de trabajar, de opinar, de inmiscuirse en temas o aspectos que antes solo eran exclusivos para los hombres; pero el machismo no ha desaparecido, porque como se mencionó anteriormente tendría que ser la totalidad de la sociedad la que deje de reproducir prácticas que lo evocan, lo cual es complicado por el profundo arraigo que tienen en las costumbres. Muchos hombres se proclaman abiertamente no machistas, pero esta afirmación la sostienen hasta que se les presenta una situación donde sale a relucir ese cúmulo cultural machista que es adquirido desde prácticamente el nacimiento, los discursos se han vuelto más sutiles, se han convertido en acciones casi invisibles que no se perciben por no encontrarse en su estado más notorio como la violencia física o verbal (Castañeda, 2007)

### ***1.5.3 Micromachismos***

Como se mencionó anteriormente las personas están educadas bajo un sistema en el que tanto mujeres como hombres replican a diario actos y conductas machistas, la mayoría de veces

sin darse cuenta y con tanta sutilidad que pasan desapercibido, estos comportamientos de violencia sutil ejercidos en la cotidianidad han sido nombrados Micromachismos (mM).

Se acuñó el término en los 90's por el psicoterapeuta argentino Luis Bonino, quien los definió como “actitudes de dominación “suave” o de “bajísima intensidad”, formas y modos larvados y negados de abuso e imposición en la vida cotidiana. Son específicamente hábiles artes de dominio, comportamientos sutiles e insidiosos, reiterativos casi invisibles que los varones ejecutan permanentemente” (Bonino, 2004, p. 1)

Estos comportamientos fuerzan, coartan o restringen la autonomía y la libertad de las mujeres de forma sutil principalmente dentro de las relaciones de pareja heterosexuales (Derbez y De la Garza, 2020, p. 12), son probablemente las armas, trucos, tretas o trampas más frecuentes que utilizan los hombres para ejercer su “dominio” ante las mujeres, tienen como objetivo anularla como sujeto, forzándola a tener mayor disponibilidad para estar al servicio del hombre, con modos que se alejan mucho de la violencia tradicional, pero a fin de cuentas tiene sus mismos objetivos y efectos que buscan la perpetuación además de la injusta distribución de los derechos y oportunidades para las mujeres (Bonino, s.f, p.4), muchos de estos comportamientos no son intencionales, planeados o de mala fe, están incorporados a su esquema mental y surgen automáticamente ante las distintas situaciones, así como muchos los ejecutan sin intención existen hombres que saben lo que hacen y cómo deben hacerlo para lograr su objetivo de dominación, la intencionalidad es clara y juega un papel trascendental en el ejercicio de violencias.

Durante los últimos años la palabra Micromachismo ha adquirido mucha más popularidad, así como relevancia en el debate, trascendiendo y expandiéndose más allá del ámbito de las relaciones de pareja para a su vez referirse a todos los comportamientos que

refuerzan la posición de dominio de los hombres sobre las mujeres, machismo frecuente y cotidiano tan naturalizado que parece invisible con impacto aparentemente nulo (Derbez y De la Garza, 2020, p. 13).

El prefijo “micro” que tiene como significado “pequeño” da a entender que estas conductas son pequeñas, sin relevancia, que son “poca cosa” esta asociación es inevitable, todas las personas la realizan, aquí se refleja la importancia del lenguaje el cual es el encargado de dar o quitar valor a una situación a través de su nombre. Sin embargo, el tamaño no es la cuestión sino su incidencia cotidiana y persistente, muchas veces incluso justificadas y legitimadas por la sociedad (Derbez y De la Garza, 2020, p. 13).

Estas formas de violencia se encuentran en la base y son la semilla que propician un ambiente hostil que permite que sucedan violencias mayores (Derbez y De la Garza, 2020, p. 18), que tanto daño han causado a las mujeres y que se desencadenan en un hecho más lamentable como lo es el feminicidio.

Se han arraigado tanto estos comportamientos al quehacer cotidiano que pasan por “inofensivos”, en su mayoría están legitimados por la sociedad y la cultura que los rodea, son actitudes de tolerancia permitida, dando cabida a espacios de poder de género, dejando claro que las diferencias y desigualdades en materia de género siguen vigentes, mantienen intactos los tradicionales espacios de poder: el poder público/masculino y la esfera privada y doméstica/femenina (Manso y Da Silva, 2021, p. 03)

Para su mayor comprensión Bonino (2008) propone cuatro tipologías o categorías: utilitarios, encubiertos, de crisis y coercitivos, las cuales clasifican y visibilizan los comportamientos micromachistas.

Los mM utilitarios van encaminados al aprovechamiento de los roles domésticos y de cuidado adjudicados tradicionalmente al género femenino con el fin de aprovecharse de ellos, Bonino (2008) los define como “estrategias de imposición de sobrecarga por evitación de responsabilidades, y su efectividad está dada no por lo que se hace si no, por lo que se deja de hacer y se delega a la mujer “(p.97). Esto quiere decir que el hombre delega en ella tareas que le corresponden a él en igual medida abusando y aprovechándose de una supuesta capacidad femenina innata para los oficios domésticos, servir o cuidar, así pues, delega automáticamente esas tareas en ella.

Para ilustrar mejor lo mencionado anteriormente Bonino (2008) menciona los siguientes aspectos: 1) No responsabilización de lo doméstico: el no involucrarse puede ser total o parcial, donde el hombre se define como “ayudante” de la mujer, lo que le obliga a ella a encargarse de tomar las riendas del hogar, siendo aparte de ejecutora coordinadora de las tareas que los “ayudantes” deben realizar generando en ella sobrecarga. 2) Aprovechamiento y abuso de la capacidad “femenina” de servicio: aquí se ven muy marcados los roles tradicionales como el de él de proveedor y ella la cuidadora, estos comportamientos fuerzan y convencen a la mujer para que ejerza distintos roles que “naturalmente” le corresponden como cocinera, madre, esposa, secretaria, lavandera, recadera entre otros. 3) La naturalización y aprovechamiento del rol de cuidadora: aquí se da la delegación del trabajo de cuidado de vínculos y personas, requerimientos abusivos casi ordenes que no se imparten directamente sino a través de comentarios sueltos que inducen a la mujer a realizar el trabajo y la negación de la reciprocidad en el cuidado que se refiere a cuando es la mujer la que necesita ser cuidada (porque está enferma o tiene algún problema que le impide realizar sus tareas) pero el hombre no lo hace por esa creencia de que él es el único que es digno de atención. 4) Naturalización y aprovechamiento de la “ayuda al marido” en lo laboral, se refiere a cuando el hombre cuenta

con un negocio propio y vincula a la esposa a este sin ningún tipo de retribución monetaria asumiendo que porque es su pareja tiene la obligación de ayudarlo.

En cuanto a lo mM Encubiertos se caracterizan por su índole insidiosa, encubierta y sutil, razón por la que son muy efectivos, están cargados de manipulación y por sus características encubiertas la mujer no los percibe a tiempo, reaccionando a sus consecuencias tardíamente, tienen como objetivo imponerse ante la mujer donde ella tiene que a la fuerza estar disponible para él, encaminado todo hacia lo que más le conviene y conduciéndola a ella a no manifestar sus deseos y hacer lo que él disponga. (Bonino, 2008, p.100)

Los tipos de comportamiento que ejemplifican esta tipología según Bonino (2008) son:

- 1) La creación de falta de intimidad, donde se ejerce control a través de la distancia, sus formas más frecuentes a) el silencio, b) aislamiento y mal humor manipulativo, c) Avaricia de tiempo y disponibilidad.
- 2) Seudonegociación donde se presenta una falsa negociación donde es claro para el hombre que no va a cambiar su posición solo finge que lo hace.
- 3) Inocentización, el hombre se manifiesta libre de culpas aunque las tenga, dividida en a) inocentización culpabilizadora aquí se atribuyen todos los errores a ella, lo que le permite no asumir la responsabilidad por las acciones o las omisiones b) autoindulgencia y autojustificación se presentan justificaciones mediante excusas y autoexcusas ante la situación buscando “quedar bien” y eludir sus responsabilidades
- 4) Los engaños y las mentiras
- 5) El paternalismo
- 6) El abuso de confianza
- 7) Las desautorizaciones encubiertas.

Todos estos ejemplos contienen múltiples aristas que deben ser analizadas minuciosamente con el fin de llegar a una comprensión desde todos los ángulos, se pueden presentar muchas situaciones dentro de una discusión, estas ejemplificaciones no son excluyentes por el contrario es posible ver todas o unas cuantas en una sola discusión.

Siguiendo con la línea de las tipologías, los mM de crisis se utilizan en momentos donde el estable desbalance de poder en las relaciones se desequilibra generando una crisis que da paso a la búsqueda de condiciones de igualdad, sea porque la mujer emprendió sus primeras acciones para ejercer su autonomía o por una disminución de la sensación de control y dominio del hombre, esto se puede dar por motivos como la pérdida del empleo, un accidente que le genere limitaciones físicas entre otros (Bonino, 2008, p.103). Son comportamientos no solo capaces de cortar la autonomía de ella, sino que impide que existan reclamos por parte de la mujer acerca de esas cosas que desea que el hombre mejore, cambie o deje de hacer.

Poner en práctica estos comportamientos tiene por objetivo “evitar el cambio del statu quo, retener o recuperar poder de dominio, eludir al propio cambio o sosegar los propios temores a sentirse impotente, inferiorizado, subordinado o abandonado.” (Bonino, 2008, p.103).

Ejemplificando lo anterior pueden verse las siguientes acciones: 1) Resistencia pasiva y distanciamiento consiste en utilizar forma de oposición pasiva y abandono debilitando a la mujer. 2) Darse tiempo, ocurre cuando el hombre siente que la mujer ya no se deja manipular tan fácilmente exigiendo un cambio en las actitudes de él, esté dándole largas hasta que exista una situación que le dé un ultimátum para el cambio 3) Aguantar el evade, el hombre no cede en su posición ante el reclamo femenino, aguantando “lo que haya que aguantar” 4) Refugio en el estilo, paraliza un reclamo alegando que no fue hecho de una manera adecuada como lo debería realizar “una buena mujer” (Bonino, 2008, p. 104).

El pseudoapoyo en uno de los grupos pertenecientes a este mM donde el hombre expresa un respaldo en la toma de decisión de la mujer, pero en su accionar no realiza ninguna contribución a que esta se lleve a cabo, por ejemplo, él no se opone de manera directa a que

ella salga, pero no le contribuye con ninguna tarea o que hacer por tanto ella no dispondrá del tiempo para poder salir.

Por último, los mM Coercitivos en los cuales “su característica particular es que el varón usa su fuerza (no física, si no, la moral, psíquica, la económica, o la de la propia personalidad) de un modo “directo”, para intentar doblegar a la mujer, limitar su libertad, expoliar su pensamiento, su tiempo o su espacio y restringir su capacidad de decisión.” (Bonino,2004, p.3) Ejercen su acción porque provocan un acrecentado sentimiento de derrota posterior al comprobar la pérdida, ineficacia o falta de fuerza y capacidad para defender las propias decisiones o razones. Todo ello suele promover inhibición, desconfianza en sí misma y disminución de la autoestima, lo que genera más desbalance de poder.

El varón utiliza como medio la intimidación limitando entre la violencia psicológica y los mM propiamente dichos donde se aprovecha de su fama de violento y agresivo para dominar a la mujer, también apoyado en el control del dinero exigiendo cuentas, controlando los gastos de dinero ya que se considera que son ingreso común y el varón tiene mejor manejo de las finanzas.

Otro de los ejemplos más recurrentes de esta categoría es la imposición sexual, esta es la acción en la cual el hombre se esfuerza por negociar la intimidad, es decir, cuando la mujer no quiere tener relaciones sexuales y este usa su poder de persuasión, intimidación o incitación para lograr que ella acceda (Bonino, 2004).

## **Capítulo II.**

### **2. Diseño Metodológico**

#### ***2.1 Tipo de Investigación***

La investigación es de corte cualitativo, debido a que se busca a través de la experiencia de los participantes realizar una identificación y análisis de las percepciones que tienen sobre los micromachismos.

#### ***2.2 Paradigma***

La presente investigación se enmarca en el paradigma Interpretativo el cual, según González (2003, p.131) es el apropiado para estudiar los fenómenos de carácter social, busca el por qué un fenómeno ha llegado a ser de un modo u otro. De igual manera busca comprender la realidad circundante en su carácter específico por lo que el investigador trata de descubrir el significado de las acciones humanas y de la vida social, dirigiendo su accionar a inmiscuirse en el mundo personal de los individuos, sus motivaciones, sus creencias, teniendo la intención de traspasar la superficie para llegar al fondo, a aquello que condiciona los comportamientos del ser humano.

Además, el paradigma propende no ver a los sujetos investigados como meros aportadores de datos para formular después generalizaciones, sino que los valores de esos datos puedan generar la mejora para los mismos. (González, 2003, p 130). Sin duda su base es la comprensión del sentido de la acción social en un contexto específico visto desde la perspectiva de los participantes, leer la realidad en cual se vive inmersos mediante la comprensión no solo del contexto si no del significado cultural desde el cual este se manifiesta.



Como enfoque que emana de este paradigma se retoma el construccionismo social, puesto que este refiere “partir de los individuos y sus interacciones en el ámbito del conocimiento común para terminar analizando la construcción de la realidad” (Moran, 2003 como se citó en Olaya, 2017). Así mismo, dicho enfoque busca que la realidad se construya socialmente, desde la vida cotidiana, la realidad objetiva y subjetiva. Este enfoque ve la realidad como un suceso derivado de la construcción colectiva, que tiene gran incidencia en el desarrollo cultural, social y del conocimiento en general.

Desde la mirada construccionista la realidad no es estática, se genera desde la interacción con el otro, desde la referencia cultural y comunitaria de las experiencias vividas. Por tanto, desde este enfoque el significado de las cosas y las situaciones son puestos a través de los aprendizajes culturales impuestos y así mismo pueden llegar a ser transformables, un elemento básico en la interacción es el lenguaje el cual organiza la experiencia y el pensamiento humano, Hobbes (1588) menciona que no existe la experiencia sin él lenguaje y desde esta postura no podría sin la experiencia no se podría construir realidad.

Se retoma este paradigma en el presente proyecto de investigación puesto que la realidad generada a partir del machismo se ha impartido desde una construcción social en la cual se ha demarcado la sobreposición del hombre frente a la mujer y ha trascendido generacionalmente a través de estos aprendizajes culturales. En épocas anteriores el machismo se expresaba de una forma contundente, por medio del uso de la fuerza física y el control sobre las acciones de la mujer, sin embargo, con el transcurrir de los años y los derechos que han ganado las mujeres a través de su lucha, se transformaron estas conductas que además de ya no ser útiles, podrían ser ilegales.

Aun así, el machismo no fue erradicado, puesto que ya estaba implantado culturalmente, pero sí fue cambiando la forma de operar. En este punto es cuando surgen los micromachismos como métodos efectivos de dominación y subordinación de la mujer, y es que al ser tan imperceptibles replicarlos se daba de forma muy fácil entre hombres y mujeres, estos fueron permeando la interacción social al punto de ser comportamientos y conductas completamente naturalizadas. Debido a esto sigue existiendo la desigualdad de género en diferentes ámbitos como el laboral, académico, familiar, y social.

En concordancia a lo anteriormente mencionado la propuesta que emerge de este trabajo de grado es cambiar esta construcción social por medio de la divulgación de información que ponga en evidencia estos actos de sometimiento y manipulación, y así construir desde una nueva manera de comprender al otro.

### ***2.3 Alcance de la investigación***

El alcance de la investigación es de tipo descriptiva la cual según menciona Hurtado Jaqueline (1998) tiene como objetivo central lograr la descripción o caracterización del evento de estudio dentro de un contexto particular.

Hernández Sampieri (2014) menciona que con los estudios descriptivos se busca especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis. Es decir, únicamente pretenden medir o recoger información de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o las variables a las que se refieren, esto es, su objetivo no es indicar cómo se relacionan éstas.

La investigación descriptiva se realiza cuando la experiencia y la exploración previa indica que no existen descripciones precisas del evento en estudio, o que las descripciones del evento son insuficientes o han quedado obsoletas (Hurtado, 1998) Lo anterior se contrasta con la revisión de antecedentes nacionales donde fue posible ver que la información acerca del fenómeno de los micromachismos o microviolencias no es la suficiente para el reconocimiento del fenómenos desde el aspecto local, por lo cual se ve necesario retomar el tema desde un punto de vista descriptivo que permita recoger información para someter el fenómeno a un análisis desde la mirada del colectivo Sobre Ruedas Girls.

## ***2.4 Técnicas e Instrumentos de recolección de información***

### **2.4.1 La Entrevista.**

Las técnicas e instrumentos de recolección de información propuestos en la presente investigación son la entrevista cualitativa y los grupos focales. De acuerdo con Maccoby y Maccoby (1954, citado en Bonilla y Rodríguez, 2005, p.97) la entrevista cualitativa es un una conversación o un intercambio verbal cara a cara, que tiene como propósito conocer en detalle lo que piensa o siente una persona con respecto a un tema o una situación particular. “Es una interacción en la cual se exploran diferentes realidades y percepciones donde el investigador logra ver las situaciones de forma como la ven sus informantes, y comprender por qué se comportan de esta u otra manera” (Geskel, 2000, como se citó en Bonilla y Rodríguez, 2005).

Para Bonilla y Rodríguez (2005), la entrevista cualitativa (anexo 4) con fines investigativos centra su objetivo en conocer los saberes o la opinión personal, en la medida que ésta represente a un grupo poblacional más amplio, lo anterior nos lleva a entender que se debe seleccionar actores claves pertenecientes a la comunidad de estudio para el proceso investigativo. Haciendo claridad de lo anterior se tomará como instrumento la guía de preguntas

con el fin de orientar al proceso, es de resaltar que se realizará a través de la modalidad de entrevista semiestructurada.

#### **2.4.2 El Grupo Focal**

Además de la entrevista se utilizará como segunda técnica de recolección de información el grupo focal (anexo 5) estos “constituyen un espacio público ideal para comprender las actitudes, las creencias, el saber cultural y las percepciones de una comunidad con relación a algún aspecto particular del problema que se investiga” (Bonilla y Rodríguez, 2005, p.191).

Este método se destaca por suministrar información a profundidad en un lapso corto de tiempo, su implementación permite que desde la interacción social de los participantes compartan y comparen experiencias o conocimientos frente al tema de interés, también genera un ambiente de confianza y comodidad para revelar datos que quizá no socialicen en otros ámbitos, abriendo campo a mostrar emociones o actitudes en el comportamiento de los participantes que no se contemplan en otros espacios.

El grupo focal estará dividido en dos momentos, cada uno con una técnica: la primera un estudio de casos o casuística y el segundo una telaraña. En el primer momento se utilizará como técnica de recolección de información el estudio de casos ya que, es una herramienta valiosa de investigación, y su mayor fortaleza radica en que a través del mismo se mide y registra la conducta de las personas involucradas en el fenómeno estudiado (Martínez, 2006, p.167), a través del planteamiento de dos casos que apuntan a violencia cotidiana o micromachismos se pretende que las mujeres identifiquen a través de una situación hipotética aquellas acciones que consideren son un tipo de violencia poco visible.

Posterior a esto viene el segundo momento, en el cual a través de imágenes alusivas a varios tipos de violencia, enmarcados en las categorías que plantea Luis Bonino en su explicación acerca de los Micromachismos, ellas deben pensar en alguna situación de violencia que les haya sucedido teniendo como ejemplo las imágenes, se utilizan las mismas para que sean ellas desde su interpretación las que analicen la situación que allí se expresa y se cuestionen si han vivido algo similar, luego de ello deben plasmar al reverso de la hoja esa situación o experiencia y por último a través de una lana con la que se tejerá una telaraña que entreteje esas experiencias, cada una de ellas relatara ese hecho que plasmó al reverso de la hoja.

### ***2.5 Selección de los participantes (Muestra)***

Con el fin de definir los criterios de selección de los participantes se configura la muestra, donde se hace indispensable caracterizar la población objeto de estudio en términos demográficos, socioeconómicos y culturales. Además de variables como la edad, el sexo, la educación, la estratificación, las ocupaciones de las personas, los distintos grupos étnicos, etc., los mencionados son algunos de los criterios a considerar en el proceso de identificar los diferentes segmentos poblacionales, a partir de los cuales escoger los más representativos y pertinentes para obtener la información requerida (Bonilla y Rodríguez, 2005, p.108)

De acuerdo a Bonilla y Rodríguez (2005) en los estudios cualitativos la muestra no se selecciona, se configura, es decir se va estructurando a través de las diferentes etapas del proceso de recolección de datos. Lo que busca este tipo de estudios es una representatividad cultural es decir se espera comprender los patrones culturales en torno a los cuales se estructuran los comportamientos y se atribuye sentido a la situación bajo estudio.

El muestreo que se aplica a el desarrollo de la presente investigación es intencional o selectivo el cual se refiere a:

Una decisión hecha con anticipación al comienzo del estudio según el cual el investigador determina configurar una muestra inicial de informantes que posean un conocimiento general amplio sobre el tópicó a indagar o informantes que hayan vivido la experiencia sobre la cual se quiere indagar. (Bonilla y Rodríguez, 2005, p.138)

De modo que, la muestra, de acuerdo a lo expuesto anteriormente se configura de la siguiente manera; mujeres entre los 20 y 30 años, residentes en la ciudad de Bogotá, pertenecientes al colectivo Sobre Ruedas Girls, practicantes de deportes como skateboarding, rollerskate, rollerblade, longboard, bmx entre otros.

**Tabla 2**

*Criterios de selección de la muestra*

Unidad de análisis.	Criterios de selección.
Mujeres entre los 20 y 30 años, residentes en la ciudad de Bogotá, pertenecientes al colectivo Sobre Ruedas Girls, practicantes de deportes como Skateboarding, Rollerskate, Longboard, Rollerblade, Bmx entre otros.	Mujeres que lleven más de un año en el colectivo.
	Mujeres asistentes a los diferentes eventos deportivos generados por el colectivo y participantes de todas las actividades generadas en estos.
	Que trabajen activamente dentro del colectivo
	Mujeres que se encuentren interesadas en participar en el proceso de investigación.

**Tabla 2.** Criterios de elaboración de la muestra. Fuente: Elaboración propia.

**Tabla 3**

*Cuadro de participantes*

Participante	Edad	Lugar de residencia	Perteneciente al colectivo	Deporte que practican
PA1	28	Bogotá	Si	Roller Skate
PK2	28	Bogotá	Si	Roller Skate
PG3	24	Bogotá	Si	Skateboarding
PM4	30	Bogotá	Si	Skateboarding
PZ5	29	Bogotá	Si	Skateboarding

**Tabla 3.** Cuadro de participantes. Fuente: Elaboración propia.

### **Capítulo III.**

#### **3. Trabajo de Campo**

En este punto de la investigación según las autoras Bonilla y Rodríguez (2005, p.89) la preparación cuidadosa, detallada y organizada del trabajo de campo, permitirá captar las propiedades no cuantificables de un problema social. Así mismo los instrumentos darán una observación de la compleja realidad social y dibujará los parámetros que explican un determinado comportamiento o situación.

##### ***3.1 Preparación del Trabajo de Campo***

Es importante realizar una planeación metódica de las salidas de campo necesarias para la recolección de la información pertinente (Bonilla y Rodríguez, 2005, p.89), en el presente caso y debido a la emergencia sanitaria generada por el COVID-19, las entrevistas están planeadas para realizarse en principio y como primera opción de manera virtual a espera del avance de la situación sanitaria; por el contrario el grupo focal está planeado para realizarse de manera presencial con el fin de poder hacer una recolección de información más eficaz y

pertinente. Lo anterior puede verse reflejado en el cronograma de actividades propuesto en el anexo 1.

### ***3.2 Recolección de los Datos Cualitativos***

La recolección de información se realizará con las mujeres del colectivo Sobre Ruedas Girls entre los 20 y 30 años, mediante dos instrumentos, la entrevista semiestructurada y un grupo focal, enfocados en la percepción de los micromachismos y la identificación de estas conductas en la cotidianidad de acuerdo a las tipologías presentadas por Bonino (1998, 2005), además de lo anterior se observó un aspecto importante que es la cultura, como elemento transversal que permite la continuidad de conductas machistas y micromachistas. De esta manera se espera que de los relatos de las participantes surja una construcción colectiva de conocimiento que permita generar un análisis y darle significado colectivo de la realidad a través de la percepción que tienen sobre el tema.

### ***3.3 Organización de la información***

Esta etapa se inicia conjuntamente con la recolección de la información para documentar, archivar, chequear y 'limpiar' el dato desde el mismo momento en que este es registrado. Esto significa que el uso de métodos cualitativos requiere organizar la información a medida que se recoge (Bonilla y Rodríguez, 2005, p.82). Esto quiere decir que la organización inicia cuando se recolecta la primera información sobre del tema y se va puliendo conforme se avanza, con un proceso de decantación para llegar al material necesario y no tener exceso de información o insuficiencia de la misma.



### 3.3.1 Categorización.

La categorización de acuerdo con Bonilla y Rodríguez (2005, p.138) puede realizarse de dos modos, deductiva o inductivamente. Las categorías deductivas están dadas por las variables contenidas en las hipótesis y son un reflejo directo de la teoría y del problema bajo estudio, su objetivo final es cuantificar los datos cualitativos con miras a generalizar los resultados estadísticos calculados a partir de ellos. Para la presente investigación las categorías retomadas son Micromachismos utilitarios, encubiertos, de crisis y coercitivos y sus respectivas subcategorías las cuales se evidencian en la tabla 4.

**Tabla 4**

*Categorización*

Categoría deductiva		Subcategorías deductivas
Percepción de micromachismos	Machismo	Forma de relación
Tipologías de micromachismos	mM Utilitarios	Roles de género
	mM Encubiertos	Gaslighting
	mM de Crisis	Celos
	mM Coercitivos	Maninterrupting
Mansplaining		

**Tabla 4.** Categorización de variables. Fuente: Elaboración propia.

Para ampliar las categorías se realizó una matriz donde se define cada una con sus respectivas subcategorías y las preguntas que de allí desprenden para la realización y aplicación

de los instrumentos de recolección de información, esta matriz podrá consultarse en el anexo 2.

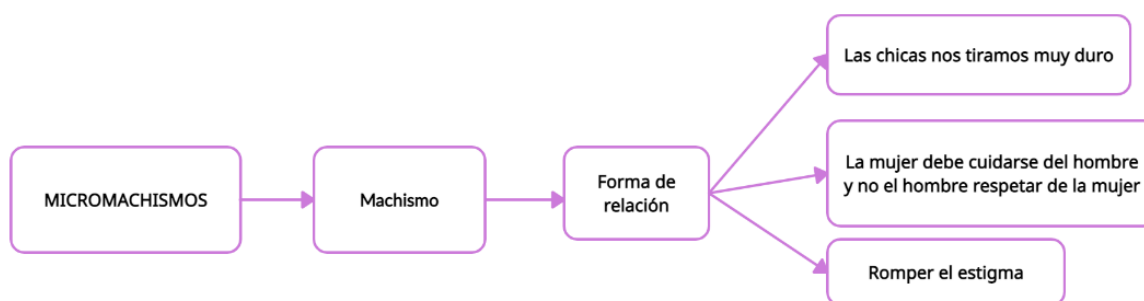
### 3.3.2 Taxonomías.

Como resultado de la categorización de variables realizada de manera deductiva (desde la teoría) y posteriormente inductiva (desde los relatos de las participantes), se realizaron dos taxonomías, proceso que las autoras Bonilla y Rodríguez (2005) definen como “clasificaciones más detalladas de la información contenida en las subcategorías. Sirven para visualizar los datos” (p. 146).

De acuerdo a lo anterior se presentarán las taxonomías respectivas, donde se evidencia de manera descendente en los dos primeros niveles los elementos deductivos y los dos niveles siguientes hacen referencia a las categorías inductivas, donde se expresan los conceptos que surgen desde el análisis de la voz de las participantes.

#### Figura 1

*Taxonomía percepción de micromachismos*



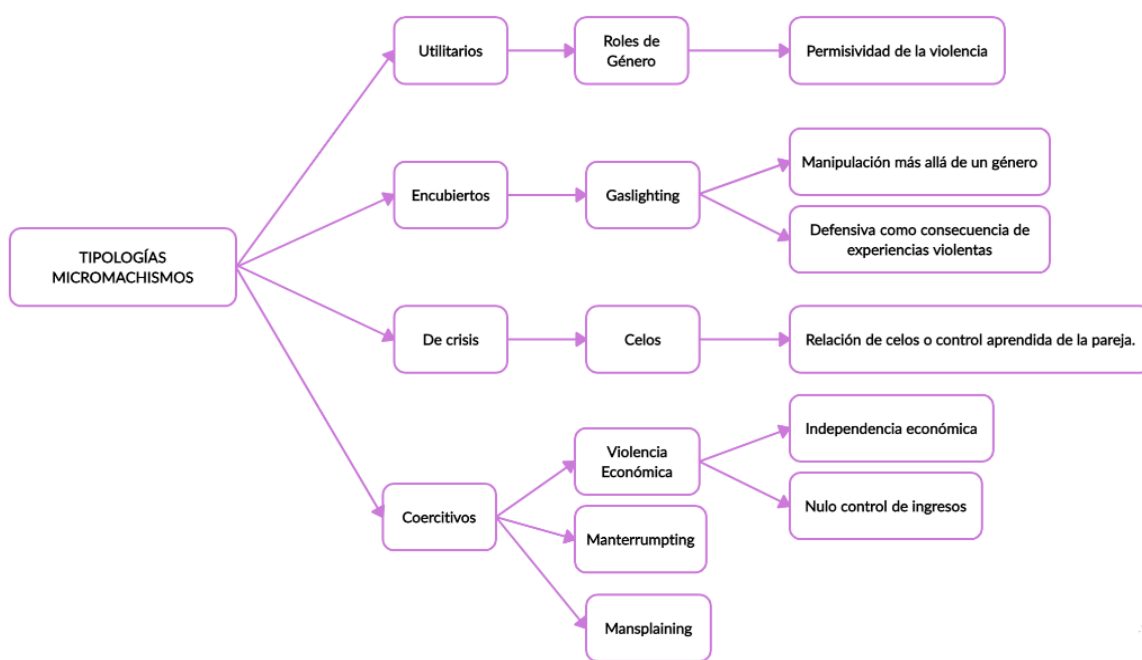
**Figura 1.** Taxonomía percepción de micromachismos. Fuente: Elaboración propia.

En el gráfico anterior se puede observar la relación entre la teoría partiendo desde los micromachismos, el machismo con un factor determinante que constituye una forma de

relación entre las personas, esto a su vez y posterior a la aplicación de los instrumentos surgen por parte de las voces de las mujeres dos categorías emergentes, las cuales son, la rivalidad entre el género femenino y la mujer debe cuidarse del hombre y no el hombre respetar a la mujer.

**Figura 2**

*Tipologías de Micromachismos*



**Figura 2.** Taxonomía tipologías de Micromachismos. Fuente: Elaboración propia.

La anterior taxonomía ilustra las cuatro tipologías que se desprenden del concepto de micromachismos propuesto por Bonino (1991-2005), las cuales son utilizadas para mantener la posición del hombre, es posible describirlas de la siguiente manera:

Los mM utilitarios, que fuerzan la disponibilidad femenina usufructuando y aprovechándose de diversos aspectos "domésticos y cuidadores" del comportamiento

femenino tradicional, para aprovecharse de ellos. Se realizan especialmente en el ámbito de las responsabilidades domésticas. Los mM encubiertos, que abusan de la confianza y credibilidad femenina ocultando su objetivo. Los mM de crisis que fuerzan la permanencia en el statu quo desigualitario cuando éste se desequilibra, ya sea por aumento del poder personal de la mujer, o por disminución del varón. Los mM coercitivos sirven para retener poder a través de utilizar la fuerza psicológica o moral masculina. Todos, a su modo, buscan disminuir la libertad de elegir y decidir femenina.

(p.2)

De estas tipologías que corresponden a las categorías deductivas, surgen subcategorías que permiten sintetizar el concepto con el fin de poder realizar un análisis y comprensión más apropiada: los mM Utilitarios-Roles de género, mM Encubiertos-Gaslighting, mM de Crisis-Celos y finalmente de los mM Coercitivos-Mansplaining, Manterrupting y Violencia Económica, así mismo también surgen aspectos emergentes de esos planteamientos teóricos que vienen dados por las mujeres entrevistadas.

#### **4. Identificación de patrones culturales**

Para la presente fase del proceso y con el fin de realizar el análisis e interpretación de los datos recopilados, se realiza un ejercicio que, en palabras de las autoras, los datos obtenidos “deben ser representados conceptualmente a través de una nueva red de relaciones entre sus partes constituyentes para explicar el porqué de los resultados obtenidos” (Bonilla y Rodríguez, 2005, p.151). Lo anterior quiere decir que se contrastan los postulados teóricos, en otras palabras, categorías deductivas y las concepciones de las participantes o categorías inductivas las cuales emergen de los relatos de los instrumentos aplicados, en este caso las entrevistas y el grupo focal. Las categorías que dan dirección al proceso son percepción de micromachismos

y tipologías de micromachismos, a su vez cada una compuesta por otros elementos teóricos que permiten la integralidad del concepto.

#### ***4.1 Análisis e Interpretación de Datos Cualitativos***

##### ***4.1.1 Conceptualización Deductiva***

###### **4.1.1.1 Percepción de Micromachismos.**

Es apropiado mencionar que, aunque la investigación está enfocada en los Micromachismos (Mm), se hace necesario partir de ese espectro que es más visible, mucho más tratado y referenciado como es el machismo, lo anterior con el fin de darle una mirada más holística al tema. En la reflexión sobre los dos conceptos fue posible ver que es complicado entender un concepto sin el otro, están tan profundamente interconectados que casi que uno se origina del otro. Por lo mencionado anteriormente en el presente análisis se hará mención a las voces de las participantes en torno al machismo, pero no desde un aspecto protagonista como se hará con los micromachismos.

###### **4.1.1.1.1 Machismo**

La interpretación de las entrevistas frente a esta categoría Machismo y la subcategoría forma de relación, arrojó como resultado que las mujeres refieren el machismo como no solo una cuestión masculina sino un fenómeno cultural, esto se corrobora con el aspecto teórico, donde se hace referencia a que se suele pensar que el machismo solo se da entre hombres y mujeres, pero va más allá, es una es una forma de relacionarse. Las actitudes machistas se exhiben en la relación con el otro en un contexto interpersonal, es una forma de relación que todos aprendimos desde la infancia y se convierte en la moneda de cambio cuando se da la interacción (Castañeda, 2007, p. 26-29).

Para entender lo anterior es importante compartir algunas de las respuestas a la pregunta ¿Cómo definirías Machismo y micromachismos?, donde las participantes refieren que:

*“El machismo solamente es una forma de cultura, yo diría que es un estilo de cultura un poco complejo y limitante a la hora de crearle un espacio al rango femenino” (PZ5)*

*“Machismo es el todo en general y la razón por la cual termina la mujer luchando por como toda esta igualdad, toda esta equidad, por su dignidad, entonces pienso que él machismo es todo en general.” (PG3)*

*“El machismo supone un control total frente a las actividades y al proceder del pensamiento y de más respecto a la mujer.” (PA1)*

*“Tal vez como esa forma de actuar y pensar que nos pone a las mujeres en situaciones específicas por la condición de mujer...el machismo sostiene que el hombre es superior a la mujer.” (PK2)*

Pero como el machismo no se expresa sólo desde las acciones notorias, sino también desde pequeños actos casi que imperceptibles que son nombrados micromachismos, las participantes los reconocen como:

*“Yo creo que de pronto micromachismo por el hecho de que diga “micro” es como ese tipo de comportamientos machistas que no nos damos cuenta que son machistas, pero que simplemente los trabajamos y los seguimos accionando sin saber que esos son.” (PG3)*

*“Micromachismos son más como actitudes que normalizamos, es cuando a veces la persona no se da cuenta pero lo hace y lo normaliza, como algo muy tranquilo, como un piropo, algo así.” (PM4)*

*“Cuestiones un poco que uno creería que son imperceptibles, pero igual están.” (PA1)*

Así como se menciona anteriormente el machismo es una cuestión cultural en donde que no es una regla estricta ser hombre para ser machista, muchas mujeres también lo son en una amplia variedad de contextos y roles- como madres, hermanas, hijas, amigas, jefas, colegas-, se ha insistido en que todo hombre machista tuvo una madre que lo crío pero las madres no son las únicas responsables, muchas mujeres en muchos ámbitos- muchas veces sin darse cuenta- promueven y alimentan el machismo a lo largo del ciclo vital. Por lo anterior es importante hablar de una responsabilidad compartida y muchas veces invisible para quienes la cargan. (Castañeda, 2007. p. 28).

*“Yo creo que ya tiene más que ver con una cuestión cultural, como nos han criado, como nos desenvolvemos, de las dinámicas sociales... Es una cuestión implícita que ya viene germinando en nosotros desde que nacemos.” (PA1)*

*“Yo creo que, de alguna manera, como esto ya es algo cultural y es algo que tenemos como tan implantado, es muy complicado como desarraigarnos de eso, las mujeres de otras generaciones, como nuestras mamás o nuestras hermanas mayores, tienden a caer en esto.” (PK2)*

*“Si, yo considero que sí, porque el machismo está súper implantado en la forma en que a nosotras nos criaron.” (PZ5)*

Desde el momento del nacimiento se señalan caminos diferenciados entre hombres y mujeres a través de aspectos como, los colores, los juegos, la forma en la que ocupamos el espacio, la ropa y el tratamiento del cuerpo que se nos asigna, se van moldeando nuestras identificaciones, intereses, aspiraciones y deseos, aunque no estemos muy conscientes de la

diferencia. De este modo lúdico y sutil es que comenzamos a interiorizar mandatos sociales que nos dicen a qué categoría pertenecemos y, por lo tanto, qué debemos pensar o hacer para satisfacer las expectativas que nuestra sociedad atribuye a cada individuo (De la garza, Derbez, 2020). Lo anterior es posible constatar con las voces de las mujeres entrevistadas, donde ellas mencionan que estos estereotipos y formas de ser que se implantan para cada género les han atravesado en su desarrollo.

*“Claro, por querer encajar con los hombres, por la cultura que a uno le ha impartido uno se deja permear por todas esas cosas, aparte se somete, acepta y normaliza las conductas violentas de los hombres.” (PM4)*

*“Total, a mí me llamaba mucho la atención y me gustaba mucho el fútbol, pero el “no puede practicar fútbol porque es de niños”, siempre era un no para cualquier tipo de deporte porque simplemente no era para niñas, y eso me condiciono porque yo era una chica que quería ser deportista de alto rendimiento.” (PZ5)*

Sintetizando un poco lo mencionado anteriormente, es deber principal decir que no es posible desligar machismo y micromachismos, principalmente porque son términos que se complementan, del análisis de uno surgió el otro, seguido a ello los dos tienen el mismo impacto, puede que no se presenten con la misma visibilidad, pero ambos permiten y ejercen violencia.

En cuanto a la percepción de las mujeres, empezando por el machismo, lo reconocen como esa forma de dominación y de superioridad del hombre sobre la mujer, se reconoce como un todo en general, lo perciben como algo más cultural que individual, es esa cultura machista la que permite que se ejerza a diario violencias principalmente por parte del sexo masculino.



Al preguntarles qué saben, han escuchado o conocen sobre los micromachismos muchas realizan la asociación con lo que saben del machismo y con la palabra micro, donde mencionan que son esos comportamientos más normalizados, no perceptibles que se siguen replicando sin siquiera saber que se trata de un tipo violencia.

En el momento del análisis fue posible concluir que las mujeres participantes en la presente investigación, son capaces de reconocer qué es el machismo y qué son los micromachismos, siendo estos una de las principales formas de violencia contra ellas; pero es importante resaltar que frente a los mM no se tiene la claridad necesaria para su reconocimiento, detección, prevención y mitigación. Lo anterior quiere decir que las mujeres saben que son un tipo de violencia más difícil de percibir, más normalizada, pero no son conscientes de cómo se presentan, lo que permite que se sigan reproduciendo y no solo por parte de los hombres, las mujeres también se convierten en ejecutoras de micromachismos sin saberlo, por ello es importante realizar una labor educativa entorno a esto brindándoles herramientas a las personas para protegerse previniendo y mitigando las violencias.

#### **4.1.1.2 Tipología de Micromachismos.**

##### ***4.1.1.2.1 Micromachismos Utilitarios.***

En la categoría de mM Utilitarios Bonino hace mención a que suelen tener un fin doméstico que se relaciona directamente con el “comportamiento natural femenino”, refiere a que son delegadas tareas como el cuidado de los niños, todo lo alusivo a la cocina o al aseo de la casa, es decir que por ser mujer automáticamente se tiene que cumplir ese rol. “El hombre se aprovecha, abusa o demanda una supuesta capacidad, inmanente a las mujeres por el hecho de serlo, para servir o cuidar.” (Bonino, 2004, p.3) De esta forma son otorgadas tareas a la

mujer que son responsabilidad de ambos. En los relatos con las mujeres entrevistadas se evidencian estas acciones:

*“Yo no tenía problema en hacerlo todo, no voy a decir que no me ayudaba porque si, habían días como que bueno hoy es el aseo hágale a ver, pero yo siempre me encargaba de cocinar, a veces yo le pedía que hiciera cosas y él las hacía” (PA1)*

*“Le ha tocado a él asumir roles acá en la casa, que si estamos todas trabajando y de pronto él llegó, entonces él ayuda a cocinar, ayuda a organizar, cosa que él no solía hacer y de hecho desde chiquitas, él siempre ha sido como yo mando y demás pero pues ese papel se ha desdibujado un poco, vamos creciendo y vamos conociendo muchas cosas, entonces es papi bueno así no es, entonces ayúdanos también tú porque entonces, pero ya.” (PK2)*

En los fragmentos anteriores es necesario resaltar la manera en que las participantes refieren el concepto de **“ayuda”** en las labores que deberían ser responsabilidad compartida, pero que al ser ellas quienes siempre se encargan de las ocupaciones del hogar ven como un favor que su pareja o algún integrante masculino de su familia se haga cargo de la realización de una o varias de estas tareas. Este término se ha forjado a lo largo del tiempo, desde la crianza se ha alimentado la idea de que la figura femenina es quien tiene que realizar la labor doméstica, de cualquier otra forma se concibe como un acto de bondad la ejecución de algún que hacer por parte de una figura masculina.

