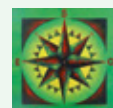
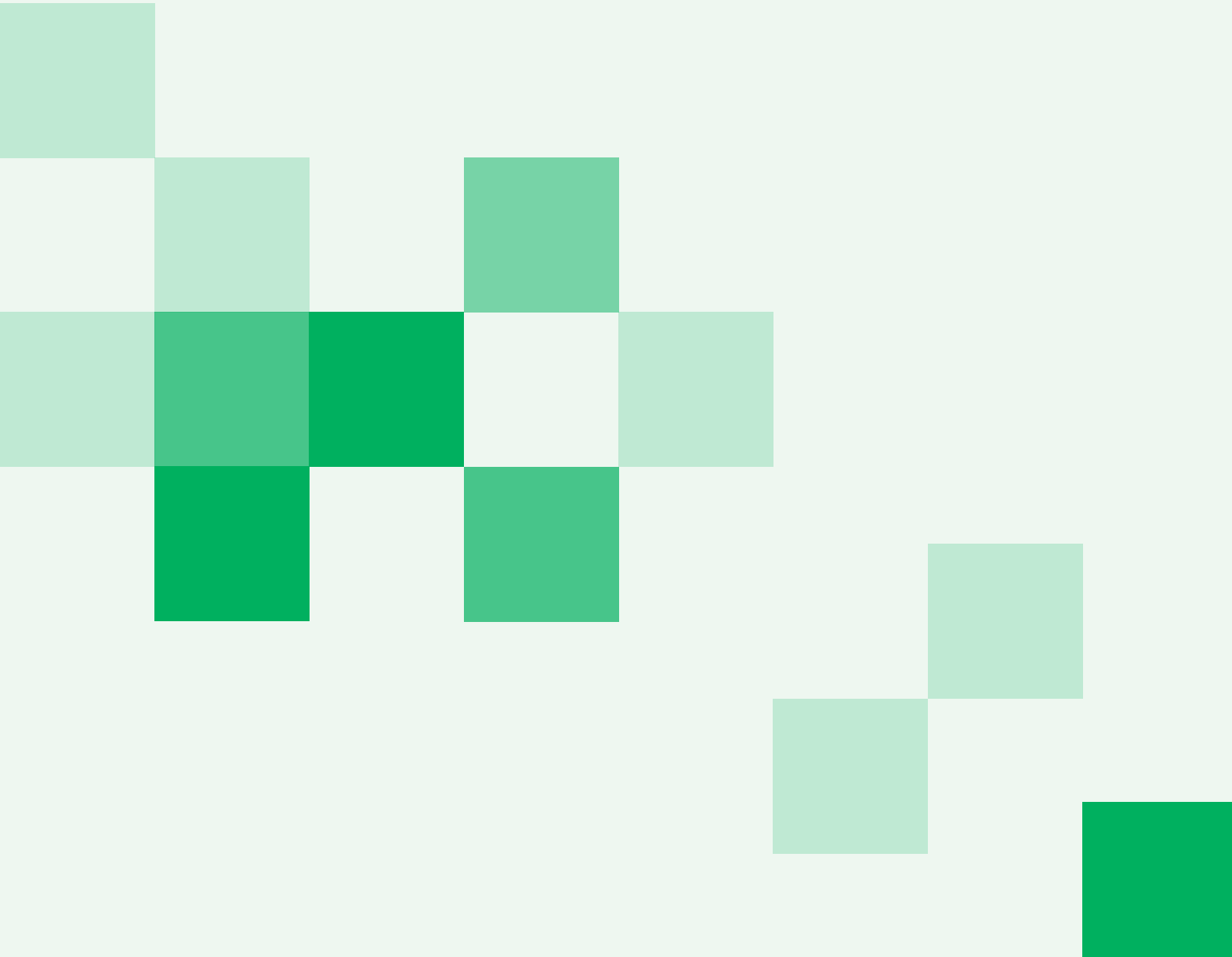


NUESTROS DERECHOS



**Fundación
Foro del
Sur**

ÍNDICE:

