

# Empoderando a las Mujeres:

## Un Paso hacia un Futuro sin Violencia



## El empoderamiento femenino

Es un proceso de transformación social que permite mejorar las capacidades de las mujeres para el progreso del sistema social en el que se desenvuelven, en el cual sigue existiendo una brecha de género. Este concepto ha cambiado y su ambigüedad ha permitido mantener el dominio sobre su definición y llenarlo de significados coherentes.

### Definiciones de algunos autores:

- Wieringa (1997):** "sólo tiene significado cuando se utiliza en el contexto de la transformación social según la concepción feminista del mundo"
- Young (1997):** "una alteración radical de los procesos y estructuras que reproducen la posición subordinada de las mujeres como género"
- Oakley (2001):** "sólo logrará cambios significativos si se orienta a transformar las relaciones de poder existentes".

## Se compone de:

- **Autoestima:** Sentirse valorada y respetada.
- **Autonomía:** Tener la capacidad y libertad de tomar decisiones sobre la propia vida.
- **Acción colectiva:** Trabajar en conjunto con otras mujeres y comunidades para generar cambios.



## Claves para el empoderamiento:

### Educación:

Logro de competencias para transformar estructuras sociales con el fin de obtener la participación de las mujeres en entornos donde les había sido negada. Ésta educación debe ser: **digna** y proporcionar recursos **cognitivos** (conocimiento), **psicológicos** (alto sentido de autoconfianza y autoestima), **económicos** (reconocer la importancia del acceso al dinero propio), y **políticos** (posicionarse como agente social, con la necesidad de formar redes) así mismo promover el **sentido de pertenencia, comunidad y colectividad**.

### Autonomía económica:

Ofrece más herramientas para escapar de relaciones abusivas. Permite **superar los estereotipos de género**, al romper con los roles establecidos. Hay **participación formal y activa en su entorno**, al desempeñar diversas actividades en la esfera económica, familiar, social y cultural, esto **influye positivamente en un cambio identitario en la mujer**.

### Acceso a redes de apoyo:

Las mujeres deben empoderarse ellas mismas, sin embargo, fomentar comunidades y redes de apoyo, donde las mujeres se sientan seguras es importante para empujar y sostener los procesos de cambio. Las agencias pueden generar condiciones para que las mujeres participen en todos los ámbitos, adquieran habilidades para tomar decisiones y controlar los recursos.

## Importancia del empoderamiento:

### Poder:

Cada mujer deja de ser el objeto de otros y se convierte en sujeta de su propia vida, una mujer se encuentra empoderada cuando tiene la **capacidad de adquirir poder o autoridad de manera individual y colectiva**. (Lagarde, 2004)

### Proceso:

No tiene meta final ya que nadie nunca llega a estar empoderado. Es un proceso de **largo plazo** que va "de adentro hacia fuera" y "de abajo hacia arriba", que comienza en el ámbito personal mediante el **desarrollo de una autoimagen positiva y confianza en las propias capacidades**. (Martínez, 2006)

*"El empoderamiento de las mujeres no solo es un derecho, sino un paso esencial para erradicar la violencia en todas sus formas."*

### Fuentes:

- García Arteaga, Verónica Fernanda, Cruz Coria, Erika, Mejía Reyes, Carlos. (2022). *Factores que impulsan e inhiben el empoderamiento femenino: una revisión de literatura*. *Revista Reflexiones*, 101(1), 121-140.
- Aceves, Ricardo. 2019. *¿Y la igualdad de género en América Latina?*
- Lagarde, Marcela. 2004. *Vías para el empoderamiento de las mujeres*.
- Martínez, C. M. (2006). *Empoderamiento de las mujeres: conceptualización y estrategias*.
- Oakley, P. (ed.). 2001. *Evaluating Empowerment: Reviewing the Concept and Practice*. Oxford: INTRAC.
- Salgado, R. R. (2016). *Educación para los medios y feminismo: una articulación que posibilita el empoderamiento de las mujeres*. *Communication Papers*, 5(10), 59-70.
- Wieringa, S. 1997. "Una reflexión sobre el poder y la medición del empoderamiento de género del PNUD", en León, M. (comp.): *Poder y empoderamiento de las mujeres*. Santafé de Bogotá: TM Editores.
- Young, K. 1997. "El potencial transformador en las necesidades prácticas: empoderamiento colectivo y proceso de planificación", en León, M. (comp.): *Poder y empoderamiento de las mujeres*. Santafé de Bogotá: TM Editores.