La forma errónea de entender y adoptar este término junto con la normalización del mismo en la cotidianidad ha generado que sean asignadas tareas domésticas únicamente a las mujeres. Sumando a esto el mal uso del lenguaje produce como efecto la prolongación de actos machistas, puesto que al reproducir estos términos así sea de manera involuntaria se implantan socialmente y son replicados al punto de quedar en el inconsciente, es por eso que su

reproducción es tan natural dándole fuerza a la idea central que reduce la figura de la mujer únicamente a que está hecha para servir en el marco del hogar.

A continuación, se muestran los fragmentos referentes a la asignación de roles impuesta:

*“Igual lo que les digo el aporte económico siempre está, siempre sé que puedo contar con él, incluso cuando la niña está enferma siempre como que “hey mira tal cosa, la niña está enfermita” es eso si siento que me ayuda mucho. Lo único que reclamo es él cuidado porque es muy poco para mi perspectiva.” (PK2)*

*“Ya como en las cuestiones más del hogar y eso mi mamá siempre se encargó de todo, del aseo, de cocinar. Hubo épocas en las cuales la carga era mucha.” (PA1)*

*“La pareja de mi mamá cree que las mujeres nacimos pues pa´ parir y pa´ darles de comer, así tal cual. Entonces pues mi mamá siguió en las mismas siendo como la empleada de él.” (PA1)*

*“Yo soy mamá ¿no?, entonces es como el rol de cuidadora, como que tú tienes que estar muy pendiente de tu hija, pero él puede aportar económicamente pero si él tiene tiempo puede cumplir con ese papel de cuidador, de lo contrario obviamente está asignado a mi” (PK2)*

*“Ahorita que mis tías consiguieron trabajo y de alguna manera eso lo independiza y le cambia un poco el pensamiento a las mujeres, pero pues inicialmente siempre ha sido de yo atiendo, yo lo atiendo, yo le cocino, yo le lavo, yo le plancho” (PZ5)*

*“Mi abuelita no trabajo y no estudio solo hizo un curso de secretariado porque le insistió a mi abuelo para que eso pasara, y de ahí en adelante cursos de manualidades o sea ella nunca pudo decir “ay, vamos a hacer una carrera” no. paila.” (PZ5)*

Se evidencia que es una de las categorías que se reproducen generacionalmente, donde desde una edad muy temprana a las niñas se les enseña asumir el rol de madres o cuidadoras y a realizar labores domésticas a través de juguetes tales como una cocinita, instrumentos de aseo (traperos, escoba y recogedor miniaturas), muñecas entre otros. Esto va definiendo el rol que cumplen las mujeres en la sociedad, y así mismo ellas lo adoptan de manera inconsciente.

También se identifica la resignación ante una presión simbólica para la realización de labores domésticas o de cuidado, que, aunque reconozcan que no son solo su responsabilidad se limitan a seguir cumpliéndolas, un factor importante a resaltar es la preocupación que genera el creer que si ellas no realizan los oficios estos no van a ser realizados de la mejor manera o la que ella considera la apropiada, además que si no se hacen cargo nadie va a ejecutar la tarea.

#### ***4.1.1.2 Micromachismo Encubiertos.***

Los mM Encubiertos de acuerdo con Bonino (2008) se caracterizan por su carácter insidioso, encubierto y sutil, razón por la que son muy efectivos, están cargados de manipulación, por sus características encubiertas la mujer no los percibe a tiempo, reaccionando a sus consecuencias tardíamente, su objetivo es imponerse ante la mujer donde ella tiene que a la fuerza estar disponible para él, así mismo encaminado todo hacia lo que más le conviene y conduciéndola a ella a no manifestar sus deseos y hacer lo que él disponga (p.100).

La manipulación mencionada anteriormente ha recibido el nombre de Gaslighting, es un término utilizado desde la psicología donde “se refiere a un tipo de violencia emocional muy sutil, a través del cual se manipula a una persona para que dude de su percepción, de su memoria o de su propio juicio” (De la garza y Derbez, 2020, p.135). En los relatos de las mujeres se evidenció lo siguiente:

*“Si, total, total y con cosas no tan graves sino con bobadas, de por ejemplo el hecho de que yo le haya pasado a mi ex que nenas le mandaran fotos empelota y que le escribieran que tenemos sexo en tu casa o en la mía, cosas así, y él me decía “ay usted por qué me revisa el celular”, uno empieza a decir así no sea mi culpa yo me voy a echar la culpa con tal de que este tema se supere, con tal de que sigamos juntos no importa yo me echo la culpa.” (PA1)*

*“Y yo decía problema mío, pero a veces si sentía que me hacía sentir inferior frente a mi aspecto físico e insegura, pero también porque yo le daba ese poder y como que yo me dejaba atormentar por muchos aspectos que yo pienso que si eran exageraciones mías.” (PG3)*

*“Sí me ha pasado, eso es un mecanismo de defensa, ponerse bravo cuando sabe que la embarro, si me ha pasado que igual en medio de mi cosa reviso y encuentro mensajes, por ejemplo, entonces se arma la pelea y demás, esa persona si se enoja más que yo, entonces ya luego uno dice, pero es que solamente le dijo que estaba muy linda” (PK2)*

*“Obvio, entre mujeres existen los mM, entre nosotras, y a veces uno tiende a exagerar acciones y es como parece ya entiendo porque nos dicen a las viejas que están locas, uno no está loco uno solamente reacciona a un límite de tolerancia pasivo-agresivo a la que ha sido conductuado, tú no reaccionas como mujer porque estás loca, o te va a llegar o tienes el periodo si no como que has sido sometida a un poco de traumas y situaciones y algo tiene que explotar.” (PZ5)*

En los fragmentos anteriores y de acuerdo con la teoría es posible evidenciar la existencia de situaciones de manipulación en las relaciones, las cuales apuntan mayoritariamente a las de pareja.

En los relatos las mujeres reconocen que existen momentos en los que ellas son conscientes de que exageran en las reacciones frente a ciertas situaciones, esto posterior a una reflexión sobre lo sucedido, pero así mismo existen situaciones que ameritan una reacción contundente, es en estas donde ellas manifiestan no ceder ante las catalogaciones de exagerada, loca, donde se insinúa que se está inventado el hecho o que está mintiendo sobre lo que sucede, también es de mencionar que muchas veces es tanta la manipulación de la situación por medio de diferentes tretas, que ellas aun con lo irrefutable de las pruebas o la gravedad del asunto se cuestionan si de verdad es tan grave como para generar un conflicto.

Es en este momento donde se ejerce violencia, donde se pretende que la mujer se sienta culpable por haber expresado su molestia ante una situación que le genera malestar y una afectación emocional, como forma de evitar continuar la confrontación acude al silencio o a huir del conflicto. Existen múltiples formas en esta tipología de micromachismo, que hasta podría surgir una investigación de solo esta categoría, debido a que como menciona Bonino (2004) son los más insidiosos, encubiertos y sutiles.

#### ***4.1.1.2.3 Micromachismos de Crisis.***

Los mM de crisis suelen utilizarse en momentos de desequilibrio en el estable desbalance de poder en las relaciones, tales como aumento del poder personal de la mujer por cambios en su vida o disminución del poder del varón por razones de pérdida laboral o limitación física. (Bonino, 2004)

Bonino (2004) expresa que suelen darse de una forma muy sutil, ya que de esto depende que el reclamo del hombre no sea contraproducente, es decir que no genere otro reclamo como respuesta, prestándose para generar que ella exija cambios por situaciones que le incomodan, lo cual no es conveniente puesto que el fin es mantener la posición de superioridad del varón, coartando la independencia y/o autonomía de la mujer, dándole una posición sobrepuesta al hombre en la que sus necesidades, opiniones o deseos son más relevantes que los de ella.

Se manifiestan de diferentes formas puede darse por medio del victimismo, del control de las actividades de la mujer, celos etc.:

*“Cuando volví con mi ex me dijo la condición es que no te puedes hablar con “x” persona, entonces que hace Ángela “bloquear, bloquear, bloquear, bloquear” y pues yo listo bueno. Él como muchas personas son manipuladores sutiles, no son de los que te dicen “te prohíbo que salgas te prohíbo...” sino que sutilmente te lo hacen sentir, te lo hacen saber.”*  
(PA1)

*“Llegó esa persona y no le gustó, de un momento a otro fue como tienes que eliminarlo, no quiero que hables con él, y yo lo hice, es algo que sí siento que está mal y siento que no debí haber hecho, inclusive que a uno le dé miedo de que a un pelado le dé a uno me gusta o comente “ay que bonita” porque uno sabe que va haber algún problema, entonces uno lo que prefiere es no subir nada a Facebook, nada a ningún lado y ay deje así, con tal de no ganarse ese problema, sabiendo que eso pasa”* (PK2)

*“Estuvo muy mal haberle dado a esa persona el poder de sacar a mi amigo de mi vida, porque era mi amigo y lo hice solo porque quería tener algo con él”* (PK2)

*“Si he cedido a esas cosas como que “hey no me gusta que ese pelado te dé me gusta o corazoncito, entonces bórralo” y lo he borrado, los bloqueaba.”* (PK2)

*“Inclusive que a uno le dé miedo de que a un pelado le dé a uno me gusta o comente “ay que bonita” porque uno sabe que va haber algún problema, entonces uno lo que prefiere es no subir nada a Facebook, nada a ningún lado y ay deje así, con tal de no ganarse ese problema, sabiendo que eso pasa” (PK2)*

*“Tuve uno de pronto si cuando estaba más pequeña por lo mismo porque ahí era más niña y el man si era un celoso posesivo que yo no podía hablar con nadie y yo creo que eso fue lo que me enseñó a ver qué no quería y qué tipo de persona yo no quería en mi vida,” (PM4)*

*“Como que uno no se siente feliz o no se siente contento, porque uno quiere que la persona sea como uno quiere, en parte este papel machista y como controlador y quiere que las cosas sean como uno quiere y eso es lo que hace que uno reciba ese drama, pero es porque la otra persona es un ser libre y sintiente al que uno no puede obligar” (PM4)*

*“Pero mira que era un tipo de control más de manipulación, ella me dice si no te cambias no salimos, y bueno yo me cambie porque se supone que uno “tiene que bajar la guardia” para evitar peleas, videos y todo este tipo de situaciones, pero uy no.” (PZ5)”*

*“Él, por ejemplo, yo recuerdo que a mi mamá le gustaba tener el cabello corto, y él no la dejaba cortarse el cabello. Así sutil “no es que te ves más linda con el cabello largo”, así entonces no, ella no se lo volvió a cortar”. (PA1)*

*“Uno como que accedía, bueno ya lo eliminé ya solucionado, pero pues nunca se hablaba de como la raíz de lo que estaba pasando, como hey parce estas re loco (risas), no eso no se hablaba si, solamente uno como que ya, lo contento borrándolo, mire lo bloquee, pantallazo del bloqueo y ya sí pasaba.” (PK2)*

A raíz de las diferentes experiencias se puede concluir que uno de los hábitos más usuales es la manipulación a través de los celos de pareja, el hombre usa como excusa la



“indefensión” de la mujer para expresar una falsa preocupación por la cual debe estar al pendiente de su pareja y controlar sus actos. Se recurre a este método cuando se siente una pérdida de control en la relación y la mujer toma decisiones sin incluir a la pareja o sin una consulta previa, es por esto que en un intento por esconder la intención real se utiliza el argumento de preocupación para dominar cosas como el horario de salida de la pareja, permitirle estar sola en ciertos contextos “de alto riesgo”, las prendas que debe usar, entre otras.

Otra estrategia utilizada es persuadir la decisión de la mujer para guiar el accionar hacia su conveniencia, esto implica que por medio de un buen trato y una falsa actitud de “buscar lo mejor para ti” hacen que la mujer acceda a sus recomendaciones y poco a poco va teniendo influencia en las decisiones que tome la mujer, desde aspectos como su apariencia hasta temas económicos. Esto se conoce más como manipulación psicológica y desde ahí empieza una obra de control sutil y efectiva.

Por último, un aspecto importante es la imposición de condiciones para mantener la estabilidad de pareja, utilizan el estado de enamoramiento de la mujer para sobreponer algunas de sus necesidades básicas en la relación sin considerar si son de beneficio para ambos. Su sustento principal son los requerimientos básicos para poder mantener una relación estable y funcional, su efectividad está dada al aprovechar que la pareja va a estar dispuesta a todo con tal de permanecer en armonía.

#### ***4.1.1.2.4 Micromachismos Coercitivos.***

De acuerdo con Bonino (2008) en los mM Coercitivos el hombre usa la fuerza moral, psíquica, económica o de la propia personalidad, de manera “directa” para intentar doblegar y despojar de sus pensamientos, tiempo, espacio, libertad, autonomía y capacidad de decisión a la mujer. (p.3)

Así pues “su efectividad se constata por la percepción femenina de la pérdida, ineficacia o falta de fuerza y capacidad para defender los propios derechos, decisiones o razones, lo que provoca en ella un acrecentado sentimiento de derrota.” (Bonino, 2008, p. 105).

Lo anterior podemos ilustrarlo desde los términos Manterrupting y Mansplaining, donde el primero hace referencia al momento en el que el hombre interrumpe brusca y abruptamente a la mujer cuando esta se está expresando para él tomar el control de la conversación sin importarle que ella aún no haya terminado de hablar, el segundo concepto refiere a cuando un hombre siente la necesidad de explicarle algo a una mujer sin que ella se lo pida, aun cuando ella sea conocedora o experta en el tema, buscando en muchos casos descalificar los conocimientos de la mujer. (De la garza y Derbez, 2020, p. 60-63)

*“Mira lo que me pasó le conté cómo habían llegado los manes en cicla y se nos pararon en frente y llega el man y empieza a decir cosas como si él hubiera estado ahí y hubiera visto todo, como que “ay eso les pasó porque ustedes iban distraídas” y yo nooo cómo así, o sea sabe más usted que yo que fui la que lo viví.” (PA1)*

*“No que nos haya interrumpido como tal, pero si se mete mucho en el área de cada una, él cree que porque el establecimiento es de él, por ejemplo, es quien hace la parte de recibir los niños y obviamente conoce algunos diagnósticos, pero pues no puede decir que no sé, que a un niño con autismo le vamos a hacer determinado proceso terapéutico cuando él no lo conoce.” (PK2)*

*“Otra vez hablando como que trataba de dar mi opinión y como que el otro personaje siempre era como a pordebajear mi opinión como a hacerme sentir que lo que yo decía él ya lo había pensado, él ya lo sabía, ya lo tenía claro, era cómo no saber comunicarse, pero pues bueno ese tipo de cosas si me han pasado y los recuerdo y es como la mala.” (PG3)*

*“Si claro muchas veces, uy sí mucho, sobre todo y lo peor de todo es cuando te minimizan tus argumentos, cuando se burlan de tus argumentos, cuando te tratan de hacer ver como estúpida y si me ha pasado varias veces en muchos ámbitos.” (PM5)*

*“Mansplaining, obvio a todas lo hemos vivido en nuestra vida, todas, todas en algún momento de nuestra vida, en el bus, en la tienda, en el colegio, con los profesores, en tu casa.” (PZ5)*

*“En algún momento hablaba con un chico de mi carrera y él siendo de otra desaprobó mis comentarios.” (GF4)*

A raíz de esto sucede que muchas mujeres temen expresarse en contextos mayoritariamente masculinos, para así evitar enfrentarse a este tipo de acciones violentas.

*“Claro, si, si me ha pasado mucho y me ha pasado de hecho con todo en el skate, hablando de política, muchos manes piensan que uno no puede opinar de ciertas cosas y que la mujer calladita se ve más bonita y lo peor es que hay mujeres que también creen eso, porque a mí me ha pasado mucho.” (PM4)*

Existen diversos espacios en los que las mujeres temen expresar sus opiniones y posturas esto debido a que muchas se sienten violentadas, calladas, burladas o minimizadas en ambientes predominantemente masculinos, sucede ya que el hombre busca poner sus conocimientos en una posición de superioridad ante la mujer, esto constituye una posición de poder en la que el más fuerte en la relación interrumpe al más débil porque considera, de manera consciente o no que lo que tiene que decir es de mayor importancia que lo que pueda decir la otra persona (Castañeda, 2007, p.114).

Culturalmente siempre ha sido el hombre el poseedor de la palabra, “muchas mujeres sienten que los hombres no las dejan hablar, y tienen razón” (Castañeda, 2007, p.113), pero con el tiempo debido a las diferentes luchas por los derechos de la mujer, han podido contar con más espacios que les permitan desarrollarse y expresarse con mayor libertad, esto ha generado que muchas de ellas se empoderen de la palabra para visibilizar discursos desde sus vivencias, marcadas en su mayoría por experiencias violentas que al ser compartidas alzan la voz y se convierten en resistencia ante el silencio que a lo largo del tiempo ha sido cómplice de infinidad de violencias.

Desde hace tiempo el hombre cumple con el papel del proveedor, por lo cual asume que ello le da derecho a ejercer control sobre el dinero que aporta para las diferentes necesidades, este control se convierte en violencia económica, la cual según la Secretaría de la mujer (s.f) “son hechos que se ejercen sobre las mujeres para limitar y controlar el uso del dinero o restringir el uso de pertenencias y documentos personales. Así mismo es recurrente el incumplimiento de las obligaciones económicas con hijos e hijas.”

Fue posible evidenciar que las mujeres son cada día más independientes, muchas trabajan obteniendo sus propios ingresos, permitiéndoles contar con libertad y autonomía en la distribución de los mismos sin rendir cuentas o explicaciones de sus decisiones, esto le quita al hombre uno de los mayores controles que ha tenido a lo largo del tiempo como lo es el factor económico, factor que en muchos casos ha impedido a las mujeres salir de relaciones violentas.

Durante el ejercicio de aplicación del instrumento surgió un aspecto en específico que se ve mucho en la cotidianidad y no es asociado con violencia sino con insistencia, la imposición de la intimidad, la cual consiste en una acción unidireccional de acercamiento cuando el hombre lo desea, es una práctica de coacción en la que este no se molesta en negociar

movimientos hacia la intimidad por el contrario seduce de manera forzada hasta que recibe una acción afirmativa o aceptación por imposición. Llamó la atención debido a que una de las participantes mencionó:

*“Me pasó pero con una pareja y eso es peor, porque es una persona con la que uno convive a diario y uno le da toda la confianza, como para que lo traten bien, uno se siente se supone protegida por su pareja, pero cuando su pareja es la persona que ejerce violencia sobre usted y lo justifica en su estado de alcohóricamente diciendo “ay es que yo no me acuerdo”, ¿cómo así?, de verdad yo siento que él me violó, yo no quería, él me violó, y al otro día como “ah pero yo no me acuerdo, entonces usted me está diciendo que yo la violé”, entonces no sé qué y se enojaba conmigo, yo no sé si él es que no lo puede creer hasta el sol de hoy, pero sí lo hizo.” (PA1)*

Es una situación que se presenta frecuentemente en las relaciones de pareja y que muchas mujeres dejan pasar por el vínculo emocional que tienen, además porque socialmente existe una imposición a la relación sexual donde está dicho que el deber como mujer es querer cuando el hombre quiera, así ella no sienta deseos.

Esto es catalogado como violencia sexual y está penalizado, pero como se mencionó anteriormente muchas mujeres no acuden a la justicia porque es la pareja y creen erróneamente que ellas están obligadas a tener relaciones sin consentimiento pleno, al momento de salir de estas relaciones ven que no es una conducta normal, llegan a sentir culpa por haberlo permitido, porque para ellas en su momento eso no constituía violencia.

Lo anterior conduce a la reflexión sobre la importancia de la educación sexual, de enseñar a las niñas y adolescentes la relevancia del consentimiento, es deber y necesidad inculcarles a las mujeres que pueden decir “no” cuando ellas quieran y a los hombres a respetar

esa negativa, no, es no, no es semi sí, no es un sí camuflado, no se está haciendo del rogar o no está esperando a ser convencida para cambiar de parecer ¡NO, ES NO!

#### **4.1.2 Conceptualización Inductiva**

En el presente apartado se abordará el análisis de las categorías inductivas también conocidas como emergentes, Bonilla y Rodríguez (2005) mencionan:

Estas emergen totalmente de los datos con base en el examen de los patrones y las recurrencias presentes en ellos. La categorización inductiva no tiene como fin reflejar la teoría sino el marco de referencia cultural del grupo estudiado y constituye el fundamento de la investigación etnográfica (p.138-139)

##### **4.1.2.1 Percepción de Micromachismos.**

De acuerdo a lo anterior en la primera categoría correspondiente a Machismo, llamó la atención el reconocimiento que las participantes dan a la violencia entre su género, no se esperaba que fuera tan referenciada esta situación de su parte, lo anterior debido a que principalmente se reconoce la dada entre hombre y mujer, el que ellas sean conscientes de este hecho permite empezar un proceso de cuestionamiento propio y conjunto, en el que surja un apoyo entre donde pero manifestaron que en gran medida son ellas las que ejercen acciones de agresión contra otras , mencionando como categoría inductiva: **“las chicas nos tiramos muy duro”** donde las mujeres se expresaron de la siguiente manera:

*“Por eso es que hay que enseñar a las chicas a ser amables también con las otras chicas, porque eso es una cuestión muy complicada, **las chicas nos tiramos duro**, eso fue lo que recibí cuando supe que estuve embarazada, yo me la pasaba era llorando por lo que me escribían ellas.” (PK2)*

*“Si siento que hay mujeres que de alguna manera se han sentido como adoctrinadas por el machismo, entonces pienso que sí pueden existir muchas **mujeres que todavía en estos momentos tienen muchos comportamientos machistas hacia ellas mismas y hacia otras mujeres**” (PG3)*

*“Lo que hablábamos, mujeres que entre ellas mismas se tratan de “poser”, que esta no monta ay esta si monta, se tratan de perras que porque esta tuvo este novio y la otra también, no se conocen y ya inventan chismes, hablan, se juzgan y se unen a los hombres incluso para hablar mal, para hacerle bullying a las chicas, incluso hace mucho tiempo tenían la costumbre de hacer montajes y cosas así a las redes burlándose de otras chicas, burlándose del cuerpo, de cómo se visten otras chicas y entre ellas mismas lo hacen. Además, que **entre chicas a veces se tiran muy duro** entre las que saben y las que no saben, la que no sabe se amarga se siente mal que porque no sabe.” (PM4)*

*“Una vez un man que patina me habló, me dijo que me iba a regalar una tabla, después me dijo que me tenía que acostar con él por el regalo, entonces lo que yo hice fue tomarle pantallazo y lo boletee, luego salieron todos sus amiguitos a defenderlo y a cubrirlo, **por qué las mujeres no somos así de unidas y nos tiramos muy duro entre nosotras cuando pasan situaciones como estas.**” (GF)*

*“Incluso con otras mismas mujeres, que como que también en su rivalidad por ser tan pocas las mujeres que se aceptan, quieren destacar, tratan como de bajonearte para ser ellas las que destacan en un entorno de hombres” (PG3)*

De la misma manera surgió la categoría **“a la mujer la enseñaron a cuidarse del hombre y no al hombre a respetar a la mujer”**, donde las participantes expresaron:

*“En mi casa crecimos diciendo: “Es que si yo tuviera pipi ya me habrían enseñado a manejar” “si yo tuviera pipi me habían dejado irme de viaje con mis amigos” y así una cantidad de*

*cosas que te condicionan la forma en la que creces, porque te frustran la mitad de tus sueños solo por tener vagina que es lo más bonito de la vida y te frustran **porque en la sociedad no enseñaron al hombre a respetar a la mujer si no a la mujer cuidarse del hombre**, y ahí está todo el puerco error.” (PZ5)*

Dentro de esta categoría inductiva fue posible ver un aspecto que cobra mucha relevancia por su cotidianidad, normalización y frecuentemente asociación con “admirar la belleza de la mujer” pero cuenta con un trasfondo importante de violencia y es el acoso, este se presenta en múltiples espacios tanto públicos como privados (la calle, la universidad, el trabajo, un restaurante, el gimnasio entre otros), su principal problema es que genera incomodidad en la mujer además de dejarla en estado de indefensión ante un comentario que no ha solicitado y menos desea recibir de un extraño.

*“El administrador de un café donde trabajé tiene una costumbre y es que a las chicas las nalguea yo le decía ya no más, parece no más, no, ¿usted quién se cree?, y él llegaba y me apretaba las nalgas y me decía “Ah es que ese culote que usted tiene”, ¿y a usted qué le importa?, eso no es como un permiso para que usted venga y me lo toque” (PA1)*

*“Iba en la moto y estaba usando una blusa como más o menos corta, se me veía el ombligo y pasó un tipo en cicla y me dijo <Uy mami que rico ese ombliguito>.” (PA1)*

*“Total yo siento que los hombres en ese sentido son muy afortunados respecto a nosotras, porque por ejemplo a mí me molestan mucho cuando me arreglo y salgo con una falda o algo a la calle, uff eso es súper incómodo, incluso a mí me aterra que salgo en sudadera, así sin bañarse con el buzo encima y todavía uno tiene que aguantarse que le digan cosas, entonces yo digo no tiene ni que ver con lo que uno lleve puesto” (PM4)*

*“Me pasaba que cuando estaba más pelada que me tocaban la cola en la calle, una vez un man pasó en la bicicleta y me pegó un palmadon en la cola que yo what” (PM4)*



*“El hecho de que un hombre haga una apreciación sobre tu aspecto físico y uno sienta que no puede decir nada en ese momento, de alguna manera eso me ha pasado y no he podido responder porque siento, no sé si es temor, es una sensación muy extraña porque luego uno lo piensa y dice “hey por qué me dices cosas, no tendría que haber pasado”, pero pues uno lo permite así sea por miedo” (PK2)*

*“Me hicieron acordar de una historia de un chico trans que al hacer la transición se dio cuenta que corría muchísimos más riesgos cuando era chica que ahorita que eres chico, hay momentos en los que uno dice Dios mío, obvio que sí, tú te sientes vulnerada hasta en el transporte público, así tu vayas lo más chirri del mundo te ganas a algún morbosos y unos es como OMG ¿Porque no se callan? A las mujeres nos gustan las mujeres y no estamos gritándoles por ahí “uish cosita que rico” ¿Porque no se ahorran sus comentarios?” (PZ5)*

Paralelamente muchas mujeres han emprendido una lucha contra estos estereotipos buscando así desarrollarse libremente, como lo menciona una de ellas en su relato.

*“Siento que yo luché como contra el típico estereotipo de mujer y empecé a buscarme a mí misma sin necesidad de complacer los gustos o lo que otras pensaban que era el ser mujer “hay que estar arreglada, maquillada, con vestido, hay que estar bien siempre”, entonces creo que rompí con ese estigma.” (PG3)*

Es posible inferir que como el término nos induce a la palabra “macho” son solo los hombres los que tienen estos comportamientos violentos contra las mujeres, aquí está uno de los puntos del debate ya que es desacertado aseverar ello. Sí, son los hombres los principales ejecutores de este tipo de violencia de género, pero el arraigo cultural que ha hecho el machismo en la sociedad ha llevado a que las mujeres adopten posturas y actitudes machistas sin siquiera darse cuenta, es en esta parte donde surge otro aspecto a debatir, en el cual las

mujeres debido a ello han generado una rivalidad y una competencia donde el fin es complacer los deseos del hombre, sin detenerse a pensar por sobre quien deban pasar para hacerlo, donde se busca ser mejor que la otra, ser más el estereotipo de mujer que socialmente se ha establecido y criticar a la que no cumple con esto.

Actualmente y debido en primera medida al movimiento feminista ha sido posible caer en cuenta de esta rivalidad para así generar una crítica a ello e iniciar un proceso de visibilización y deconstrucción de esas conductas que nos lleve a una equidad entre ambos sexos y la minimización de violencias.

Ahora bien, otro aspecto a resaltar de las formas de relación culturales entorno a los mM, es el respeto selectivo, esto se refiere a que los hombres respetan a las mujeres con base a los comportamientos y la reputación que tengan, por lo que ser una mujer –como socialmente se cataloga- “pulcra” la hare merecedora de mayor respeto que otra que decidió vivir su vida y su sexualidad desde de su autonomía; la sexualidad es un aspecto determinante en el respeto, como menciona Castañeda (2007) “Quizá el poder más importante que tengan los hombres en el área sexual sea el de categorizar a las mujeres según su deseo hacia ellas”, esto quiere decir que cada una representa un diferente tipo de relación y vínculo afectivo, además que de cada una se espera un tipo de comportamiento específico, “una esposa no debe conducirse como si fuera prostituta, una amiga ocasional no debe adoptar las actitudes de una esposa y una prostituta jamás debe pretender ser otra cosa” (Castañeda, 2007, p. 255).

Esta clasificación mencionada determina el trato que se le proporciona a la mujer por lo que “los hombres tratan a las mujeres según el tipo y el grado de su deseo por ellas y no según sus cualidades personales. Su primer acercamiento a ellas, su primera percepción, es de orden sexual, más que afectivo o intelectual” (Castañeda, 2007, p. 255).

Lo anterior se complementa con la idea social y tradicionalmente construida en la cual es la mujer quien debe cuidarse del hombre, controlando sus acciones para no mostrarse insinuante o provocadora, porque es su “obligación” ganarse ese respeto masculino dentro de lo establecido en una sociedad patriarcal, pero esto no es así, las mujeres solo por el hecho de ser seres humanos y gozar de derechos merecen respeto independientemente de sus acciones o de cómo hayan decidido vivir su vida (sin dañar o pasar sobre ninguna persona), nadie puede determinar su valor o que tan merecedora es del respeto del otro. Esto no aplica a los hombres a ellos no se les enseña que se debe cuidar de las mujeres o que sus acciones medirán el respeto que merecen, se les celebran cosas que a las mujeres se les juzgan, y esto es violencia, ya que atenta contra factores importantes con la autoestima y el auto concepto de la mujer.

#### **4.1.2.2 Tipología de Micromachismos.**

##### **4.1.2.2.1 Micromachismos Utilitarios.**

De los mM utilitarios surgió la categoría emergente referida a la **“permisividad de la violencia”** frente a la cual las participantes expresaron:

*“Yo creo que en ese sentido también hay una falla de parte de nosotras y es que por ejemplo con esa pareja yo seguí con él, normal y en últimas yo como que obvие el tema como que hay no es tan grave, no pasó nada, estaba borracho y pues si no se acuerda no pasó, qué se puede hacer y yo cómo peleo aquí contra la corriente, en ese sentido uno también es machista, porque lo está justificando, yo lo que hice fue justificarlo a él, darle el permiso, aplaudirle prácticamente, bravo, me violó, gracias.” (PA1)*

*“Si, total, total y con cosas no tan graves sino con bobadas, de por ejemplo el hecho de que yo le haya pasado a mi ex que nenas le mandaran fotos empelota y que le escribieran que tenemos sexo en tu casa o en la mía, cosas así, y él me decía <<ay usted por qué me revisa el celular>>” (PA1)*

*“Creo que por eso estuvo muy mal haberle dado a esa persona el poder de sacar a mi amigo de mi vida, porque era mi amigo y lo hice solo porque quería tener algo con él” (PK2)*

En los relatos dados por varias de las participantes se hace referencia a los actos en los que las mujeres a pesar de reconocer que están vivenciando un acto de violencia no ponen un freno o lo pasan por alto al creer que es ajeno al comportamiento habitual, en gran parte de los casos es justificado argumentando que es la primera vez que ocurre o que el victimario se encontraba bajo los efectos del alcohol o de sustancia psicoactivas, y sustentan que lo que se está viviendo es algo pasajero y no es necesario darle trascendencia.

A partir de esto es pertinente comentar que en una gran parte de los casos en los que se permite cualquier tipo de violencia dentro de una relación suele replicarse, no pasa una sola vez puesto que se está abriendo la puerta a la normalización de las agresiones, “La violencia suele instalarse en las relaciones de forma gradual. En muchos casos, no se manifiesta hasta que se inicia la convivencia. Sin embargo, antes de que esto ocurra pueden producirse algunos indicios que deberían alertar a los que comienzan una nueva relación.” (Mendes y Santana, 2001, p.1)

Llama la atención la expresión de una de las participantes quien menciona que muchas veces esta es una falla de las mujeres, puesto que se presentan múltiples alertas que no son tenidas en cuenta, la pronta detección evita llegar a situaciones más complejas. Es importante cortar el vínculo con esto refiriéndose a que una vez se identifica o se tiene la alerta de un acto de violencia se tiene que como mínimo finalizar esa relación y adicional sentar un precedente de lo sucedido bien sea de manera jurídica o a través de divulgar la información con sus conocidos.

#### **4.1.2.2 Micromachismos Encubiertos.**

Al momento de realiza el análisis de mM Encubiertos fue llamativo ver que surgieron dos categorías inductivas como son: la manipulación más allá del género y estar a la defensiva como consecuencia de experiencias violentas, para la primera emergente se retomó el siguiente fragmento:

*“Sí realmente sí y a veces uno es muy videoso, entonces sí me ha pasado que a veces digo, será que estoy exagerando y si, normalmente en esas ocasiones si estaba exagerando (risas), pero también sé que hay ocasiones en las que no y hay ocasiones en las que a veces las personas nos quieren hacer creer que estamos exagerando pero yo la **verdad siento que eso es más humano que de un género y yo creo que eso ya va en nuestro nivel de manipular también y los humanos seamos hombres o mujeres tenemos ese poder.**” (PM4)*

El fragmento anterior es interesante porque conlleva en sí una reflexión muy profunda acerca de esas conductas machistas que también tienen las mujeres, es valioso reconocer que la manipulación no es solamente algo del género opuesto, sino que es algo que como seres humanos se ha adquirido con el fin de generar sentimientos y reacciones en el otro a favor propio.

Como ya se ha mencionado la violencia es bidireccional, mayoritariamente de un género a otro, pero es claro que existen comportamientos violentos desde ambas partes por lo que ser conscientes de estas conductas nocivas aprendidas desde muy pequeños/as conlleva a la autocrítica, permitiendo la reflexión encaminada a preguntarse ¿cómo cambiar dichos comportamientos?; ese es el punto clave para la minimización de violencias, concientizar, propiciando en las personas un sentimiento reflexivo y analítico cuando generen relaciones con el otro, dando pie a la construcción de vínculos más sanos.

Respecto a la segunda categoría emergente, se retomaron los siguientes fragmentos:

*“Y a él le rayaba mucho que yo fumara cigarrillo, y yo demás y me fumaba la caja de cigarrillos más para que él se diera cuenta que yo hacía lo que yo quería, también me buscaba yo autodestrucciones solamente para **no darle el gusto de que él tuviera un control sobre mi vida, entonces ese tipo de cosa.**” (PG3)*

*“Uno no está loco uno solamente **reacciona a un límite de tolerancia pasivo-agresivo a la que ha sido conductuado, tú no reaccionas como mujer porque estás loca, o te va a llegar o tienes el periodo si no como que has sido sometida a un poco de traumas y situaciones y algo tiene que explotar**” (PZ5)*

Cuando se conforman relaciones o se establecen vínculos afectivos existe una multiplicidad de factores que puede afectar la consolidación de estos, uno de estos factores es, la vivencia de experiencias previas, estas se toman como una referencia en el camino que se va a recorrer, ya que permiten la transformación de patrones o la repetición de los mismos.

Con anterior se quiere señalar que esas experiencias previas pueden condicionar los comportamientos en las nuevas relaciones, esto es acertado en la medida en que de lo vivido previamente genera un aprendizaje y reflexión para no realizar las mismas acciones negativas o corregir falencias, el problema surge cuando se genera una actitud extremadamente defensiva ante distintas situaciones.

Ejemplificando lo dicho en el apartado anterior se puede referenciar en el relato de una de las participantes, la cual mencionó que a su pareja no le gustaba que fumara y se lo expresaba, ante esto la reacción de ella era fumar más, ya que asociaba esto con que su pareja quería controlarla. Esto denota una actitud de defensa ante una posible situación de control,

pero en la reflexión hay que ir mucho más allá, es necesario analizar las intenciones con las que la persona dice las cosas, puede que como receptor se tome esto de manera violenta y se responda en concordancia, pero en este caso está la posibilidad de que la pareja tenga una buena intención encaminada a cuidar de su salud, sin embargo puede existir otro panorama en el que sea un hombre machista que es creyente de esos dichos populares en los que se menciona que “una mujer fumando se ve mal o que una mujer no debería fumar porque parece macho”, buscando controlar sus acciones encaminándola a lo que es socialmente aceptado. De ahí que conforme a la situación es importante tomarse el tiempo de entender la razón o el motivo por el que surgió el apunte, no siempre es con el fin de controlar, pero no en todos los casos es con una buena intención, es una muy delgada línea la que divide una buena acción de una forma de violencia.

Las distintas violencias han impactado tanto la vida de las personas, que cualquier acción que se sienta como un atentado contra la individualidad genera actitudes defensivas que buscan protegerse ante el posible ataque del otro, aunque este pueda que no haya sucedido o no vaya suceder. Tomar estas situaciones traumáticas con la seriedad que merecen ser tratadas es más que una preocupación es una necesidad y un deber, acudir a profesionales que puedan generar procesos terapéuticos en los que sea posible contrarrestar esas actitudes defensivas, contribuirá a que se logre en la mayoría de los casos contrarrestar esos miedos o reservas que impiden establecer relaciones afectivas por miedo a ser lastimadas o a repetir experiencias anteriores.

#### ***4.1.2.2.3 Micromachismos de Crisis.***

Correspondiente a mM de crisis la categoría emergente es “relación de celos o control aprendida de la pareja”, donde las participantes refieren:

*“Mi primer todo hasta el colegio, nunca fue algo así, nunca fue que me revisara me mirara o yo a él, entonces yo aprendí que eso no se hacía, él nunca me hizo ese tipo de cosas, yo nunca lo hacía; pero cuando llegó este pelado, como que era tan así que de alguna manera yo lo aprendí, entonces digamos que yo veía un corazón e iba a mirar el perfil de la chica, uno se vuelve muy loco.” (PK2)*

Así mismo de la voz de una de las mujeres surgió un aspecto que llamó la atención ligado a la emergente anterior y es la romanización de los celos, donde se convierten en acciones violentas de control que terminan siendo justificadas bajo la premisa del amor.

*“No sé si es amor por lo que uno siente eso, porque si a uno no le importara la persona ni celos le dan, ahí es donde hablamos de los mM uno se las cree huevon, uno se las cree.” (PG3)*

De las voces de las participantes se puede analizar la relación de celos aprendida por parte de su pareja, esto de acuerdo a las respuestas recibidas ante la pregunta relacionada al control donde expresaron haber vivido esta situación ya sea de manera directa donde le manifiesta el descontento de manera clara y contundente, o de forma indirecta en la cual desde actitudes, gestos o acciones hace sentir que le genera malestar la situación. El inconveniente se da cuando ese malestar se vuelve un factor que desencadena actos de control e invasión de la privacidad, la revisión abusiva del celular y los reclamos al entablar relaciones de amistad con personas que sientan que son una amenaza son la forma más clara de coartación de la autonomía además de la muestra de inseguridades.

*“En algún momento tuve una relación creo que la relación más tóxica, fue muy muy, que me miraba el celular, de hecho una vez sin permiso me lo quitó, estábamos en un centro comercial, me lo rapó y se lo llevó, se llevó el teléfono, me lo entregó cuando ya lo esculco total, ese día me sentí tan violentada, fue tan feo, yo sí lo sentí como una agresión la verdad”. (PK2)*



En muchos casos las mujeres son replicadoras de acciones de control aprendidas de relaciones anteriores, al relacionarse con una pareja que demuestra sus celos y tiene conductas de control las mujeres adoptan esta misma postura, se da inicio a un toma y dame y empiezan a reclamar y controlar de la misma manera o incluso de una forma más invasiva, cabe resaltar que se replican estos comportamientos al entender que está permitido pasar esas líneas de intimidad y que así como ellas permiten el control por parte de su pareja, está también tiene que ceder frente a sus reclamaciones.

Por otra parte la segunda categoría emergente implica el acto de “romantizar los celos”, reflejado en los relatos de la participante (PG3) se ha generalizado la idea de que si no está presente el sentimiento de celos es porque en la relación no existe amor o un interés real, el trasfondo problemático es creer que los celos son un elemento natural, abriendo puertas a una relación de control en la cual se tiene que cumplir con ciertos requisitos para que la pareja no se sienta insegura y de esta forma puedan tener una relación “más sana”, demandas tales como: dejar de hablar con algún amigo que no sea del agrado de su pareja, no publicar sus fotos en redes sociales, coaccionar su vestimenta, e incluso impedirle realizar actividades donde vaya a tener contacto con el sexo opuesto, es decir, su libertad se ve reducida a decisión de la pareja.

#### ***4.1.2.2.4 Micromachismos Coercitivos.***

Por último, para los mM Coercitivos fue sorprendente el resultado que arrojó la categoría deductiva de violencia económica (VE), de la cual emergieron las siguientes conceptualizaciones inductivas: independencia económica y nulo control de ingresos, mostrando lo contrario al planteamiento teórico, aquí es importante aclarar que la VE dejó de

ser un mM debido a que las investigaciones han dado tanta visibilidad a las formas de violencia no físicas, que han logrado que la VE pueda ser incluida en los tipos de maltrato psicológico (Bonino, 2004, p.3).

Esta visibilización ha permitido que se reconozca este tipo de violencia dando pie a cambios sociales, como se puede evidenciar con las mujeres participantes quienes han manifestado poder contar con la posibilidad de tener libertad financiera.

Lo anterior ha sido resultado de un cambio social importante dado a través de muchas generaciones, donde las mujeres han forjado luchas por la posibilidad de realizar actividades antes prohibidas como estudiar o trabajar, permitiéndoles a muchas salir adelante sin la necesidad de tener un proveedor a su lado o sin tener que estar expuestas a maltrato masculino por el aspecto económico, es de resaltar que esto no sucede en la totalidad de los casos, actualmente no todas las mujeres tienen la oportunidad de formarse para posteriormente trabajar y conseguir sus propios ingresos, muchas aún dependen de una figura masculina, por diferentes razones y esta termina ejerciendo acciones de control sobre ella por su figura de proveedor.