Introducción **p.3**

¿Quiénes somos? **p.4**

Relaciones de Familia **p.12**

Violencia contra las mujeres **p.25**

Caja de Herramientas **p.44**

INTRODUCCIÓN A LA GUÍA DE DERECHOS BÁSICOS PARA MUJERES RURALES E INDÍGENAS

Bienvenidas a esta guía esencial diseñada por la Fundación Foro del Sur, con el apoyo de expertos en derechos humanos y cuestiones de género. Este documento es el resultado de un esfuerzo colaborativo para proporcionar a las mujeres rurales e indígenas de Argentina una herramienta poderosa que las acompañe en el proceso hacia una mayor autonomía y comprensión de sus derechos legales. Aquí encontrarán información valiosa y accesible para enfrentar y superar las situaciones de violencia y discriminación.

La motivación detrás de esta guía surge de la necesidad urgente de abordar las desigualdades significativas que afectan a mujeres en contextos rurales e indígenas.

Las mujeres de estas comunidades frecuentemente enfrentan múltiples barreras que limitan su acceso a recursos legales, educativos y económicos, perpetuando ciclos de marginación y exclusión. Conscientes de esta realidad, hemos desarrollado un contenido que no solo busca informar, sino también transformar.

Cada sección de esta guía está pensada para ser una compañera en su jornada hacia el empoderamiento personal y colectivo. Desde entender sus derechos fundamentales, hasta aprender cómo actuar frente a injusticias, esta guía está estructurada para proporcionar un aprendizaje gradual y profundamente relevante.

En estas páginas, encontrarán ejemplos prácticos que ilustran los derechos en acción, testimonios de mujeres que han superado adversidades a través del conocimiento y la acción legal, y un directorio de recursos que pueden ser de asistencia en momentos críticos. También hemos incluido pasos concretos que pueden seguir si necesitan pedir la intervención del Poder Judicial.

Esta guía es un llamado a la acción. Las invitamos a leerla detenidamente, discutirla con sus comunidades y utilizarla como una herramienta para el cambio. Mujeres informadas y empoderadas son clave para construir una sociedad más justa y equitativa, donde cada voz tiene el poder de generar impacto.

Nos enorgullece ser parte de su viaje hacia la afirmación de sus derechos y esperamos que este documento sea un recurso que fortalezca su capacidad de participar activamente en los desafíos que interpelan a toda nuestra sociedad.

¿Quiénes Somos?

¿QUÉ ES LA IDENTIDAD?

El derecho a la identidad es uno de los derechos fundamentales de todo ser humano. Implica saber quién sos pero también que el Estado y otras personas te deban reconocer con esa identidad.

Esto significa que tenés:

- Derecho a saber quién sos, conocer tus orígenes y quiénes son tus padres biológicos.
- Derecho a un nombre y un apellido.
- Derecho a ser reconocido como miembro de un pueblo indígena.
- Derecho a la nacionalidad.
- Derecho a que se te reconozca según la identidad de género que eligís, la cual puede cambiar a lo largo de tu vida.

Todo ello se encuentra protegido por ley (art. 52 del Código Civil y Comercial de la Nación), y podés reclamarlo si no se respeta.

I. DERECHO AL NOMBRE Y APELLIDO

La elección del nombre y apellido del niño/a la hacen su/s madre/s y/o su/s padre/s al momento de inscribir su nacimiento.

¿Mi hijo/a debe llevar obligatoriamente el apellido paterno?

No, el/la niño/a puede llevar el apellido de la/s madre/s, del padre/s o de ambos. Por ejemplo, si “Irma López” y “Juan García” tienen una hija la que deciden llamarla “Clara”, pueden decidir que sea inscripta de cualquiera de las siguientes maneras:

- Clara López
- Clara García
- Clara López García
- Clara García López

Eso sí, todos los/as hermanos/as que sean hijos de los mismos progenitores deben tener un mismo apellido. Es decir, que si eligen “López García”, todos los niños/as nacidos de esa misma pareja deberán apellidarse “López García”.