A pesar de que no todas las mujeres tienen la posibilidad de producir sus propios ingresos, es reconfortante saber que cada día existen más mujeres con mayores oportunidades de independencia y autonomía financiera, esto es un paso gigante para que algún día todas las que quieran puedan ser autónomas y libres.

*“No, en ese sentido si no, cada quien con lo suyo. Para un tiempo fue muy complejo porque yo no tenía trabajo y prácticamente él me mantenía, pues yo trabajaba en la tienda que él tenía, pero lo que me hacía diario era para las cosas de la casa, yo no sacaba nada de ahí*

*para mí. Como por no sentirme dependiente porque nunca me ha gustado, siempre he sido re independiente.” (PA1)*

*“No, jamás. Y realmente le agradezco mucho a la vida y a las redes sociales porque al ser tan activa ahí muchas de las cosas que yo tengo son regaladas, nunca me ha faltado el madero, la tabla, los zapatos o ropa porque me regalan, no he tenido que gastar mucho dinero en eso. yo nunca he sentido como que me quieren controlar mi plata, no.” (PG3)*

## **4.2 Propuesta**

Se presenta la ruta de prevención y detección de micromachismos (anexo 7), la cual surgió del proceso investigativo realizado con las mujeres del colectivo Sobre Ruedas Girls, la presente ruta tiene como fin ser una herramienta generadora de conocimiento sobre este fenómeno, además de permitir que a través de la labor social que realiza el colectivo sea posible llegar de manera más precisa a todo aquel que quiera conocer este tipo de violencia.

La presente ruta plantea una labor relevante desde el Trabajo Social, sabiendo que esta es una profesión que promueve el cambio, el desarrollo social, la cohesión social, el fortalecimiento y la liberación de las personas, a través de los principios de la justicia social, los derechos humanos, la responsabilidad colectiva, involucrando a las personas y las estructuras para hacer frente a desafíos de la vida y aumentar el bienestar (Federación Internacional de Trabajo Social 20014), por ello la presente ruta contribuye a promover el cambio social a través de la mitigación de violencias, desde una pedagogía que busca el fortaleciendo de los conocimiento de las personas, ante aquellas violencias que han sido tan normalizadas e invisibilizadas, pero que no dejan de ser una amenaza a los derechos y al bienestar de los seres humanos.

Todo lo anterior partiendo desde una mirada construccionista en la que todo este conocimiento común y cotidiano generado de una construcción colectiva y reflejado en el proceso investigativo, contribuya a generar un análisis crítico de la realidad social tanto actual como pasada, con el fin de contrastar los avances y retrocesos que se han tenido en las estrategias de mitigación de violencias, esto debido a que la realidad no es estática, no siempre las formas implementadas en el pasado sirven en un futuro y día a día surgen otras realidades, que perpetúan las acciones violentas, las cuales actualmente han tenido un importante riesgo social como lo es la pérdida de vidas a través de actos como el feminicidio que se hubiesen podido prevenir si se abarcaran estas problemáticas desde su más mínima expresión.

La ruta se encuentra dividida en 4 fases, la primera enfocada en el reconocimiento del concepto, la segunda enfocada en las cuatro formas en las que de acuerdo con Bonino (2008) se presentan estos micromachismos, la tercera es la relación de estos con el machismo como inseparables y la cuarta las reflexiones que surgieron del proceso encaminada a generar una actitud reflexiva en el lector sobre todo el fenómeno.

## **Capítulo IV**

### **5.1 Conclusiones**

Para la presente investigación se planteó como objetivo comprender la manera en la que se presentan los micromachismos (mM) en las dinámicas de vida cotidiana de las mujeres pertenecientes a Sobre Ruedas Girls, para su cumplimiento se plantearon tres objetivos específicos los cuales encaminaron el proceso, el primero dirigido a conocer la percepción de las mujeres del colectivo sobre los mM, el segundo busca a identificar las tipologías de los

micromachismos en las dinámicas de vida cotidiana de las mujeres del colectivo y por último establecer una ruta dirigida a detectar y prevenir mM.

A continuación, se presentarán los resultados de cada uno de los objetivos mencionados y los hallazgos que se dieron durante el proceso.

En lo que concierne a la percepción de los micromachismos, fue posible evidenciar que las mujeres participantes reconocen el concepto, saben qué son, pero no son conscientes de qué acciones los representan o lo que desencadenan, no los identifican en la práctica o cuando se ven enfrentadas a situaciones violentas, ignoran la manera de enfrentarlos. Muchas de ellas siguen envueltas en las mismas dinámicas violentas y al final se convierten en reproductoras de esos comportamientos, en gran medida por desconocimiento, así como el poco contraste entre teoría y realidad que debe existir para una mejor comprensión del tema.

Ahora bien frente a la identificación de las tipologías de micromachismos propuestas por el psicoterapeuta Luis Bonino, fue posible evidenciar que se encuentran múltiples de ellas en la cotidianidad de las mujeres participantes, muchas veces se puede tener idea de que ese comportamiento no es normal o que le genera un sentimiento de incomodidad, sin embargo, se presentan diversas situaciones en las que su sutilidad entra en juego, complejizando poder reconocerlo ya que están tan extremadamente naturalizadas que no se ven fácilmente, un ejemplo de ello es el concepto de ayuda, el cual genera y permite la perpetuación de creencias machistas en donde es la mujer la encargada de los aspectos de cuidado en general, mientras que el hombre es solamente el proveedor.

Como resultado de la investigación se genera la ruta de prevención y detección de micromachismos, cuyo fin, es que a través del reconocimiento e identificación se mitigue la

propagación, de esta misma forma generar una deconstrucción en cada una de las personas para así contribuir a la minimización de los actos de agresión.

Es de anotar y causó curiosidad que durante el proceso de análisis fue posible ver que la violencia va más allá de solo un género, con esto no se pretende restar importancia a la problemática de violencia contra la mujer, ya que es innegable que son las principales víctimas de este fenómeno ejercido en primera instancia por parte de los hombres, pero así mismo existen actos violentos entre mujeres, que a su vez vienen dados por la estructura social patriarcal y machista en la que se desarrollan.

Lo anterior es posible ilustrarlo en los relatos de algunas de las entrevistadas donde mencionan que las mujeres suelen tener actitudes hostiles entre ellas, esto lleva a pensar que la violencia no distingue género, es claro que no en la misma proporción pero en esa lucha por vencerla debe ser tratada de manera holística, allí es donde es posible ver cómo esta violencia poco visible o micromachismos no solo se presenta de hombres a mujeres, se presenta de mujeres a hombres y de mujeres a mujeres, su poca visibilidad y la normalización de conductas genera que las víctimas se conviertan en reproductoras de estos actos y se perpetúe ese círculo violento, en el que la sociedad se mueve sin darse cuenta.

Frente al proceso es importante decir que se desarrolló en un contexto de emergencia sanitaria, lo cual impidió el desarrollo de muchas actividades como se tenían planteadas en un principio, por lo cual fue necesario adaptar la investigación ante la realidad mundial, aquí la tecnología se convirtió en la principal aliada, convirtiéndose en el puente entre la comunidad y las investigadoras.

Debemos mencionar que el trabajo con el colectivo, se dio de manera fluida y mancomunada, la comunicación siempre dada de manera bidireccional con cordialidad, todas

con la disposición de colaborar en lo que les fuera posible constituyendo esto un punto clave para que la investigación fuera amena, se mostraron muy interesadas en el tema a la expectativa de los resultados de la misma para así vincular lo propuesto a su accionar encaminado al empoderamiento femenino y a una vida libre de violencias a través del deporte para niñas y mujeres.

En conclusión el aporte que la investigación brinda al Trabajo Social es principalmente la puesta en discusión de los micromachismos, esto debido a que si bien el tema de género ha retumbado en la sociedad poniendo en marcha acciones que contrarrestan problemáticas como la violencia de género, se evidencia que estos esfuerzos se han dado desde trabajo se ha dado desde lo macro apuntando a generar procesos de cambio a los actos de violencia que han sido más visibles, aunque reconociendo los logros que estos procesos han generado la propuesta va encaminada a trabajar desde lo micro, desde lo imperceptible para así debilitar la estructura patriarcal que transgrede la cultura.

## **5.2 Recomendaciones**

Se recomienda a las Trabajadoras y los Trabajadores Sociales en formación realizar investigaciones relacionadas a esas formas de violencia más invisibilizadas y normalizadas, detonantes de las macroviolencias con las que se luchan día a día, es importante realizar una revisión minuciosa de la teoría existente con el fin de saber a ciencia cierta qué hay sobre el tema, qué ya ha pasado de vigencia entorno a la realidad actual para así plantear otras formas de ver este fenómeno que desde hace tiempo ha cobrado popularidad y visibilidad debido a su contribución a la perpetuación de una estructura machista.

Así mismo, es deber de los Trabajadores Sociales generar acciones que apunten a la prevención más que solo a la atención de violencias, la educación es un aspecto clave y como

profesión social en la que la educación es un pilar del accionar, es deber proveer herramientas a las mujeres que les permitan prevenir sucesos que atenten contra sus ser, su dignidad y sus derechos, pero de esa misma manera también se debe ver la violencia de manera holística donde podamos llegar a un momento en el que se reduzca exponencialmente el número de casos de este fenómeno.

A la universidad Colegio Mayor de Cundinamarca se recomienda abrir espacios de formación en torno al tema de género, pero aún más de violencias, es claro que como institución deben replantearse su labor entorno a combatir este fenómeno en todas sus presentaciones, debe ser una institución que protege a las víctimas y no a los victimarios, generando mesas de género, dependencias específicas que atiendan los casos de violencias que involucren a docentes y/o estudiantes, dándole a las víctimas la certeza que se les dará un debido proceso en el que se garantice una investigación justa, efectiva y con enfoque de género que traiga consigo las consecuencias necesarias en concordancia al hecho ocurrido.

A las mujeres del colectivo Sobre Ruedas Girls se les recomienda reforzar esos espacios formativos que, aunque estén enfocados principalmente con el deporte van más allá generando el empoderamiento femenino a través del reconocimiento de las habilidades y capacidades que tienen las mujeres para hacer cosas que siempre se les han dicho no pueden hacer, además de participar activamente en la defensa de los derechos de las mujeres. Como colectivo tienen una misión social clave, debido a su gran impacto en la población joven no sólo femenina sino también masculina, es por esto que se incita a promover la igualdad de género en vista de la influencia que generan tanto en sus redes sociales como en espacios deportivos.

A la población en general interesada en la minimización de violencias contra las mujeres les sugerimos que se utilice otro término para referirse a los micromachismos, Derbez



y De la Garza (2020) refieren que el problema que tiene este término es que se piensa que, porque consta del prefijo micro, se asocia que son conductas pequeñas, poco importantes o “poca cosa”. El lenguaje constituye un aspecto determinante en el significado que le damos a las cosas, por lo que se vuelve indispensable resignificar conceptos como este, que de acuerdo con Muntané (2019) “forman parte del 89% del bloque sumergido del iceberg de las violencias machistas sin los cuales no se llegaría al 11% de la parte emergida del iceberg, es decir, a los feminicidios, la máxima expresión de la violencia de género”.

Ya ha pasado un tiempo considerable desde que Luis Bonino en los 90's acuñó el término, donde el prefijo “micro” ha construido un imaginario contrario a lo que enmarca su definición. Cuando se habla de “micro”, la primera asociación que realiza el cerebro es con esas palabras que se han aprendido a lo largo del tiempo, como microorganismos, microbiología, microscopio, etc., las cuales siempre denotan la existencia de algo muy pequeño. Es cierto que es posible construir el lenguaje, pero a su vez este construye a las personas, “este es el caso de los micromachismos, construyen y determinan desde el machismo social aceptado y normalizado. Si queremos otorgar el significado que realmente supone el significante micromachismos debemos buscar un nuevo significante” (Muntané, 2019). Muchos suelen pensar que el significante no es importante desde que se tenga claro el significado y puede que tenga cierta verdad esta afirmación, pero en la mayoría de veces el significante es tan determinante para intentar llegar al significado, que si no se cuenta con el apropiado no se le logra dar la relevancia necesaria que merece este concepto.

Es indispensable el cambio del significante, las autoras Derbez y De la Garza han propuesto “Machismos Cotidianos”, mientras que Muntané refiere a que debemos hablar de “Violencias Cotidianas”, cualquiera de los dos es válido, desde que se le dé la importancia y la

relevancia que conlleva ser un tipo de violencia que sigue perpetuando agresiones principalmente contra la mujer.

Por último, se recomienda proporcionar a las niñas y adolescentes una educación feminista desde temprana edad, la cual les permita tener claro que la violencia no es normal, que no todas tienen que pasar por situaciones de agresión para aprender a identificar los comportamientos que deben o no permitir. Así mismo enseñarles sororidad, que pueden apoyarse en las otras mujeres, que no es necesario pasar por sobre ninguna para sobresalir y menos para quedar bien ante los ojos de un hombre, “la de al lado es compañera no competencia” (A quien corresponda, 2021)

Las mujeres son seres especialmente diversos y tienen múltiples cosas que aportar a la sociedad a través de eso que las hace únicas, no es necesario cumplir con un estándar social o una configuración de cómo ser mujer con el objetivo de ser aceptada, los estándares de belleza o de comportamiento son los que más ha contribuido a generar en ellas miles de inseguridades, evitando que se expresen libremente ante el temor de ser juzgadas.

## Referencias

Bonilla, E., Rodríguez, P. (2005) *Más allá del dilema de los métodos: la investigación en ciencias sociales*. Recuperado de:

Bonino, Méndez, L., (2004). *Los Micromachismos*. Recuperado de <https://www.mpd.org/sites/default/files/micromachismos.pdf>

Bonino, Méndez, L. (2008). Micromachismos- el poder masculino en la pareja “Moderna”. Recuperado de <https://vocesdehombres.files.wordpress.com/2008/07/micromachismos-el-poder-masculino-en-la-pareja-moderna.pdf>

Calvo, Fajardo, N. (s.f). “*El machismo*” *Causas y consecuencias*. Recuperado de <https://www.binasss.sa.cr/revistas/ts/v11n291987/art03.pdf>

Cuervo Montoya, E. (2016). *Exploración del concepto de violencia y sus implicaciones en educación*. Recuperado de <http://www.scielo.org.mx/pdf/polcul/n46/0188-7742-polcul-46-00077.pdf>

De la garza, C., y Derbez, E. (2020). *No son micro. Machismos Cotidianos*. Ciudad de México: Penguin Random House.

Díaz, L. (2014) *Lustros de investigación en psicología social en México*. Obtenido de [https://www.researchgate.net/profile/Rolando\\_Loving/publication/333855782\\_V\\_Lustros\\_de\\_investigacion\\_en\\_la\\_Psicologia\\_Social\\_en\\_Mexico/links/5d092fad458515ea1a70986d/V-Lustros-de-investigacion-en-la-Psicologia-Social-en-Mexico.pdf#page=41](https://www.researchgate.net/profile/Rolando_Loving/publication/333855782_V_Lustros_de_investigacion_en_la_Psicologia_Social_en_Mexico/links/5d092fad458515ea1a70986d/V-Lustros-de-investigacion-en-la-Psicologia-Social-en-Mexico.pdf#page=41)

Ferrer Pérez, V. A., Bosch Fiol, E., Navarro Guzmán, C., y Ramis Palmer, M. (2008). *Los micromachismos o microviolencias en la relación de pareja*. Obtenido de Redalyc: <https://www.redalyc.org/pdf/167/16711589018.pdf>

Giraldo, O. (1972). *El machismo como fenómeno psicocultural*. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/805/80540302.pdf>

González A. (2003) *Los paradigmas de investigación en las ciencias sociales*. Recuperado de: <https://drive.google.com/file/d/1jB9F5-kniVZuoh6bp71iJoJ73aJvnWuv/view>

Jaramillo, C., y Canaval, G. (2020). *Violencia de género: Un análisis evolutivo del concepto*. *Universidad Y Salud*, 22(2), 178-185. <https://doi.org/10.22267/rus.202202.189>  
<http://www.scielo.org.co/pdf/reus/v22n2/2389-7066-reus-22-02-178.pdf>

La Parra, D., y Tortosa, J. (2003). *Violencia estructural: una ilustración del concepto*. *Documentación Social*. Recuperado de <https://www.ugr.es/~fentrena/Violen.pdf>

Manso, A., y Da Silva, A. (2021). *Micromachismos o Microtecnologías de Poder: La Subyugación e Infravaloración, que Mantienen el Significado Político y Social del “Ser Mujer” como la Desigual*. Recuperado de <https://indexlaw.org/index.php/conpedireview/article/view/3399/2915>

Moral, José., y Ramos, S. (2016). *Machismo, victimización y perpetración en mujeres y hombres mexicanos*. Recuperado de

<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5598168.pdf>

Muntané, I. (2019). *No son micromachismos*. EL PAÍS; Ediciones EL PAÍS S.L. Recuperado

de [https://elpais.com/elpais/2019/02/04/opinion/1549298461\\_391257.html](https://elpais.com/elpais/2019/02/04/opinion/1549298461_391257.html)

Osborne, R. (2009). *Apuntes sobre violencia de género*. España. Recuperado de:

[https://drive.google.com/file/d/1bMCFe8mvFyXOKQXSFFIAlth-odPVkK0w/view?usp=drive\\_open](https://drive.google.com/file/d/1bMCFe8mvFyXOKQXSFFIAlth-odPVkK0w/view?usp=drive_open)

Pardo Martínez, Á. M. (2014). *Violencia cotidiana e invisible hacia las mujeres: diálogos desde los “micromachismos”*. Obtenido de Universidad Javeriana:

<https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/19085/PardoMartinezAngelaMelissa2014.pdf?sequence=1&isAllowed=yhttps://repository.javeriana.edu.co/handle/10554/19085>

Pérez Camarero, S. (2019). *La violencia de género en los jóvenes. Una visión general de la violencia de género aplicada a los jóvenes en España*. Recuperado de

[http://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2019/07/estudio\\_violencia\\_web\\_injuve.pdf](http://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2019/07/estudio_violencia_web_injuve.pdf)

Poggi, F. (2019). *Sobre el concepto de violencia de género y su relevancia para el derecho*.

Recuperado de <https://www.corteidh.or.cr/tablas/r6522.pdf>

Polanco, C. & Ortigón, S. (2019). *Deconstrucción de micromachismos encubiertos en mujeres pertenecientes a la Red Nacional de Mujeres de Ibagué*. (Tesis de Maestría).

Corporación Universitaria Minuto de Dios, Bogotá – Colombia. Recuperado de [https://repository.uniminuto.edu/bitstream/handle/10656/10619/UVDTM.PDC\\_PolancoDiego-OrtegonYenny\\_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repository.uniminuto.edu/bitstream/handle/10656/10619/UVDTM.PDC_PolancoDiego-OrtegonYenny_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Portal ICBF - Instituto Colombiano de Bienestar Familiar ICBF. (2021). *Micromachismos: una forma de violencia oculta en nuestra vida cotidiana*. Recuperado de <https://www.icbf.gov.co/mis-manos-te-ensenan/micromachismos-una-forma-de-violencia-oculta-en-nuestra-vida-cotidiana>

Real Academia Española. (s.f). Machismo. Recuperado de <https://dle.rae.es/machismo>

Saldívar Garduño, A., Díaz Loving, R., Reyes Ruiz, N. E., & Armenta. (diciembre de 2015). *Roles de Género y Diversidad: Validación de una Escala en Varios Contextos*. Recuperado de Sistema de Información Científica Redalyc: <https://www.redalyc.org/pdf/3589/358943649003.pdf>

Sisma Mujer. (2021). *La pandemia antes del Covid-19 Violencias hacia las mujeres y niñas en Colombia durante 2019 y 2020*. Recuperado de <https://www.sismamujer.org/wp-content/uploads/2021/01/Boleti%CC%81n-22-3.pdf>.

Solnit, R. (2016). *Los hombres me explican cosas*. Recuperado de [http://www.rniu.buap.mx/infoRNIU/ago16/5/lib\\_cswing\\_novedades.pdf](http://www.rniu.buap.mx/infoRNIU/ago16/5/lib_cswing_novedades.pdf)

Sueiro, T. (2018) *Los celos y el amor romántico en los jóvenes*. Recuperado de: <https://repositori.upf.edu/bitstream/handle/10230/35209/TFGCRIM1718SueiroCelos.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Vasilachis, I. (1992) *Métodos cualitativos. Los problemas teóricos epistemológicos*.  
Recuperado de

[https://drive.google.com/file/d/1vgjHk1m\\_5\\_Cy10Rypa\\_Gxrq6pK9MsIUk/vi](https://drive.google.com/file/d/1vgjHk1m_5_Cy10Rypa_Gxrq6pK9MsIUk/vi)

[ew](#)

## Anexos

### Anexo 1. Cronograma de actividades proyecto: “Micromachismos: la forma cotidiana y sutil de ejercer violencia contra la mujer.”

		CRONOGRAMA ACTIVIDADES DE LA INVESTIGACIÓN.																																							
Mes		Julio			Agosto			Septiembre			Octubre			Noviembre			Diciembre			Enero			Febrero			Marzo			Abril			Mayo			Junio						
Actividad		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Revisión bibliográfica		■	■	■	■																																				
Construcción de antecedentes y definición de la situación a investigar						■	■	■	■																																
Planteamiento de objetivos										■	■																														
Elaboración de la justificación										■	■																														
Elaboración de marcos de referencia														■	■																										
Construcción diseño metodológico																		■	■																						
Planteamiento de las participantes																						■																			
Elaboración de instrumento																						■	■																		
Prueba piloto del instrumento																										■															
Corrección del instrumento																														■	■										
Recolección de información																																									
Análisis e interpretación de datos																																									
Conclusiones y recomendaciones																																									
Entrega informe final																																									
Correcciones informe final																																									
Sustentación de proyecto de grado																																									

Anexo 1. Cronograma de actividades del proyecto. Fuente: Elaboración propia

### Anexo 2: Operacionalización de categorías.

CATEGORÍA	CONCEPTUALIZACIÓN	SUBCATEGORÍA	CONCEPTUALIZACIÓN	PREGUNTAS/ INSTRUMENTO
-----------	-------------------	--------------	-------------------	---------------------------

<p><b>MACHISMO</b></p>	<p>El machismo de acuerdo con Marina Castañeda (2007, p.26) se puede definir como un conjunto de creencias, actitudes y conductas que descansan sobre dos ideas básicas; por un lado, la polarización de los sexos, es decir, una contraposición de lo masculino y lo femenino según lo cual no solo son diferentes sino mutuamente excluyentes; por otro, la superioridad de lo masculino en las áreas consideradas importantes por los hombres. De aquí que machismo involucre una serie de definiciones acerca de lo que significa ser hombre y ser mujer, así como toda una forma de vida basada en ello.</p>	<p><b>FORMA DE RELACIÓN</b></p>	<p>El machismo está tan profundamente arraigado en las costumbres y en el discurso que se ha vuelto casi invisible cuando no despliega sus formas más visibles. No obstante, se encuentra presente en la vida cotidiana de hombres y mujeres. (Castañeda, 2007, p. 27)</p> <p>El machismo no es solo un atributo personal, va más allá, es básicamente una forma de relacionarse; el machismo se exhibe cuando se tiene contacto con otras personas. Lo anterior permite llegar a entender porque en una sociedad machista todo el mundo es machista, esto debido a que desde la infancia aprendimos conductas machistas como forma de relación y ello se convierte en la moneda vigente para todo intercambio personal. (Castañeda, 2007, p. 29)</p> <p>Ahora bien, mencionando que el machismo es una forma de relacionarnos por lo que hombres y mujeres lo tenemos inmerso en muchas conductas que adquirimos desde la infancia, las mujeres son proliferadoras de esas conductas micromachistas</p>	<p>¿Consideras que las mujeres son machistas? si si ¿Por qué lo crees?, si, no ¿por qué lo crees?</p> <p>¿Has detectado conductas machistas reflejadas en algunas mujeres con las que compartas espacios?</p> <p>¿Sientes que tu desarrollo como mujer se ha visto permeado por imaginarios culturales de cómo serlo?</p> <p>¿Cómo definirías el machismo y los micromachismos?</p> <p>¿Has tenido experiencias incómodas que sientes que fueron dadas por el hecho de ser mujer (en x contexto)?</p>
------------------------	---	---------------------------------	--	---



			<p>que aplican entre ellas y con otros, como menciona Marina Castañeda (2007, p.30) el sistema del machismo crea hombres y mujeres machistas, que aprenden los roles necesarios para que este funcione y se perpetúe.</p>	
<p><b>mM UTILITARIOS</b></p>	<p>Bonino (2004) refiere que los mM utilitarios como estrategias de imposición de sobrecarga por evitación de responsabilidades, y su efectividad está dada no por lo que hace, sino por lo que se deja de hacer y que se delega en la mujer. Algunos de los mM que se incluyen en esta categoría hacen referencia a la no responsabilización de lo doméstico (ya sea ninguna, la ayuda o el ventajismo), el aprovechamiento o abuso de las capacidades “femeninas” de servicio (la naturalización y aprovechamiento del rol de cuidadora, la delegación del trabajo de cuidado de vínculos y personas, los requerimientos abusos solapados o la negación de la reciprocidad)</p>	<p><b>ROLES GÉNERO DE</b></p>	<p>La palabra rol designa la función que una persona desempeña en un determinado contexto; por otra parte, el género es una categoría que identifica “los roles socialmente contruidos que expresan los valores, conductas y actividades que asigna una sociedad a las mujeres y a los hombres”, los cuales varían a través del tiempo las sociedades y las culturas. El concepto roles de género designa no sólo a las funciones referidas, sino también a los papeles, expectativas y normas que se espera que las mujeres y los hombres cumplan en una sociedad, los cuales son establecidos social y culturalmente, y que dictan pautas sobre la forma como deben ser, sentir y actuar unas y otros dependiendo en principio, del sexo al que pertenecen (Saldívar Garduño, Díaz Loving, Reyes Ruiz, &amp;</p>	<p>¿Cómo se dividen los roles en tu hogar? ¿Cuáles atribuciones crees que están establecidas en el rol femenino y masculino desde la cultura machista?</p>

			Armenta, 2015).	
<b>mM ENCUBIER TOS</b>	<p>Bonino (citado en Ferrer, 2008) plantea que los mM encubiertos (o indirectos) incluyen aquellos en los que el hombre oculta su objetivo de dominio. Algunas de estas maniobras son tan sutiles que pasan especialmente desapercibidas, y por ello pueden llegar a ser más efectivas que las anteriores. Este tipo de actuaciones impiden el pensamiento y la acción eficaz de la mujer, llevándola en la dirección elegida por el hombre y aprovechan su dependencia afectiva y su pensamiento "confiado", provocando en ella sentimientos de desvalimiento, confusión, culpa y dudas que favorecen el descenso de la autoestima y la autoconfianza.</p>	<b>GASLIGHTING</b>	<p>Este término utilizado en la psicología hace referencia a un tipo de violencia emocional muy sutil, a través de la cual se manipula a una persona para que dude de su percepción, de su memoria o de su propio juicio. Trata de situaciones en las que una persona busca convencer a la otra de que lo que experimenta no es verdad. Es una manera de controlar a las mujeres y generar de manera sutil una sensación de ansiedad e inseguridad que trasciende a su autoestima y a las situaciones que pueden haberlas herido o molestado. (Derbez y De la Garza. 2020. p.135)</p>	<p>¿Has sufrido situaciones en las que eres consciente de tener la razón, pero la otra persona te persuade hasta el punto de hacerte dudar?</p> <p>En tus relaciones te has hecho preguntas como ¿seré yo la exagerada?, ¿me estaré imaginando las cosas? ¿será que vi mal o leí mal?</p>

<p><b>mM DE CRISIS</b></p>	<p>De acuerdo con Bonino (1995, citado en Ferrer. 2008, p. 342) los micromachismos de crisis suelen utilizarse para restablecer el reparto previo y mantener la desigualdad cuando aumenta el poder personal de la mujer por cambios en su vida o por la pérdida de poder del hombre por razones físicas o laborales</p>	<p><b>CELOS</b></p>	<p>Los celos como una emoción que nace de una sospecha imaginaria o real que desafía a una relación amorosa que se considera de gran valor (Leiva, Jacinto y Ortiz 2001. p.2), Los autores también afirman que la reacción celosa es mayor cuando el rival sobresale en aquellos aspectos relevantes que afecten el auto concepto del sujeto.</p> <p>Otra definición de celos vistos como un concepto multidimensional que tiene componentes tales como enojo, dolor, necesidad de poseer, desconfianza e intriga hacia la pareja (Díaz-Loving, Rivera y Flores, 1986).</p>	<p>¿Cambiaste alguna acción o comportamiento para evitar disgustos o celos por parte de tu pareja?</p> <p>¿Has sentido alguna vez que tu pareja te ha controlado en algún aspecto?</p> <p>Cuando tu pareja siente celos, ¿qué acciones o actitudes toma?</p>
<p><b>mM COERCITIVOS</b></p>	<p>Bonino (citado en Ferrer, 2008) plantea que los mM coercitivos (o directos) incluyen aquellos en los que el hombre usa la fuerza moral, psíquica, económica o de su personalidad, para intentar doblegar a las mujeres y convencerlas de que la razón no está de su parte. Cumplen su objetivo porque provocan un sentimiento de derrota posterior al comprobar la pérdida, ineficacia o falta</p>	<p><b>MANTERRUPTING Y MANSPLAINING</b></p>	<p>Es un neologismo inglés que une las palabras maninterrupting. Sucede cuando una mujer habla y un hombre la interrumpe de manera arbitraria, sin darle espera a que termine, de esta manera la conversación termina girando en torno a él y donde va ser él quien termine explicando. Este comportamiento indiscutiblemente consigo trae un componente bastante machista, lo</p>	<p>En algún momento cuando estás hablando sobre algún tema ¿has sido interrumpida arbitrariamente por un hombre para dar él su opinión, corregirte o cuestionarte sin darte la oportunidad de terminar con tu argumento?</p> <p>¿Cuando estás en un ambiente que en su mayoría es masculino te sientes incómoda para expresar tu</p>

	<p>de fuerza y capacidad para defender las propias decisiones o razones. Todo ello suele generar en las mujeres inhibición, desconfianza en ellas mismas y en sus propios criterios y disminución de la autoestima.</p> <p>Comúnmente utilizan la victimización donde se declaran inocente de los cambios en el comportamiento de la mujer y la tildan de “loca”, no se responsabilizan de sus comportamientos argumentando con frases “tú me conociste así” “no voy a cambiar por nadie” esto para no generar cambios en su conducto y cuando accede a cambiar algún comportamiento pretende ser aplaudido.</p>		<p>anterior se puede ver en que los hombres no se interrumpen entre sí de la misma manera en que lo hacen con las mujeres. (Derbez y De la Garza. 2020. p.63)</p> <p>Por otro lado, y complementario al concepto mencionado anteriormente se encuentra el Mansplaining. El término mansplaining conjuga man («hombre») y explaining («explica»), en alusión a este fenómeno: cuando un hombre explica algo a una mujer, lo hace de manera condescendiente, porque, con independencia de cuanto sepa sobre el tema, siempre asume que sabe más que ella. El concepto tiene su mayor expresión en aquellas situaciones en las que el hombre sabe poco y la mujer, por el contrario, es la «experta» en el tema, algo que, para la soberbia del primero, es irrelevante: él tiene algo que explicar y eso es lo único que importa. (Solnit, 2016)</p>	<p>opinión en ciertos aspectos?</p>
--	--	--	--	-------------------------------------

		<b>VIOLENCIA ECONÓMICA</b>	<p>De acuerdo con la Secretaría Distrital de la Mujer (s.f) la violencia económica son hechos que se ejercen sobre las mujeres para limitar y controlar el uso del dinero o restringir el uso de pertenencias y documentos personales. Además de lo anterior es recurrente el incumplimiento de las obligaciones económicas con las hijas e hijos lo cual así mismo representa un hecho de violencia económica.</p> <p>Otra definición dada por parte de la Corte Constitucional (citado en Acevedo, 2020) menciona que la violencia económica es “Cuando el agresor controla todos los ingresos del hogar, independientemente de quien los haya adquirido, cuando manipula el dinero o solo se lo da a “cuenta gotas” a la víctima para el sostenimiento del hogar, cuando el agresor reclama constantemente en qué lo ha gastado y como lo ha gastado o le impide a la víctima tener un trabajo propio que pueda generarle sus ingresos”</p>	<p>¿De dónde provienen tus recursos económicos?</p> <p>¿Cómo distribuyes tus ingresos?</p> <p>¿En algún momento has sentido que se controlan tus ingresos?</p>
--	--	--------------------------------	--	--

Anexo 2. Operacionalización de Categorías. Fuente: Elaboración propia.

**Anexo 3.** Instrumento de recolección de información: Entrevista semiestructurada.

<b>UNIVERSIDAD COLEGIO MAYOR DE CUNDINAMARCA PROGRAMA DE TRABAJO SOCIAL</b>
<b>NOMBRE:</b>
<b>EDAD:</b>
<b>DEPORTE QUE PRACTICA:</b>
<b>FORMA DE RELACIÓN</b>
<ol style="list-style-type: none"><li>1. ¿Consideras que las mujeres son machistas? si, si ¿Por qué lo crees?, si, no ¿por qué lo crees? ¿Has detectado conductas machistas reflejadas en algunas mujeres con las que compartas espacios?</li><li>2. ¿Sientes que tu desarrollo como mujer se ha visto permeado por imaginarios culturales de cómo serlo?</li><li>3. ¿Cómo definirías el machismo y micromachismos?</li><li>4. ¿Cuáles atribuciones crees que están establecidas en el rol femenino y masculino desde la cultura machista?</li></ol>
Se da una interacción donde se da una introducción de la vida personal de ella.
<b>MICROMACHISMOS UTILITARIOS</b>
<ol style="list-style-type: none"><li>1. ¿Cuáles roles crees que están establecidos ¿Cómo se dividen los roles en tu hogar?</li><li>2. ¿Has tenido experiencias incómodas que sientes que fueron dadas por el hecho de ser mujer (en x contexto)?</li></ol>
<b>MICROMACHISMOS ENCUBIERTOS</b>
<ol style="list-style-type: none"><li>1. ¿Has sufrido situaciones en las que eres consciente de tener la razón, pero la otra persona te persuade hasta el punto de hacerte dudar?</li><li>2. En tus relaciones te has hecho preguntas como ¿seré yo la exagerada?, ¿me estaré imaginando las cosas? ¿será que vi mal o leí mal?</li></ol>
<b>MICROMACHISMOS DE CRISIS</b>
<ol style="list-style-type: none"><li>1. ***¿Cambiate alguna acción o comportamiento para evitar disgustos o celos por parte de tu pareja?</li><li>2. ¿Has sentido alguna vez que tu pareja te ha controlado en algún aspecto?</li></ol>

## MICROMACHISMOS COERCITIVOS

1. En algún momento cuando estás hablando sobre algún tema ¿has sido interrumpida arbitrariamente por un hombre para dar él su opinión, corregirte o cuestionarte sin darte la oportunidad de terminar con tu argumento?
2. ¿Cuando estás en un ambiente que en su mayoría es masculino te sientes incómoda para expresar tu opinión en ciertos aspectos?
3. ¿De dónde provienen tus recursos económicos? ¿Cómo distribuyes tus ingresos?
4. ¿En algún momento has sentido que se controlan tus ingresos?

**Anexo 3.** Instrumento de recolección de información: Entrevista semiestructurada. Fuente: Elaboración propia.

**Anexo 4.** Consentimiento Informado.

### UNIVERSIDAD COLEGIO MAYOR DE CUNDINAMARCA FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES PROGRAMA DE TRABAJO SOCIAL

Antes de iniciar, es importante aclarar que la presente entrevista tiene como fin participar en la investigación titulada, *Micromachismos, la violencia invisible que perpetúan las dinámicas violentas contra la mujer*. Realizada por quien te habla Maryi Katherin Carmona y Laura Vanessa Mondragón. El objetivo de esta investigación es comprender los micromachismos por medio de las dinámicas de vida de las mujeres pertenecientes al colectivo Sobre Ruedas Girls

Su participación es voluntaria, consistirá en responder algunas preguntas cuyas respuestas son información totalmente confidencial, ningún tipo de información que pueda identificarla aparecerá en los registros del estudio, ya que se utilizarán códigos.

Cabe destacar que si existe algún tema o pregunta específica que no quieras responder puedes decir: “Paso” o “Siguiente pregunta”

Reiteramos que la información obtenida en la investigación será confidencial y anónima, y será guardada por el investigador responsable y nadie más. Sólo se utilizará en los trabajos propios de este estudio.

Una vez finalizada la investigación tú podrás conocer los resultados de la misma si así lo deseas, por medios virtuales haremos la socialización a través de un informe.

Si tienes dudas o consultas respecto de la participación en la investigación puedes contactar a los investigadores, es decir, los números: 3209237035 y/o 3017667937

De acuerdo con lo anterior, ¿estás de acuerdo con que la presente llamada se grabe y los demás términos ya mencionados?

Muchas gracias por ser parte de esta investigación.

\_\_\_\_\_  
Firma de la persona entrevistada.

\_\_\_\_\_  
Firma del investigador.

**Anexo 4.** Consentimiento Informado. Fuente: Elaboración propia.

**Anexo 5.** Grupo Focal.

<b>Grupo Focal</b>	<b>Fecha realización:</b> Domingo - 14/Feb/ 2021
<b>Tema:</b> Micromachismos/Machismos Cotidianos	<b>Responsables:</b> Laura Bernal Mondragón y Katherin Carmona Torres
<p><b>Anotaciones Iniciales:</b></p> <p>La actividad se realizó con siete chicas asistentes a la clase, el cual era el promedio que se tenía pensado. Se dio en un espacio posterior a las clases deportivas que imparten para los interesados en aprender de los diferentes deportes, en espacios cooperativos y participativos, donde las chicas y los chicos se sienten cómodos y no juzgados por ser principiantes.</p> <p><b>Logros / Aprendizajes:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• La participación de las chicas fue activa, estuvieron dispuestas a compartir sus experiencias de manera libre y en un espacio seguro.</li><li>• Es claro que no todas comparten de la misma manera sus experiencias, por lo que se tuvo que generar un espacio de confianza en el que las Trabajadoras sociales en formación iniciaron contando sus experiencias.</li><li>• La conversación en su mayoría fluyó como si fuera un espacio de amigas hablando de experiencias.</li><li>• El compartir experiencias permite la identificación de patrones.</li></ul> <p><b>Dificultades:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Una de las chicas no fue tan receptiva a contar su experiencia, fue más hermética que las demás.</li><li>• El espacio no era el más apropiado.</li></ul> <p><b>Observaciones:</b></p>	



La actividad inició con la explicación de la dinámica y el objetivo de la misma, se les manifestó la anonimidad y confidencialidad la información que allí se diera. Se les entrega el primer material de casuística en el que se exponían dos casos de violencia donde debían subrayar aquellas acciones que consideraban violentas, los comentarios de las participantes reflejaban el desacuerdo que tenían ante las decisiones y acciones que leían, allí muchas empezaron a relacionar ello con experiencias pasadas, donde mencionaban “Así fue mi relación”, “mi ex era así”, “yo fui así como ella”, “que horror ese man” entre otras. En este momento empiezan a compartir opiniones frente a los casos, en contraste con sus experiencias, mencionan la importancia del amor propio en las relaciones, porque la falta de este lleva que se acepten conductas manipulativas, de control emocional, donde la otra persona se victimiza para no asumir responsabilidades, mencionaron experiencias en las que las llamaron locas, donde les decían que se inventaba las cosas y ellas llegaban a cuestionarse si de verdad eran locas.

Coincidieron en experiencias de acoso callejero, donde todas tienen más de una historia por contar y concuerdan en que es una de las cosas más incómodas que les sucede en la calle, se sienten inseguras cuando salen, muchas de ellas patinan en falda o en short, prendas con las que se sienten inseguras, muchas manifiestan que se han enfrentado a agresores en la calle, que es importante responderle a los hombres cuando hacen esos comentarios porque están cansadas de sentirse incómodas y el enfrentarlos les permite soltar toda esa rabia que les generan estas acciones.

Una de las participantes comparte una experiencia concreta sobre un hombre que patina, en la que esta persona le manifiesta que le va a regalar una tabla, pero que este regalo venía con doble intención la cual era una relación sexual, a lo que ella se negó, luego se enteró que ya lo había hecho con más chicas.

De esta experiencia mencionada surge el tema de la competencia entre mujeres debido a que al hombre de la historia anterior lo denunciaron por acoso en redes sociales y los amigos lo protegieron diciendo que “él no era así”, “que se habían equivocado” y demás, a lo que una de las participantes pregunta “¿por qué las mujeres no somos así?”, es decir por qué los hombres si se protegen entre ellos mientras que las mujeres se tiran más duro entre ellas.

Posteriormente, se dio inicio a la segunda parte en la que se les proporcionan unas imágenes de referencia con las cuales se pretendía que ellas evocaran alguna situación similar que se les viniera a la mente cuando observaran las imágenes, para luego a través de la técnica de la telaraña las compartieran. Estas son las experiencias que manifestaron las participantes:

*“Una vez salí a hacer ejercicio con unas amigas, ese día fuimos a las canchas del barrio, me se sentí muy observada, miré hacia a una ventana y un hombre se estaba masturbando, nos fuimos y llamamos a la policía, pero dijeron que no podían hacer nada. Le conté a su papá ya que era la persona en la que más confiaba, él le contó a mi mamá y ella juzgo horrible, me echó la culpa por estar en lugares donde habían hombres.”*

*“Tuve un novio con el que duré ocho años, yo soy de un pueblo, salí con unos amigos a patinar, cuando vi que mi novio se estaba besando con otra chica, claro yo quedé sorprendida, ese día nos íbamos a ver pero pues yo me fui a tomar con mis amigos, luego llegó este man a reclamarme, que por qué estaba con ellos y no con él, que yo prefería estar con mis amigos antes que con él, luego empezó a tratarme mal y pues yo también, ya después empezamos a hablar y solo se hacía la víctima a pesar de que había sido él quien se estaba besando con otra delante de todos.”*

*“En el colegio tuve una relación de 4 años, mis compañeras eran perras, todas ya habían tenido sexo y solo hablaban de eso, yo para quitarme esa presión de ser la única que no había hecho nada y que no tenía pareja, accedí a tener relación con un compañero, él se volvió muy tóxico, me reclamaba por mis amistades con hombres, me pedía las claves de mis redes sociales, ya después la relación se acabó, yo lo elimine de todo, pero este man me buscaba mucho, me mandaba correos y hasta llegó a escribirme por YouTube.”*

*“Una vez, pues yo soy patrocinada ¿no?, entonces una vez me dijeron que yo estaba patrocinada era porque yo se lo estaba dando al patrocinador, obviamente eso no es verdad, él tiene su pareja y un hijo.”*

*“Yo estaba haciendo prácticas en un evento en Corferias, era la asistente de un profesor y una vez fui a una reunión y el man me invitó a comprar los desayunos, yo le dije okay vamos todos, a lo que él me dijo que no que solo los dos, accedí porque yo no le vi problema, estábamos hablando y el tipo no dejaba de presumir sus adquisiciones, luego empezó a hacerme cumplidos y como acercarse a tocar, yo me sentí muy incómoda, bueno compramos lo que íbamos a comprar, el man empezó como a ofréceme comprarme cosas y yo no tranquilo muchas gracias, ya me quería ir, luego empezó a insinuárseme, que si le daba un beso y pues yo ahí lo frené, le dije que qué le pasaba y así, luego yo me enteré que este tipo empezó a hablar mal de mí que yo hacía mi trabajo mal, que era una inepta, todo porque no accedí a lo que él quería.”*

*“Hace más o menos un año yo tuve un novio, al principio era muy atento, súper lindo y así, pasó el tiempo y el man empezó a tener unas actitudes feas, empezó a ser súper tóxico, yo saludaba amigos y él le armaba problema al man, cuando yo iba con él a patinar era horrible porque le armaba problema a los manes que me saludaban, era horrible, yo vivía prevenida de que nadie me fuera a saludar porque que problema.”*

*“Terminé con mi ex, el man re insistente buscándome, llegó hasta el punto que a mí me daba miedo que me sonara el celular de saber que podía ser él, el man era muy controlador, me decía como vestirme y como no, cómo debía hablar y con quién, todo esto llegó hasta el punto en el que yo dejé de hacer cosas por no pelear, empecé a hacer otras por lo mismo. Cada vez que yo quería terminar con él, hablaba con mi familia para que yo no lo hiciera.”*

A continuación, se encontrarán soportes fotográficos de la sesión:





**Anexo 5.** Grupo Focal. Fuente: Elaboración propia.

Anexo 6. Matriz de Categorización de la Información.

CATEGORÍA DEDUCTIVA	SUBCATEGORÍA	CÓDIGO DE CATEGORÍA	CÓDIGO ENTREVISTA	PREGUNTA	FRAGMENTO (Similitud)	CATEGORÍA INDUCTIVA
Machismo/ Micromachismos	Forma de relación	Ma- Fo	PA1	¿Consideras que las mujeres son machistas? si, si ¿Por qué lo crees?, si, no ¿por qué lo crees?	Yo creo que ya tiene más que ver con una cuestión cultural, como nos han criado, como nos desenvolvemos, de las dinámicas sociales... Es una cuestión implícita que ya viene germinando en nosotros desde que nacemos.	Las chicas nos tiramos muy duro.  En la sociedad no enseñaron al hombre a respetar a la mujer si no a la mujer cuidarse del hombre
			PK2		Yo creo que, de alguna manera, como esto ya es algo cultural y es algo que tenemos como tan implantado, es muy complicado como desarraigarnos de eso, las mujeres de otras generaciones, como nuestras mamás o nuestras hermanas mayores, tienden a caer en esto ¿sí?, ¿Por qué?, porque digamos que su forma de criar a los chicos es enseñándoles que ellos tienen como la razón, que la niña debe de atender a su hermanito, cosas así por el estilo. Por eso es que hay que enseñar a las chicas a ser amables también con las otras chicas, porque eso es una cuestión muy complicada, <b>las chicas nos tiramos duro</b> , eso fue lo que recibí cuando supe que estuve embarazada, yo me la pasaba era llorando por lo que me escribían ellas.	
			PG3		si siento que hay mujeres que de alguna manera se han sentido como adoctrinadas por el machismo, entonces pienso que sí pueden existir muchas <b>mujeres que todavía en estos momentos tienen muchos comportamientos machistas hacia ellas mismas y hacia otras mujeres</b> y permiten demasiado. Uno empieza a desconfiar de uno mismo y de las capacidades, con otras mismas mujeres, que como que también en su <b>rivalidad por ser tan pocas las mujeres que se aceptan, quieren destacar, tratan como de bajonearte para ser ellas las que destacan en un entorno de hombres.</b>	
			PM4		Sí, algunas veces sí, también algunas no todas, pero en ocasiones sí porque venimos criadas en esos ambientes y a veces es difícil deconstruimos. Lo que hablábamos, mujeres que entre ellas mismas se tratan de “poser”, que esta no monta ay esta si monta, se tratan de perras que porque esta tuvo este novio y la otra también, no se conocen y ya inventan chismes, hablan, se juzgan y se unen a los hombres	

				<p>incluso para hablar mal, para hacerle bullying a las chicas, incluso hace mucho tiempo tenían la costumbre de hacer montajes y cosas así a las redes burlándose de otras chicas, burlándose del cuerpo, de cómo se visten otras chicas y entre ellas mismas lo hacen. Además que <b>entre chicas a veces se tiran muy duro</b> entre las que saben y las que no saben, la que no sabe se amarga se siente mal que porque no sabe.</p>
		PZ5		<p>Sí, yo considero que sí, porque el machismo está súper implantado en la forma en que a nosotras nos criaron.</p>
		GF		<p>Una vez un man que patina me habló, me dijo que me iba a regalar una tabla, después me dijo que me tenía que acostar con él por el regalo, entonces lo que yo hice fue tomarle pantallazo y lo boletee, luego salieron todos sus amiguitos a defenderlo y a cubrirlo, <b>por qué las mujeres no somos así de unidas y nos tiramos muy duro entre nosotras cuando pasan situaciones como estas.</b></p>
		PG3	¿Sientes que tu desarrollo como mujer se ha visto permeado por imaginarios culturales de cómo serlo?	<p>Siento que yo luché como contra el típico estereotipo de mujer y empecé a buscarme a mí misma sin necesidad de complacer los gustos o lo que otras pensaban que era el ser mujer “hay que estar arreglada, maquillada, con vestido, hay que estar bien siempre”, entonces creo que rompí con ese estigma.</p>
		PM4		<p>Claro, por querer encajar con los hombres, por la cultura que a uno le ha impartido uno se deja permear por todas esas cosas, aparte se somete, acepta y normaliza las conductas violentas de los hombres.</p>
		PZ5		<p>Total, a mí me llamaba mucho la atención y me gustaba mucho el fútbol, pero el “no puede practicar fútbol porque es de niños”, siempre era un no para cualquier tipo de deporte porque simplemente no era para niñas, y eso me condiciono porque yo era una chica que quería ser deportista de alto rendimiento.</p> <p>En mi casa crecimos diciendo: “Es que si yo tuviera pipi ya me habrían enseñado a manejar” “si yo tuviera pipi me habían dejado irme de viaje con mis amigos” y así una cantidad de cosas que te condicionan la forma en la que creces, porque te frustran la mitad de tus sueños solo por tener vagina que es lo más bonito de la vida y te frustran <b>porque en la sociedad no enseñaron al hombre a respetar a la mujer si no a la mujer cuidarse del hombre</b>, y ahí está todo el puercio error.</p>

			PA1	¿Cómo definirías el machismo y micromachismos?	El machismo supone un control total frente a las actividades y al proceder del pensamiento y de más respecto a la mujer... siempre quieren ejercer ese control y llevar las riendas de los asuntos, por el simple hecho de un género.	
					cuestiones un poco que uno creería que son imperceptibles pero igual están	
			PK2		Tal vez como esa forma de actuar y pensar que nos pone a las mujeres en situaciones específicas por la condición de mujer...el machismo sostiene que el hombre es superior a la mujer.	
					Todos aquellos pequeños actos o comportamientos que de alguna manera nos afectan por el hecho de ser chicas.	
			PG3		Machismo es el todo en general y la razón por la cual termina la mujer luchando por como toda esta igualdad, toda esta equidad, por su dignidad, entonces pienso que él machismo es todo en general, la razón de ser por la cual las mujeres sentimos día a día estamos luchando en contra de eso.	
					Yo creo que de pronto micromachismo por el hecho de que diga "micro" es como ese tipo de comportamientos machistas que no nos damos cuenta que son machistas, pero que simplemente los trabajamos y los seguimos accionando sin saber que esos son.	
			PM4		Machismos son más como las conductas que a veces sabemos que están mal y que los hombre ya no las ocultan ni las esconden, sino que realmente sienten y piensan que así son las cosas, no refutan para nada ni creen que este mal aunque está mal, los machismos son unas conductas mucho más profundas y establecidas.	
					Micromachismos son más como actitudes que normalizamos, es cuando a veces la persona no se da cuenta pero lo hace y lo normaliza, como algo muy tranqui, como un piropo, algo así.	
			PZ5		El machismo solamente es una forma de cultura, yo diría que es un estilo de cultura un poco complejo y limitante a la hora de crearle un espacio al rango femenino	
					Los micromachismos conductas mínimas que te hacen saber que naciste en un ambiente así, a pesar de que yo nací en un ambiente lleno de mujeres, pues la mujeres no mandan	

					en mi casa, o sea mandan entre mujeres pero a los hombres les cuesta ejercer un poquito de poder por encima del hombre	
Utilitarios	Roles de género	Ut-Rg	PA1		Ya como en las cuestiones más del hogar y eso mi mamá siempre se encargó de todo, del aseo, de cocinar. Hubo épocas en las cuales la carga era mucha... Básicamente era mi mamá quien se apropiaba de todo el asunto como de mantener un hogar como tal. yo no tenía problema en hacerlo todo, no voy a decir que no <b>me ayudaba</b> porque si, habían días como que bueno hoy es el aseo hágale a ver, pero yo siempre me encargaba de cocinar, a veces yo le pedía que hiciera cosas y él las hacía	Permisividad de la violencia
			PK2	¿Cuáles roles crees que están establecidos para los hombres y	Yo soy mamá ¿no?, entonces es como el rol de cuidadora, como que tú tienes que estar muy pendiente de tu hija, pero él puede aportar económicamente pero si él tiene tiempo puede cumplir con ese papel de cuidador, de lo contrario obviamente está asignado a mí. A mi papá le ha tocado asumir roles acá en la casa, que si estamos todas trabajando y de pronto él llegó, entonces <b>él ayuda</b> a cocinar, ayuda a organizar, cosa que él no solía hacer y de hecho desde chiquitas, él siempre ha sido como yo mando y demás pero pues ese papel se ha desdibujado un poco, vamos creciendo y vamos conociendo muchas cosas, entonces es papi bueno así no es, entonces ayúdanos también tú porque entonces, pero ya.	
			PM4	para las mujeres desde la cultura machista?	La mujer está en la casa para tener hijos y el hombre está afuera para trabajar y emborracharse (risas), que las mujeres son las que hacen el oficio y los hombres no cocinan, los hombres no lavan.  A mí me parece muy triste que un hombre no pueda llorar que no pueda expresar sus sentimientos, que no pueda cuando tiene sexo gemir, porque está mal visto, porque es gay, es una hueva, es un niño, es una niña; las mujeres no podemos hacer trabajos fuertes, las mujeres no podemos ser ingenieras, porque todo lo de nosotras debe estar relacionado con el maquillaje, con el modelaje, con la figura, como ser amas de casa o con ese tipo de tareas y también ese rol de que somos las que lloramos que somos las sensibles, que no podemos racionar, que somos las locas	
			PZ5		En mi casa crecimos diciendo: “Es que si yo tuviera pipi ya me habrían enseñado a manejar” “si yo tuviera pipi me habrían dejado irme de viaje con mis amigos”	



			GF1		Una vez patinando me dijeron que porque me vestía como un niño.
			PA1	¿Has tenido experiencias incómodas que sientes que fueron dadas por el hecho de ser mujer (en x contexto)?	<p>Iba en la moto y estaba usando una blusa como más o menos corta, se me veía el ombligo y pasó un tipo en cicla y me dijo “Uy mami que rico ese ombliguito” ¿qué necesidad?, ¿por qué no me deja tranquila?, yo simplemente estoy conduciendo, ¿qué le hace decirme ese tipo de cosas?</p> <p>Miren que yo creo que en ese sentido también hay una falla de parte de nosotras y es que por ejemplo con esa pareja yo seguí con él, normal y en últimas yo como que obvie el tema como que ay no es tan grave, no pasó nada, estaba borracho y pues si no se acuerda no pasó, qué se puede hacer y yo cómo peleó aquí contra la corriente, en ese sentido uno también es machista, porque lo está <b>justificando</b>, yo lo que hice fue justificarlo a él, darle el permiso, aplaudirle prácticamente</p>
			PK2		El hecho de que un hombre haga una apreciación sobre no sé tú aspecto físico y uno sienta que no puede decir nada en ese momento pero pues <b>uno lo permite así sea por miedo</b>
			PG3		Sí, yo la verdad si he tenido como situaciones como, no sabría si la palabra es menosprecio pero de alguna manera si, como que piensan que uno realmente no es capaz de tener el conocimiento de algo o de maniobrar, de controlar, de administrar o tener las agallas para hacer las cosas y muchas veces como que le imponen a uno un miedo.
			PM4		<p>A mí me molestan mucho cuando me arreglo y salgo con una falda o algo a la calle, uff eso es súper incómodo, incluso a mí me aterra que salgo en sudadera, así sin bañarse con el buzo encima y todavía uno tiene que aguantarse que le digan cosas. me pasó con el parche de amigos con el que no volví a montar, si hubiera sido un hombre obviamente no me hubieran exiliado del grupo (risas), pero como era mujer, eso es lo feo como que uno siente que lo utilizan, como que cuando uno les representa algo que pueden obtener por el hecho de uno ser mujer y satisfacer esas necesidades que ellos tienen entonces vale y si ya no les satisfacen las necesidades o simplemente les cierras la puerta entonces ya no vales.</p> <p>Por querer encajar con los hombres, por la cultura que a uno le ha impartido <b>uno se deja permear por todas esas cosas, aparte se somete, acepta y normaliza las conductas violentas de los hombres, los micromachismos y se calla uno</b></p>

			PZ5		<p>Si obvio, es como en todo, yo estudié investigación criminal y eso es un ambiente también muy machista porque la mayoría son hombres, creen que por uno ser vieja no va a saber o es más delicado o no puede.</p> <p>Solo por ser mujer yo no puedo salir a caminar a las 10pm en mi barrio, y es como que no solo sabes que te van a robar si no, te van a robar, te pueden violar, te pueden desaparecer, o sea cincuenta posibilidades.</p> <p>Todo se resumió a un “a mí me da pena salir contigo así vestida” yo me sentí súper destruida porque a mí en la vida me habían dicho eso, y ya veníamos como en discusiones y yo dije no, pues como que quiero apaciguar las cosas y ella me dice <b>si no te cambias no salimos</b>, y bueno yo me cambie porque se supone que <b>uno “tiene que bajar la guardia” para evitar peleas, videos y todo este tipo de situaciones pero uy no.</b></p>	
			GF1		Alguna vez me dijeron que yo tenía patrocinio no por lo que sé sino porque seguramente tenía cuento con el man de la marca.	
			GF2		Recibí “malas palabras” de gente en la calle que me hacen sentir incómoda	
			GF5		Aquellos días en que me arreglo bien linda porque me siento bien, siento que los hombres me dicen más cosas de lo normal por la calle eso es molesto, siento que me incomoda y me fastidia.	
			PA1	¿Has sufrido situaciones en las que eres consciente de tener la razón, pero la otra	De ahí para adelante todo mal, mal, mal porque teníamos peleas, él me llegó a decir que yo estaba loca y que necesitaba ayuda, solo porque seguramente no se lo di, pues yo supongo que eso era lo que pretendía, en últimas yo renuncié.	Manipulación más allá del género.
			PM4		Sí, total a veces las personas tiene ese poder de convencerlo a uno de que es algo que uno no es, entonces si me ha pasado como que me quieren convencer pero yo no me dejo (risas), yo siempre soy muy consciente porque se ver mis errores, se ver cuando la estoy embarrando y cuando no.	Conductas predisuestas a experiencias de

Encubiertos	Gaslighting	En-Ga	PZ5	persona te persuade hasta el punto de hacerte dudar?	No yo incluso soy a veces la que persuade a la gente, es como “oye mira estas errando” pero no, no me ha pasado.	agresión.
			PA1	En tus relaciones te has hecho preguntas como ¿seré yo la	Si, total, total y con cosas no tan graves sino con bobadas, de por ejemplo el hecho de que yo le haya pasado a mi ex que nenas le mandaran fotos empelota y que le escribieran que tenemos sexo en tu casa o en la mía, cosas así, y él me decía “ay usted por qué me revisa el celular”, uno empieza a decir así no sea mi culpa yo me voy a echar la culpa con tal de que este tema se supere, con tal de que sigamos juntos no importa yo me echo la culpa.	
			PK2	exagerada?, ¿me estaré imaginando las cosas? ¿será que vi mal o leí mal?	Claro que sí, eso es un mecanismo de defensa, ponerse bravo cuando sabe que la embarro, esa persona si se enoja más que yo, entonces ya luego uno dice pero es que solamente le dijo que estaba muy linda, ah una vez fue así le dijo que trabajaba cerca de donde ella vivía, obviamente pues yo me enojé bastante pero pues no pasó a mayores tampoco, no me gustó y de hecho lo pienso y digo eso no me gusta.	
			PG3		Y yo decía problema mío, pero yo a veces si sentía que me hacía sentir inferior frente a mi aspecto físico e insegura, pero también porque yo le daba ese poder y como que yo me dejaba atormentar por muchos aspectos que yo pienso que si eran exageraciones mías. Y a él le rayaba mucho que yo fumara cigarrillo, y yo demás y me fumaba la caja de cigarrillos más para que él se diera cuenta que yo hacía lo que yo quería, también me buscaba yo autodestrucciones solamente para <b>no darle el gusto de que él tuviera un control sobre mi vida</b> , entonces ese tipo de cosa	
			PM4		Sí realmente sí y a veces uno es muy videoso, entonces sí me ha pasado que a veces digo, será que estoy exagerando y si, normalmente en esas ocasiones si estaba exagerando (risas), pero también sé que hay ocasiones en las que no y hay ocasiones en las que a veces las personas nos quieren hacer creer que estamos exagerando pero yo la <b>verdad sienta que eso es más humano que de un género y yo creo que eso ya va en nuestro nivel de manipular también y los humanos seamos hombres o mujeres</b> tenemos ese poder.	

					Si he aguantado de pronto maltrato mental con chicos, pero <b>no tanto como que me quisieran hacer el daño sino que uno mismo toma ese papel de víctima.</b>	
					PZ5	
<b>Crisis</b>	<b>Celos</b>	Cr-Ce	PA1	¿Cambiaste alguna acción o comportamiento para evitar disgustos o celos por parte de tu pareja?	Cuando volví con mi ex me dijo la condición es que no te puedes hablar con “x” persona, entonces que hace Ángela “bloquear, bloquear, bloquear, bloquear” y pues yo listo bueno También con otro personaje con él que nunca tuvimos nada pero mi ex sabía más de nuestra relación de amigos que yo, entonces según él yo me lo comí al derecho y al revés, no, o sea unas cosas así tan locas que en últimas fue lo que detonó todo, yo me sentía muy frustrada de no poder seguir con las amistades que tenía, sentía miedo de cuando salía a patinar sola encontrarme a estas personas por no tener problemas con mi pareja y puedo ser exagerada pero yo llegué a sentir que el man escuchaba mis conversaciones, se metía a mis redes sociales, me hakeo, le hakeo las redes a uno con los que yo salía antes, y le escribí del perfil de él a mi perfil como “cuando no vemos y así” a ver si me hacía caer, y yo sentía que el man tenía micrófonos en la casa entonces a mí me daba miedo hacer llamadas o algo así, no pues vivía como con paranoia. Entonces yo ya me reprimo y no salgo, no voy a patinar porque tal vez me encuentre con este personaje, van y le cuentan a él y yo voy a tener un problema, más bien evitemos el problema, no voy a patinar. Y es muy sutil, de esas cosas que uno no se da cuenta, no se percata también porque uno está inmerso en él amor o yo que sé.	Relación de celos o control aprendida de la pareja.  Romantización de los celos.
					PK2	

				es no subir nada a Facebook, nada a ningún lado y ay deje así, con tal de no ganarse ese problema, sabiendo que eso pasa,
		PG3		A mi chico como que le dan celos pero trata de no celarme, como que saben que yo me rayo donde me pongan los celos.
		PM4		Tuve uno de pronto si cuando estaba más pequeña por lo mismo porque ahí era más niña y el man si era un celoso posesivo que yo no podía hablar con nadie y yo creo que eso fue lo que me enseñó a ver qué no quería y qué tipo de persona yo no quería en mi vida.
		PZ5		Yo me ahorra el decir “oye porque estas mirando así” “oye porque estás hablando así con tal” pero llegaba el punto en el que uno pensaba bueno ya, yo tampoco soy ciega, yo tampoco no existo, y uno se siente vulnerable porque es una falta de respeto
		PA1	¿Has sentido alguna vez que tu pareja te ha controlado en algún aspecto?	Él como muchas personas son manipuladores sutiles, no son de los que te dicen “te prohíbo que salgas te prohíbo. sino que sutilmente te lo hacen sentir, te lo hacen saber.
		PK2		Tuve una relación creo que la relación más tóxica, fue muy muy, que me miraba el celular, de hecho, una vez sin permiso me lo quitó, estábamos en un centro comercial, me lo rapó y se lo llevó, se llevó el teléfono, me lo entregó cuando ya lo esculco total, ese día me sentí tan violentada, fue tan feo, yo sí lo sentí como una agresión la verdad,  Mi primer todo hasta el colegio, nunca fue algo así, nunca fue que me revisara me mirara o yo a él, entonces yo aprendí que eso no se hacía, él nunca me hizo ese tipo de cosas, yo nunca lo hacía; pero cuando llegó este pelado, como que era tan así que de alguna manera yo lo aprendí, entonces digamos que yo veía un corazón e iba a mirar el perfil de la chica, uno se vuelve muy loco
		PG3		Yo creo que fue de parte y parte el abuso y la revisada del celular, si hubo un par de veces que pum te rapo el celular para ver con quien estás hablando de parte de él hacia mí, como después ya por parte mía era como “uy pero lo veo muy entretenido en ese celular”
		PM4		Como que uno no se siente feliz o no se siente contento, porque uno quiere que la persona sea como uno quiere, en parte este papel machista y como controlador y quiere que las cosas sean como uno quiere y eso es lo que hace que uno reciba ese drama, pero es porque la otra persona es un ser libre y sintiente al que uno no puede obligar,

			PZ5		<p>Pero mira que era un tipo de control más de manipulación. Ella me dice si no te cambias no salimos, y bueno yo me cambie porque se supone que uno “tiene que bajar la guardia” para evitar peleas, videos y todo este tipo de situaciones pero uy no</p>
			GF3		<p>Tuve un novio que no le gustaba que tuviera amigos o amigas, él decía que yo debía cambiar ahora que estaba en una relación. Dicha relación fue muy tóxica, me revisaba el teléfono y ese tipo de cosas.</p>
<b>Coercitivos</b>	<b>Manterrupting</b>	Co-Mt	PA1	<p>En algún momento cuando estás hablando sobre algún tema ¿has sido interrumpida arbitrariamente por un hombre para dar él su opinión, corregirte o cuestionarte sin darte la oportunidad</p>	<p>Creo que depende de las personas con las que uno esté, obviamente si uno está en un parche como que no conoce mucho, algo así pues si se pueden propiciar este tipo de cosas, pero pues como yo patino con amigos o así no sean amigos un parche ya muy definido entonces pues creo que ni uno mismo permite que eso suceda, mi opinión es válida desde un inicio hasta un final.</p>
			PK2	<p>de terminar con tu argumento?</p>	<p>No que nos haya interrumpido como tal, pero si se mete mucho en el área de cada una, él cree que porque el establecimiento es de él, por ejemplo, es quien hace la parte de recibir los niños y obviamente conoce algunos diagnósticos, pero pues no puede decir que no sé, que a un niño con autismo le vamos a hacer determinado proceso terapéutico cuando él no lo conoce. También influirá mucho el rol que tiene como jefe.</p>
			PG3		<p>No, mira que mi profesión me ha permitido ser una persona que pregunta mucho y escucha demasiado, entonces es como que siempre busco el debate, la conversación, es estar ahí, con las personas. así la persona sea re paila yo trato de buscarle el lado amable. Otra vez hablando como que trataba de dar mi opinión y como que el otro personaje siempre era como a pordebajear mi opinión como a hacerme sentir que lo que yo decía él ya lo había pensado, él ya lo sabía, ya lo tenía claro, era cómo no saber comunicarse, pero pues bueno ese tipo de cosas si me han pasado y los recuerdo y es como la mala.</p>
	PM4		<p>Si claro muchas veces, uy sí mucho, sobre todo y lo peor de todo es cuando te minimizan tus argumentos, cuando se burlan de tus argumentos, cuando te tratan de hacer ver como estúpida y si me ha pasado varias veces en muchos ámbitos.</p>		
	<b>Mansplaining</b>	Co- Mp	PA1		<p>Mira lo que me pasó le conté cómo habían llegado los manes en cicla y se nos pararon en frente y llega el man y empieza a decir cosas como si él hubiera estado ahí y hubiera visto</p>

				¿Cuando estás en un ambiente que en su mayoría es masculino te sientes incómoda para expresar tu opinión en ciertos aspectos?	todo, como que “ay eso les pasó porque ustedes iban distraídas” y yo nooo como así, o sea sabe más usted que yo que fui la que lo viví.	
			PK2	En ese espacio en el que tú ni siquiera estás pidiendo una opinión y llega alguien a enseñarte algo, bueno a veces se les agradece como hey que chévere que me hayas dado no sé este tip para poderme subir allá por ejemplo, pero cuando queda ahí y ahí, no se despegan, no se quitan a uno del lado y ya uno no sabe ni qué decir, entonces, ay no.		
			PG3	Yo tenía mucho conocimiento tanto del skate a nivel mundial como nacional pero igual eso no significa que me las sé todas y estaba hablando con un man, entonces al man le dicen como “Uy ella sabe mucho de skate” y el man como “Ay eso que va, usted no sabe nada, usted no estaba cuando yo si estaba, yo si vi a los que llegaron acá, yo si vi a los que sí eran” y el man ni siquiera me preguntó a ver yo qué sabía, sino simplemente el de una lo que dijo fue “es que usted no sabe nada, usted no tiene nada que hablar del skate”.		
			PM4	Claro, si, si me ha pasado mucho y me ha pasado de hecho con todo en el skate, hablando de política, muchos manes piensan que uno no puede opinar de ciertas cosas y que <b>la mujer calladita se ve más bonita</b> y lo peor es que hay mujeres que también creen eso, porque a mí me ha pasado mucho.		
			PZ5	Mansplaining, obvio a todas lo hemos vivido en nuestra vida, todas, todas en algún momento de nuestra vida en el bus, en la tienda, en el colegio, con los profesores, en tu casa.		
			GF4	En algún momento hablaba con un chico de mi carrera y él siendo de otra desaprobó mis comentarios.		
<b>Violencia económica</b>	Co- Ve	PA1	¿De dónde provienen tus recursos económicos?	Estoy trabajando en una empresa de facturación electrónica.	Independencia económica	
		PK2		Ahorita solo mi trabajo, ah bueno digamos que otro ingreso, si puede llamarse ingreso, es lo que el papá de la niña me da mensualmente por ella		

			PG3		He trabajado en temas así como de comerciales y esas cosas por el skate, mi vida laboral ha sido como este tipo de cosas y ya.	Nulo control de ingresos
			PM4		Siempre la verdad he tenido mi ingreso fijo en mi trabajo, porque realmente lo que yo les decía yo llevo quince años soportando mi hogar.	
			PA1	¿En algún momento has sentido que se controlan tus ingresos?	<b>No, en ese sentido si no, cada quien con lo suyo.</b> Para un tiempo fue muy complejo porque yo no tenía trabajo y prácticamente él me mantenía, pues yo trabajaba en la tienda que él tenía, pero lo que me hacía diario era para las cosas de la casa, yo no sacaba nada de ahí para mí. Como por no sentirme dependiente porque nunca me ha gustado, <b>siempre he sido re independiente.</b>	
			PK2		Él nunca me ha pedido como hey cuánto le costó, de hecho yo a veces le digo, la niña necesita tal cosa, ¿cuánto vale?, no sé yo le digo vale tanto, nunca me dice no es que allá es más barato, no, solamente cumple con decir tome aquí está, nunca me ha dicho no, menos no o eso no lo vale o yo lo consigo más barato o muéstreme una factura no, la niña necesita esto, cuánto vale.	
			PG3		No, jamás. Y realmente le agradezco mucho a la vida y a las redes sociales porque al ser tan activa ahí muchas de las cosas que yo tengo son regaladas, nunca me ha faltado él madero, la tabla, los zapatos o ropa porque me regalan, no he tenido que gastar mucho dinero en eso. yo nunca he sentido como que me quieren controlar mi plata, no.	
			PM4		No como controlármelos pero si tuve un novio que era súper tacaño y siempre escondía lo que él se ganaba y decía que él no tenía plata y yo terminaba gastando lo que no tenía en él, yo sí andaba con los tenis rotos.	

Anexo 6. Matriz de categorización de variables. Fuente: Elaboración propia.

Anexo 7. Ruta





## RUTA DE PREVENCIÓN Y DETECCIÓN DE MACHISMOS COTIDIANOS, MICROMACHISMOS O VIOLENCIAS COTIDIANAS

La violencia es uno de los fenómenos sociales más recurrentes, se presenta de tantas formas que muchas veces se hace difícil detectar su presencia en las acciones del otro, es claro que existen tipos que son detectables a simple vista (violencia física), otros que tienen una connotación un poco menos visible (violencia psicológica, violencia simbólica, violencia económica, etc.) pero existen otros que han sido tan normalizados que son imperceptibles para las personas que son víctimas de ellos.

En consecuencia, se crea la presente ruta, esta surge de la investigación "Micromachismos: la forma cotidiana y sutil de ejercer violencia contra la mujer", en donde una de las conclusiones arrojó la importancia de la educación sobre los micromachismos, donde se les provea a las mujeres y hombres interesadas/dos en el tema, herramientas informativas que les permitan, identificarlos, comprenderlos y posteriormente sean replicadores de estos conocimientos. La ruta consta de 4 etapas que se entrelazan para posteriormente darle paso al Machiscotidiometro.

### ETAPA 1

#### RECONOCIMIENTO DEL CONCEPTO.

Bien, hace muchos años más concretamente en 1990 el psicoterapeuta argentino Luis Bonino acuñó el término "Micromachismos", llamó así a aquellos comportamientos o conductas sutiles y cotidianas que constituyen estrategias de control y microviolencias que atentan contra la autonomía de las mujeres y que suelen ser invisibles o, incluso, estar perfectamente aceptadas por el entorno social.

#### ¿Qué buscan los Mm?

Reafirmar o recuperar ese dominio que tiene y que va perdiendo cuando la mujer decide "rebelarse" o ejercer su autonomía

Resistir al aumento de poder personal o interpersonal de una mujer

Perpetuar los roles de género tradicionales

Mantener el dominio del hombre sobre la mujer.

## ETAPA 2

### IDENTIFICACIÓN DE LAS FORMAS EN LAS QUE SE PRESENTA

#### Utilitarios

En este Micromachismo, el hombre asocia el comportamiento tradicional femenino y la capacidad que tienen las mujeres para realizar labores domésticas para automáticamente delegar ciertas tareas a la mujer, como el cuidado de personas, la limpieza del hogar, la cocina, etc.

#### Crisis

Este Micromachismo, suele utilizarse cuando el hombre siente que está perdiendo "el poder" por el aumento de autonomía de mujer, bien sea por independencia económica o por empoderamiento. Son técnicas de manipulación como el victimismo, el hiper control o la indiferencia para buscar volver a su posición.

#### Encubiertos

En este Micromachismo, se identifica la manipulación emocional ejercida del hombre a la mujer, utiliza comportamientos afectivos como método de control, se emiten mensajes que crean inseguridad, temor, apego y sentimiento negativos de sí misma a través de insinuaciones, acusaciones o dobles mensajes. Su efectividad se caracteriza por lo sutil que es.

#### Coercitivos

El hombre utiliza su fuerza, no la física si no, la moral, psíquica, económica o la propia de su personalidad (persuasión) para doblegar a la mujer y restringir su capacidad de decisión.

### ETAPA 3

## RELACIÓN CON EL MACHISMO

Machismo y micromachismo no son lo mismo

No son lo mismo, pero tampoco van por separado, esto quiere decir que uno sostiene al otro, el machismo se ha tratado desde hace mucho más tiempo y por ello que se empezó a hablar de los micromachismos, estudiosos del tema se dieron cuenta que algo como el machismo no se sostiene solo, que existen otros comportamientos más arraigados a la cotidianidad que le permiten camuflarse y llegar a acciones más conocidas por todos.

Si no son lo mismo entonces ¿qué es el machismo?

De acuerdo con *Marina Castañeda (2007)* si debemos dar una definición de este, sería un conjunto de creencias, actitudes y conductas que descansan sobre dos ideas básicas: por un lado, la polarización de los sexos, es decir, una contraposición de lo masculino y lo femenino según lo cual no solo son diferentes sino mutuamente excluyentes; por otro, la superioridad de lo masculino en las áreas consideradas importantes para los hombres.

Entonces ¡los hombres son unos machistas!

Claro que sí, existen muchos hombres con la cultura machista muy interiorizada y normalizada, pero, aunque sea sorprendente no son solo ellos los que tienen conductas machistas, todas las personas somos educadas dentro de este sistema, de manera que tanto mujeres como hombres realizamos día a día actos machistas, esto se da porque vivimos en una sociedad que durante siglos ha puesto a los hombres por encima de las mujeres, organizando con esa lógica las relaciones entre los seres humanos. Lo cual ha generado la replicación de estas prácticas contribuyendo a un orden social desigual, en donde las mujeres son sometidas mientras que los hombres siguen en posiciones superiores.

## ETAPA 4

### Reflexiones

Las mujeres nos tiramos muy duro entre nosotras.

Esta afirmación la hemos escuchado repetidas veces de parte de muchas mujeres, como se mencionó en un apartado anterior el machismo no solo lo ejercen los hombres, las mujeres también lo hacen, pero aquí hay una variante y es que se ejerce machismo entre mujeres, se piensa que esto no es posible, pero si y es más frecuente de lo que se cree. Sucede gracias a que el machismo ha implantado creencias en las que las mujeres deben complacer los estándares y deseos del hombre lo que termina siendo una competencia entre ellas por ver quién es mejor, muchas veces degradando y pasando por encima de las otras.

Permitámonos amar de manera más sana

Si bien la mayoría de mujeres han atravesado sucesos de violencia desde un piropo hasta un acto de agresión, estos han dejado secuelas muy marcadas en ellas. En algunas ocasiones como respuesta a estas vivencias se cierran a la idea de volver a entablar un vínculo afectivo.

La propuesta es construirse desde lo vivido, convertir estas experiencias traumáticas en aprendizajes significativos para la identificación de estas conductas, con el fin de no estar a la defensiva frente a nuevas oportunidades de relación, ya que esto genera intranquilidad y a su vez que la relaciones **no** se desarrollen de una forma acertada.

No deberían ser "Micromachismos" sino "Machismo Cotidianos"

En el concepto de "micromachismos" el término **micro**, se asocia a que son conductas pequeñas, poco importantes o "poca cosa". Aunque el autor que propuso el concepto quería hacer énfasis en "micro" desde lo imperceptible debido a lo diminuto, esto puede ser desviado y minimizado al punto de creer que este tipo de violencia es insignificante

El lenguaje constituye un aspecto determinante en el significado que le damos a las cosas, por lo que se vuelve indispensable resignificar conceptos como este. La intención es reconocerlos como machismos cotidianos.

Importancia de la transmisión de la información

Este tema tan importante a nivel social es poco sonado, puesto que no es fácil su identificación. Es por eso que una vez identificados los comportamientos que lo conforman y las situaciones en el que lo replicamos, es necesario hacer un cambio de chip y compartir esta reflexión. De la misma forma en que se reproducen se pueden detener y esta se da a través de la comunicación, y de los cambios en el lenguaje y los comportamientos que yo tenga como individuo.

## MACHISCOTIDIOMETRO

El machiscotidiometro es una herramienta que tiene como fin ayudar a la identificación de machismos cotidianos o micromachismos. En este se expresan algunas de las situaciones más relevantes y recurrentes, categorizadas por grados de intensidad, desde las más imperceptibles hasta las más notorias. Estas violencias se manifiestan de tantas formas que muchas quedaron por fuera de la escala, no se pretende restarle importancia a las que no se incluyeron, lo ideal es que quienes estén leyendo esta cartilla, continúen con la labor de reconocimiento de estas formas invisibilizadas de machismo, para así seguir alimentando el conocimiento sobre este importante tema.



- Te dice que **"ayuda"** cuando también es su responsabilidad las tareas del hogar
- Te adjudica las labores del hogar únicamente porque eres mujer
- Te hace resignarte a que te corresponden las labores del hogar solo a ti, debido a que si tu no lo haces nadie lo va a hacer
- Te hacen creer que es un privilegio el cover gratis en las discotecas a las mujeres, cuando realmente te están tratando como el producto de consumo.
- Te juzgan de ser una "lanzada" cuando tomas la iniciativa para invitar a salir a alguien que te gusta.



- Te explica cosas sin habérselo pedido, aún cuando es un tema del que tienes conocimiento.
- Te interrumpe bruscamente cuando hablas para sobreponer su opinión
- Se aprovecha de tu confianza para realizar comportamientos que no son de tu agrado.
- Te manipula con comportamientos victimistas para que cedas
- Usa métodos de persuasión (insistencia, mal genio, indirectas) para a tener relaciones sexuales aun cuando tu ya le habías dicho que no querías.



- Te persuade de no usar condón en las relaciones sexuales argumentando que no se siente igual o que le incomoda.
- Te impide cosas por miedo a exponerte a "peligros"
- Te hace sentir culpable por situaciones que realmente no son tu responsabilidad
- Te cela al punto de coaccionar tu comportamiento, tu vestimenta e incluso tu círculo social

## **Anexo 8.** Transcripción entrevistas.

### **Entrevista participante PA1**

(Saludo de bienvenida)

(Lectura de consentimiento informado)

**E1:** Bueno, la primera pregunta que queremos hacerte como un poco para abrir el espacio es ¿Consideras que las mujeres son machistas?

**PA1:** Si

**E1:** ¿Por qué?

**PA1:** Yo creo que ya tiene más que ver con una cuestión cultural, como nos han criado, como nos desenvolvemos, de las dinámicas sociales. más debido a eso, no porque queramos o porque sepamos incluso como serlo, no. Es una cuestión implícita que ya viene germinando en nosotros desde que nacos.

**E1:** De acuerdo con la respuesta que me das ¿Haz detectado conductas machistas reflejadas en mujeres con las que compartes espacios o con las que convives o con las que de pronto pasa tu tiempo?

**PA1:** Mmm si,

**E1:** ¿O hasta en ti misma?

**PA1:** Si, también

**E1:** ¿Qué conductas podrías como ejemplificarnos que hayas notado?

**PA1:** Pues no estoy segura en este momento de poder dar un buen ejemplo.

**E1:** Lo que te venga a la cabeza, no hay problema

**PA1:** (RIE) A ver déjenme yo pienso un poquito... Mmm por ejemplo cosas básicas como de. no sé si esta tan relacionado con él machismo, pero muchas chicas dependen total de la opinión de los hombres, del poder de los hombres, de la autoridad de los hombres, del control de los

hombres. Entonces el simple hecho de decir ¡Ay no, pero yo dejo que él me invite! ¿Yo porque voy a pagar la cuenta? Cosas así.

**E1:** Perfecto. De acuerdo con eso ¿Cómo definirías en tus palabras o en lo que tú conoces el machismo?

**PA1:** Mmm pues de entrada es un radicalismo ¿no? así como el feminismo, si no que el machismo está como más divulgado por decirlo así, o desde un inicio está más divulgado que el feminismo. El machismo supone un control total frente a las actividades y al proceder del pensamiento y de más respecto a la mujer, entonces él machista o el ser humano machista porque no voy a decir que son solo los hombres siempre quieren ejercer ese control y llevar las riendas de los asuntos, por el simple hecho de un género.

**E1:** Si yo te digo la palabra micromachismos ¿Cómo lo definirías? ¿A qué te suena?

**PA1:** Yo creería que tiene que ver con... como cuestiones un poco que uno creería que son imperceptibles, pero igual están, y entonces ya los hombres de ahora o las personas machistas de ahora dicen “no eso ya no existe, eso no está presente” pero en realidad si, en los espacios pues que convivimos siempre habrán personas que aún tienen tendencias machistas, entonces ya no hablamos de todos son machistas aquí, pero siguen existiendo espacios en las que se manifiestan estas conductas machistas.

**E1:** Listo perfecto, gracias.

**E2:** Bueno, eran como unas preguntas así como de apertura al tema, pero entonces las preguntas ahorita van a ser más como de experiencias, como más conversadito. Para iniciar tus datos básicos, queremos saber: Tu nombre, qué edad tienes, a qué te dedicas en general y qué deporte prácticas. Como que nos cuentes un poquito de ti.

**PA1:** Bueno, mi nombre es Ángela, soy licenciada en comunicación e informática educativa de la UTP (universidad de Pereira), práctico roller skate, hace ya como 3 o 4 años, en este momento estoy trabajando en una empresa de facturación electrónica, digamos que no tiene



mucho que ver con mi carrera porque sería para que fuera docente, pero pues no (se ríe) estoy enfocada en otras cosas y nada no sé qué más decir (se ríe) ah bueno tengo 27 años casi 28.

**E1:** ¿Actualmente tienes pareja?

**PA1:** No

**E2:** Bueno ¿Con quién vives? ¿Con quién estás viviendo ahorita? Vamos a hacer un recorrido así cronológico, pero ¿Actualmente con quién estás viviendo?