¿Puedo elegir un nombre indígena para mi hijo/a?

Sí, esto se encuentra expresamente reconocido en el art. 63 del Código Civil y Comercial de la Nación, que dice *“pueden inscribirse nombres aborígenes o derivados de voces aborígenes autóctonas y latinoamericanas”*.

Sólo se encuentra prohibido “inscribir más de tres prenombrés, apellidos como prenombrés, primeros prenombrés idénticos a primeros prenombrés de hermanos vivos; tampoco pueden inscribirse prenombrés extravagantes”.

¿Puedo cambiar mi nombre?

Es posible cambiar el nombre o apellido de una persona. Sin embargo, salvo que sea por cambio de género, se requiere contratar un/a abogado/a, iniciar un proceso judicial, y obtener la aprobación de un/a Juez/a.

El cambio de nombre o apellido puede ser autorizado si existen “*justos motivos*”, entre los que se incluyen la raigambre cultural, étnica o religiosa (por ejemplo, si quiero inscribir un nombre indígena que no aceptaron cuando nació) o cambiar el apellido si fui abandonado, o deseo cambiarlo por haber sufrido violencia por parte de mi padre o madre.

Si el cambio de nombre se debe a una razón de identidad de género o por haber sido víctima de una desaparición forzosa, no se requiere autorización judicial.

II. DOCUMENTO NACIONAL DE IDENTIDAD (DNI)

¿Qué es el DNI?

El Documento Nacional de Identidad (DNI) es el documento único de identificación que, justamente, sirve para identificar a las personas argentinas y a las personas extranjeras con residencia en nuestro país.

El DNI es fundamental para acreditar tu identidad y para que puedas ejercer todos los derechos fundamentales, como tener un trabajo registrado, casarse, votar, pedir tarifas sociales, recibir asignaciones familiares, entre otros. Por eso, es muy importante que vos y tus hijos/as tengan su DNI.

No te olvides: tener **tu DNI es un derecho**.

¿Cuándo se tramita por primera vez?

El DNI se obtiene por primera vez cuando una persona nace. Las madres o los padres del niño o niña que acaba de nacer deben hacer el trámite.

El número de DNI que se asigna a una persona no cambia y es el mismo durante toda su vida, salvo que se haya obtenido DNI como extranjero y luego se adquiera la nacionalidad argentina.

Podés tramitarlo acercándote al Registro Civil más cercano a tu domicilio o sacar turno para un Centro de Documentación Renaper a través de la aplicación de celular “Mi Argentina”.

Para obtenerlo, tenés que llevar el original o una copia certificada de la partida de nacimiento con o sin oblea o número manuscrito, con firma del oficial público o extendida digitalmente.

Si por cualquier razón no podés acreditar algún dato biométrico (foto, huella o firma), tenés que llevar el certificado médico que lo acredite.

¿Debo actualizarlo?

Sí, el DNI debe actualizarse dos veces a lo largo de la vida:

- Entre los 5 y los 8 años de edad
- Al cumplir 14 años de edad

Para actualizar el DNI de tu hijo/a, debés presentar el original de su partida de nacimiento, no aceptándose fotocopias ni certificado de nacimiento; original del DNI de la madre y el padre, o de las madres o padres (solo cuando se tramita la actualización del DNI de menores de 14 años).

Es muy importante que recuerdes hacer estas dos renovaciones.

¿Debo pagar algo para tramitar el DNI?

El trámite para obtener el DNI por primera vez o actualizarlo es gratuito.

En la actualidad, casi todos los trámites que uno realiza ante el Estado son GRATUITOS.

NUNCA será obligatorio que le pagues a un gestor o intermediario para que lo realice.

Los turnos en hospitales u oficinas públicas, como ANSES, también son GRATUITOS.

Si donde vivís los turnos se venden y/o te obligan a pagar para realizar un trámite o sacar un turno, sabé que eso puede ser un delito y podés denunciarlo.

¿Cuándo debo renovar mi DNI?