**PA1:** Estoy rentando una habitación en Pereira, entonces vivo con un compañero que patina y con la novia de él.

**E1:** ¿Cómo es tu relación con ellos? ¿Cómo se dividen las labores del hogar?

**PA1:** Solamente establecemos como las responsabilidades de cada quien, entonces todos sabemos que tenemos algo por hacer, es eso básicamente... No hay mucho complice con él tema.

**E2:** Ángela actualmente estás viviendo en Pereira, ¿en dónde naciste? y como un recorrido de tu vida ¿Con quién viviste la mayor parte de tu vida? cuéntanos más o menos.

**PA1:** Bueno yo nací en Calarcá Quindío, cuando tenía como seis años más o menos mis papas se mudaron a Pereira y de ahí en adelante viví en Pereira como hasta el 2017, 2018 más o menos. ya en ese momento me fui a vivir a Bogotá y estoy acá de nuevo temporalmente. Viví hasta los 20 años con mi mamá y mi papá, mis papás se separaron como cuando yo tenía 18 y de ahí mi mamá se consiguió una pareja y yo viví con ellos como casi de los 19 a los 20, tenía muchos muchos problemas con él esposo de ella, aun, de hecho, muchos de esos problemas son espejo de ese machismo que él maneja. Entonces conseguí un trabajo y me fui, y de ahí para adelante he vivido con amigas, con amigos, con parejas. La última vez que estuve viviendo con alguien es con mi ex pareja, estuvimos conviviendo tres años de manera intermitente.

**E2:** Bueno, tú me dijiste que estuviste viviendo con tus papas como hasta los 18 años (la participante asiente) ¿Cómo está esa convivencia? ¿Tienes hermanos también? (La participante mueve la cabeza contestando que no) ¿Eres hija única? ¡La consentida!

¿Cómo era la convivencia con ellos en cuanto a todo? En cuanto a relación, a convivencia con relación a los temas del hogar, como era la división de roles.

**PA1:** Ok. Bueno pues cuando estaba con mis papás nosotros siempre tuvimos como negocio familiar, así como panadería, tienda, ese tipo de cosas; entonces las labores estaban muy específicas o divididas de acuerdo a lo que cada uno podía hacer, entonces yo estaba más pequeña, estudiaba y ayudaba en la tienda en los tiempos que pudiera, mi mamá siempre era la que madrugaba y abría el negocio, mi papá trasnochaba y lo cerraba, entonces esa era como la división básica frente a la labor. Ya como en las cuestiones más del hogar y eso mi mamá siempre se encargó de todo, del aseo, de cocinar. Hubo épocas en las cuales la carga era mucha entonces se contrató a una señora que le ayudara a mi mamá a hacer este tipo de labores, pero si, básicamente era mi mamá quien se apropiaba de todo el asunto como de mantener un hogar como tal.

**E1:** ¿Tu papá “ayudaba” o digamos tu papá tomaba también las riendas de la comida, del aseo?

**PA1:** No, para nada. Él lo hacía en el negocio como tal, que había que limpiar o que había que barrer o que había que trapear, él lo hacía. Pero en la casa no, o sea decir como “mi papá se fue a lavar el baño” no, eso nunca pasó.

**E2:** Y bueno, en esta segunda etapa que fue tu mamá y la pareja fue solamente un año y aparte tú ya estabas grande, entonces repitamos la pregunta y pongámosla en ese contexto.

**PA1:** Ya cuando mi mamá vivía con este señor, no pues la misma voz. Es una cuestión mucho más marcada frente al “Rol” que debe desempeñar una mujer en la sociedad, entonces esta persona pareja de mi mamá cree que las mujeres nacimos pues pa’ parir y pa’ darles de comer, así tal cual. Entonces pues mi mamá siguió en las mismas siendo como la empleada de él.

**E2:** Pero tú ya estas grande, y me dijiste que hubo como varios inconvenientes y pues no a modo de preguntar como cuestiones personales pero que no es el fin de la entrevista, pero ¿Cuáles fueron los detonantes para que tu dijeras; “¿No me aguanto más, me voy”?

**PA1:** Bueno yo creo que él sentía como algo de celos porque mi mamá es una excelente mamá. Entonces siempre estuvo muy pendiente de mí, como que yo he sido la consentida de ella, y lo más importante para ella, yo creo que él piensa que como que le iba a quitar a mi mamá o algo así (se ríe), entonces tenía como sus reparos frente a mí. Empezando porque listo, en mi casa mi mamá hacía todo incluso mis cosas, aunque yo ya estuviera grande pues yo estaba en la universidad y todo, pues a mí poco tiempo me quedaba, entonces ella me lavaba la ropa, un ejemplo; entonces llegó un día en él que él me dijo no es que usted es la que tiene que lavar la ropa, pero la de él si se la tenía que lavar mi mamá, entonces era solo por joderme a mí, Ahh usted tiene ese noviecito y acá lo trae, no ya no lo vuelva a traer. Desde que él llegó a vivir con nosotras yo ya no podía traer a mi novio para que se quedara, me dijo que dejara de patinar, nunca le ha gustado pues como que yo haga otras actividades, sacaba excusas como de que “ay es que usted llega muy tarde” Y a veces si llegaba muy tarde y no tenía como desplazarme hasta la casa, o era a pie o en algún carro particular porque era como en una vereda, y estaba como a 20 minutos a pie a las diez de la noche era un poco trágico, él tenía carro entonces yo a veces le pedía que fuera por mí, que me ayudara y luego el día que me dijo “No es que usted se deja coger mucho la tarde, deje de patinar” Entonces fue ahí que, esto está muy grave, con él patinaje nadie se mete (se ríe) y pues ese tipo de cosas suele hacer él, y pues con mi mamá la verdad ella es una persona muy sumisa muy pasiva, muy tolerante.. entonces ella nunca dice nada, pero entonces ella siempre debía tener todo listo. Él, por ejemplo, yo recuerdo que a mi mamá le gustaba tener el cabello corto, y él no la dejaba cortarse el cabello. Así sutil “no es que te ves más linda con el cabello largo”, así entonces no, ella no se lo volvió a cortar.

Empezaron a ir a una iglesia, esta gente evangélica, rara. Pues es mi percepción, lo siento si ustedes de pronto tienen alguna; entonces, hay mucho control o sea uno se da cuenta que a través de la religión hay mucho control, a través del temor a Dios, de no alcanzar el paraíso y no sé qué, eso influenciaba mucho más los comportamientos que él tenía o que él tiene y los ratificaba o sea les daba como un justificante, es que en la iglesia dicen que esto y esto, y así.

**E2:** Pero por lo menos el tema que acabas de mencionar, lo de las faldas, entonces ahora tu mamá viste con faldas, pero es como algo de los dos, muy de la religión pero está él ahí detrás, yo creo que tampoco le gustaba mucho que fuera así de vestidos cortos o de escotes y pum le dio como la excusa.

**PA1:** Ajá, exacto, pues mi mamá tampoco es que se vistiera con vestidos, no, siempre era como pantalones, jeans, blusas, pero entonces ya no se puede poner una blusa de tiras si no tiene un saco encima, cosas así, y para él estaba mal visto.

**E1:** Yo tengo una pregunta frente a tu relación con él y es, ¿tú crees que hubiera sido diferente si tú hubieras sido hombre?

**PA1:** No

**E1:** O sea, ¿el comportamiento de él hacia ti?

**PA1:** Sí, sí, el comportamiento de él hacia mí sí, mi reacción hacia él no, nunca

**E1:** Si tú hubieras sido hombre el comportamiento hacia ti hubiera sido totalmente diferente.

**PA1:** No totalmente diferente no, no porque de entrada hay un factor que fue lo primero que mencione, que supongo que él tiene algo de celos, respecto a la relación que tenemos mi mamá y yo, entonces no creo que hubiese igual procedido una buena relación entre él y yo. Aparte él tiene pensamientos que son totalmente diferentes a los míos, o sea no concordamos ni en las curvas, ni en las curvas de verdad, o sea somos personas totalmente opuestas, ni yo, ni personas que lo conocen, amigos, o ex parejas lo aprueban, entonces creo que yo en el papel de hombre tampoco lo hubiese hecho.

**E2:** Bueno, ya como para cerrar esta pregunta, bueno, saliste de tus papás, de tu mamá y su pareja y entraste a vivir como convivencias difíciles, porque de por sí la convivencia es un trabajo difícil, entremos al tema de tus ex parejas en convivencia y si quieres me hacen un compendio de fueron tantas personas con las que viví que fueron mi pareja y pasó esto y eso, y el tema de las personas cercanas que son amigos o como roommates.

**PA1:** Okay, bueno, recién me fui de la casa, me fui a vivir con cinco amigos, hombres, todos hombres, yo era la única chica, vivía con ellos, la convivencia súper bien, como que ya nos conocíamos, pero pues todos súper dejados también, o sea yo no quiero hablar mal de los hombres pero sí bien sé, es que ellos tienen unos comportamientos totalmente diferentes a las mujeres, y no sé si el hecho de decir eso también ligándolos al machismo, pero uno de mujer es más ordenado, no sé si tiene que ver con el género pero en realidad con base en la experiencia sí tiene que ver con el género. Solo con uno de ellos nos poníamos de acuerdo para hacer aseo.

**E1:** El resto no hacía nada.

**PA1:** No el resto no, re echados, como ¡Uy vamos a hacer de comer!, hágale y qué, hacíamos él y yo y el resto esperando que sirviéramos, o sea cosas así.

**E1:** ¿Ellos asumían que por ser mujer, tú debías hacer el oficio, recoger las cosas, cocinarles o algo así?

**PA1:** No, no, no creo, no ha ese extremo sino que digamos que uno es como más voluntarioso, como que por iniciativa propia, o por lo menos yo, trato de tener mi espacio limpio, de todo ordenado, porque así soy yo ¿sí?, y no sé si tenga que ver, reitero, con el hecho de ser mujer pero así soy yo y ellos no lo son para nada, pues igual yo no me iba a meter en sus cuartos ni nada por el estilo, pero las zonas comunes sí hay que tener un acuerdo y en ese sentido ellos no, pues no y al final hubo como un problema económico, al final como después de seis meses un poco más de estar viviendo juntos, adiós.

A ver con quién más viví, luego conviví con una chica, ahí no tuvimos ese tipo de inconvenientes, la verdad cada quien tenía como sus roles definidos.

No sé con quién más; ah bueno, recién me fui para Bogotá, yo me fui dos veces para Bogotá, o sea fui, regrese, viví acá un tiempo y luego me volví a ir. Recién llegué a Bogotá me fui a vivir con un amigo, que me dio posada mientras que yo conseguía trabajo y demás, con él hubo un inconveniente en la casa donde estábamos y tuve que buscar alguien más que me ayudara, para esos días, meses antes había conocido alguien que vivía en Bogotá y era de Pereira, pues yo ya tenía planeado viajar y le había contado, me dijo que si necesitaba algo que de una lo buscara y eso hice, entonces me fui a vivir con él, no estábamos en plan de absolutamente nada pero pasó de todo, nos encontramos tremendo, estuvimos como cuatro meses más o menos viviendo con él, conviviendo con él, o sea, era todo pero sin título, porque pues nadie sabía, no nos interesaba que nadie supiera, tampoco me sentía así como en la obligación de yo soy la mujer de este man, no nada que ver era como una convivencia muy tranqui, pero, yo si era la persona que me encargaba de absolutamente todo en la casa, de todas maneras, no es un justificante pero yo era la que mantenía la casa, él salía mucho porque es músico y para ese tiempo tenía muchas giras y esas vainas, entonces casi no estaba en la casa y yo era la que encargaba de todo el asunto.

Ya la última persona con la que conviví fue mi ex, que como les dije duramos tres años en la relación, pero vivimos juntos de manera intermitente. Yo lo conocí en Bogotá, en ese momento yo vivía en Pereira, fue como que iniciamos una relación, pero era una relación a distancia y como que uy pues muy duro, entonces hagamos algo, ¡mi amor yo me voy para allá! y terminé viviendo en Bogotá otra vez. De entrada, que pena que lo diga tanto, no sé si es mi manera de ser, pero yo siempre tomo el control de las cosas que sé que los otros no van a hacer como yo las hago, entonces yo no tenía problema en hacerlo todo, no voy a decir que no me ayudaba porque si, habían días como que bueno hoy es el aseo hágale a ver, pero yo siempre me

encargaba de cocinar, a veces yo le pedía que hiciera cosas y él las hacía, pero digamos que ya hablando de lo más reciente, los últimos meses que convivimos juntos yo ya tomaba la actitud de decirme a mí misma: mi misma haz de cuenta que vives sola, entonces sí, eso hacía hace de cuenta que vivía sola, así no me tenía que desgastar pidiéndole ayuda a nadie, ni esperando que tomara la iniciativa para hacer algo porque no me gusta, si se supone que uno está conviviendo con alguien más y tenemos dos gatos y el arenero está lleno de popo, pues no tiene que esperar a que yo lo limpie, los gatos son de los dos, límpielo, usted también tiene manos, yo no me voy a poner, “amor por favor puedes a limpiar el arenero”, no, o sea ya, yo lo hice, y no es que él no lo hiciera sino es que cansa el hecho de las personas no tengan iniciativa entonces como que se recuestan. Yo siempre me levantaba temprano, primero porque yo siempre entro a trabajar a las ocho y por estos últimos meses pues he estado teletrabajando por lo de la pandemia, entonces yo ya me sentía muy agobiada porque aparte de que tenía que levantarme temprano a trabajar, ya tenía una rutina muy establecida que me paraba, le cambiaba el agua a los gatos les ponía comida, les limpiaba la arena, ponía a hacer desayuno, me conectaba al trabajo miraba que correos tenía, empezaba a trabajar y apenas tenía un tiempito me metía a bañar, entonces ya estaba el desayuno, iba y le llevaba el desayuno a él, seguía trabajando, luego me iba para la tienda compraba lo que fuera a hacer de almuerzo, luego venía ponía a hacer el almuerzo, seguía trabajando y en todo ese rato en el que yo logré hacer mil actividades, él, apenas se estaba levantando.

**E1:** Y desayunaba.

**PA1:** Y desayunaba, entonces, no siempre fue así, reitero, hay días de días en los que yo le decía amor por favor haz el desayuno tú, e iba y hacía el desayuno, pero nunca fue algo así como por iniciativa propia, entonces yo pensaba, este man cuando vivía solo ¿Cómo hacía?

E1: Se dejaba morir de hambre.

**PA1:** Pero no mira que como cuando están solos si se ven en la necesidad obviamente, no se van a dejar morir, algo hacen.

**E2:** Yo les cuento que mi papá si él está solo, desayuna hasta las seis de la tarde y eso porque ya está que se muere de hambre, entonces es como papi desayuna o papi almuerza, así les cuento, que no todos se ayudan por voluntad propia ya muriéndose de hambre como hasta las siete de la noche.

**PA1:** Ni así.

**E1:** El cuerpo les dice ya no más.

**PA1:** Ya haga algo por mí por favor, qué le pasa, conchudo y ta viene la gastritis y empieza, hágale a ver aliménteme.

**E1:** Y ahí si se paran usan las manitos y no esperan a que todo les traigan.

**PA1:** Si, pues es que a uno también le da pereza obviamente que hacer de comer, que barrer, entonces a mí lo que realmente no me gustaba era como tener que pedir las cosas, cómo yo sí sé que tengo que mantener mi casa limpia, cómo yo sí sé que si no me levanto temprano a darle comida a los gatos los voy a tener encima porque se están muriendo de hambre, es una responsabilidad, uno tiene que atender a sus responsabilidades, por qué otra persona no puede entender eso tal cual yo lo entiendo.

**E2:** ¿Has tenido experiencias incómodas que sientes que fueron dadas por el hecho de ser mujer? En cualquier contexto, vida laboral, académica, social, skatepark, pareja, familia, o sea todo.

**PA1:** Pues en general cuando uno va por la calle, por ejemplo hace días, como la semana pasada, iba en la moto y estaba usando una blusa como más o menos corta, se me veía el ombligo y pasó un tipo en cicla y me dijo “Uy mami que rico ese ombliguito” y yo este hijue\*\*\*, o sea ¿qué necesidad?, ¿por qué no me deja tranquila?, yo simplemente estoy



conduciendo, ¿qué le hace decirme ese tipo de cosas?, él qué cree, que yo me voy a bajar de la moto y le voy a decir “Papi rico, venga, vámonos pal motel” o qué.

**E2:** Sí, total.

**PA1:** Y en contextos en los cuales uno no se esperaría eso, porque no es un lugar en el que uno esté departiendo con personas así no las conozca, no, es una calle, uno simplemente va y ya, la gente no se para hablar, no lo conozco, no lo quiero conocer, pero se creen con el derecho y la autoridad de decir cualquier cosa sobre uno. No es la única vez que me ha sucedido, yo creo que a todas nos sucede en muchas partes.

A ver qué otro ejemplo tengo por ahí, en el trabajo, alguna vez yo trabajaba en un restaurante y mi jefe en ese momento, era joven, o sea tiene unos años más que yo, alguna vez, él era como muy recochero, no era pues un súper restaurante era algo como más pequeño. Nosotros hablábamos, no de cosas personales ni nada pero si como más en confianza, igual conmigo, con las chicas que trabajaban allá, con las chicas de la cocina, con las chicas de tal cosa, normal, un día nos quedamos solos, yo tenía que cerrar y me fui a llevar unas cosas para ponerlas en el congelador que quedaba en otro cuarto, él estaba allá y cuando me vio llegó y me cargó y me montó al congelador como si fuéramos a tener relaciones sexuales y yo ¡ay Dios mío!, ¿qué es esto?, yo nunca, nunca le di pie a él como para que pensara que quería que hiciera eso, nunca, y me sentí súper incomoda pero trate como de no sé, sobrellevarlo, me hice la loca y me fui, entonces nunca lo encaré ni nada, de ahí para adelante todo mal, mal, mal porque teníamos peleas, él me llegó a decir que yo estaba loca y que necesitaba ayuda, solo porque seguramente no se lo di, pues yo supongo que eso era lo que pretendía, en últimas yo renuncié.

También me pasó en otro trabajo que el administrador del café en el que trabajaba es costeño, es de Riohacha, el man tiene una costumbre y es que a las chicas las nalguea, todos lo que trabajamos ahí éramos muy amigos, incluso con él, todas las personas que trabajábamos ahí súper amigos, entonces el ambiente, la recocha pesada, pero nunca como para ese tipo de cosas;

a mí ya me tenía mamada, yo le decía Fredy ya no más, parece no más, no, ¿usted quién se cree?, llegaba y me apretaba las nalgas y me decía “Ah es que ese culote que usted tiene”, ¿y a usted qué le importa?, eso no es como un permiso para que usted venga y me lo toque y me decía “Ay, es que así somos en la costa”, hasta que un día de verdad me le paré re duro y le dije, de verdad no más, no me joda más y mis compañeras le decían, “Ya Fredy, no la joda más, en serio está súper molesta, ya, usted es re pasado, déjela en paz” y él me dejó en paz.

**E2:** ¿Pero él no era con ellas así?

**PA1:** Emm no, ah bueno, con algunas sí, pero no a mí me la tenía trepada.

**PA1:** A ver qué otra situación, alguna vez yo empecé a salir, salir entre comillas como con una persona de la escena de deportes alternativos, pero era algo casual, no teníamos un noviazgo de hecho nadie nadie supo nunca que yo salí con él; un día estábamos en la casa de él, nosotros ya habíamos tenido relaciones antes, pues normal, pero yo ese día fui solo porque queríamos hacer algo de almorzar, entonces no tenía como otras intenciones ni nada, de hecho no quería nada con él, quería almorzar y ya, entonces él “ay ven quédate”, yo no, no me voy a quedar, me tengo que ir, y el “ay ven un ratico, venga nos vemos una peli”, y yo bueno listo, nada nos sentamos ahí en la cama como recostados en la cama, listo nos vimos la película, todo normal, cuando yo dije bueno ya me voy empezó el toque toque por aquí, por allá y pues marica yo de palo no soy, obviamente me empecé a calentar y lo que sea pero le dije no, hasta aquí y no más, no va a pasar nada porque no quiero, no quiero; acto seguido, en un segundo ya lo tenía adentro, ¿cómo?, no sé, no sé, me dio mucha ira, pues el man es mucho más grande que yo, estaba encima de mí, yo no sabía qué hacer, tampoco quería ponerme histérica ni hacer un escándalo, pero en ese momento yo lo paré y como pude me vestí y me fui, entonces el man como “ay pero no te enojés, ven yo te acompaño hasta el bus”, me acompañó pero yo iba así súper seria, y lo peor de todo es que después de eso según él yo era la culpable, que era yo la que me había

enojado, que la amistad y la relación había cambiado porque yo era la que me había enojado, según él, él se portó divino.

**E2:** O sea como ya había pasado entonces tenía el derecho de hacerlo cada vez que quisiera.

**PA1:** Algo así, si, yo supongo que ajá, como ¡ay! tan exagerada

**E2:** Ni que nunca hubiésemos estado, ni que ni le gustara o ese tipo de comentarios, que los hombres creen que nos tenemos que aguantar porque son ellos.

**PA1:** Otra vez me pasó pero con una pareja y eso es peor, porque es una persona con la que uno convive a diario y uno le da toda la confianza, como para que lo traten bien, uno se siente se supone protegida por su pareja, pero cuando su pareja es la persona que ejerce violencia sobre usted y lo justifica en su estado de alcohóramiento diciendo “ay es que yo no me acuerdo”, ¿cómo así?, de verdad yo siento que él me violó, yo no quería, él me violó, y al otro día como “ah pero yo no me acuerdo, entonces usted me está diciendo que yo la violé”, entonces no sé qué y se enojaba conmigo, yo no sé si él es que no lo puede creer hasta el sol de hoy, pero sí lo hizo.

**E1:** Lo siento mucho, de verdad, eso es muy complejo, lo que tú dices es verdad, uno piensa que esa persona es una buena persona, que uno puede darle la confianza, muchas cosas que al final uno termina preguntándose, ¿a qué hora pasó esto?, en qué momento terminó convirtiéndose todo en esto qué pasó y que él ni siquiera es capaz de pedir disculpas, reconocer el acto, sino se cubre con el alcohol.

**E2:** Lo que pasa es que ellos, lo que decía PA1 es cierto, como que creen que porque ya, si pasa uno teniendo un cuento con una persona, como es teniendo una relación formal, como que no les cabe en la cabeza que existe un momento en el que uno dice no quiero, si ellos quieren se supone que uno tiene que estar dispuesta, entonces cuando tu no quieres, es como pero qué te pasa, luego con quién estás

**PA1:** Ajá, es que ya no le gusto o es que le gusta otro.

**E2:** Si, total y uno es como no, no quiero y ya, como que no dimensionan que si uno no quiere pues no quiere, no tiene que hacerlo y no ven que es malo cuando lo hacen cuando uno no quiere.

**PA1:** Miren que yo creo que en ese sentido también hay una falla de parte de nosotras y es que por ejemplo con esa pareja yo seguí con él, normal y en últimas yo como que obvie el tema como que ay no es tan grave, no pasó nada, estaba borracho y pues si no se acuerda no pasó, qué se puede hacer y yo cómo peleo aquí contra la corriente, en ese sentido uno también es machista, porque lo está justificando, yo lo que hice fue justificarlo a él, darle el permiso, aplaudirle prácticamente, bravo, me violó, gracias.

**E1:** Digamos que hay vienen esas situaciones, y veo que te ha pasado un poco, en las que tú piensas ¿será que yo sí puedo tener la razón?, lo viví, pero él me está convenciendo de otra cosa, te preguntas ¿seré la exagerada?, ¿de verdad eso pasó?, tú te preguntas todas estas cosas y la otra persona ejerce tanto poder en ti que dices como, miércoles, será que yo exageré y no fue tan grave, somos pareja y demás. Algo como lo que te pasó con el muchacho del congelador que te dice que eras una loca, que te estás inventando, ese tipo de cosas como que bueno, te ha pasado mucho eso...

**PA1:** Será que sí, será que soy una loca.

**E1:** Como que uno cuestiona, que te llega a presionar tanto la cosa que tu dice cómo miércoles ¿de verdad seré yo?

**PA1:** Si, total, total y con cosas no tan graves sino con bobadas, de por ejemplo el hecho de que yo le haya pasado a mi ex que nenas le mandaran fotos empelota y que le escribieran que tenemos sexo en tu casa o en la mía, cosas así, y él me decía “ay usted por qué me revisa el celular”, ese es el justificante, pero si yo tengo una conversación con un amigo con él que en algún momento tuve algo, pero ya no porque estoy con una pareja, él se da cuenta entonces yo soy una puta, soy lo peor, terminamos...

**E1:** Y ahí te cuestionas eso como (la participante interrumpe)

**PA1:** Va más allá del cuestionamiento, es que uno ni siquiera se lo cuestiona porque si uno se lo cuestionara realmente tomaría una decisión y no dejaría que eso pasara o lo pararía en ese instante, pero no, uno empieza es a darle la razón, uno empieza a decir así no sea mi culpa yo me voy a echar la culpa con tal de que este tema se supere, con tal de que sigamos juntos no importa yo me echo la culpa. Y así fue, así ha sido y sé que a todas nos ha pasado en x o y relación así no sea la pareja, si uno no quiere pelear y hay personas con las que uno no puede razonar pues uno se echa la culpa con tal de que ya todo termine.

**E2:** Bueno, y hablando del tema de las parejas o de los cuentos, o de todas las parejas que tu hayas tenido ¿En algún momento cambiaste alguna acción o comportamiento para evitar disgustos por parte de tu pareja? Por celos. (la participante asiente e interrumpe)

**PA1:** ¡Jayy! Claro, claro, sobre todo con mi última pareja, de hecho, creo que fue por eso que ya terminamos. La relación con él fue muy intermitente, hubo una época en la cual duramos meses separados y yo empecé a salir con otras personas del skatepark, de la escena, y él también es de la escena. Cuando yo salía con ellos, pues nada normal cada quien, en su cuento, así como amigos y culiabamos y x, nunca fue así como que éramos pareja, nada, a ninguno de los dos nos importaba. Cuando volví con mi ex me dijo la condición es que no te puedes hablar con “x” persona, entonces que hace PA1 “bloquear, bloquear, bloquear, bloquear” y pues yo listo bueno.

**E2:** Perdón te interrumpo ¿eso fue bidireccional? ¿Tú también le dijiste entonces tú haces tal y tal cosa?

**PA1:** No, solo fue él (prosigue con su relato) El día del skate nosotros fuimos a patinar en la Francia, pues estábamos así como plena pandemia, marica Junio, de todas maneras fuimos. El día anterior yo había patina y me había como lastimado un tobillo, estaba patinando y yo ¡uy no me duele!, voy a parar y me senté ahí en un arbolito a chatear con mi mamá, cuando vi que

llegó ese personaje con él que yo había salido y yo sentí como ayy se me va a armar el problemón, porque siempre ha sido así. Entonces yo dije agg gonorrea bueno, me voy a quedar aquí quietecita, “si no me muevo no me ven” (se ríe), que va allá llegó a saludarme. Y luego yo saludo, ni siquiera de pico, fue como él puño y “que ¿todo bien, como esta?” me pregunto por mi mamá y bueno todo bien voy a patinar chao y se fue. Yo volteo a mirar y mi ex como que “agg” (tuerce los ojos) y se fue, y se fueron por allá como a comprar unas cervezas, cuando volvieron estábamos como con un parche de amigos, fue como “ah venga tomemos pola” entonces yo me le senté al lado y él man como todo agrio, yo ya sabía. cuando empieza: (llega la policía y tienen un altercado por el suceso de las cervezas en espacio público) Usted porque llamo a ese man, ¿usted estaba escribiendo y le dijo que viniera cierto? Y yo: ¿Usted es que es bobo? Usted cree que yo le voy a decir pues que venga a donde está usted (se ríe) no. Y así súper bravo, ya cuando pasó el problemón con la policía se le seguía notando así como el súper enojo y cuando llegamos a la casa seguimos con la pelea, y yo pensaba no pues esto no es para mí, o sea el man buena gente, siempre ha sido un buen amigo, yo no tengo reparos con él, porque prescindir de su amistad solamente porque el otro no confía en mí y cree que yo se la voy a hacer porque en algún momento nos estábamos culiando. Parece la gente va y viene, o sea con cuantas personas uno ha culiado que no los ha vuelto a ver, o que son re amigos o que se pierde el interés. yo siento que en ese sentido él que las hace se las imagina, y yo perfectamente podría haber estado pensando lo mismo de él, porque él también tiene amigas, también por ejemplo la supuesta amiga que le escribió, la que vi que le había enviado fotos empelota y había otro chat de otra supuesta súper amiga y vi y ¿uno a la amiga le dice “chao cuídese y besos en la cuquita”? Entonces pues parece no, y yo teniendo todo ese material probatorio no puedo decir nada, yo soy la mala del paseo siempre, pero el cuando no tiene evidencias de nada, cuando no tiene pruebas de nada, me arma la podrida a mí y me dice no pues nosotros en últimas lo que vamos a tener que hacer es no volver a patinar juntos. Y yo le decía, ¿es que tenemos que

cambiar las dinámicas de nuestra relación por otras personas? Es que él día que yo salga a patinar con Kate y nos encontremos en un skatepark a x personaje o a cualquier otro ¿qué va a pasar? ¿no lo puedo saludar? Si viene y me saluda ¿yo que hago, marica le doy un puño, le digo que se vaya? Igual a él siempre le cuentan todo, “Ángela estuvo con no sé quién”, lo que no se lo saben se lo inventan, yo le decía cualquiera de sus amigos me ve montando y ve que esta ese mismo personaje así no me haya saludado a usted van a ir a decirle lo que quieran decirle, y usted va a creer lo que le digan porque usted prefiere creerle a él que creerme a mí, porque aquí soy yo la puta del paseo según usted. También con otro personaje con él que nunca tuvimos nada pero mi ex sabía más de nuestra relación de amigos que yo, entonces según él yo me lo comí al derecho y al revés, no, o sea unas cosas así tan locas que en últimas fue lo que detonó todo, yo me sentía muy frustrada de no poder seguir con las amistades que tenía, sentía miedo de cuando salía a patinar sola encontrarme a estas personas por no tener problemas con mi pareja y puedo ser exagerada pero yo llegué a sentir que él me escuchaba mis conversaciones, se metía a mis redes sociales, me hakeo, le hakeo las redes a uno con los que yo salía antes, y le escribió del perfil de él a mi perfil como “cuando no vemos y así” a ver si me hacía caer, y yo sentía que él tenía micrófonos en la casa entonces a mí me daba miedo hacer llamadas o algo así, no pues vivía como con paranoia.

E1: Tengo una pregunta ¿cuándo pasaban esas cosas de las conversaciones que tú contaste o en diferentes problemas ustedes hablaban de eso o él huía?

PA1: Si, él huía, él siempre huía como que no le da la importancia,

E2: La otra pregunta que yo creo que ya se súper respondió era que si ¿alguna vez te has sentido controlada por tu pareja?

PA1: Sí porque es muy sutil, él como muchas personas son manipuladores sutiles, no son de los que te dicen “te prohíbo que salgas te prohíbo. sino que sutilmente te lo hacen sentir, te lo

hacen saber, Entonces le digo yo, el día que yo me encuentre con x persona en el skatepark ¿Que va pasar? Y él dice no pues no podemos volver a patinar juntos y ya veremos qué pasa, de ahí yo sé por adelantado que va a tener una consecuencia y que no es una consecuencia positiva, entonces yo ya me reprimo y no salgo, no voy a patinar porque tal vez me encuentre con este personaje, van y le cuentan a él y yo voy a tener un problema, más bien evitemos el problema, no voy a patinar. Y es muy sutil, de esas cosas que uno no se da cuenta, no se percata también porque uno está inmerso en él amor o yo que sé; algún día por fin abrí los ojos y heme aquí.

**E1:** Con todo este tema de que tu trabajas y tú tienes tus propios recursos ¿Hubo algún problema con este tema? ¿Él llegó a controlar tu dinero o cómo lo movías?

**PA1:** No, en ese sentido si no, cada quien con lo suyo. Para un tiempo fue muy complejo porque yo no tenía trabajo y prácticamente él me mantenía, pues yo trabajaba en la tienda que él tenía pero lo que me hacía diario era para las cosas de la casa, yo no sacaba nada de ahí para mí. Como por no sentirme dependiente porque nunca me ha gustado, siempre he sido re independiente.

**E1:** ¿Tuvieron problemas por eso? pues porque él era quien te mantenía y tu tenías que esperar...

**PA1:** Si, pues no que él me haya montado problema si no que eso repercute en otros aspectos de la relación, entonces digamos que indirectamente sí, pero que él me diga “No te gaste tal cosa” no.

**E1:** En ambientes masculinos que es en él que ustedes se mueven ¿Cuando tú estás en estos ambientes te sientes cómoda para hablar o se siente maluco?

**PA1:** No, yo creo que depende de las personas con las que uno esté, obviamente si uno está en un parche como que no conoce mucho, algo así pues si se pueden propiciar este tipo de cosas, pero pues como yo patino con amigos o así no sean amigos un parche ya muy definido entonces



pues creo que ni uno mismo permite que eso suceda, mi opinión es válida desde un inicio hasta un final. Pero es porque uno ya se ha mostrado de esa forma, en esos espacios no tengo ningún inconveniente

**E2:** En otros espacios, bien sea académico, laboral... ¿No te ha ocurrido?

**PA1:** Algo como más coercitivo, pero no mira que afortunadamente en otros espacios no he tenido este tipo de experiencias ni en el skatepark, ni en lo académico, ni en el trabajo más allá de lo que ya les conté.

**E1:** ¿Te ha pasado cosas como que los hombres te expliquen cosas que tú ya sabes? ¿O que te interrumpen para explicarte cosas que tú ya sabes?

**PA1:** Tal vez, que yo recuerde puntualmente no, pero yo creo que eso va más en la personalidad de x persona, no creo que sea una generalidad o al menos no en el ambiente en él que yo me muevo, es más de que ya sabemos que este es así cree que se las sabe todas.

**E2:** (pone un ejemplo)

**PA1:** Me hizo acordar, me paso hace como tres meses que nos atracaron a Kate y a mí saliendo de la Francia, nos iba a atracar y eso fue una vaina así brutal, el caso es que a la siguiente semana fui a patinara a margaritas y estaba con Sergio y con un man x que también hace Blade. Entonces yo le empiezo a contar a Sergio parece mira lo que me paso le conté como habían llegado los manes en cicla y se nos pararon en frente y llega el man y empieza a decir cosas como si él hubiera estado ahí y hubiera visto todo, como que “ay eso les pasó porque ustedes iban distraídas” y yo nooo como así, o sea sabe más usted que yo que fui la que lo viví.

**E1:** No, yo creo que ya abarcamos todo.

**PA1:** Yo tengo de todo pa' contar, lo que tengo son historias

**E1:** Ángela, de todo corazón te agradecemos que te hayas abierto de esa manera, es muy importante para nosotras escuchar tu relato, escuchar tus experiencias, de corazón infinitas gracias.

**PA1:** No muchas gracias a ustedes por tener en cuenta mi experiencia frente a todos estos temas y espero que sea muy valioso para el trabajo que se está llevando a cabo.

(Se cierra la reunión)

## **Entrevista participante PK2**

(Saludo de bienvenida)

(Lectura de consentimiento informado)

**PK2:** Mi nombre es Katherin Espejo, tengo 28 años, soy Psicóloga, actualmente trabajo en una IPS de rehabilitación cognitiva, trabajo con niños y practico Roller skate hace año y medio quizá, no soy muy continua tampoco practicándolo, es ocasional.

**E1:** ¿Consideras que las mujeres son machistas?

**PK2:** Si.

**E1:** ¿Por qué lo crees?

**PK2:** Yo creo que de alguna manera, como esto ya es algo cultural y es algo que tenemos como tan implantado, es muy complicado como desarraigarnos de eso, de pronto en nuestra generación o en la generación de chiquitas que están creciendo ahorita no sea tan constante, no se evidencie tanto, pero digamos que las mujeres de otras generaciones, como nuestras mamás o nuestras hermanas mayores, tienden a caer en esto ¿sí?, ¿Por qué?, porque digamos que su forma de criar a los chicos es enseñándoles que ellos tienen como la razón, que la niña debe de atender a su hermanito, cosas así por el estilo.

**E1:** ¿Has detectado conductas machistas reflejadas en algunas mujeres que te rodean, bien sea en el trabajo, en áreas académicas o en cualquier contexto? y si si ¿qué actitudes has logrado detectar, como ejemplos chiquiticos?

**PK2:** Esto tiene un nombre en específico, pero no me lo sé, no lo tengo ahorita, pero digamos que en mi trabajo si pasa porque pues todas somos chicas excepto el jefe, entonces a veces uno sabe que no tiene la razón, e inclusive él a veces tiende a como creer que sabe un poco más cuando ni siquiera él es quien atiende por ejemplo los niños, pero aun así porque es él muchas personas le dan la razón, así todas sepamos que no la tiene y que lo que está hablando no es cierto pero pues pasa, porque él es el que manda, él es el señor, y nunca nadie le contradice nada, eso es algo que me molesta mucho y si pasa mucho en mi trabajo.

**E1:** ¿Sientes que tu desarrollo como mujer se ha visto permeado por imaginarios culturales de cómo serlo?

**PK2:** ¿Cómo así?

**E2:** Por ejemplo, que si tú has visto que ese machismo ha permeado tu desarrollo como mujer, como las cosas que tú debes ser por ser mujer, las cosas que debes hacer por ser mujer y demás, si has visto que esto te ha permeado o de verdad has buscado maneras de no dejarte como manejar.

**PK2:** Pues digamos que afortunadamente he tenido la oportunidad de crecer en un ambiente, digamos que en mi casa somos solas mujeres entonces todas tenemos un rol activo en la casa, no tenemos como que cumplir con ese rol de lo que se supone que debe hacer ser una mujer, digamos que lo único que.., yo soy mamá ¿no?, entonces es como el rol de cuidadora, como que tú tienes que estar muy pendiente de tu hija, pero él puede aportar económicamente pero si él tiene tiempo puede cumplir con ese papel de cuidador, de lo contrario obviamente está asignado a mí, no sé si aplique, pero pues yo siento que sí, si no fuera de esa manera los dos tendríamos una participación en el cuidado de la niña en el que fuera equitativo, pero digamos en ese caso a mí me toca el principal cuidado de la niña.

**E2:** ¿Cuántos años tiene tu niña?

**PK2:** Mi hija, 10.

**E2:** Si yo te digo cómo defines tú el machismo y el micromachismo, ¿qué me contestas?

**E1:** Desde lo que conoces no tiene que ser una definición académica ni nada.

**PK2:** Okay, no pues yo creo que es como todos aquellos pequeños actos o comportamientos que de alguna manera nos afectan por el hecho de ser chicas, es lo que digamos a grandes rasgos creería que es.

**E2:** ¿Y machismo?

**PK2:** No sé, tal vez como esa forma de actuar y pensar que nos pone a las mujeres en situaciones específicas por la condición de mujer ¿sí?, de hecho, el machismo sostiene que el hombre es superior a la mujer, entonces eso es a grandes rasgos lo que uno tiene de lo que podría ser machismo ¿cierto?

**E2:** Queremos que nos cuentes un poco de ti, por ejemplo con quién vives, hace cuánto vives con las personas que vives, hace cuánto dejaste tu núcleo familiar principal que es tu familia de ascendencia y demás.

**PK2:** Bueno pues yo aún no los he dejado, vivo con mi mamá, con mi hija y yo, vivimos las tres, no sé qué más les puedo contar, ese es mi núcleo familiar, mi papito viene ocasionalmente pero pues él vive en Villavicencio, aquí vivimos las tres, tengo una hermana que ella si ya se independizó, mis dos hermanas, somos solo chicas y ya, no sé qué otra cosa les pueda agregar.

**E1:** La hija también salió niña (risas)

**PK2:** Si, todas, todas somos chicas acá, entonces el matriarcado (risas)

**E2:** El matriarcado presente (risas)

**E1:** ¿Tu papá vivió contigo como hasta qué edad?, porque me dices que él vive en Villavicencio.

**PK2:** Sí, pues digamos que él por su... él es camionero, por su oficio pues nunca, desde pequeñas permaneció como siempre en la casa, digamos que él pues mantenía su relación y contacto con mi mamá pero nunca estuvo más de tres meses de forma continua, iba un mes

volvía al mes, quince días y digamos que siempre ha sido así, entonces no es que no viva del todo pero vive ocasionalmente con nosotras por decirlo de alguna manera.

**E2:** Sí claro, su trabajo se lo impide.

**PK2:** Sí claro y no, crecimos así entonces no es algo que nos parezca como extraño, es muy normal porque pues siempre fue así, no había problema por eso.

**E1:** Tu relación con tu chiquis, tu mamá, ¿cómo es la convivencia?, porque ya tu chiquis no está grande ya no es una chiquis. (risas)

**PK2:** No, ya es una niña grandota, bueno otra cosa es que mi papá es de Boyacá y allá la cuestión del machismo y de hecho él lo tiene muy marcado, pero pues nada le ha tocado a él asumir roles acá en la casa, que si estamos todas trabajando y de pronto él llegó, entonces él ayuda a cocinar, ayuda a organizar, cosa que él no solía hacer y de hecho desde chiquitas, él siempre ha sido como yo mando y demás pero pues ese papel se ha desdibujado un poco, vamos creciendo y vamos conociendo muchas cosas, entonces es papi bueno así no es, entonces ayúdanos también tú porque entonces, pero ya.

Digamos con mi hija ya es diferente porque de por si a ella le gusta mucho el cuento..., mi hermana es muy feminista, mi hermana menor, pues no es tan menor tiene 24 años, entonces digamos que a la niña le ha enseñado bastantes cosas al respecto y la niña le gusta mucho el tema de la independencia, digamos de quererse como es, aceptarse como es y nada pues machismos con ella nada, porque ella sabe que puede desempeñar cualquier rol en donde sea y que va a ser buena, porque eso es lo que trato de infundirle todo el tiempo, como que lo que sea que vaya a hacer lo va a hacer muy bien y lo hace por ella, es como lo importante, obviamente no quieren que crezca ahí sometida a lo que diga una persona o que se deje llevar y caiga en eso, inclusive hasta como la haga sentir una persona en el futuro por ejemplo.