Después de la renovación de los 14 años, sólo debés renovar el DNI en los siguientes casos:

- Por su vencimiento (tienen un vencimiento de 15 años). Esto podés verificarlo en el mismo documento de identidad



- Cuando cambias de domicilio
- Ante la pérdida o robo
- Por destrucción del documento

Para hacerlo, tenés que acercarte al Registro Civil u oficina de RENAPER más cercana tu domicilio.

Nadie puede retener tu DNI

Nadie, nunca, por ninguna circunstancia, puede quedarse o retener tu documento de identidad. Esto incluye a la policía, quienes pueden pedírtelo para identificarte, pero no quedárselo.

Se sugiere no entregar los DNI propios ni de nuestros familiares a ningún tercero, como gestores o funcionarios públicos, ya que no es necesaria su entrega para iniciar un trámite.

DNI digital

En la actualidad, para los mayores de 14 años, existe el DNI digital, el cual lo tenés en tu celular a través de la aplicación “Mi Argentina”, a la que puede ingresarse descargando la aplicación en el celular o desde la página web <https://www.argentina.gob.ar/miargentina>

Aplicación MI ARGENTINA

La aplicación Mi Argentina es una herramienta digital para acceder a tus documentos digitales, certificados de vacunación o los de tu vehículo, entre otros.

También sirve para sacar turnos y acceder a servicios de organismos públicos nacionales.

Podés ingresar o crear una cuenta, descargando la aplicación en tu celular o a través del siguiente link: <https://id.argentina.gob.ar/ingresar/?next=/>

Para crear la cuenta vas a necesitar una cuenta de correo electrónico.

Este DNI digital tiene la misma validez que el DNI físico y sirve para acreditar tu identidad ante todos los organismos y en todo tipo de trámites, salvo para votar. Este DNI digital es opcional y no reemplaza al DNI “tarjeta”. Son dos formas distintas: vos elegís cuál DNI presentar en tus trámites cotidianos.

¿Qué deben hacer las personas mayores de edad que nunca tuvieron un DNI?

Si una persona nacida en Argentina (de cualquier edad) no ha sido inscripta al nacer y por lo tanto, no tiene partida de nacimiento, puede obtenerlo acercándose a una oficina de RENAPER.

Para ello, debe obtener el Certificado de Pre-identificación (CPI) de manera presencial a través de la red de oficinas del RENAPER, registros civiles provinciales en todo el país o en los operativos móviles que se realizan periódicamente en diferentes partes del territorio.

Una vez obtenido el CPI, cuya validez será de seis meses, deberá tramitar la inscripción tardía de nacimiento en el Registro Civil más cercano a su domicilio.

III. NACIMIENTOS

La mamá, el papá, la tutora o el tutor de un niño o niña que acaba de nacer deben realizar la inscripción del nacimiento, tras lo cual se les entregará la partida o acta de nacimiento. La partida de nacimiento permite, luego, tramitar el DNI del niño o niña.

Certificado de Nacimiento —) Partida de Nacimiento —) DNI

Al inscribir el nacimiento es el momento en que se elige el nombre del hijo/a.

¿Dónde se inscriben los nacimientos?

Se puede inscribir en el Registro Civil del lugar de nacimiento o en otra delegación del Registro Civil o un centro de documentación rápida. Muchos hospitales, públicos o privados, cuentan con una oficina del Registro Civil, posibilitando hacer todos los trámites en el mismo momento y lugar del nacimiento.

¿Qué documentación se necesita?

La madre y el padre deben presentarse con sus DNI y con el certificado de nacimiento o constancia de parto que les entregó el establecimiento sanitario donde nació su hijo/a.

¿Qué hacer si el padre no quiere reconocer la paternidad o no se encuentra presente?

Si el padre no se encuentra presente o no reconoce voluntariamente al niño/a al momento de la inscripción de su nacimiento, podrá hacerlo más tarde, presentándose ante el Registro Civil.