**E1:** Una pregunta un poquito personal, en cuanto al tema del papá de tu hija, ¿cómo es la relación de él con ella? ¿si se tratan o él se desentendió?

**PK2:** Digamos que él es un chico muy responsable, económicamente es supremamente responsable, nosotros tenemos una relación muy amena, somos amigos, entonces yo nunca le impido que pueda verla, para mí las puertas de mi casa están abiertas siempre que desee venir a ver a la niña y compartir con ella, él en ocasiones la saca o se la lleva, o salen de paseo los dos, pero pues digamos que generalmente una vez a la semana viene o dos, lo que les digo yo nunca le digo como ven tales días, porque hay mamás así pero pues eso hoy en día es cuestión de él. En eso es lo que yo digo que sí debería compartir más ese rol de cuidarla y de educarla también porque eso es otra cosa que me ha tocado a mí, digamos que tampoco yo me quejo porque de alguna manera sé que lo estoy haciendo bien, porque lo veo reflejado en ella, pero pues nada a mí me gusta yo la amo y amo hacerlo porque pues soy su mamá, su ejemplo y quiero ser quien le ayude y le de tantas enseñanzas para su vida; no me molesta pero pues si pienso desde mi área que es la psicología y trabajo con niños.. que sí debería compartir un poco más, eso es lo único que reclamo pero pues finalmente los chiquitos se quedan es con esas cosas que viven y cuando crezca bueno “quien me enseñó a ser esto, quien me enseñó a montar bici...” tantas cosas ¡mi mamá! Entonces sí me gustaría que tenga muchos más recuerdos de cosas compartidas con su papá, pero pues no lo puedo obligar.

**E1:** Lo que queríamos saber era si era un padre ausente

**PK2:** No, no ha sido una figura ausente, ha sido una figura intermitente. Igual lo que les digo el aporte económico siempre está, siempre sé que puedo contar con él, incluso cuando la niña está enferma siempre como que “hey mira tal cosa, la niña está enfermita” es eso si siento que me ayuda mucho. Lo único que reclamo es él cuidado porque es muy poco para mi perspectiva.

**E2:** Quisiera preguntarte, por ejemplo, tu nos contabas que con tu mamá y tu hermana siempre han tenido como sus funciones establecidas, pero por ejemplo ¿tu mamá ha asumido cosas en general por todas? ¿O siempre se han dividido entre todas, es decir todas hacen todo?, digamos que es más que un concepto de ayuda sino más de responsabilidad de que todas deben ayudar

en la casa, o digamos tu mamá, tu hermana o hasta tú han tomado ese rol de yo soy la cuidadora y pues hago todo, que es lo que se suele hacer como mujer en estos contextos.

**PK2:** Okay, no, o sea digamos que sí, pero la responsabilidad de todo esto recae es en mi mamá y en mí, nosotras somos las que hacemos el aporte económico, nos dividimos las tareas de la casa cuando ella está, porque pues el trabajo de mi mamá, a veces es coincidimos, yo si descanso todos los fines de semana, cuando coincidimos pues nos dividimos, pero cuando no lo asume quien esté en la casa, así lo manejamos.

**E2:** Esos acuerdos están bien.

**PK2:** Sí, sí se establecieron solitos (risas), ya como que uno los aprende a manejar así.

**E1:** ¿Has sentido o has tenido experiencias incómodas que sientes que fueron dadas por el hecho de ser mujer?

**PK2:** No sé si se valga en esta pregunta, pero el hecho de que un hombre haga una apreciación sobre no sé tu aspecto físico y uno sienta que no puede decir nada en ese momento, de alguna manera eso me ha pasado y no he podido responder porque siento, no sé si es temor, es una sensación muy extraña porque luego uno lo piensa y dice “hey por qué me dices cosas, no tendría que haber pasado”, pero pues uno lo permite así sea por miedo o por no sé, digamos que quizá eso sí ha pasado, a veces no he podido responder a ciertos comentarios que hacen algunos chicos, no sé por qué reacciono de esa manera pero pues no lo he hecho y si me han hecho sentir incómoda y si han sido de pronto respecto a mi físico y ya.

**E2:** Respecto a eso te quería preguntar, lo que mencionabas de tu jefe, no sé si te haya pasado con él, en algún otro momento o con una compañera tuya, él las haya interrumpido mientras ustedes hablan o dan una charla como para él explicar cosas que ustedes saben.

**PK2:** Pues digamos que la única área ha sido en el trabajo, porque no que nos haya interrumpido como tal pero si se mete mucho en el área de cada una, nosotras somos algunas psicólogas, fisioterapeutas y él no es nada de eso, pero él cree que porque el establecimiento es

de él por ejemplo, es quien hace la parte de recibir los niños y obviamente conoce algunos diagnósticos pero pues no puede decir que no sé, que a un niño con autismo le vamos a hacer determinado proceso terapéutico cuando él no lo conoce, él no sabe porque pues no es psicólogo, pero pues finalmente es él, o a veces puede decir una cosa muy tonta pero pues igual se le válida porque pues es él, también influirá mucho el rol que tiene como jefe, pero pues nadie es capaz de decirle, aprendí que en ese momento como que me apago y hago como Homero allá con el miquito en la cabeza (hace gestos de aplaudir), tal cual (risas), me cuesta demasiado escuchar esas cosas y sería yo la única que diría “hey no estás mal”, porque pues ahí no está como ese apoyo entre chicas para decir “hey amigo estás mal”

**E2:** Y eso que ustedes son más y son duras en el tema que están haciendo, además tienen toda la autoridad para decirle no.

**PK2:** Ajá, o no opines sobre un tema que no estudiaste, si porque es como yo venirles a hablar de comunicación social o de medicina cuando yo no tengo ni idea y hablarlo como si lo supiera.

**E2:** Bueno, vamos a hablar un poquito de tus relaciones, asociado un poco a tus relaciones afectivas, pero si te ha pasado en otro tipo de relaciones también es bienvenido, entonces, ¿has cambiado alguna acción o comportamiento de tu vida para evitar disgustos, celos o malos entendidos por parte de alguna pareja?

**PK2:** Sí.

**E2:** ¿Tienes alguna experiencia que nos puedas contar?

**PK2:** Yo tuve un amiguito con el que crecí, desde muy chiquiticos en el barrio, cuando estábamos en la adolescencia como que nos gustamos, pero pues obviamente nunca pasó nada (risas), pero fuimos amigos siempre. Llegó una persona y en ese momento me gustaba mucho esa persona, en realidad me importaba y quería tenerla en mi vida, a él le cayó mal mi amigo y en realidad nos hablábamos pero no era una cosa..., era confianza porque pues en realidad duramos como 18 años, éramos muy chiquitos, salíamos a jugar en el barrio y cosas así por el



estilo, nos hablamos toda la vida pues y llegó esa persona y no le gustó, de un momento a otro fue como tienes que eliminarlo, no quiero que hables con él, y yo lo hice, es algo que sí siento que está mal y siento que no debí haber hecho, ni haberle dado el poder de hacerme perder ese ser que era muy especial para mí, en realidad era como un hermano porque nos conocimos en todas las etapas de la vida, yo cuando quedé embarazada, obviamente quedé embarazada adolescente, le conté a él de primeras, obviamente el impacto de esa noticia es muy muy duro cuando uno está chiquito (risas), porque pues estaba chiquito y fue de las primeras personas que supo y creo que el único que me apoyó, porque tenía muchas amigas chicas y todas tomaron una actitud muy fea, creo que fue la peor experiencia con chicas fue contar que estaba embarazada; bueno, él me apoyó demasiado y creo que por eso estuvo muy mal haberle dado a esa persona el poder de sacar a mi amigo de mi vida, porque era mi amigo y lo hice solo porque quería tener algo con él, a la larga eso ni siquiera prosperó (risas) y me quedé sin mi amigo y sin nadie

**E1:** Definitivamente ¿no hubo poder humano que volviera a rehacer la relación con tu amigo?

**PK2:** No, pues digamos que a veces intentamos hablar pero ya no es lo mismo creo que de alguna manera él se sintió mucho conmigo y lo entiendo, porque yo también lo hubiera hecho pero pues en general pues digamos que si he cedido a esas cosas como que “hey no me gusta que ese pelado te dé me gusta o corazoncito, entonces bórralo” y lo he borrado, los bloqueaba.

**E2:** ¿Has sentido ese control sobre ti?

**PK2:** Si, claro en algún momento tuve una relación creo que la relación más tóxica, fue muy muy, que me miraba el celular, de hecho una vez sin permiso me lo quitó, estábamos en un centro comercial, me lo rapó y se lo llevó, se llevó el teléfono, me lo entregó cuando ya lo esculco total, ese día me sentí tan violentada, fue tan feo, yo sí lo sentí como una agresión la verdad, porque tenía mucho malgenio de cómo me quitas, me rapas mi celular, te desapareces

con el teléfono y al rato llega obviamente súper histérico y a la larga por nada, fue ahí donde me dijo que tenía que dejarle de hablar a mi amigo.

**E1:** Estos comportamientos de por ejemplo ¿la revisión del celular era bidireccionales?, o sea ¿tú también como que le tomabas el celular revisas o de pronto el decirle tú como mira a mí tampoco me gusta esta chica porque hay mucha confianza, entonces tampoco me gusta que te hables con ella, eso iba bidireccional o era muy de él?

**PK2:** Es que mira, el papá de mi hija fue mi primera relación desde el colegio, siempre fue mi primer novio, mi primer todo hasta el colegio, nunca fue algo así, nunca fue que me revisara me mirara o yo a él, entonces yo aprendí que eso no se hacía, él nunca me hizo ese tipo de cosas, yo nunca lo hacía; pero cuando llegó este pelado, como que era tan así que de alguna manera yo lo aprendí, entonces digamos que yo veía un corazón e iba a mirar el perfil de la chica, uno se vuelve muy loco y eso que soy psicóloga que boleta, pero bueno, uno aprende esas cosa uno se vuelve así, eso ya fue hace un rato, ahoritica yo tengo mi novio, pero iniciando también me dio la loquera (risas), lo hacía como mirarle y no sé qué, ahora, en este momento ya no lo hago, porque ya estoy trabajando más como no es necesario y pues también ando muy ocupada como para ponerme en esas (risas), de alguna manera sé que si me pongo en esas es autorizarlo a él que lo haga conmigo y no quiero volver a pasar por esas situaciones tan malucas porque eso si es muy muy feo, eso que uno se sienta tan controlado, inclusive que a uno le dé miedo de que a un pelado le dé a uno me gusta o comente “ay que bonita” porque uno sabe que va haber algún problema, entonces uno lo que prefiere es no subir nada a Facebook, nada a ningún lado y ay deje así, con tal de no ganarse ese problema, sabiendo que eso pasa, es algo súper natural, inclusive sin que uno se hable con alguien uno tiene otra persona que ni siquiera conoce ni esas redes y una vez puede poner un me gusta y que eso ya sea un problema, es horrible y eso me pasaba, todo el tiempo es con ese miedo, entonces digamos que todas las fotos de perfil optaba por ponerlas en solo yo, para que no pasara el lío del like y demás.

**E2:** Cuando pasaban esas cosas, cuando ustedes peleaban y demás, ¿hablaban sobre estos conflictos o simplemente huían?, de tu parte y de parte de él, ¿solucionaban, hablaban se comunicaban o era como ay ya bueno?

**PK2:** Uno como que accedía, bueno ya lo eliminé ya solucionado, pero pues nunca se hablaba de como la raíz de lo que estaba pasando, como hey parce estas re loco (risas), no eso no se hablaba si, solamente uno como que ya, lo contento borrándolo, mire lo bloquee, pantallazo del bloqueo y ya sí pasaba.

**E2:** Y él se quedaba con el control.

**PK2:** Claro obviamente, pues finalmente yo hacía lo que él decía que tenía que hacer, así yo no los quisiera eliminar.

**E2:** En esas peleas, sea con él o sea con alguien que te haya pasado, ¿te has llegado a sentir que te cuestionas a ti misma, si estás exagerando en tus reacciones, si te enloqueciste, si te lo estás imaginando o algo así?

**PK2:** Claro que sí, ¿les cuento la situación en específico?

**E1 Y E2:** Sí, pues si quieres.

**PK2:** Pues digamos que eso sí me ha pasado, eso es un mecanismo de defensa, ponerse bravo cuando sabe que la embarro, si me ha pasado que igual en medio de mi cosa reviso y encuentro mensajes por ejemplo entonces se arma la pelea y demás, esa persona si se enoja más que yo, entonces ya luego uno dice pero es que solamente le dijo que estaba muy linda, ah una vez fue así le dijo que trabajaba cerca de donde ella vivía, obviamente pues yo me enojé bastante pero pues no pasó a mayores tampoco, no me gustó y de hecho lo pienso y digo eso no me gusta.

**E1:** Es un coqueteo, yo quiero creer que no pero si es un coqueteo.

**PK2:** Sí, la verdad sí y pues uno a luego dice, se cuestiona si tuvo la relevancia, tanta relevancia como para haberle peleado, como para haberle hecho el reclamo y haber hecho semejante show, eso sí me ha pasado.

**E2:** Te quería preguntar algo, eres libre de contestar o no hacerlo, pero me causó mucha curiosidad cuando mencionaste que habías tenido experiencias feas con chicas cuando contaste lo de tu embarazo, entonces no sé si nos puedas contar un poquito de eso.

**PK2:** Bueno pues igual yo estaba chiquita ¿no?, acababa de cumplir 18 y pues mi grupo de amigas eran las del colegio...

**E1:** ¿Ya te habías graduado?

**PK2:** Sí, o sea me gradué y al otro día (risas), éramos como seis chicas, un grupito de seis chicas, es que eso también está muy mal visto, quedar embarazada adolescente, entonces fue como que de la forma que yo me enteré fue súper dramático, así de película, entonces ya cuando le dije a todo el mundo fue muy feo y eso fue lo que me llevó a tomar las cosas tan mal, yo le conté a mis amigas y lo que hicieron fue publicarme en Facebook “que decepción marica usted haber hecho eso” o sea todo fue lo peor, me dejaron de hablar, algunas me eliminaron de Face, ninguna me dijo “Hey vamos, no pasa nada tranquila”, puede que sean palabras, a la larga pues a la única persona que le debe interesar era a mí y a mi familia en ese momento ¿no?, pero uno espera una palabra un poco más amable.

**E1:** De apoyo y ni siquiera de apoyo, algo más amable, un gesto más amable.

**PK2:** Sí o sea como “ya qué, vamos, hágale, trabaje o estudie”, y ya, pero pues no, no pasó eso, todo lo contrario, fue muy feo, lo que les digo la mayoría o todas me dejaron de hablar, pero en especial muchas me escribían a Facebook cosas muy feas.

**E1:** ¿En el perfil?

**PK2:** Sí, claro ahí en tu biografía, me escribían como “no que decepción, nunca esperaba eso de ti, que pena” cosas así por el estilo, obviamente cosas que no le ayudan a uno en ese momento, no son nada amables, uno no tiene por qué hacer eso, eso es dañar a las personas emocionalmente.

**E2:** Claro, más en un momento como ese y aún más a esa edad que tenías en ese momento, donde está mal visto quedar embarazada, dónde están mal vista muchas cosas, que, porque no se cuidó, lo mínimo que uno espera es como “bueno pues nada, ya que tú decides qué vas a hacer con la bebé, si la quieres tener, si no la quieres tener ahí vamos a estar”, así no vayan a estar, pero uno dice bueno por lo menos hay apoyo.

**PK2:** Sí, o no sé haberse quedado callados. De hecho en este momento no sé qué habrá sido de esas chicas, nunca volví a hablarles; mi mamá de hecho me las negaba porque me llamaban a decirme cosas, fue un ataque súper maluco, igual todas estábamos chiquitas 17-18 años pero no, por eso es que hay que enseñar a las chicas a ser amables también con las otras chicas, porque eso es una cuestión muy complicada, las chicas nos tiramos duro, eso fue lo que recibí cuando supe que estuve embarazada, e inclusive fue más el apoyo de mi mamá, que me las negaba por teléfono y me dijo “hey no, cierre esa vaina mientras pasa todo esto porque que”, yo me la pasaba era llorando por lo que me escribían ellas.

**E1:** A la larga ni por la responsabilidad de la niña.

**PK2:** Ahí se mezclaba todo y pues es que era un momento complicado como para también lidiar con esas cosas.

**E2:** Muy duro, muy duro, uno espera de la gente que lo apoye y vea, terminan clavándote la puñalada.

Bueno, queremos saber si cuando tú estás en algún ambiente predominantemente masculino, un skatepark o una reunión predominantemente masculina, ¿te sientes incómoda o te sientes cómoda al expresar tú opinión, al hablar, al comunicar algo?

**PK2:** Pues es que generalmente a mí me cuesta mucho como expresarme cuando hay muchas personas, entonces digamos que más cuando hay chicos, a mi particularmente no me gusta que la gente se me acerque mucho, como en ese espacio en el que tú ni siquiera estás pidiendo una opinión y llega alguien a enseñarte algo, bueno a veces se les agradece como hey que chévere

que me hayas dado no sé este tip para poderme subir allá por ejemplo, pero cuando queda ahí y ahí, no se despegan, no se quitan a uno del lado y ya uno no sabe ni qué decir, entonces, ay no ¿si estoy respondiendo a la pregunta?

**E2:** Si, estás respondiendo.

**PK2:** Entonces, creí que me había ido por otro lado, pero bueno digamos que es incómodo, a mí si se me dificulta, a mí particularmente, por mi forma de ser y porque no me gusta como que se me peguen mucho los chicos, a parte que en un skatepark uno también sabe que siempre le van a pedir el número o ven te grabo este video con mi celular y te lo envío a WhatsApp, todo tiene como una doble intención, entonces no me agrada mucho.

**E2:** ¿Aparte de tu trabajo tienes algún otro medio que te provea recursos económicos? o ¿solo es tu trabajo?

**PK2:** No, ahorita solo mi trabajo.

**E2:** ¿Y cómo distribuyes tus ingresos más o menos?

**E1:** No nos digas yo gano tanto y gasto así y así, es algo muy general.

**PK2:** Okay pues digamos que el mío no más, yo lo divido en... ah bueno digamos que otro ingreso, si puede llamarse ingreso, es lo que el papá de la niña me da mensualmente por ella, entonces, pues digamos que se van en aporte para la casa, en lo que la niña necesite, pues digamos que eso ya es aparte de todo, que si necesita sus cosas de aseo, a mí me gusta mantenerle muchas cositas en la nevera, sus onces, así no vaya al colegio ahorita pues por todo esto, pero me gusta que tenga todas sus cosas, entonces bueno cositas de la niña, cosas acá de la casa, pues mis deudas (risas) y ya, el resto queda ahí como para un ahorrito.

**E2:** En esos ingresos que te da el papá de la niña, ¿él ejerce algún control sobre ellos o eres totalmente libre de distribuirlos como quieras?

**PK2:** Ajá sí, yo veo como los distribuyo, cómo los gasto en qué los gasto, digamos él nunca me ha pedido como hey cuánto le costó, de hecho yo a veces le digo la niña necesita tal cosa,

¿cuánto vale?, no sé yo le digo vale tanto, nunca me dice no es que allá es más barato, no, solamente cumple con decir tome aquí está, nunca me ha dicho no, menos no o eso no lo vale o yo lo consigo más barato o muéstreme una factura no, la niña necesita esto, cuánto vale, más o menos esto o vale esto, okay listo, eso es.

**E1:** ¿En algún momento has vivido con alguna pareja?

**PK2:** No, es que yo le temo mucho a eso (risas)

**E2:** ¿Por qué?

**PK2:** Digamos que en mi familia, tengo muchos, no sé cómo se diría, espejos, reflejos de que los matrimonios son un fiasco, honestamente yo no creo mucho en eso y también por lo que he vivido en el transcurso de mi vida (risas), mi mamá como les decía no vive constantemente con mi papá, pero pues tienen una buena relación, a veces es por eso, yo tengo ese imaginario, bueno por eso es que han durado y quizás se quieren, porque tienen su espacio y eso, pero pues digamos que en mi familia generalmente si veo muchos reflejos de matrimonios muy catastróficos, entonces digo como que no quiero llegar a ser así, yo a futuro si quiero obviamente independizarme, ahorita no es como mi prioridad dejar a mi mamá sola tampoco, pero visualizo únicamente con mi hija y mi perro, no más, o sea que diga como ¡ay quiero casarme y tener un hogar!, no, siento que esa idea ya se esfumó la verdad.

**E1:** Eres madre joven entonces vas a ser más fácil estar con ella casi que en relación de amigas, que madre e hija.

**PK2:** Si obviamente, digamos que yo soy la figura de autoridad ¿no?, entonces también me toca ser durita con ella, porque como el papá no está entonces uno no le puede decir ¡ay le voy a decir a su papá que usted se porta mal!, no, yo soy la que le voy a decir a su mamá y entonces ella ya hace caso, entonces si me toca mantenerla ahí, yo trato de que sea una relación en la que seamos muy amiguitas, que ella tenga mucha confianza en mí, porque pues uno no la tuvo con la mamá, entonces sí quiero que sea diferente pero pues también me toca ser un poquito

estricta y pedirle también muchas cosas, porque no quiero que se pase ese límite, quiero que lo reconozca. ¿Qué otra cosa les estaba contando?, ah bueno sí, que no quiero tener, le huyo a la convivencia con la pareja, no me gusta, no siento que pueda, no sé, quizá esté mal, mi ideal este mal y de pronto en algún momento lo haga puede ser, yo ahorita lo pienso y que sea mi proyecto de vida, no.

**E2:** Tú ahorita tienes pareja ¿cierto?

**PK2:** Sí

**E2:** ¿Y cuánto llevas con tu pareja?

**PK2:** 3 años.

**E2:** ¿Y él nunca te ha propuesto eso?

**PK2:** Él dice que le gustaría, pues honestamente yo le digo si a mí también, vamos a hacerlo, algún día lo vamos a hacer, pero no o sea no.

**E1:** Es algo que en algún momento va a surgir.

**PK2:** Quizá pueda que cambie de opinión, pero hasta el momento no, no quiero ser así, no quiero odiar a mi esposo cuando esté vieja, es que eso es lo que yo veo que pasa (risas), siento que esos matrimonios ya se caen gordos y no quiero que eso pase, digo como que que pereza uno tener que vivir con alguien que es el esposo por un montón de tiempo, es que eso pasa en mi familia como que todas odian a su esposo, entonces que ay que les fastidia que no quieren que viva ahí y lo escucho porque en las reuniones de mamás, de tías, hablan de esas cosas y uno dice no, no gracias, no quiero eso, no es algo que yo quiera.

**E2:** ¿En tu familia tienes tías o primas que tengan figuras, así como machistas?

**PK2:** Sí, pues digamos que ahorita que mis tías consiguieron trabajo y de alguna manera eso lo independiza y le cambia un poco el pensamiento a las mujeres, pero pues inicialmente siempre ha sido de yo atiando, yo lo atiando, yo le cocino, yo le lavo, yo le plancho, le aguanto las infidelidades, le aguanto que me pegue, porque eso pasa y a ellas les pasa, o sea como que



siempre están sometidas a eso, entonces que si él llegó de mal genio me quiere regañar o se enoja por cualquier cosa entonces yo me lo aguanto, todo eso es lo que me hace pensar que no quiero pasar por esas cosas.

**E2:** Sí claro la experiencia y además como vivimos en una cultura en la que la mujer aguanta, aguanta, aguanta.

**PK2:** Y es que digamos que no sé si esté equivocada pero pues casi que en la mayoría de esos hogares así, pasados a nosotros las mujeres, como tú dices, aguantan muchas cosas, aguantan que las maltraten, aguantan que las celen sin que ni siquiera salgan de la casa, que se inventan que salió con el de la tienda por ejemplo y eso me parece, uy no, eso si pasa, en, mi familia pasa mucho por ejemplo, por eso les decía que uno ve como mucho reflejos de matrimonios catastróficos y por eso no quisiera.

**E2:** Sí claro, de este tiempo para atrás es compleja la convivencia y es compleja también la socialización porque es una cultura que ha venido de una crianza, de una formación de pronto muy religiosa y muy pudorosa en la que el matrimonio vale más que cualquier cosa, entonces el matrimonio no se acaba hasta que se han agotado todos los recursos y prácticamente la mujer está vuelta nada y a veces el hombre es quien prácticamente tiene que decir adiós, para que la mujer pueda salirse de ahí.

**PK2:** También se evidencia el hecho de que el hombre sea el principal proveedor, entonces también por eso hay que soportar, ¿cierto?, el tipo se quiere ir, pero ella insiste y eso pasa, no en mi núcleo familiar porque está todo lleno de chicas, pero pues en mi familia, el aguantar bueno el aceptar que esa persona salga conmigo y tenga otra persona porque pues a él también le gusta esa persona. Y otra cosa que les iba a decir, pero se me olvida, pero bueno, creo que eso es lo generalmente se ve acá en mi familia, lo que lo rodea a uno.

**E2:** Bueno yo creo que hasta aquí tenemos suficiente información, muchísimas gracias porque pues es muy lindo que abras tu corazón, que compartas tus experiencias, infinitas gracias por tu tiempo, por estar aquí, por haber aceptado, te agradecemos muchísimo.

**PK2:** Vale chicas, no, con todo gusto, lo que necesiten y que yo pueda colaborarles, ahí estoy.

### **Entrevista participante PG3**

(Saludo de bienvenida)

(Lectura de consentimiento informado)

**PG3:** Mi nombre es Valentina Díaz tengo 24 años, soy comunicadora social y periodista de la Universidad Central, patino desde que tengo 14 años o sea que exactamente hace 10 años empecé a patinar y en estos momentos yo me dedico a trabajar por el skateboarding y por Sobreruedas y como todo ese entorno deportivo, entonces mi enfoque realmente es poder potencializar los deporte y poder también mover comunidad, que haya una mejor cultura dentro del deporte y poder también que podamos convivir todos de la manera que es la mejor, o sea poder trabajar entre todos para que las nuevas generaciones de verdad tengan oportunidades y puedan ver en el deporte un verdadero estilo de vida y también un proyecto de vida.

**E1:** Bueno, vamos a empezar con unas preguntas más generales ¿Queremos saber si consideramos que las mujeres son machistas?

**PG3:** Bueno pues empezando no se podría como generalizar, pero si siento que hay mujeres que de alguna manera se han sentido como adoctrinadas por el machismo, entonces pienso que sí pueden existir muchas mujeres que todavía en estos momentos tienen muchos comportamientos machistas hacia ellas mismas y hacia otras mujeres y permiten demasiado, entonces creo que, si las hay, pero no todas.

**E1:** De estas mujeres que has visto ¿has detectado de pronto esas conductas? quizá mujeres que te rodean con las que compartes espacios y demás.

**PG3:** Yo creo que sí, pero al mismo tiempo no es él entorno o el tipo de mujer con él que yo me podría entender entonces siento que mi círculo social no está rodeado por este tipo de mujeres que tienen este comportamiento machista; pero siempre hay la que, por ejemplo: No pues “mantenidas, o el sugar daddy” o el tipo no pues si me trata mal es porque me quiere, ese tipo de comportamientos si los he visto o incluso yo los he tenido porque pues culturalmente uno a veces es así. Uno tiene comportamientos que uno ni sabe que son machistas si no uno los tiene, de ver a la mamá, o así, entonces también, pero pues, así como que uno diga “uy pero que mujer más machista” no.

**E1:** Y digamos que de acuerdo a esto ¿Sientes que tu desarrollo como mujer se ha visto permeado por estos imaginarios culturales de cómo ser mujer?

**PG3:** La pregunta de una me devuelve a cuando yo era más pequeña, que era muy curioso porque yo siempre he sido como muy brusquita pues, como loquita, entonces éramos como todas las amiguitas del colegio en quinto, en sexto y todas las niñas con la familia bien o sea como que todos eran gomelitos. Yo era siempre como la loca, la que estaba riéndome, la que no me importaba que se me saliera una grosería toda pequeñita, que no importaba lo que digan, era respondona. Entonces yo era siempre como muy extrovertida e hiperactiva, me miraban las mamas de mis amigas como eso. A medida que yo empiezo a crecer mis amigas empiezan a ser como todas bonitas, arregladitas ya se echaban el maquillaje, y yo seguía siendo la loquita la de los pantalones rotos, la de los zapatos rotos, siempre sucia porque siempre andaba con mi patineta. Entonces empieza cada una de nosotras a crecer y a tomar nuestros caminos y se nota demasiado lo que tú hablas como de ese estereotipo de mujer y empieza a dividirnos y empieza a nosotras como amiguitas a darnos cuenta de que no era solo él caernos bien si no que nos gustaba este tipo de cosas, este tipo de música, este tipo de hombres entonces como que todas estas cosas demarcaban demasiado, entonces en él skate empiezo a aislarme de este tipo de

personas y empieza a notar que es importante juntarse con personas que sean de la misma calidad mía, que te acepte como tú eres que te diga como “oye que chévere personalidad la que tiene eres una verraca, me gusta como eres, severas tus ideas”, y yo siempre fui muy definida con lo que yo quería estudiar entonces también eso me empezó a dar muchos lugares que me aceptan como yo soy, entonces siento que yo luche como contra el típico estereotipo de mujer y empecé a buscarme a mí misma sin necesidad de complacer los gustos o lo que otras pensaban que era el ser mujer “hay que estar arreglada, maquillada, con vestido, hay que estar bien siempre”, entonces creo que rompí con ese estigma.

**E1:** Bueno y si yo te digo ¿Cómo me definen machismo y micromachismo que me contestas?

**PG3:** Yo creo que de pronto micromachismo por el hecho de que diga “micro” es como ese tipo de comportamientos machistas que no nos damos cuenta que son machistas, pero que simplemente los trabajamos y los seguimos accionando sin saber que esos son, entonces creo que por eso micro. Ya cuando hablamos de machismo es él todo en general y la razón por la cual termina la mujer luchando por como toda esta igualdad, toda esta equidad, por su dignidad, entonces pienso que él machismo es todo en general, la razón de ser por la cual las mujeres sentimos día a día estamos luchando en contra de eso, y él micromachismo es cuando ya surgen esos comportamientos en cada uno de nosotros, que sin querer están ahí porque año tras año han venido en nuestra forma de ser.

**E2:** Bueno, era algo más general, hablar un poquito como de introducción al tema, pero queremos entrar a temas más personales, a que nos cuentes ya desde tu experiencia muchas cosas, son preguntas muy abiertas. Cuéntanos un poquito de ti... De donde eres, en dónde naciste, sobre tu familia, así muy a grandes rasgos sobre tu vida.

**PG3:** Va, yo nací en Fusagasugá, pero mi mamá me llevó a vivir como a los 3 o 4 años a Yopal, en los llanos. Allá empiezo yo a crecer y siento yo que fue un buen proceso de la vida porque mi mamá realmente no le gustaba Bogotá, nunca le gusto Bogotá y yo siempre quise Bogotá y

mi mamá nunca nada, la mala para Bogotá, pero entonces ella lo hacía como por protegerme por no darme a un mundo como tan abierto si no como para también ella tenerme a mí ahí al lado de ella, entonces ella se va para un pueblo pequeño y en ese pueblo me permite vivir mi niñez como de pensar solo en jugar, como que vivir todas mis etapas y culminarlas como tal. Yo creo que mi primera heroína en la vida ha sido mi mamá porque me enseñó que uno puede salir adelante sin necesidad de tener un esposo, porque mi papá me dejó cuando yo era muy pequeña entonces mi mamá como: me dejó morir este señor entonces me voy, y me llevo a mí y a mi hermano, yo viví ahí hasta los 17 años y siento que eso fue muy bonito porque me dejó vivir todas mis etapas pero mi corazón era como Bogotá, Bogotá, Bogotá. A los 17 años le digo a mi mamá, mamá confía en mí déjame irme para Bogotá, yo quiero estudiar y quiero responder, yo sé lo duro que va a ser para ti ayudarme a estudiar y mi mamá por supuesto me dijo “mi amor estudia lo que te guste que la plata viene con esa felicidad” entonces eso fue muy bonito porque mi mamá siempre me apoyó con él skate, todo el mundo me juzgaba, o había un ve me acuerdo la profesora de español que yo llegaba limpiecita al colegio y terminaba jugando y ensuciándome y entraba a esa clase vuelta nada, y ya en la entrega de boletines la profe le dice que porque yo siempre llego sucia que si es que ella no me lava el uniforme, y mi mamá ofendidísima con esa señora dice, como así no, si es que ella es una niña, ella juega, ella hace esto, lo otro, obviamente se ensucia, claramente yo no la mande con el uniforme sucio y mi mamá regañó a la profesora en vez de regañarme a mí por ensuciarme y como que mi mamá siempre si veía una profesora a la que le cayera mal entonces me cambiaba de colegio. Mi mamá siempre me protege demasiado y me dejó ser yo en todo el sentido de la palabra, entonces nunca me faltó la patineta ni nada para hacer mi deporte gracias a ella, yo me vengo para Bogotá a estudiar gracias a ella y acá empiezo como a entender que la ciudad era mi hogar, que acá es donde yo pertenezco y básicamente es eso, yo llegue acá a Bogotá y yo no tenía ni idea de que quería hacer con mi vida y ya yo sabía que estudiar pero yo no sabía que iba a hacer con mi

carrera, por lo mismo que yo estudiaba y yo quería patinar pero no tenía tiempo para patinar y por lo mismo que mi carrera es periodismo entonces yo todos mis trabajos me los inventaba con skate, yo era: reportaje de skate, la monografía de skate, el documental, el podcast, todo con skate. Entonces sin querer me empecé a formar en el skate, me empecé a formar como periodista deportiva, y me empecé a formar como comunicadora deportiva, entonces me di cuenta que en este mundo en el que yo estaba era único, y que muchas personas no entendían ese mundo en el que yo estaba viviendo, entonces eso me abrió más la puerta para estar ahí y encajar; gracias a mi carrera y a mi deporte estoy donde estoy y me siento muy agradecida.

**E2:** Vale tú tienes un hermano...

**PG3:** Si, él es siete años mayor que yo, es mi hermano, aunque somos de diferente papá full hermano porque salimos del mismo hueco

**E2:** ¿Y qué tal la relación con tu hermano? frente al hogar, la convivencia, cómo se dividían las tareas porque pues tu mamá es madre soltera entonces le tocaba trabajar. ¿Cómo fue tu crianza en temas del hogar y tu relación con ellos?

**PG3:** Yo creo que fue algo raro porque pues en mi casa nunca ha habido abundancia ni hemos tenido las re lucas, siempre hubo escasez y a mi mamá le toca muy muy duro sacarnos adelante a mi hermano y a mi sola, pero de todas formas como yo era la única hija para mi mamá yo era el tesoro de ella, como que aunque no lo quisiéramos aceptar yo era la favorita (risas), entonces mi hermano como que tuvo que cuidarme demasiado. Mi mamá nunca quiso trabajar fuera de la casa siempre nos quería tener ahí a mí y a mi hermano, entonces mi mamá pintaba uñas, cortaba cabello, pintaba cuadros, artesanías. Los clientes de ella se los conseguía en la alcaldía, en la gobernación y de ahí mi mamá conoció mucha gente que la ayudó mucho desde su trabajo, que le compraba cuadros pues para decorar la casa, mi mamá imagínate tuvo que hacer mil cosas para rebuscarla y tenernos ahí cerca. Mi familia por parte de mamá es muy muy pobre, a toda mi familia le tocó duro entonces se volvieron artesanos, carpinteros, otros trabajaban

cuero, manillas artesanales. Entonces toda mi familia ha sido migrante por Colombia, Mi abuelito es carpintero entonces todas mis vacaciones eran en Villa de Leyva porque él vive allá, entonces mi entorno siempre era muy bonito por eso, porque son muy guerreros, mi familia que salió adelante desde cero y a través del arte, yo salí mala pa todo eso, pero algo salió de ahí de la familia que fue como él rebusque y todo eso. Esa fue mi crianza, ver a mi mamá partirse el lomo por nosotros dos y salir adelante, se compró su casita, me ayudo a mí a estudiar, la primera patrocinadora de sobre ruedas porque incluso muchas veces aguante hambre, pero mi mamá fue “dale mi amor con sobre ruedas y toda la moral” mi mamá ha sido como todo, junto con mi hermano y mi padrastro que es mi familia.

**E1:** Y de las cosas ya más del hogar ¿ustedes como hacían o cómo era esa división de tareas?

**PG3:** Yo veía a mi padrastro y a mi mamá trabajar juntos, ser un equipo, pero pues el hombre realmente trabajaba todo el día y mi mamá hacía las cosas que no se podían dejar de hacer “como él almuerzo” más por él tipo porque pues él llegaba muy tarde y estaba todo el día trayendo mucha más plata de la que podía traer mi mamá. Mi mamá con la casa que logró sacar adelante le sacó cuatro apartamentos más entonces con esa casa pudo también vivir del arriendo, entre los dos siempre económicamente se ayudaron, que si mi mamá estaba enferma mi padrastro siempre estaba, que si le tocaba cocinar, hacer aseo, enchapar, mi padrastro era él de los trabajos fuertes y mi mamá era más de administrar el dinero y así, mi hermano y yo solo teníamos que hacer aseo. Yo vine a saber de esto de la división de tareas viviendo sola porque cuando mi mamá me quiso enseñar a cocinar yo nunca quería, me vine para acá, mi mamá seguía sosteniéndome pero la comidita yo tenía que alimentarme, tener mi ropa limpia, organizar porque claro ya mi mamá no iba a estar para mí, ella me ayudaba económicamente pero de mí dependía que ese dinero durara que lo pudiera estirar en todo, en mi almuerzo, en mis transportes, en todo ese tipo de cosas, y ya era como venga mami cómo es que se hace un arroz, me comí mil arroces horribles, pero ahora si ya me hago buenos arroces, mami cómo se

hace un sudado, mami cómo se hace y mi mamá pum me daba las recetas y todo, entonces aprendí yo a vivir la vida cuando me tocó venirme para acá, porque allá mi mamá me consintió demasiado, a pesar de no tener mucho nunca me faltó nada.

**E1:** De acuerdo a tus experiencias ¿has sentido situaciones en las que experimentes incomodidad por el hecho de ser mujer?

**PG3:** Sí, yo la verdad si he tenido como situaciones como, no sabría si la palabra es menosprecio pero de alguna manera si, como que piensan que uno realmente no es capaz de tener el conocimiento de algo o de maniobrar, de controlar, de administrar o tener las agallas para hacer las cosas y muchas veces como que le imponen a uno un miedo que hasta uno mismo empieza a desconfiar de uno mismo y de las capacidades de uno, entonces creo que sí me ha pasado bastantes veces incluso con otras mismas mujeres, que como que también en su rivalidad por ser tan pocas las mujeres que se aceptan, quieren destacar, tratan como de bajonearte para ser ellas las que destacan en un entorno de hombres, si he vivido como esas situaciones pero no han sido así súper marcadas como que yo dejé que me afectaran demasiado que las recuerdo súper bien, no, pero si he vivido muchas situaciones así.

**E1:** De acuerdo con eso ¿has experimentado situaciones en las que los hombres han pasado por encima de tu opinión o han llegado a explicarte cosas que tú ya sabes o conoces?

**PG3:** Recuerdo mucho una que una vez yo estaba hablando con una persona que era bastante adulta por ende ya sabía mucho de la escena, pero yo igual, también por lo mismo que te digo que en mi carrera tuve que meter muchos trabajos del skate, sin querer yo prácticamente aprendí mucho del skate, yo me volví muy ñoña de skate y luego mi pareja también era skater y muy influenciador dentro de la escena, entonces más sabía del skate, o sea como que sin querer yo empecé a saber mucho de skate, yo podría decir que se mucho del tema, pero ha sido gracias a que he investigado y que me he puesto en la tarea de saber mucha cosas y también porque se me ha dado, se me ha dado saberme los nombres, se me ha dado aprender a patinar por mi



cuenta sin necesidad de depender de alguien que me ayude, el caso fue que yo tenía mucho conocimiento tanto del skate a nivel mundial como nacional pero igual eso no significa que me las sé todas y estaba hablando con un man, entonces al man le dicen como “Uy ella sabe mucho de skate” y el man como “Ay eso que va, usted no sabe nada, usted no estaba cuando yo sí estaba, yo sí vi a los que llegaron acá, yo sí vi a los que sí eran” y el man ni siquiera me preguntó a ver yo qué sabía, sino simplemente el de una lo que dijo fue “es que usted no sabe nada, usted no tiene nada que hablar del skate si usted no sabe nada, yo sí vi lo que era la vida del skate, yo sí sabía cuándo estos se peleaban con estos” entonces me hizo sentir como un trasero pero al mismo tiempo yo dije como, yo no tengo que demostrarle nada a este man de que sé o no sé, pero me marco, ese man si me marcó con su despotismo, con su ego de “ay yo sí sé, usted no sabe nada” y ni siquiera me preguntó para por lo menos uno debatir y uno diga uy no se equivocó en esta fecha o en ésta, nada nada, simplemente me descartó y me trató mal, me pasó eso una vez; otra vez hablando como que trataba de dar mi opinión y como que el otro personaje siempre era como a pordebajear mi opinión como a hacerme sentir que lo que yo decía él ya lo había pensado, él ya lo sabía, ya lo tenía claro, era cómo no saber comunicarse, pero pues bueno ese tipo de cosas si me han pasado y los recuerdo y es como la mala (risas)

**E2:** Ahorita que están con lo de la escuela de formación de las nuevas tendencias del deporte, a los hombres, no sé si es mi percepción les conflictúa aprender de una chica en estos espacios, entonces, cómo has vivido un poco eso más frente a la escuela de formación con los chicos e incluso con las chicas que ya patinaban, o que ni siquiera hacen parte de la escuela de formación, pero siempre están ahí hablando.