Sin embargo, no se requiere la voluntad o el consentimiento del padre para la inscripción de su hijo/a, ya que es su obligación legal reconocerlo y el derecho del niño/a ser reconocido como hijo/a de aquel. Por ello, en caso de que no se haya inscripto el nombre del padre al momento de su nacimiento, el/la hijo/a puede hacer un reclamo judicial en cualquier momento de su vida. Si fuese menor de edad, la madre podrá iniciar este juicio en cualquier momento hasta que el niño/a cumpla los 18 años.

¿Qué hacer si el nacimiento sucedió fuera de un hospital?

Si no se tiene la constancia de parto porque el nacimiento se produjo fuera de un hospital, debés presentar el certificado de la edad presunta y sexo de la niña o el niño. Este certificado es emitido por un establecimiento médico asistencial público.

IV. CERTIFICADO DE DISCAPACIDAD

Puede ser que vos o alguien de tu familia tenga una discapacidad, es decir, que posee una deficiencia (física, intelectual, sensorial, mental) que lo enfrenta a diversas barreras que le impiden o dificultan ejercer sus derechos en igualdad de condiciones que las demás personas.

La Constitución Nacional garantiza la igualdad real de oportunidades para las personas con discapacidad. Por ello, el Estado implementó, entre otras medidas, la emisión de un certificado de discapacidad con el fin de asegurar el goce de diversas medidas de acción positiva en beneficio de las personas discapacitadas.

¿Qué es el Certificado Único de Discapacidad?

El CUD es un documento gratuito que facilita el ejercicio de esos derechos en forma de igualdad y otorga a quien lo posee la posibilidad, entre otros, de hacer uso de ciertos derechos:

- Acceder de forma gratuita al transporte.
- Acceder al 100% de cobertura en medicamentos y tratamientos médicos.
- Exención de ciertos impuestos.
- Acceder a asignaciones familiares.

¿Cómo se tramita el CUD?

Una junta de profesionales evaluará a cada persona que solicite un CUD y corroborará la existencia de esa discapacidad. No se exige para acceder al CUD que se trate de una incapacidad grave o incapacitante, por lo que sugerimos que toda persona que por su discapacidad encuentre dificultades en la vida cotidiana inicie el trámite de solicitud del certificado, ya que es gratuito y fácil de hacer.

Para comenzar el trámite debés ingresar a <https://www.argentina.gob.ar/cud/consulta-de-requisitos-para-tramitar-el-cud>, donde se indicarán los requisitos y los datos de contacto de la junta evaluadora que corresponda a la persona interesada, de acuerdo a su domicilio. Se podrá solicitar turno vía telefónica o por correo electrónico, dependiendo de cada junta.

La documentación a presentar dependerá del tipo de discapacidad, siendo habitual que se soliciten diversas constancias (certificados médicos, informes, planillas, estudios complementarios, etc.) al equipo de salud que atiende a la persona con discapacidad.

¿El CUD es diferente a la pensión por invalidez?

Sí, la pensión no contributiva por invalidez es una suma de dinero que pueden cobrar mensualmente las personas que tienen problemas de salud y se encuentran en situación de vulnerabilidad social.

Así, podrán acceder quienes se encuentren imposibilitadas en virtud de un problema de salud, pero siempre que sean argentinos residentes o extranjeros con más de 10 años de residencia, no tengan un trabajo formal, no ser beneficiario de otro tipo de pensión o beneficio (es incompatible con la Asignación Universal por Hijo o la Asignación por Embarazo para Protección Social), menor de 65 años y no tener bienes, ingresos o recursos suficientes.

La solicitud de la Pensión no Contributiva por Invalidez se puede realizar a través de la App o el sitio Web de la ANSES o de forma presencial, con turno previo.

MÁS INFORMACIÓN

¿DÓNDE PUEDO ASESORARME?