**PG3:** Pues yo siempre he percibido mucho eso en la niñez, como en los niños pequeños, como que miran a una chica que se tira o algo, “uy por qué esa niña puede, si esa niña puede yo también puedo”, pero son muy pequeñitos, entonces uno es como no, es que todos podemos no se trata de que ella pueda o no sino que todos podemos tanto el chico puede fallar y no entender

nada, como la chica puede fallar y no entender nada, y no es que no entienden por su género simplemente es porque no entienden, lo he visto mucho en los niños pero también los hombres.. hay de todo. He visto profesores que le gustan las nenas entonces feliz, eso mejor dicho haraganean todo lo que ven, todo lo que enseñan... y eso cogidita de cintura y eso mejor dicho están es felices enseñando pero es más por su gusto por las mujeres, como hay otros que están ahí porque les da pena, por ejemplo están con otros hombres y son re malos y como les da pena terminan en el parche de las chicas aprendiendo porque con las chicas están en un nivel como más lento, que es algo que hay que aceptar, el fin de semana pasado tuvimos a un chico que llegó a aprender longboarding y el man compró una patineta y llega y dice “quiero aprender long, yo les pago la clase” y la pasó tan bueno.. justo a esa hora no llegó nadie más de long entonces le dijimos “oye no, toma la clase con skate porque no llegó nadie de long” y el paso buenísimo con las niñas, con las más pequeñitas... o sea él estaba al nivel de la niña de seis años que estaba aprendiendo a rodar y él gusto tanto que a la siguiente semana tomó toda la mañana y la pasó increíble, como que hay de todo. Hemos tenido situaciones en las que los mismos gestores o personas que mueven el skate ven que hay un colectivo de chicas y les da como un sinsabor de ver que las chicas son más unidas que los hombres, entonces como que tratan de hacer lo de ellos por su lado para demostrar que son más unidos que las chicas, no sé, es un tipo de percepciones, pero pues son eso, percepciones.

**E2:** Bueno y ya entrando un poquito más a tu vida sentimental ¿Actualmente tienes pareja?

**PG3:** Realmente frente a mi vida sentimental hace cuatro años yo comienzo con el proyecto de Sobre Ruedas gracias a mi carrera y entro a ver una materia que se llama periodismo deportivo y justo para esa fecha en la que yo empiezo a ver esta materia el profesor nos dice: Bueno muchachos yo me la paso hablando de fútbol todo el tiempo así que no quiero que hagan nada de futbol, hagan algo de sus deportes y me dijo Valentina usted con el skate yo veré. Entonces yo digo como juepucha que hago y teníamos que crear un medio de comunicación

del deporte y yo no quería hacerlo solo de skate entonces lo hice de chicas. Creo ese proyecto y entre los trabajos que tenía que hacer empiezo a hablar sobre el concepto del skate, que es, como se veía, porque justo en esa fecha el skate había sido nombrado deporte olímpico. Y ahí conozco a un personaje que de mil entrevistas que yo hice solo una logro responderme lo que yo quería, como yo lo quería y con el sentimiento que yo lo quería, yo lo conozco a él en el primer nacional de skate, lo entrevisto y de ahí quedamos como flechados, yo quede muy flechada con él por la inteligencia, por la forma de hablar, entonces imagínense yo hablaba con él de 11pm a 3am y nuestro tema de conversación era solo skate entonces yo me empiezo a enganchar con esta persona por lo mismo porque me ayudó para mis trabajos de la U, era muy inteligente y estábamos de acuerdo en muchas cosas de cómo veíamos el skate, como queríamos aportar. Cuando él vio que yo empiezo con este proyecto él me empieza a dar toda la moral y toda la energía para hacerlo, así que yo creo que mi vida sentimental hace 3 o 4 años fue muy bonita porque tuve la oportunidad de estar con una persona que era del mismo medio y que hace lo mismo que yo y que me enseñó demasiado, creo que me ayudó mucho a forjar mi personalidad, fue la primera persona que creyó en mi frente al skate y era hombre, de hecho habían unas chicas líderes que no les caía bien porque supuestamente no podía ser hombre y trabajar por él skate femenino, y preciso la novia que se consiguió trabaja por él skate femenino, entonces todo lo que yo obtenía de resultados era porque él estaba ahí detrás mío, entonces eso me empezó a rayar mucho porque él si me ayudo y yo lo ayude mucho pero eso no lo era todo y cuando era en Medellín y hacíamos las cosas en Medellín pues por supuesto él me ayudaba un montón, pero cuando era en Bogotá todo era obra de nosotras y era trabajo de nosotras, por eso yo le cogí mucho cariño a Bogotá porque yo sé que todo lo que pasó y lo que ha pasado ha sido mérito propio, ha sido trabajo de nosotras como equipo, pero igual él siempre estuvo ahí diciéndome como ven hazlo de esta manera o trátalo de esta otra manera entonces siento que el amor fue bonito.

Terminamos hace muy poco hace como cuatro meses porque necesitábamos un tiempo, porque es difícil y siento que yo como mujer tengo que trabajar en muchas cosas que no me permiten ser en una relación.

**E2:** Vale ¿Has tenido más relaciones formales a parte de la de este chico?

**PG3:** Si, yo tuve otras dos relaciones formales, una fue cuando yo tenía 15 años pero fue él amor, yo lo quise demasiado porque realmente es ese amor puro, a uno le dicen usted está muy niño ni sabe que es el amor y uno sí sabe porque es ese amor puro, que no está corrompido, es ese amor bonito, creo que ese amor bonito es esa primera persona con la que uno de verdad se cuadra y dura más de un año y medio.

Y ya después me cuadre con otro muchacho por allá en la universidad y también un fiasco, él era bonito, pero yo realmente no me veía con esa persona y hubo un punto en él que no me gusto más y terminamos, y ya después con Sebastián.

**E2:** Vale en tus relaciones ¿La situación ha generado que te cuestiones como, estoy exagerando? ¿Será que estoy mal?

**PG3:** Mira realmente si siento que de alguna manera yo me deje afectar mucho porque yo tuve relaciones muy largas, entonces como que no aprendí a vivir sola y eso mismo impidió que me desarrollara libremente con mi forma de pensar en cuanto a una relación, entonces como que sí hubo momentos en los que no le gustaba como me vestía o me decía: uy porque vas a salir con falda patinar. Y yo decía problema mío, pero yo a veces si sentía que me hacía sentir inferior frente a mi aspecto físico e insegura, pero también porque yo le daba ese poder y como que yo me dejaba atormentar por muchos aspectos que yo pienso que si eran exageraciones mías, yo si hacía mucho show y yo era muy brava, pero si habían otras cosas en las que definitivamente me sacaba la piedra o nos arrojamos comentarios nocivos que siento que fue de parte y parte y eso contamina mucho la relación, por ejemplo yo fumo cigarrillo y a Sebas no le gustaba que yo fumo cigarrillo, y a él le rayaba mucho que yo fumara cigarrillo, y yo

demás y me fumaba la caja de cigarrillos más para que él se diera cuenta que yo hacía lo que yo quería, también me buscaba yo autodestrucciones solamente para **no darle el gusto de que él tuviera un control sobre mi vida**, entonces ese tipo de cosas.

**E1:** Digamos que ¿en alguna de tus relaciones te has sentido controlada o muy controlada?

**PG3:** No mira que yo creo que a los manes les gustan las viejas bravas, yo era tan parada en mi raya de que yo soy así y si no le gusta lárquese de acá que se tragaban, pero sí, yo nunca me deje controlar, pero si sentía yo que me dejaba influenciar, como que me decían oye si ven y hazlo de esta manera y yo decía, de pronto. Yo tomo lo que me sirve si no me sirve si soy muy parada en la raya y digo como um no, no copeo.

**E2:** Hablemos del tema de los celos que, si o si existen en la relación y se expresan de diferentes formas según las personas, ¿Has cambiado acciones o comportamientos tuyos para evitar disgustos o molestias por parte de tu pareja?

**PG3:** Yo creo que es denso, si tú tienes una pareja que el círculo social es exactamente el mismo tuyo pues tú sabes lo que uno hace en la patinada, claro tu patinas pero tú terminas enfiestada o con muchas amigas o en mi caso con muchos amigos, entonces llega el punto que a mi chico como que le dan celos pero trata de no celarme, como que saben que yo me rayo donde me pongan los celos. En cambio, yo si sabía que si él estaba patinando si sabía que cosas podían pasar en la patinada, entonces como que este tipo de cosas si pasaban mucho. Realmente nunca me cohíbo de no hacer algo para no darle celos a él pero si yo siempre fui muy firme y muy leal, pero si frente al skate uno sabe que hay chicas re lindas entonces es como, “um le estás viendo el trasero a esa skater” y si son cosas que le duelen a uno en el corazón, yo creo que fue de parte y parte el abuso y la revisada del celular, si hubo un par de veces que pum te rapo el celular para ver con quien estás hablando de parte de él hacia mí, como después ya por parte mía era como “uy pero lo veo muy entretenido en ese celular” entonces como que ese tipo de malviajes son tan horribles que uno no quiere estar en ese tipo de situaciones, uno la

pasa muy rico y se daña los momentos por ese tipo de cosas, entonces yo no sé si es amor por lo que uno siente eso, porque si a uno no le importara la persona ni celos le dan, ahí es donde hablamos de los mM uno se las cree huevon, uno se las cree.

**E1:** Y digamos cuando te pasaban estas peleas con tu pareja ¿estas cosas las hablaban?

**PG3:** Si se diálogo muchas veces pero muchas otras veces como que trato de omitir por completo y como que se quedaba ahí guardadas, por supuesto generaban un peso pero también eran cosas en las que nos damos cuenta que estábamos siendo ya bobos como que estamos acá juntos y pasándola bien, y creo que él siempre trato como mucho de mediar mi genio pero al tiempo llegó un punto en él que yo era tan odiosa que eso le daba rabia a él y eso generó muchas veces tensión y empezó a generar grietas en la relación, y es el momento en que yo todavía lo quiero mucho, como que terminamos pero el solo imaginar que ese man este con otra vieja me parte el alma

**E2:** Hablemos un poco de tus ingresos ¿De dónde vienen tus ingresos y cómo los distribuyes?

**PG3:** El año que pasó trabajaba como periodista en una revista de skate de noruega, tenía que escribir en inglés, entonces ahí me empezaron a entrar unos ingresos, luego trabajé con él IDRDR en el área de deportes alternativos NTD y ahí también me entraron unos ingresos, también trabajé en Medellín con ellas en todo el área de deportes, de redacción de producción de videos y también he trabajado en temas así como de comerciales y esas cosas por el skate, mi vida laboral ha sido como este tipo de cosas y ya, mis gastos tiene que ser si o si pagar mis celular mis datos porque para mí es fundamental tener activas mis redes sociales, tanto la personal como la de sobre ruedas, y pago internet, mi arriendo mi alimentación, mi día a día y ya, trato como de no gastar en bobadas, una que otra vez, trato de ahorrar mucho para prolongar mi estadía acá en Bogotá y seguir haciendo mi labor, básicamente es eso.

**E1:** ¿Y en algún momento has sentido que alguna pareja o alguien se ha atrevido a controlarte esos ingresos?

**PG3:** No, jamás. Y realmente le agradezco mucho a la vida y a las redes sociales porque al ser tan activa ahí muchas de las cosas que yo tengo son regaladas, nunca me ha faltado el madero, la tabla, los zapatos o ropa porque me regalan, no he tenido que gastar mucho dinero en eso, tampoco soy tan fashionista ni nada de eso, soy muy sencilla. Y con mi dinero la última persona con la que estuve incluso él fue siempre como “no te gastes tu dinero”, aun sabiendo que yo tenía dinero él siempre fue una persona muy atenta en cuanto a lo económico, entonces yo nunca he sentido como que me quieren controlar mi plata, no.

**E2:** Devolviéndonos un poquito ¿Has estado en ambientes en donde te sientas incomoda al expresarte por ser en su mayoría masculino?

**PG3:** No, mira que mi profesión me ha permitido ser una persona que pregunta mucho y escucha demasiado, entonces es como que siempre busco el debate, la conversación, es estar ahí, con las personas... así la persona sea re paila yo trato de buscarle el lado amable, como que siempre he tratado de tener conversaciones muy nutritivas y yo soy una de las personas que como que si no estoy de acuerdo con alguien lo siento mucho pero yo no estoy de acuerdo con eso, si llega un patán o algo de una le empiezo a hacer el quite y ya.

**E2:** Bueno Vale pues esta es toda la entrevista, muchas gracias por tu tiempo.

**E1:** Agradecerte un montón por abrirnos el espacio y por abrirnos también las puertas del colectivo,

**PG3:** Bueno chicas un gusto y ahí estamos para lo que necesiten mis amores, que descansen.

#### **Entrevista participante PM4**

(Saludo de bienvenida)

(Lectura de consentimiento informado)

**PM4:** Mi nombre es Diana Paola Ávila Franco, mi pseudónimo es Merli, todo el mundo me dice así hace más o menos 10 años, justamente los skater fueron los que me bautizaron con este

pseudónimo y ya realmente así me quedé todo el mundo me dice así, todo el mundo me conoce así por Merli. Yo estudié hace muchos años cuando salí del colegio hotelería y turismo porque realmente no sabía ni que iba a ser de la vida, me dejé llevar de mis amigas todas querían estudiar eso, yo me inscribí y fui la única que pasé que fue lo más chistoso, bueno terminé trabajando mucho tiempo en hoteles después como que me cansé un poco porque es bastante esclavizante, entonces decidí aprovechar esa experiencia como de servicio al cliente y todo lo que tenemos ya previo en administración para entrar a trabajar en oficinas, empecé a trabajar como asistente administrativa, auxiliar, recepcionista todo esto y he adquirido mucha experiencia en el tema administrativo, por lo que tengo 15 años de experiencia, en este momento trabajo como asistente administrativa y contable en una empresa de desarrollo de software Estadounidense y con ellos llevo como un año y nada me desenvuelvo mucho en la parte administrativa laboralmente, tengo un trabajo de tiempo completo de lunes a viernes así súper full, estoy llena de trabajo normalmente, entonces nada esa es como mi experiencia laboral, he trabajado en muchas empresas, he administrado oficinas, de todo. Pues yo conocí el skate hace como once años y empecé a patinar hace once años, cuando lo conocí realmente era porque yo me dedicaba solo a farrear; yo en el colegio era muy deportista jugaba mucho fútbol, pero ya luego que uno empieza a tener una vida social diferente, que uno empieza a conocer otro tipo de personas, si me dedique fue como a la vida social pero entonces desde que salí del colegio conocí el movimiento punk y toda esta escena revolucionaria musical y como social que me llamó mucho la atención, porque siempre me había gustado todo este tema social, entonces como que si farreaba mucho entonces empecé a sentir que necesitaba tener un hábito más saludable para mi cuerpo, quise dejar como tanta fiesta y todo esto y empecé a buscar una alternativa, justo en esos días conocía unos chicos que montaban patineta, me invitaron a patinar con ellos si quería, yo me compre unos patines normales y me fui a montar con ellos, pero realmente yo pensaba que era pésima en patines porque me caía todo el tiempo, montaba



media hora y ya estaba mamada de caerme entonces me quitaba los patines y les decía como “ay me prestas tu tabla”, empecé así, ellos me prestaban la tabla y me divertía más la tabla, entonces ellos me decían “tienes que comprarte una tabla” y yo no, no, no, porque en ese tiempo hace once años acá en Bogotá pues el grupo como conocido de chicas eran por ahí unas diez, quince por mucho, no habían más, ellas eran ya las súper tesas, que nadaban ellas como muy cerradas en ese tiempo el grupo era demasiado cerrado con otras chicas y yo pues andaba con puros hombres entonces yo no lo veía tan asequible para mí porque yo veía que era más un deporte de hombres, yo le decía “no esto es como muy masculino, esto es muy de hombres” y ellos me decían “no, no pasa nada” y al final terminaron armándome un tabla entre ellos y ya yo salí. Mis primeros dos años de skate fueron full con ellos, me enamoré mucho del skate pero pues lamentablemente uno de los chicos con los que yo salía se convirtió en mi novio, entonces mientras fuimos novios patiné todo el tiempo, pero ya después que uno termina con esa persona justamente ahí vienen las cosas de andar con hombres, que ya es muy diferente porque ya no eres admitida en el grupo porque ya no eres la novia del muchacho entonces ya obviamente entras como a sobrar y ¿qué pasó? pues me quedé sin parche para patinar, ahí iban habiendo más chicas pero aun así yo sentía que no tenía con quién y empecé a dejarlo poco a poco porque ya me aburría ir sola, dure cuatro años que no patinaba, yo toco batería, entonces me dedique a la música ese tiempo y luego me volvía reencontrar con mucha gente casualmente que montaba skate en esa época y que eran amigos de este chico pero que también habían sido amigos míos, entonces como que todo eso era superado y volví al skate, empecé a ver que construyeron más skateparks, que ya había una comunidad más grande de chicas, volvía comprarme una tabla entonces volví como a hacerle. (risas)

**E1:** A retomar (risas)

**PM4:** Sí y ahí fue donde conocí a Valentina, conocí a bastantes chicas y me di cuenta que ya era muy diferente aun cuando sigue habiendo esas rencillas entre chicas o que andaba un parche

de tres chicas con diez hombres, pero entre, las chicas muy poco, al darnos cuenta de esto decidimos con Vale crear Sobre Ruedas, ella ya venía haciendo cosas con chicas; realmente yo nací en un ambiente muy machista y de hecho por eso mismo yo no andaba con chicas yo andaba todo el tiempo era con hombres, pero entonces mientras uno anda con ellos está expuesto a muchas cosas, que uno termina volviéndose igual que ellos, se termina volviendo machista, se termina volviendo misógino, como un hombre más, se sume ese nivel patriarcal que ellos ya tienen y con el que ellos ya vienen, ya cuando uno empieza a ver todo eso, a deconstruir un poquito y a ser más consciente de lo que es y lo que implica para uno como mujer, a lo que uno se somete y a todas las cosas que uno normaliza y que uno aguanta por pertenecer a un grupo de chicos o por encajar en un grupo de chicos se da cuenta uno que sufrió muchas cosas, desde el abuso del amigo que lo manosea a uno, desde el acoso, desde tantas, tantas cosas, entonces uno empieza a ver que hay chicas que también están en la misma onda y empezamos con Vale a parchar mucho y conocí otro grupo de chicas y no yo ya me sentía feliz solo con ellas, ya no necesitaba nadar con solo hombres, en cambio salir a patinar con ellas sin esa vaina de están saliendo a patinar conmigo porque me quieren caer o porque están buscando algo más, obviamente no son todos hay chicos que son geniales, que le botan a uno la moral, que quieren patinar, que le enseñan a uno, pero si hay obviamente muchos que no, uno no lo nota al principio pero cuando uno analiza las situaciones si es así, entonces por eso la iniciativa entre tantas cosas ampliar los espacios, nos empezamos a dar cuenta con este grupo de chicas que en los skateparks, antes no habían skateparks entonces todo el mundo montaba en la calle y todo esto, después de que empezaron a llegar los skateparks qué pasó, que como hay una comunidad tan grande de skaters, es gigante, un skatepark por más grande que sea se llena completamente, y generalmente qué pasaba que las chicas se quejaban como “no, es que ese man no me deja montar”, “es que cada vez que me tiro se me atraviesa”, “es que me da miedo porque de pronto me pegan”, ahorita últimamente ha surgido mucho que las chicas,

ahorita más adelante lo abarco mejor, pero que también los chicos las juzgan les dicen que son unas posers porque no saben, porque están aprendiendo, entonces todas esas cosas generaban esa inseguridad en las chicas y ese miedo, como que se paraban, hay otras que son más rudas no les importa y dicen “yo me tiro así me peguen” y ahí van ¿sí?, pero entonces tampoco era el deber ser, porque lo ideal es que nosotros pudiéramos compartir los espacios de igual manera sin sentir esas cosas; incluso entre los hombres también lo hacen, entre ellos mismos el que menos nivel tiene, el niño, el que está aprendiendo o el que no tiene el parche de amigos también lo discriminan, también le pegan, también se le atraviesan. Con ellas decidimos que queríamos abrir espacios más seguros para las chicas en los que pudieran disfrutar de los parques, sin tener como este miedo y que además pudieran aprender con personas que les quisieran realmente enseñar por simplemente eso, por la satisfacción de enseñar, entonces nos empezamos a unir con más colectivos de chicas que tienen sus escuelas, también generan otras disciplinas, porque también nos dimos cuenta que habían chicas que practicaban otros deportes como el Roller o el Rollerskate y que también asistían a los mismos grupos y que sufrían las mismas violencias y aparte también tenían sus colectivos y sus grupos de chicas, entonces básicamente por todo esto empezamos a generar como todo este movimiento nosotras y poco a poco empezamos a hacer unas integraciones en las cuales efectivamente fueron llegando de diez en diez, después ya era cincuenta, después ciento cincuenta (risas), y todo lo hicimos con las uñas, lo hicimos con pura autogestión recurriendo a nuestros amigos, a la gente que quería colaborar con algo como para incentivar a las chicas, con los que querían ir a enseñar gratis, porque así fue todo; realmente es muy satisfactorio, hicimos talleres, por ejemplo en la pandemia estuvimos muy quietas porque los parques y todo estaban cerrados, pero generamos un movimiento virtual en el que empezamos a generar como esas redes de amigas a conectarnos, a compartir experiencias, contarnos cosas, enseñarnos de feminismo, enseñarnos de deconstruir nosotras mismas entonces generamos esa red de amigas,

a nosotras nos gusta decirle así “redes de amigas”, en las que venimos como a fortalecer lo que ya veníamos haciendo que era justamente eso, que las chicas se conozcan, que parchen que se vuelvan amigas, que se apoyen, que se ayuden y nosotras sí hemos visto algo en estos cuatro años y es que ha cambiado mucho eso, al principio las chicas andaban por ahí distribuidas todas, ahora andan juntas, ahora están en grupo, ahora se apoyan, no todas obviamente pero sí mucho más de lo que era antes y ya también así mismo todas nos ayudamos a identificar ese machismo y esas conductas, las cuales ya no estamos dispuestas aguantar, entonces también nos hemos autoeducado y educado unas a las otras y soportado para que justamente esto no suceda, pero si realmente todavía suceden y todavía debemos seguir trabajando eso, como les decía, hace poquito empezamos las clases y una chica preciso escribió, que ella tenía una tabla pero que se había desanimado demasiado porque había ido a patinar y la habían tratado los chicos de poser y se habían burlado de ella, entonces como que esta escuelita nos ha gustado porque le abre el campo a las chicas que quieren aprender realmente y que no encuentran el espacio, las personas ni el respeto para hacerlo, mientras que con nosotras se sienten respetadas, se divierten, nadie las está juzgando porque saben o porque no saben, es algo muy bonito, además que entre chicas a veces se tiran muy duro entre las que saben y las que no saben, la que no sabe se amarga se siente mal que porque no sabe; yo por ejemplo nunca he podido ser una buena skater porque yo trabajo demasiado, yo no puedo dedicarme entre semana a patinar, salgo muy de vez en cuando y cuando lo hago, hago lo que me sale y yo me divierto, me encanta rodar, ya el talento siento que no lo tengo (risas), pero por eso mismo...

**E2:** Uno se la goza (risas)

**PM4:** Y me gusta incentivar a las chicas que tienen como la edad, que están más peladas, que no tienen tantas responsabilidades, para que de pronto tomen otro rumbo que uno no pudo, entonces también es como ayudar en eso, de pronto esa frustración que uno tuvo en algún momento por no poder hacer las cosas, poderle brindar a otras personas como el apoyo para

que sí lo logren, porque yo sí me sentí muy sola cuando intente porque lo que les digo era un grupo muy pequeño de chicos, que yo ya no podía estar ahí y ya después no encontré como el que apoyó ni ese lugar, ni nada, ni las personas porque no lo sabía hace diez años no había eso, entonces ahora es muy bueno poder ofrecerles esa comunidad a las chicas que quieren estar ahí, a las niñas, porque ahora los papás también son súper abiertos a que los chicos desde pequeños aprendan, y también eso tenerles un soporte que se sientan seguros y que sientan que están con personas que no van a estar por ejemplo fumando o que no van a estar tomando (risas), nosotras tratamos de que en clase brindarles un ambiente en lo más posible sano, también influenciar positivamente a las chicas, influenciarlas para que lean, para que se instruyan, para que también se pregunten cosas y para que entre todas tratemos de tener una vida más sana en el deporte, entonces eso también ha servido mucho y pues nada ese es como nuestro proceso con Sobre Ruedas, a través de haber identificado todos estos machismos que sufrimos normalmente en el deporte, básicamente eso es lo que recuerdo hasta el momento.

**E1:** Es algo muy importante que más allá del deporte es esa labor social que también hacen, no, no es solo patinar sino también que cosas trae patinar que nos ayudan a repensarnos como mujeres, como sociedad, como todo, va más allá de solo atinar que eso es lo prácticamente tiene que tener un colectivo como el que ustedes tienen y que lo tienen.

**PM4:** Claro, de hecho nosotras..., yo tuve una experiencia súper horrible la verdad en una de las integraciones en un parque muy grande que es Fontanar y la comunidad de chicos allá es muy fuerte, hay uno que otro que son muy duros, muy difíciles porque ya son chicos mayores que vienen como con ese machismo demasiado clavado, además no sé no les importa nada y yo me acuerdo que cerramos el parque para las chicas un día para una integración y estaban furiosos, nos trataban mal, nos tiraban las tablas encima, o sea realmente fue súper triste porque uno dice por qué nos hacen esto, respeten un día, nos les quitaba nada y aun así es muy difícil abrirse a esos espacios como mujer; (inaudible) hay ya una voz de peso que no se deja, hay un

sentimiento ahí, una fortaleza, entonces eso es lo que nosotras queremos también, cambiar esas perspectiva también en la sociedad, por ejemplo nosotros en las integraciones que hacemos de un momento a otro nos damos cuenta que alrededor nuestro hay padres, hay abuelitos, hay papás, hay niños, hay niñas y todo el mundo está como wow eso es muy chévere, normalmente si ven cinco skaters patinando por la calle los ven con cara de uish esta gente qué, pero ya cuando ven un evento consolidado con gente ahí, dándola toda y ven realmente más allá de esa fachada y de ese estigma en el que nos tienen como deporte urbano, entonces es muy bueno porque nosotros hemos querido eso como darle otra imagen también a eso y darle otra imagen desde la feminidad, porque también la gente piensa que las chicas que patinan no son femeninas, la sociedad tiene eso errado de que hay cosas femeninas y cosas no femeninas y no es así, porque el hecho de que una mujer sea mujer ya es ser femenino, entonces todo lo que haga una mujer es femenino porque es mujer, eso me lo explico una chica que es muy feminista, a mí me gustó mucho y ahora lo replico, no importa si yo tengo la cabeza rapada y me visto ancho, yo sigo siendo femenina porque soy una mujer y eso no me quita lo femenino, entonces es muy bonito mostrarle a la gente que yo sigo siendo mujer y que sigo siendo femenina, aun cuando practique un deporte que se vea rudo o que solo practicaban en un inicio los hombres, entonces todo esto ha servido para desdeñar todos estos estigmas para cambiar la sociedad; una vez un chico me dijo “ay pero esos eventos se van y no queda nada, aparte de unas fotos no queda nada”, y yo le dije no, es mentira porque en los eventos nosotros hemos visto cómo se construye esa red de amigas, es que al principio dos chicas que nunca se hablaban y que hasta se hablaban mal la una de la otra, que hasta a mí me pasaba lo que les digo yo era también súper machista, yo decía “ay no es que esas viejas yo no sé qué”, empecé abrirme a conocer las chicas y uno se da cuenta que con unas bacanas, entonces uno ya se hace amigo y dice cuándo vamos a patinar todas, se crean los grupos, salen todas, patinan, se toman fotos, todas están felices, se ayudan, entonces todo esto genera ese cambio, es poco a poco pero ahí lo ideal

es forjarlo y realmente lo que yo les decía desde muy pequeña he como militado un poco esos grupos de punk, del tema social todo eso, entonces yo decía como bueno ¿cuál es mi papel? ¿cómo puedo yo ayudarle a la sociedad más allá de escuchar música que habla de temas sociales y se queja de lo que vivimos? ¿qué puedo hacer aparte de ser buena persona, de tratar de cumplir un buen papel en la sociedad?, entonces descubrí en Sobre Ruedas ese lado del feminismo que no había podido explorar y ahora lo aplico en esa comunidad femenina de chicas de skateboarding y todo eso, con las migas que tengo y con las socias que tengo lo hacemos realidad cada día, ese es nuestro propósito.

**E1:** Vamos a hacerte la primera pregunta que está un poco relacionada con la que nos comentaste, pero es un poco más concreta, ¿Consideras que las mujeres son machistas? si, si ¿Por qué lo crees?, si, no ¿por qué lo crees?

**PM4:** Sí, algunas veces sí, también algunas no todas pero en ocasiones sí porque venimos criadas en esos ambientes y a veces es difícil deconstruirnos.

**E1:** Y ¿has detectado conductas machistas reflejadas en algunas mujeres con las que compartas espacios?

**PM4:** Sí, también,

**E1:** ¿Qué tipo de conductas has podido identificar?

**PM4:** Lo que hablábamos, mujeres que entre ellas mismas se tratan de “posar”, que esta no monta ay esta si monta, se tratan de perras que porque esta tuvo este novio y la otra también, no se conocen y ya inventan chismes, hablan, se juzgan y se unen a los hombres incluso para hablar mal, para hacerle bullying a las chicas, incluso hace mucho tiempo tenían la costumbre de hacer montajes y cosas así a las redes burlándose de otras chicas, burlándose del cuerpo, de cómo se visten otras chicas y entre ellas mismas lo hacen, ahora ya no tanto y eso me gusta, porque ya tratamos de como ser más conscientes de como no venga eso no está bien, estamos

para cuidarnos unas a las otras y defendernos pero si pasa, pasaba más antes pero todavía pasa obviamente.

**E1:** ¿Sientes que tu desarrollo como mujer se ha visto permeado por imaginarios culturales de cómo serlo?

**PM4:** Claro, mucho más antes que ahora, porque ya ahora soy una mujer de 30 años afortunadamente ha vivido demasiado y ha tenido muchas experiencias, ha conocido muchas personas que me han cambiado la perspectiva, he leído, he visto películas, me gusta como tratar de estar al día y tener un pensamiento crítico respecto a mí y a mí como ser en este mundo, pero lastimosamente algunas personas no cuentan con esto y crecemos, yo por lo menos crecí en un ambiente muy machista, porque mi familia es del campo y es la típica que la mujer está en la casa para tener hijos y el hombre está afuera para trabajar y emborracharse (risas), que las mujeres son las que hacen el oficio y los hombres no cocinan, los hombres no lavan, yo tengo un hermano y nos criamos un poco así aunque mi mamá también le enseñó a él, pero si, sobre todo lo que te decía yo no sé por qué pero yo crecí creyendo que las mujeres eran mis enemigas, como que ay no, no podía, no me hallaba con mujeres, que porque eran malas, chismosas, mentirosas, siempre buscaba el refugio en los hombres, además que tuve un papá ausente entonces yo creo que eso también hacía que estuviera siempre buscando esa presencia masculina en mi vida, pero lo que te digo uno por buscar eso y por querer encajar con los hombres, por la cultura que a uno le ha impartido uno se deja permear por todas esas cosas, aparte se somete, acepta y normaliza las conductas violentas de los hombres, los micromachismos y se calla uno; yo sufrí una vez por ejemplo una violación prácticamente por uno de mis amigos, porque estaba borracha, yo me acosté a dormir y cuando me di cuenta me estaba violando, entonces en ese momento yo obviamente se lo dije a él, lo enfrente y confronté a mi otro amigo que me había dejado ahí, pero realmente el tipo más allá de decirme “ay que pena discúlpeme, ya, no pasó nada” y uno guarde eso por mucho tiempo porque a uno como le



da pena no sé contarle a todo el mundo, ya después uno viene a ver que eso no es normal, entonces uno queda como uff que horror, es eso uno se da cuenta que efectivamente uno se deja permear de eso y se vuelve muy así, pero entonces lo que te digo afortunadamente en mi caso pude deconstruir todo esto cuestionarlo, analizarlo y desecharlo y empezar a trabajar en eso, pero lastimosamente hay muchas personas que no hay podido verlo, porque también no están rodeadas de las personas correctas, es muy difícil porque tú sabes que esta sociedad es muy desigual y no todos tenemos las mismas oportunidades, yo tuve la oportunidad de conocer personas maravillosas académicas, gente que ha estudiado que son profesionales, que son demasiado analíticos, pero hay gente que vive en una ignorancia tal, que ni siquiera es consciente del estado de opresión en el que está o de la cultura en la que vive.

**E1:** ¿Cómo definirías el machismo y micromachismos?

**PM4:** Yo creo que micromachismos son más como actitudes que normalizamos y ya los machismos son más como las conductas que a veces sabemos que están mal y que los hombre ya no las ocultan ni las esconden, sino que realmente sienten y piensan que así son las cosas, no refutan para nada ni creen que este mal aunque está mal, entonces yo pienso que es algo así, los machismos son unas conductas mucho más profundas y establecidas en el punto en el que cuando una persona tiene una idea que cree que así es, así es y así es, no se la saca nadie de la cabeza y no hay forma y el micromachismo es cuando a veces la persona no se da cuenta pero lo hace y lo normaliza, como algo muy tranqui, como un piropo, algo así.

**E1:** ¿Cuáles atribuciones crees que están establecidas en el rol femenino y masculino desde la cultura machista?

**PM4:** Está dicho que una mujer no puede raparse la cabeza porque eso ya no es ser mujer, eso ya entonces es ser hombre, eso ya es ser macho, eso ya es ser marimacha...

**E2:** Eso es ser lesbiana

**PM4:** Sí ya entonces lesbiana, que le gustan las mujeres, y también por ejemplo yo soy muy partidaria que esa lucha no es contra los hombres, sino para que los hombres también puedan estar mejor, porque por ejemplo a mí me parece muy triste que un hombre no pueda llorar que no pueda expresar sus sentimientos, que no pueda cuando tiene sexo gemir, porque está mal visto, porque es gay, es una hueva, es un niño, es una niña y ellos también sufren mucho, incluso la violencia en los hombres también es terrible, lo que yo les decía por ejemplo en los skateparks como entre ellos se agreden también físicamente, psicológicamente, entonces pienso que ese rol es muy equivoco pero así es lamentablemente, las mujeres igual, las mujeres no podemos hacer trabajos fuertes, las mujeres no podemos ser ingenieras, porque todo lo de nosotras debe estar relacionado con el maquillaje, con el modelaje, con la figura, como ser amas de casa o con ese tipo de tareas y también ese rol de que somos las que lloramos que somos las sensibles, que no podemos razonar, que somos las locas, entonces todas esas cosas que lastimosamente son un montón de estereotipos que nos han impartido a nivel de género y realmente no debería a ser así pero así es como la sociedad nos ve.

**E2:** Queremos que nos cuentes un poquito más de ti, actualmente tienes 30 años, de dónde eres, con quién vives, con quién viviste en tu infancia.

**PM4:** Yo nací en Bogotá pero mi familia por parte de mamá es de Santander, como les decía hace un rato tuve un padre ausente toda la vida, lo conocí hasta cuando tuve 14 años y lo vi dos veces únicamente, no lo volví a ver más, entonces con la familia de mi papá no tuve absolutamente ningún contacto y realmente mi madre era una madre soltera, tenía ya un hermano mayor, él me lleva seis años, mi mamá lo mismo el padre de ella ausente, nunca respondió, entonces mi mamá era una mujer soltera que tenía que trabajar por dos hijos, una persona del campo, sin estudios, sin absolutamente nada, ella se vino a Bogotá a trabajar, trabajó mucho tiempo como empleada de servicio doméstico, así nos sacó adelante a nosotros dos pero lamentablemente por eso nosotros dos tuvimos una infancia muy solos, muy... sin esa

figura, nunca tuvimos esa figura de hogar ni de nada, y mi hermano me odiaba porque cuando yo nací a él le dio muy duro porque no supieron como en la casa manejar eso y como que toda la atención me la llevaba yo y él estaba pequeño como que se traumatizó un poco, él odiaba las niñas, en el jardín decía que odiaba las niñas y que no quería que lo acercaran a ninguna niña y él creció así con ese raye conmigo, entonces nunca tuvimos una buena relación, eso fue terrible también porque padre ausente y hermano que me odiaba, tenaz, entonces bueno como que mi infancia fue como triste en cierto aspecto en el sentido que yo era una niña muy resentida, entonces lloraba todo el tiempo, pelaba todo el tiempo, vivía con rabia con estrés, entonces así crecí, viví casi toda la mayoría de mi vida en el mismo barrio, vivamos en arriendo, siempre fui como muy buena en el estudio aunque no era la más juiciosa pero era muy inteligente entonces no necesitaba estudiar tanto, me iba bien en los exámenes, en las exposiciones, pero nunca hacía tareas me daba mucha pereza hacer tareas; siempre fui peleona, las injusticias, lo social, siempre viví con mi mamá y mi hermano, éramos los tres. Cuando salí del colegio mi mamá se enfermó, ella sufre de artritis, sufre de hipertensión, sufre del corazón, entonces ella no pudo volver a trabajar y yo recién salía del colegio, ahí medio tenía un técnico, me tocó ponerme a trabajar, entonces desde ahí mantengo a mi mamá, siempre la he mantenido ya llevo más de quince años dándole, mi hermano se fue cuando yo tenía 21 años, él se casó se fue y también ausente (risas), se dedicó a su hogar, mi mamá y yo solitas hemos estado desde ahí y ya desde ahí lo que les decía salí del colegio entre a trabajar, estude en el SENA, conocí gente de ese tema punk y ahí toda mi mente y mi mundo empezó a cambiar porque entendí muchos rayes que yo tenía con la sociedad, con todo, empecé a ser más consciente de cuál era mi lugar en la sociedad y cuál era el lugar que ocupábamos nosotros como familia, o mi mamá por ejemplo por ser una persona del campo que había llegado a la ciudad, todo ese tipo de estructura social, vine a ver en qué parte de esa estructura social estaba yo, entonces ahí uno

empieza a ser más consciente de todo eso de las injusticias de todo, y crecí siendo una persona así, muy analítica, muy consciente de la sociedad.

**E2:** Tú dices que viviste con tu hermano y tu mamá la mayor parte de tu vida, él se fue ya para formalizar su hogar ya grande, pues cuando tú estabas grande, mejor dicho, ¿cómo era el tema del hogar en ese aspecto?, ¿cómo se designaban los roles?

**PM4:** Cuando yo estaba pequeña, tuve que aprender a lavar la loza, a hacer aseo y todo eso de mi casa como desde los seis años, siempre tuve esa responsabilidad, mi mamá me pegaba re duro porque rompía la loza, claro uno estaba chiquito no tenía como la habilidad motriz, se me rompía todo, mi hermano era el que medio cocinaba porque él ya estaba más grande que yo, a él le tocaba como la cocinada y yo los quehaceres de la casa, digamos que en cuanto a mi acompañamiento, nunca tuve acompañamiento en nada de mi colegio, o sea nadie me ayudaba en nada (risa) porque yo salía de estudiar y mi tía me recogía y era otra tía que también es del campo y tal, entonces ella no tenía ni idea de nada, de matemáticas, ni de nada, por ahí tenía un par de primas grandes que eran las que medio me ayudaban con un dibujo con cualquier cosa que me tocara hacer que yo no supiera o algo ahí medio me ayudaban, ellas eran por ahí las que me peinaban, pero no yo me acuerdo que no totalmente; mi hermano lo que te digo ya él aprendió como a cocinar, cuando estuvimos más grandecitos ya me tocaba a mi sola con él, ya no me cuidaba mi tía, entonces me tocaba con él, a partir como de los ocho años ya me enseñaron a hacer el arroz y yo era la encargada del arroz (risas), entonces ya me tocaba eso, lo mismo si se me quemaba el arroz mi mamá llegaba a pegarme, entonces era terrible, pero como uno en ese momento lo ve como por qué, por qué, pero ahora digo ah menos mal yo soy muy guerrera (risas), ya no se me quema un arroz pero ni a palo, entonces si yo me crie así, esos eran los roles nuestros, el fin de semana lave su ropita, lave sus uniformes, siempre nos tocó ser personas demasiado responsables, a veces no había tiempo para ser niños, pero aun así tuve una infancia bonita porque en un tiempo cuando yo tenía ocho años nos fuimos a vivir a

otro barrio, allá habían muchos niños y era un barrio muy seguro, era casi como un pueblo, entonces ya era muy chévere porque yo me la pasaba jugando con ellos, íbamos a la montaña íbamos a la laguna, feliz, hasta que nada salí del colegio, mi hermano ya se fue, yo empecé a trabajar y empecé a responder por mi mamá, ahora el rol de ella es ayudarme mucho, ella me ayuda con los oficios, con todo y yo soy la que trabajo y ya.

**E2:** ¿Has tenido experiencias incómodas que sientes que fueron dadas por el hecho de ser mujer?

**PM4:** Total yo siento que los hombres en ese sentido son muy afortunados respecto a nosotras, porque por ejemplo a mí me molestan mucho cuando me arreglo y salgo con una falda o algo a la calle, uff eso es súper incómodo, incluso a mí me aterra que salgo en sudadera, así sin bañarse con el buzo encima y todavía uno tiene que aguantarse que le digan cosas, entonces yo digo no tiene ni que ver con lo que uno lleve puesto, sino que se cruza uno a un man que no sabe respetar y simplemente uno se aguanta esas vainas, yo soy de las que soy una gamina, yo les contesto y de todo pero no deja de por dentro arderle algo como de que mierda de por qué por qué, porque a ellos no les pasa, entonces uno sabe que le está pasando eso es por ser mujer, no por nada más, es por ser mujer, a mí me pasaba que cuando estaba más pelada que me tocaban la cola en la calle, una vez un man pasó en la bicicleta y me pegó un palmadon en la cola que yo what, un tiempo iba a recoger a un niño a un jardín, me pagaban por recogerlo todos los días, un día de esos iba a recoger al niño cuando pasó un tipo y me agarro así la cola horrible y cosas así siempre me ha pasado, y uno como ¿por qué me pasa eso por ser mujer?, y todavía lo que les decía, uno va por la calle y le dicen cosas, o por ejemplo lo que me pasó con el parche de amigos con el que no volví a montar, si hubiera sido un hombre obviamente no me hubieran exiliado del grupo (risas), pero como era mujer, eso es lo feo como que uno siente que lo utilizan, como que cuando uno les representa algo que pueden obtener por el hecho de

uno ser mujer y satisfacer esas necesidades que ellos tienen entonces vale y si ya no les satisfacen las necesidades o simplemente les cierras la puerta entonces ya no vales.