RENAPER

Whatsapp: (+54911) 51261789

Mail: consultas@renaper.gob.ar

Centros de Acceso a la Justicia

Existen Centros de Acceso a la Justicia en todas las provincias, que dependen del Ministerio de Justicia y Derechos Humanos de la Nación. Podés encontrar el más cercano en:

www.argentina.gob.ar/centros-de-acceso-justicia

Whatsapp: 0800 222 3425

Acceso a Derechos

Podés encontrar más información sobre prestaciones de discapacidad, trámites migratorios y programas sociales en:

<https://accesoaderechos.acij.org.ar/>

Secretaría Nacional de Niñez, Adolescencia y Familia (SENAF)

Podés comunicarte con el Área Derecho a la Identidad y Búsqueda de Orígenes:

Dirección: Tte. Gral. Juan Domingo Perón 524, 1º piso, CABA

4338-5894/5898

Correo electrónico: identidad@senaf.gob.ar

Relaciones de Familia

Una familia es el grupo de personas que están unidas por relaciones de filiación o de pareja y que se reconoce como tal. Este concepto de familia no incluye sólo a madres, padres e hijos/as biológicos, sino también por adopción o afinidad. Para definir quiénes forman parte de una familia no resulta importante si viven o no juntos.

Dentro de un concepto amplio de familia, encontramos también a tíos/as, sobrinos/as y abuelos/as.

Quiénes forman parte de una familia tienen derechos y obligaciones entre sí, que analizaremos en esta guía.

I. MATRIMONIO

El matrimonio es un tipo de unión legal y una forma de reconocer legalmente a una pareja. El matrimonio se debe registrar ante un Registro Civil. Cuando te casás, vos y tu pareja pasan a ser cónyuges o esposos/as.

Los cónyuges tienen los siguientes derechos y obligaciones:

- Brindarse ayuda y respeto mutuo.
- Cuidar el hogar (igual responsabilidad para cada uno/a).
- Realizar esfuerzos mutuos y equitativos para garantizar el bienestar de sus hijas/os (comida, vivienda, salud, vestimenta, educación y todo lo necesario para subsistir).

Es importante aclarar que la fidelidad ya NO es una obligación legal, como tampoco es obligatorio que sigan viviendo juntos si una no lo desea o sufre violencia, incluso si tienen hijos/as.

¿Quiénes pueden casarse?

Dos personas pueden casarse entre sí, salvo algunas excepciones: NO podrán casarse quienes tengan un parentesco directo entre sí (padres, madres, abuelo/as o

El hecho de estar casados (o en pareja) no le da ningún derecho a tu esposo a decidir nada por vos. Esto significa que no estás obligada a cambiar tu forma de vida por juntarte o casarte con alguien.

Tampoco tenés que ocuparte sola de todas las tareas del hogar o de cuidar a los/as hijos/as, a las personas mayores o con discapacidad de la familia, pues ambos integrantes de la pareja son responsables y deben ocuparse por igual de las tareas de cuidado.

hermanos/as); tampoco quienes ya estén casados y no se hubieran divorciado previamente; quienes sean menores de 18 años o tengan un problema de salud mental que les impide tener conciencia sobre el acto matrimonial.

¿Qué sucede con las cosas (o “bienes”) compradas durante el matrimonio?

El nuevo Código Civil y Comercial establece que al momento de casarse los cónyuges deben elegir una de dos formas posibles de organización patrimonial: El régimen de separación de bienes o el régimen de comunidad de bienes.

Si no eligen expresamente un régimen, se aplica el de comunidad de bienes.

Régimen de comunidad de bienes

Esta es, todavía, la forma más común en nuestro país y, seguramente, es de la que hayas escuchado hablar.

Bajo este régimen, los bienes (o cosas) que adquieren los cónyuges a partir del matrimonio pasan a tener algunas características particulares y se denominan “gananciales”.

Las cosas o bienes “gananciales” no son propiedad de los dos cónyuges.

Las cosas son de quien las compró o a nombre de quien se encuentran registradas. Sin embargo, van a tener dos características particulares:

- Se van a dividir en un 50% para cada una/o de los/as esposos/as cuando el matrimonio se termine (por separación, divorcio o fallecimiento).
- Si se trata de bienes registrables (autos, casas, maquinaria de trabajo, etc.) no pueden ser vendidos sin el consentimiento (y, en general, la firma) del otro cónyuge.