**E1:** Algo que quiero resaltar de lo que tu habías dicho, es que cuando uno es pareja de alguien por ejemplo tú dejas de ser Merlina, tú eres la novia de Pepito, entonces cuando no eres la novia de Pepito, entonces es ah bueno ya no tenemos ninguna relación con Merlina porque no es la novia de Pepito, entonces tú dejas de ser la posesión de alguien y ya no existes.

**PM4:** Incluso me pasaba también con chicos que se acercaba supuestamente por amistad, si no me gustaba el chico yo le decía, eh no conmigo no, seamos amigos todo bien, entonces se volvían súper rayados y te querían hacer sentir mal y te querían hacer quedar mal delante de la gente, cambiaban esa actitud de un momento a otro, al principio súper buena onda y ya cuando tú les dice oye no, pasan a odiarte, lo odian a uno de un momento a otro y es horrible, todas esas cosas me parecen que son horribles, también eso de sentir baja autoestima y esa inseguridad con el cuerpo de uno, los hombres son más seguros de ellos mismos porque no está ahí todo el mundo diciéndole cosas y aun así a veces sí, porque conozco a unos que les pasa se sienten inseguros de que están barrigones, pero es más con nosotras, uno siente esa presión de que si me engordo, de que si no me arreglo un día, de si me ven enferma o despeinada entonces me juzgan y es verdad lo juzgan a uno, por ejemplo entre mujeres me parece una mierda, que por ejemplo hay señoras, yo tengo una suegra (risas) que esta señora me tiene mamada y un día me tocó decírselo porque cada vez que yo llegaba a su casa decía “uy está como gorda, tiene el pelo como seco y está toda brotada”, como esa vaina de estar diciendo, y yo jamás la escuché diciéndole a un hombre “oiga mijito usted está como feito, usted no se bañó, o usted está como despelucado, está como gordito” jamás, en cambio con las mujeres es una presión increíble que uno dice pero por qué la gente tiene que ser así y es por eso porque

nosotras somos mujeres y tenemos que aparentar esa perfección y esa vaina que es muy jarta, básicamente esas cosas me ha pasado por ser mujer (risas).

**E1:** ¿Cambiate alguna acción o comportamiento para evitar disgustos o celos por parte de tu pareja?

**PM4:** Pues yo normalmente soy muy... yo cuando tengo una pareja soy muy respetuosa, pero yo siento que eso en mí no es tanto como una imposición social, sino que me gusta hacerlo porque me respeto, respeto mi cuerpo, no me siento bien de pronto teniendo relaciones con varias personas, aparte a mí también me gusta que la gente sea muy sincera conmigo, a mí me gusta aplicar lo que quiero que la gente haga conmigo, entonces en mis relaciones trato de ser como quiero que sean conmigo, en ese sentido yo realmente creo que no, de pronto el problema, pero yo siento que ese problema no es tanto por la otra persona, sino es más problema mío que realmente yo con mis antiguas relaciones me dedicaba tanto, tanto, tanto a la relación que me olvidaba de mí misma, entonces yo dejaba de compartir con mis amigos porque pensaba que a la persona no le iba a gustar que yo estuviera farreando con otra gente, no porque la otra persona me dijera no salga no farree, sino yo creía que era mejor así, pero después cuando uno se da cuenta de que era mejor para esa persona pero no para uno (risas), incluso me daba risa porque ni siquiera me lo estaban pidiendo, lo hacía yo tal vez por puro condicionamiento mental, creía que así era, pero yo también cambié mucho eso a través de esa deconstrucción mía y con mi pareja actual ya es muy diferente, él si para nada y nunca me ha pasado eso de que le digan a uno no se vista así o no sé qué, pues porque también yo creo que he sabido escoger a mis parejas y siempre han sido chicos como muy buenos, muy relajados que nunca me ha dicho como que no y no yo para tener una relación con alguien (risa) no, de verdad que no me meto con cualquiera, en ese sentido si no, si yo veo que el man es así misógino machista, noo, chao, jamás. Tuve uno de pronto si cuando estaba más pequeña por lo mismo porque ahí era más niña y el man si era un celoso posesivo que yo no podía hablar con nadie y yo creo que eso fue

lo que me enseñó a ver qué no quería y qué tipo de persona yo no quería en mi vida, porque el man uy no era una mamera, también trató de levantarme la mano y yo tenía como 19 años, dije no esto no es para mí, yo si chao...

**E2:** Gracias, pero no muchas gracias (risas).

**PM4:** Yo siempre he sido una persona con mucho carácter en el sentido que cuando yo digo no, es no, cuando digo ya no más es ya no más, yo nunca he sido de las que vuelve, nunca he estado en esos círculos viciosos de maltrato, si he aguantado de pronto maltrato mental con chicos, pero no tanto como que me quisieran hacer el daño sino que uno mismo toma ese papel de víctima, como que uno no se siente feliz o no se siente contento, porque uno quiere que la persona sea como uno quiere, en parte este papel machista y como controlador y quiere que las cosas sean como uno quiere y eso es lo que hace que uno reciba ese drama, pero es porque la otra persona es un ser libre y sintiente al que uno no puede obligar, pero ya cuando uno aprende todo eso uno se relaja un montón porque uno ya sabe que no puede forzar las cosas, que la persona también tiene sus derechos, sus espacios y aprende uno como a manejar relaciones más sanas.

**E1:** ¿Has sufrido situaciones en las que eres consciente de tener la razón, pero la otra persona te persuade hasta el punto de hacerte dudar?

**PM4:** Sí, total a veces las personas tiene ese poder de convencerlo a uno de que es algo que uno no es, entonces si me ha pasado como que me quieren convencer pero yo no me dejo (risas), yo siempre soy muy consciente porque se ver mis errores, se ver cuando la estoy embarrando y cuando no, reconozco no soy orgullosa, muy tranqui, tengo dignidad más no me gusta tener ese orgullo como incoherente no, si yo la embarro trato de ser consciente en todo en el trabajo, con mis amigos, con mi familia, siempre soy muy consciente porque a veces uno tiene esos momentos volados y todo, pero en el fondo uno sabe quién es y quién no.



**E1:** En tus relaciones te has hecho preguntas como ¿seré yo la exagerada?, ¿me estaré imaginando las cosas? ¿será que vi mal o leí mal?

**PM4:** Sí realmente sí y a veces uno es muy videoso (risas), yo hablaba con un psicóloga un día y ella me decía, que lo que pasa es que también hay un tema de genética, de cromosomas, de hormonas, que realmente nosotras como mujeres si somos un poquito más sensibles a ciertas cosas y ellos son un poco más básicos, son más simples, nosotras somos más complejas, pensamos más sentimos más, ellos son un poco más irracionales, actúan pero no piensan, entonces a veces nosotras... yo por ejemplo soy extremadamente videos o sea yo pienso demasiado y también pienso demasiado por qué, porque yo siempre he sido una persona muy inteligente, yo tengo una sensibilidad mucho más avanzada porque también soy artista, me gusta la música, esas cosas lo vuelven a uno más sensible a muchísimas cosas, uno puede ver una cosa y piensa mil cosas de eso, en cambio hay gente que ve la cosa y piensa una cosa, entonces sí me ha pasado que a veces digo, será que estoy exagerando y si, normalmente en esas ocasiones si estaba exagerando (risas), pero también sé que hay ocasiones en las que no y hay ocasiones en las que a veces las personas nos quieren hacer creer que estamos exagerando pero yo la verdad siento que eso es más humano que de un género y yo creo que eso ya va en nuestro nivel de manipular también y los humanos seamos hombres o mujeres tenemos ese poder, también va mucho en la personalidad de cada quien que a veces no aceptamos que la otra persona tiene la razón y le queremos hacer ver como que está haciendo un show innecesario, que está exagerando, que lo que dice no es correcto, pero es como ese balance que a veces uno sabe que tiene la razón, como sabe a veces que no, han habido ocasiones en las que sé que no, pero hay otras que sé que sí (risas).

**E2:** En algún momento cuando estás hablando sobre algún tema ¿has sido interrumpida arbitrariamente por un hombre para dar él su opinión, corregirte o cuestionarte sin darte la oportunidad de terminar con tu argumento?

**PM4:** Si claro muchas veces, uy sí mucho, sobre todo y lo peor de todo es cuando te minimizan tus argumentos, cuando se burlan de tus argumentos, cuando te tratan de hacer ver como estúpida y si me ha pasado varias veces en muchos ámbitos.

**E2:** ¿Se te viene a la mente alguno?

**PM4:** Por ejemplo hay algo que pasa mucho y a mí me molesta y es que cada vez que alguien..., conozco una persona que es así y ahí sé que hay muchos hombres son así y me da rabia; el otro día estaba viendo una publicidad, a mí me gustan las motos, pues yo sigo una página de motos, entonces hicieron una publicidad súper misógina, dizque una chica así en moto y diciendo que el sugar dady se la había regalado y como una mierda así súper misógina y a mí me dio mal genio, yo le dije bueno y cuál es la finalidad o como por qué tienen que hacer esta publicidad tan misógina, cómo así, las viejas no pueden tener una moto comprada porque se lo tiene sí o sí que regalar un man, porque si o si tuvo que haber comprado la moto con sexo o algo así, no sé, favores sexuales, o sea una mujer no puede ganarse sus cosas por mérito propio según ellos sino que tiene que si o si haberse vendido o haber vendido su cuerpo para conseguir las cosas entonces eso no es así, entonces le dije al de la página, sale un man que lo peor es que es conocido mío a decir “ ay, pero si fuera al revés, si fuera un hombre y dijera que la sugar momy se la regaló entonces nadie diría nada” y le digo pues parcero en mí está ofenderme por lo que a mí me acuña, o sea por lo que a mí me duele y me corresponde como mujer, si a ti te duele como hombre pues como es la vuelta pues peléalo, pero no me vengas a decir que no me puedo quejar porque hay hombres que no se quejan de que les pase eso, eso me pasa mucho y siento que pasa mucho que el man siempre es “ay pero si fuera al revés”, quéjense, armen su vuelta también porque yo no puedo estar peleando por lo suyo y por lo mío también, es como también unámonos para que ni por un lado ni por el otro pasen esas cosas, pero es súper molesto, esas situaciones me molestan mucho o también me ha pasado que cuando estoy en un grupo con chicos, me pasó que había una chica trans y el man dice “ah

pero eso no es una mujer”, y yo le dije es una mujer, si ella quiere ser una mujer es una mujer, entonces esa cosa como de que siempre estén como minimizando todo lo de uno porque uno es mujer o por ejemplo lo que hablábamos que porque uno es mujer no puede tener varias parejas sexuales o que le hayan conocido cinco novios porque es una pu\*\*, pero el man ha tenido cinco novias, se come a todo lo que se mueve y el man es re áspero, es un chacho, es un teso, es un duro, es un conquistador y la mujer es una pu\*\*, es una zo\*\*, es una regalada que se lo da a todo el mundo, ese tipo de cosas me molestan demasiado y yo siempre lo he visto.

**E2:** ¿Cuando estás en un ambiente que en su mayoría es masculino te sientes incómoda para expresar tu opinión en ciertos aspectos?

**PM4:** Claro, si, si me ha pasado mucho y me ha pasado de hecho con todo en el skate, hablando de política, muchos manes piensan que uno no puede opinar de ciertas cosas y que la mujer calladita se ve más bonita y lo peor es que hay mujeres que también creen eso, porque a mí me ha pasado mucho, lo que les decía lamentablemente con la familia de mi chico, porque yo nunca he podido ser una mujer sumisa, a mí nunca me ha gustado eso de quedarme callada y que yo no digo porque el qué dirán o porque me cogen bronca, a mí no me importa, yo expreso mis pensamientos con quien sea, donde sea, como sea y nadie me calla (risas), nunca me he tenido que callar porque no tengo esa personalidad pero eso sí me ha traído algo que he notado y es que no le agrado a la gente, a todo el mundo, entonces ya uno entra como rayando, que porque uno no es calladita, toda linda y toda agradable, siempre está feliz, que está diciendo lo que los demás quieren oír, yo no puedo ser ese tipo mujer, eso sí me ha traído esas consecuencias de que la gente no me quiera, como que le fastidio a la gente, como que no me quieren escuchar, porque además la verdad molesta, entonces a veces cuando uno dice la verdad no les gusta, entonces si eso si me ha pasado, por eso mi círculo social es pequeño pero no importa, ahí están los que tienen que estar.

**E1:** ¿De dónde provienen tus recursos económicos? ¿tienes algún ingreso además de tu trabajo?

**PM4:** Siempre la verdad he tenido mi ingreso fijo en mi trabajo, porque realmente lo que yo les decía yo llevo quince años soportando mi hogar, también ha sido un poco ese miedo a lo desconocido y a pasar necesidades que nunca he querido que ella las pase, entonces siempre he tratado como de mantenerme en un trabajo estable, entonces me gusta tener mis contratos, pero si quisiera en algún momento poder ser un poco más independiente, porque obviamente a mí me gusta todo este tema y a veces no encuentro el tiempo para hacer cosa que me apasionen más, aunque la administración me ha servido mucho, por ejemplo con Sobre Ruedas mi ideal es que algún día esto sea una corporación súper establecida y que ya sea nuestro propio negocio, pero no, por ahora no, ese es el único ingreso que yo tengo.

**E1:** ¿En algún momento has sentido que se controlan tus ingresos?

**PM4:** No como controlármelos pero si tuve un novio que era súper tacaño y siempre escondía lo que él se ganaba y decía que él no tenía plata y yo terminaba gastando lo que no tenía en él, yo si andaba con los tenis rotos, con ese man que te digo que montaba tabla que era mi primer novio skater, ushh una pesadilla, la verdad con todos mis ex novios yo me hablo en la buena y todo, pero con ese sí (gesto de fastidio), la realidad es que él sí me levantó la mano, me trató de pegar, me pegó realmente me pegó y fue algo tan horrible que con esa persona sí, yo lo veo a veces por ahí y soy como uy no, es que no, no lo soporto, no lo puedo ni ver.

**E1:** ¿Todavía se encuentran?

**PM4:** De vez en cuando, claro, porque el man monta tabla entonces a veces voy a un evento o algo y el man está ahí y es como naaa que horror, no lo quiero ni ver, de verdad que es un resentimiento así y ese man era así lo que te digo, me daba rabia porque se aprovechó mucho de mí, yo realmente vivía al día, le tenía que dar plata a mi mamá, tenía que comprar todo y aun así el tipo me decía no tengo plata no sé qué y yo siempre compre todo, la comida para los

dos, los transportes; un día me hizo una re loca, estábamos tomando con unos amigos de él y yo tenía mi bolso ahí, bueno se acabó la fiesta, nos fuimos para mi casa en un taxi y cuando llegamos me dijo que él no tenía plata para el taxi, entonces yo iba a pagar el taxi y me di cuenta que me había robado la billetera y yo (cara de sorpresa) no tengo mi billetera acá me robaron y el tipo se enloqueció, que cómo así que si estaba queriendo decir que los amigos de él eran ladrones, se pudo furioso, prácticamente yo le salí a deber, lo peor era que si tenía plata y le tocó pagar el taxi (risas), después me la armó en la casa diciéndome que no y que no que los amigos de él no me habían robado, que quien sabe yo que había hecho la billetera, cuando al otro día miramos las cámaras de donde estábamos, efectivamente uno de los amigos de él me había robado la billetera. El tipo a toda hora era me extorsionaba mi platica.

**E1:** Apenas hubo esa violencia, ese tipo de violencia ¿tú te fuiste?

**PM4:** No porque eran como microviolencias, entonces era la pelea gritona, el drama y el show, pero en si no me había tocado era en sí lo que te digo violencia psicológica, como de tratarme mal, decirme que yo estaba loca, que los amigos de él no me iban a robar obviamente, y siempre me hacía shows, era muy posesivo si yo llegaba tarde o algo ya estaba haciendo el show de que con quien estaba, entonces mi vida pasó a ser con él, solo con él y entonces nada ya un día fue una pelea súper fuerte y me golpeó, realmente me golpeó y ya desde ahí ya yo hui inmediatamente, mi lema siempre ha sido que no tuve un papá ni nadie que me levantara la mano, mucho menos me la voy a dejar levantar de un desconocido, entonces no, realmente no quise seguir esa relación y pues en eso siempre he sido muy radical.

**E1:** ¿Cuando tienes discusiones con tu pareja o algún altercado, eso lo hablan o lo omiten, hacen lo que el otro quiere, o hay algún tipo de conversación y comunicación donde se expresen aquellos desacuerdos?

**MP4:** No realmente yo no puedo ser ese tipo de persona que se calla las cosas, que aguanta en silencio, sufre en silencio, yo no sé hay gente que es así y la verdad no sé cómo carajos hacen porque tratan de disimular se comen todo, yo no puedo disimular con nadie, con nada, si algo me molesta, si una persona no me cae bien todo se me nota, entonces yo realmente si soy de las que voy hablando, me acostumbre a ser muy frentera como desde los diecisiete años porque a mí me pasaba mucho que por no decir las cosas por ejemplo a los manes, habían chicos que me caían, me molestaban y me invitaban a salir y yo por no quedar mal con ellos como que les decía que si, como que me daba pena decir que no y pasaba momentos súper incómodos con gente que no quería estar a la final, o chico que trataban de besarlo a uno y uno no, hasta el último momento uno se daba cuenta que no quería eso, cuando uno les decía oye no, se molestaban que porque uno les aceptó la cita que porque uno les aceptó la llamada, que porque uno les siguió la conversación; yo desde ahí aprendí que era mejor siempre desde un principio hablar claro y así me pasa con mis parejas yo soy muy de las que sí siento cualquier cosa se las voy diciendo, obviamente a veces es difícil que la otra persona también, porque muchas veces si me ha pasado que quieren como que “ay no después hablamos, cuando se le pase”, y uno como que a veces si quisiera dejarlo pasar como para estar bien pero yo no puedo lo que te digo vuelvo y le digo pero no acá toca hablar, por ejemplo con mi chico yo ya llevo cuatro años y él antes era muy distinto, él tenía comportamiento súper diferentes, que yo tuve que irlos conociendo a medida que también lo conocía y que formalizamos la relación pero él sí afortunadamente es una persona que se deja...

**E2:** Muy receptiva

**PM4:** Sí, puede que él diga hoy una cosa pero si yo lo hago caer en cuenta como que la logra pensar, al principio era también de los que hablaba mal de la ex novia, que la pe\*\* que yo no sé qué o hablar de otras chicas o decir cosa del aborto y yo lo cogía uy venga eso no es así porque esto, esto y esto. Él ha cambiado resto como que ahora yo lo veo a él hace cuatro años

a lo que es hoy y es una persona completamente diferente, entonces es chévere porque es una persona con la que se puede construir y con la que se puede llegar un entendimiento y así mismo con todo.

**E1:** ¿Tu pareja es de la escena?

**PM4:** Solo ese chico que te digo.

**E1:** Ahh okay, tu pareja no es de la escena, el actual.

**PM4:** No, él es de la escena pero de BMX, pues básicamente sí porque también se mueve en todo ese mundo de los deportes extremos, incluso es tatuador y todos los skaters mis amigos lo conocen porque es un excelente tatuador, entonces si también se mueve bastante en todo eso.

**E1:** Eso es todo, queremos agradecerte mucho por tu tiempo, por contarnos y abrirte tanto con nosotras, de verdad valoramos mucho eso.

**PM4:** Vale chicas, no muchas gracias a ustedes, espero que les haya servido de algo toda la charla ahí (risas) y pues nada a sus órdenes también como colectivo, con Vale, ustedes ya saben cuentan con nosotras y nada ahí estamos.

**E2:** Mil gracias, igual estaremos en contacto con ustedes porque la investigación aún está en la mitad y para todo lo que se vaya a dar a través de esto la idea es también dejarles un granito de esto, mil y mil gracias por la colaboración.

**PM4:** Vale chicas muchas gracias a ustedes.

### **Entrevista participante PZ5**

**PZ5:** Mi nombre es Zaoriana, tengo 29 años y pues así que mega practique skate digamos que sí, no mega practico skate, pero si patino un poco, patino hace cinco años pero digamos que llevo como tres porque no soy nada juiciosa. Soy programadora neurolingüística, terapeuta.

**E2:** Perfecto, iniciaremos con las preguntas ¿Consideras que las mujeres son machistas?

**PZ5:** Si, yo considero que sí, porque el machismo está súper implantado en la forma en que a nosotras nos criaron. La cultura y la sociedad tiene una forma y un estilo de crianza en donde existen como “unos principios y unos valores” que están regidos casi siempre a una religión y te hacen cumplir unas reglas que a la final no tiene tanto sentido pero que “tú las cumples” y ahí hay encerrados muchos machismos, que de todas maneras las mujeres poco o nada tenemos un respaldo cultural y social en todo lado, es muy raro una cultura donde la mujer si tengan respeto y un valor máximo, casi siempre pasamos como a un segundo plano no o casi a lo tercero, casi siempre es como primero la avaricia o el poder, luego piensan en ellos y luego si estamos nosotras y pues que cagada porque somos nosotras las que decidimos dar la vida.

**E2:** ¿Has detectado estas conductas machistas en las mujeres con las que compartes espacios?

**PZ5:** Si, obvio. Solo cuando te preguntan por tu novio eso ya te dice mucho, solo porque eres niña asumen que tú debes tener un novio o sea un niño, de hecho el domingo me preguntaron “Ay ¿tienes novio?” y yo: te voy a corregir con todo el amor del mundo y la próxima vez que le vaya a preguntar a cualquier persona lo único que tienes que hacer es preguntar si tiene pareja, y me dice “ay es que eso suena como gay” y yo: no mira es que no es que suene gay o no, tú te vas a encontrar con personas trans, te vas a encontrar con personas no binarias, te vas a encontrar con personas pansexuales, te vas a encontrar con una rama súper grande de géneros donde tu escoges, ni siquiera escoges es algo que se siente entonces tú no puedes decir “ay no si mira vamos a tener un novio a una novia”. Entonces tú no puedes asumir que es una chica o solo porque te diga que es pareja entonces ya es gay, y me dijo tienes razón la próxima vez voy a preguntar por la pareja, y yo claro porque tú no quieres juzgar a la persona por la pareja que tenga porque nadie merece ser juzgado por su orientación sexual a cada quien le gusta lo que le gusta.

**E2:** Si, total ¿Y sientes que esos imaginarios de cómo ser mujer o esos estereotipos te han permeado en tu desarrollo?



**PZ5:** Total, es que tengo 29 y eso hace que tu hayas crecido en un ambiente diferente mi familia es un poco conservadora y yo era una niña a la que le gustaban mucho los deportes, cualquier tipo de deporte a mí me llamaba mucho la atención y me gustaba mucho el fútbol pero él “no puede practicar fútbol porque es de niños” y a mí no me importaba tener o no un pipi para salir corriendo detrás de un balón, no me interesaba yo solo quería correr detrás del pinche balón, y así sucesivamente con la mayoría de deportes en mi vida. Con él skate yo quería patinar como desde que tenía 14 años y yo le decía mami quiero patinar y ella me decía no no no, se va caer, se puede romper algo y siempre era un no para cualquier tipo de deporte porque simplemente no era para niñas, y eso me condiciono porque yo era una chica que quería ser deportista de alto rendimiento, y para eso necesitas mucho, demasiado tiempo, entrenos, alimentación, citas, todo pero como para eso se necesita el apoyo de tu familia para hacerlo y como no les gusta pues entonces no lo hacen.

**E2:** Y en ese sentido ¿qué atribuciones están dadas para el rol masculino y para el rol femenino? según lo que tu conozcas al respecto.

**PZ5:** Empecemos porque en casa pasaba, mi abuelita no trabajo y no estudio solo hizo un curso de secretariado porque le insistió a mi abuelo para que eso pasara, y de ahí en adelante cursos de manualidades o sea ella nunca pudo decir “ay, vamos a hacer una carrera” no, paila. Tuvo cinco hijas y seis hijos entonces tuvo niñas y tuvo que abrirse un poquito a que sus hijas tuvieran que estudiar, pero él pensamiento era: no importa, ustedes estudien lo que quieran pero tiene que conseguirse un marido que le dé, que le provea, que le haga y que no sé qué...O sea siempre por los dos puntos donde lo vieran sea de mi abuelo o de mi abuela habían pensamientos machistas, el hombre en una posición y la mujer en otra, el hombre es él que da y él que tiene que tener la plata a pesar de que te enseñaban que tu tenías que trabajar para proveerte porque no sabías en que momento al hombre le picaba el trasero y se iba. Era como te enseñamos a ser “codependiente” pero de todas maneras tienes que aprender a ser dependiente. Y empiezas a

crecer en un círculo rarísimo de micromachismo, machismo y no machismo porque pues somos más mujeres que hombres en la casa, aun así es lo que diga el nene que tiene cuarentaypegale años y pues lo que diga él se hace y puede estar equivocado pero lo que diga él.

**E2:** Ok, y ya que mencionas eso ¿Cómo definirías machismo y micromachismo?

**PZ5:** Yo creo que definirlo como tal es un poco complejo, yo creo que hay que darle apertura el machismo solamente es una forma de cultura, lo que yo les decía nosotros estamos criados para que la mujer no pueda ejercer su rol de creadora potencial de vida; estamos condicionadas y para estar condicionada hay alguien que tenga que marcar la fuerza entonces él hombre físicamente es más fuerte entonces es quien marca la fuerza y la diferencia. Definirlo como tal no, yo diría que es un estilo de cultura un poco complejo y limitante a la hora de crearle un espacio al rango femenino, porque el rango femenino tiene muchos tipos de mujeres. Entre mujeres nos entendemos más, entre mujeres tenemos un poquito más de feeling o sea nos miramos y ya sabemos que está pasando porque hay un sentimiento, hay una emoción que quizás los hombre no desarrollan tanto porque la cultura no los deja, entonces también hay machismo cuando se expresa “los niños no lloran” por favor, cómo no vas a dejar que un niño lllore ¡weyyy! todos tenemos derecho a llorar, a reír, a compartir, a estar tristes porque de todas maneras todos somos iguales, en ese sentido y creo que eso sería definir el machismo, no permitir que la persona sea libre en su total expresión. Los micromachismos conductas mínimas que te hacen saber que naciste en un ambiente así, a pesar de que yo nací en un ambiente lleno de mujeres, pues la mujeres no mandan en mi casa, o sea mandan entre mujeres pero a los hombres les cuesta ejercer un poquito de poder por encima del hombre, pero cuando uno lo va a ejercer y dice ahh rompamos el estereotipo de machismo o sea tu eres el rebelde, tú eres él que está mal, tú eres él que está viendo para otro lado, a mí me han dicho hasta comunista en mi casa solo por pensar así con un poquito de empatía. Pues porque parece todos somos iguales

y todos merecemos lo mismo sea o no en las mismas condiciones de vida, pero si tú le puedes dar a alguien una condición mejor de la que tiene pues ya créeme que lo hiciste.

**E1:** Bueno, las pregunta que te hicimos eran más apertura al tema, más desde lo cultural, ya vamos a entrar a realizar unas preguntas un poquito más personales, pero pues no es nada heavy, nada del otro mundo. Queremos saber con quién vives y con quien viviste en tu crianza, también queremos saber más de cómo estaban demarcados esos roles en tu hogar.

**PZ5:** Bueno creo que ya les conté más o menos donde me crie, vivo con mi mamá pero pues siempre hemos sido como una familia muy unida y tener una familia unida también trae muchas complicaciones a la hora de desarrollarse libremente por así decirlo. Yo viví con mis abuelos, mis dos tías y mi mamá hasta los ocho años más o menos, de ahí me fui a vivir con mi tía y mi prima como un año, luego ellas se fueron y me quedé viviendo solo con mi mamá y de ahí para arriba solo hemos vivido las dos. Cuando yo tenía como 19 años me fui para Yopal y allá y uish allá hay mucho machismo, me fui a vivir allá y allá duré como cinco o cuatro años y luego me devolví para Bogotá y otra vez viví con mi mamá y vivo con ella ahorita.

Crecer con mis abuelos significa los que les dije, crecer donde rige más el poder del hombre que él de la mujer, yo creo que yo nací en un ambiente limitante, pues por lo mismo no porque eres niña entonces no puedes hacer ciertas cosas, mi mamá creció en él “estudie algo que de plata, no algo que le guste” entonces desde ahí empieza a haber una frustración de sueños atrasada, y eso se pasa de generación en generación y crecer en un ambiente en donde cortan tus sueños por x o y razón te va condicionando así. En mi casa crecimos diciendo: “Es que si yo tuviera pipi ya me habrían enseñado a manejar” “si yo tuviera pipi me habrían dejadoirme de viaje con mis amigos” y así una cantidad de cosas que te condicionan la forma en la que creces, porque te frustran la mitad de tus sueños solo por tener vagina que es lo más bonito de la vida y te frustran porque en la sociedad no enseñaron al hombre a respetar a la mujer si no a la mujer cuidarse del hombre, y ahí está todo él puerco error, porque tú tienes que salir

corriendo a decirle al pipi que no se meta en cualquier vagina y no a la vagina que no se lo deje meter de 20 pipis. Es distinto, cambia mucho la percepción porque el hombre tiene más poder, tiene más fuerza, gana en la calle, entonces crecer en un ambiente si obvio si te condiciona, es un re sí.

**E1:** ¿Has tenido experiencias incómodas que sientes que fueron dadas por el hecho de ser mujer?

**PZ5:** Si obvio, es como en todo, yo estudie investigación criminal y eso es un ambiente también muy machista porque la mayoría son hombres, creen que por uno ser vieja no va a saber o es más delicado o no puede... en Yopal solo por ser mujer tenía que aguantarme a los viejitos decirme cosas y si yo respondía era como “oye no le digas nada es un viejito” y yo: viejita esta, yo como me voy a dejar irrespetar de este man solo porque si, solo por tener canas, no, el día de mañana le dice eso a una niña chiquita y entonces ahí si va a haber un problema, no, eso hay que pararlo de raíz, si son así con uno créanme que en algún momento se les van a torcer esos ojos, para donde sea que vayan a mirar siempre van a buscar a alguien menor. Solo por ser mujer yo no puedo salir a caminar a las 10pm en mi barrio, y es como que no solo sabes que te van a robar si no, te van a robar, te pueden violar, te pueden desaparecer, o sea cincuenta posibilidades; me hicieron acordar de una historia de un chico trans que al hacer la transición se dio cuenta que corría muchísimos más riesgos cuando era chica que ahorita que eres chico, hay momentos en los que uno dice Dios mío, obvio que si tú te sientes vulnerada hasta en el transporte público, así tu vayas lo más chirri del mundo te ganas a algún morbosito y unos es como OMG ¿Porque no se callan? A las mujeres nos gustan las mujeres y no estamos gritándoles por ahí “uish cosita que rico” ¿Porque no se ahorran sus comentarios?

**E1:** ¿Has sufrido situaciones en las que crees tener la razón pero una persona te persuade tanto tanto que te hace dudar de ello?

**PZ5:** No yo incluso soy a veces la que persuade a la gente, es como “oye mira estas errando” pero no, no me ha pasado.

**E1:** Ok, y en tu relación cuando ocurren peleas o pasan momentos incómodos ¿te preguntas como si tu estas exagerando, o si tú te estas imaginando las cosas, si viste mal o leíste mal y finalmente le preguntas si tú eres la que está exagerando?

**PZ5:** Obvio, entre mujeres existen los mM, entre nosotras, y a veces uno tiende a exagerar acciones y es como parece ya entiendo porque nos dicen a las viejas que están locas, uno no está loco uno solamente reacciona a un límite de tolerancia pasivo-agresivo a la que ha sido conductuado, tu no reaccionas como mujer porque estás loca, o te va a llegar o tienes él periodo si no como que has sido sometida a un poco de traumas y situaciones y algo tiene que explotar, entonces ya empiezas a ser tu como la mala, como que “tú te estas montando en una película que no es, tu estas exagerando” y llega al punto en él que tú le preguntas a tus amigas, marica será que estoy exagerando o ¿esto está bien? por favor instrúyeme porque que es esta mierda.

**E2:** Y en tu relación de pareja ¿cambiaste alguna acción o comportamiento muy tuyo por evitar un disgusto o molestia por parte de tu pareja?

**PZ5:** Total, yo me ahorraba el decir “oye porque estas mirando así” “oye porque estás hablando así con tal” pero llegaba el punto en el que uno pensaba bueno ya, yo tampoco soy ciega, yo tampoco no existo, y uno se siente vulnerable porque es una falta de respeto y eso va directamente proporcional a ti, eso quiere decir que tú no te estás dando el suficiente respetos a ti misma como para que el otro lo haga, si tú te respetas no vas a sentir celos solo te vas a sentir incomoda con tu pareja por algún comportamiento y vas a poder hablar con tu pareja y si tu pareja es la persona que es para ti te va a decir bueno mira entonces yo lo cambio, eso es ser una relación madura, es una relación sana.

**E1:** ¿Has sentido que tu pareja te controla, como que te preguntas yo en que momento llegue a esto?

**PZ5:** Pero mira que era un tipo de control más de manipulación, una vez me dijo vamos a salir, pasa y me recoges al trabajo y yo listo de una, entonces me arregle y me sentía linda e incluso le mande una foto a una amiga y me dijo te ves linda y yo, listo de una y me fui por ella y fue terrible porque me hizo una cara terrible y yo ¿que, que tengo? ¿que me paso? y me dice: ¿Cómo te vienes así vestida? y todo el camino de ahí a la casa calcula tu unos 15min fue así, ¿a ti porque se te dio por ponerme eso? ¿a ti qué te pasa? todo se resumió a un “a mí me da pena salir contigo así vestida” yo me sentí súper destruida porque a mí en la vida me habían dicho eso, y ya veníamos como en discusiones y yo dije no, pues como que quiero apaciguar las cosas y ella me dice si no te cambias no salimos, y bueno yo me cambie porque se supone que uno “tiene que bajar la guardia” para evitar peleas, videos y todo este tipo de situaciones, pero uy no.

**E1:** Y cuando peleaban o se disgustaban ¿cómo solucionan el conflicto? hablando o lo omitían hasta que ya se les olvidara.

**PZ5:** Los conflictos no se solucionan si no se hablan, cuando tú tienes una pareja explosiva no hay un tiempo de “ven sentémonos a hablar” porque en algún momento va a estallar, porque en algún momento le vas a decir algo que no quiere escuchar y cómo no va a cambiar todo se va a volver una bolita de mierda, y para evitarte más mierda en tu vida, evitas el conflicto.

**E2:** ¿Cuando tu estas en ambientes en los que tú tienes que hablar y exponer tu opinión y en el lugar predominan hombres sientes que has sido interrumpida por ellos y ellos intentan explicarte cosas que tú ya sabes o que tú ya tienes conocimientos, pero tú eres la que explica y ellos intentan sobreponer su opinión?

**PZ5:** Mansplaining, obvio a todas lo hemos vivido en nuestra vida, todas todas en algún momento de nuestra vida en el bus, en la tienda, en el colegio, con los profesores, en tu casa... Obvio a mí me gusta debatir sobre temas que uno sabe porque a veces uno se encuentra personas con unas ideas muy geniales y me he encontrado con machitos donde uno está

hablando y uno sabe porque uno ha tenido pacientes y un ha estudiado lo que ha estudiado y uno dice no se “pero eso debe a tal conducta porque en la niñez algo le debió haber pasado a tal muchacho o a tal muchacha” y dice: ay no pero de donde sacas eso. ¿Cómo que de donde saco eso? Amigo existen estudios, la psicología, la psiquiatría hasta trabajo social realizan estos estudios, y dicen: No, pero es que ustedes las mujeres siempre son a creer que tienen la razón, porque siempre tienen la razón, porque se creen tener la razón y no dicen nada al final, y yo no amigo yo te estoy hablando sobre hechos científicos, si quieres entra a tu google ya he investigas y veras que no te estoy hablando mierda. Y dicen ay si si eso siempre pasa con las mujeres, que no se dejan hablar, y empiezan a tratarnos de locas y cambian el tema. Y la loca eres tú por ser la vieja porque si hay más manes le van a seguir la cuerda al man solo porque es man. Yo había tenido conversaciones con mis amigos donde un amigo no sé qué fue lo que me dijo y yo le respondí como “ayy no que te pasa” y me raye porque hizo un comentario demasiado machista y yo le dije: ya parce cállate, o sea cállate, no la cagues porque no quiero dejar de ser tu amiga y él man todo parece porque lo dices y yo: acabas de decir algo demasiado machista y a ti qué te pasa, será que tú no tienes una mamá será que tú no tienes una hermana, o sea huevon como me vas a decir que no. y llego un punto en el que se alteró tanto que me dijo ay tú no te dejas hablar y yo le dije tú eres él que me está gritando y ni siquiera me has dicho “explícame porque lo estás diciendo” pero tú mi si me dices que yo te explique y yo te explico pero yo si no tengo la razón verdad, y me dice bueno entonces sentémonos y me explicas. Obviamente este pecho lo sentó y le explico y él dijo como ush parece sabes que si tienes la razón, y creo que he cometido ese error y creo que ya entiendo porque una vez una nena dejo de hablarme y él dije si ves es un yugo social pendejo en él que las mujeres están abajo, y no no es así por el machismo también a los hombres homosexuales es como si les cortaran la mitad de los derechos, solo por tener otra preferencia, no es por más, y no es que la escojan, no pasa. Hace menos de un mes cogieron unos hombres porque eran pareja los

cogieron los vecinos y llamaron a la gente de su pinche religión y vinieron y los azotaron con un palo de madera a la mitad de una plaza central y todo el mundo viendo y le pregunta a mujeres porque solo eran mujeres y dijeron que si les parecía correcto lo que estaban haciendo, y en medio de su ignorancia cultural yo supongo, y dijeron que tenían que rehabilitarlos y reafirmarlos porque estaban viviendo en el pecado y yo o por Dios espero que sus hijos no sea salgan gay y terminan suicidándose porque se los juro que ese tipo de cosas pasan, y uno cree que no y si pasan porque se llama Karma y el karma existe.

Yo tengo una prima chiquita, ella tiene 15 y es espectacular bailando, es muy buena bailando y ella se quiere dedicar a eso y se va a ir del país, y es hija de mi tío, o sea él machito, él es súper celoso y dice: no tú no te vas a ir del país y todas decimos, ella se va a largar si se le da la gana pero tú la dejas o sea no le vas a cortar las alas “que no que es muy chiquita” no la niña es demasiado madura y no se va a perder en quien sabe que, y si se pierde pues se pierde y la volvemos a encontrar porque para eso somos familia, pero es que no él tiene que soltar, pff ¿quién eres tu bebe? No pues él papá, aja ¿y qué? ¿quién la parió? ¿quién la cuida todos los días? ¿Y entonces quién tiene más derechos sobre el futuro de la niña? Pues la que está viendo todos los días por ella, la mamá

**E2:** Y bueno ¿Cuando estas en espacios así masculinos tú temes o te sientes incomoda al dar tu opinión?

**PZ5:** No, pues sí yo del tema yo me boto, sino pues pregunto y escucho un montón, soy muy atenta a esas cosas porque uno aprende muchas cosas nuevas si hay algo de lo que yo sé, yo hablo pero si veo que hay gente demasiado obstinada prefiero no decir nada. no porque no sepa si no porque prefiero aguantarme esas excusas culas de la gente, o el ego hablando por ellos y digo hay no ahórratelo ya he tenido demasiadas conversaciones así en mi vida. Me he agarrado en puentes solo por ir bajando con la bicicleta y dos morbosas bajando yo desde el puente gritándoles y ellos gritando obscenidades a veces quisiera tener una pistola así sea de aire y



pum en las pelotas (se ríe) ¿Ustedes se imaginan tres días sin hombres? Las mujeres podríamos ir hasta empelotas por la calle sin que nadie nos diga nada, que podamos hacer visitas a las cuatro de la mañana porque entre mujeres no nos hacemos nada, cambiaría mucho la perspectiva porque no te sientes con riesgo.

Hoy me tope en Tik Tok a una nena de Chile y ella contaba que iba en el bus y el bus estaba como medio lleno y la nena empieza a gritar y lo único que hace la gente es bajarse, el conductor para el bus y se baja y nadie se devolvió a ayudar a la nena y él man le dio más de 30 puñaladas, el ex novio... Solamente se escuchaba a nena, pero eran gritos desgarradores y yo me preguntaba ¿parce cómo te bajas? Si uno ve a alguien gritando así se devuelve y mira qué coño está pasando, y te le vas con toda a la persona que le esté haciendo algo. Tu no vas a dejar solo a alguien que esté gritando así y llorando de esa forma, pero se bajaron todos y la dejaron morir, nadie cogió al man, nadie hizo nada

¿En qué mundo seguimos viviendo que la falta de empatía nos llega hasta allá? Miren yo les juro que yo he parado muchísimas veces en la calle y me he quedado mirando parejas discutir porque el man es muy pasado con la nena, uno aprende a leer mucho el lenguaje corporal de las personas y yo leo yo leo porque a mí me mataron a mi mejor amiga, me la mató el ex novio, y digamos que yo leo mucho esas expresiones y yo sé cuándo la nena está mal y muchas veces es “¿oye está bien, necesitas ayuda?” o caras desde lejos, o como que saben que tu estas pendiente. Yo veo que le está pasando algo a una nena y hago el escándalo del mundo para que se muevan y la ayuden porque puede ser cualquiera, cualquiera: hasta esta chica de élite, Dana Paola, ella estuvo en una fiesta con unos chicos y le echaron algo en la bebida y terminó en el hospital, y yo pensaba wey, le pasa a ella que tiene escoltas, amigos y demás, marica nosotras somos unas simples huevonas en la calle. En cualquier momento nos coge un carro nos sube, nos violan y chao, de hecho, eso le paso a una nena que yo conozco, y la pregunta que uno se

hace era ¿Porque estabas sola? y no, uno no debería preguntarle eso a una mujer, y no era ni tarde eran como las ocho de la noche en frente de la Universidad Nacional.

**E1:** Pero esa es la lucha de muchos de nosotros y lo que buscamos es generar un cambio, de alguna u otra forma esta generación viene un poco más informada y se cuestionan más las cosas.

Infinitas gracias a ti por abrirnos tu corazón, por contarnos tu experiencia, por él tiempo por todo... eres una persona increíble y espero podamos volvernos a encontrar.

**E2:** Mi Zao mil gracias por regalarnos este espacio y muchas gracias por la motivación eso es lo que nos alimenta como trabajadoras sociales y como mujeres, esperamos todo te siga marchando bien y poder compartir en otro escenario.