Los bienes que cada una/o tenía antes del matrimonio y los que reciban por herencia antes o durante el matrimonio, NO son bienes gananciales, no se dividen entre ambos al concluir el matrimonio y no requieren del permiso del esposo/a para ser vendidos.

Régimen de separación de bienes

Como vimos, este régimen debe elegirse de manera expresa al momento del casamiento o luego de transcurrido un año de casados. En él, los patrimonios de cada cónyuge se mantienen separados. Esto significa que cada uno puede hacer lo que desee, libremente, con las cosas que adquiera durante el matrimonio. Es decir, cada uno será dueño/a exclusivo de las cosas que compre o registre a “su nombre”. Los bienes no serán “gananciales” y, por ende, no se dividirán al momento de terminar el matrimonio ni se necesita la autorización del otro para venderlos.

Vivienda Familiar

El Código Civil y Comercial protege particularmente a la vivienda familiar, es decir al inmueble donde viven los cónyuges, sus hijos/as y otro/as familiares. Esta protección implica tres cuestiones principales:

- Sin importar el régimen de bienes que se hubiera elegido, ninguno de los cónyuges puede, sin el asentimiento del otro, vender, ceder o hipotecar la vivienda familiar, ni los muebles indispensables que existan en ella.
- Tampoco podrá ejecutarse por deudas contraídas por uno de los cónyuges después de la celebración del matrimonio. Es decir, no se podrá pedir judicialmente la venta del inmueble para cobrarse una deuda contraída por uno de los cónyuges sin el consentimiento del otro.
- Si el matrimonio finaliza, es posible que uno de ellos obtenga el derecho a seguir viviendo en la vivienda familiar, sin importar quién sea el dueño, especialmente si allí viven niños/as.

II. UNIÓN CONVIVENCIAL

Si dos personas conviven desde hace 2 (dos) años o más, pueden formalizar o “registrar” que tienen un proyecto de vida en común, aunque no quieran contraer matrimonio. Para ello, pueden acercarse al Registro Civil para registrar la unión convivencial. No es una obligación hacerlo.

Registrar la unión civil facilita el ejercicio de algunos derechos, por ejemplo, los relativos a la protección de la vivienda familiar que hemos visto, compartir o unificar aportes para la obra social, o cobrar una pensión en caso de fallecimiento de la pareja.

En este tipo de unión, los bienes que compre cada uno/a no serán gananciales, por lo que no se tiene el derecho al 50% al momento de separarse o al fallecer la pareja. No obstante, si al concluir el vínculo una de las dos personas ve que su situación económica empeoró desproporcionadamente (por ejemplo, por haberse dedicado uno a la crianza de los hijos/as mientras que el otro se desarrolló laboral o profesionalmente) puede pedir, judicialmente, una compensación económica.

En cualquier momento podés ir al Registro Civil para pedir que se cancele la unión convivencial.

III. DIVORCIO

El divorcio es la forma legal de poner fin al matrimonio. Las obligaciones y derechos del matrimonio se terminan sólo a partir de que se formalice el divorcio.

Es decir, si has celebrado un matrimonio podés “separarte” e irte a vivir a otro lugar, pero seguís estando casada, a menos que el divorcio se registre en el Registro Civil. El divorcio lo pueden pedir los dos cónyuges en forma conjunta o uno de ellos de manera individual.

Podés pedir el divorcio en cualquier momento, sin que haga falta que tu pareja esté de acuerdo. Es decir, que el divorcio se puede pedir en forma unilateral, bastando con que uno de los integrantes del matrimonio así lo quiera.

¿Qué implica un divorcio?

- Dividir los bienes “gananciales” si se hubiera elegido ese régimen.
- Pedir una compensación económica si el divorcio produjo un “desequilibrio” económico. Por ejemplo, si durante el matrimonio vos cuidabas a los hijos/as mientras tu pareja trabajaba o estudiaba, probablemente, al divorciarte, tendrás mayores dificultades para insertarte laboralmente.
- Decidir cómo será el cuidado de los/as hijos/as menores de edad o que requieran cuidados.
- Quien se quede al cuidado de los/as hijos/as tendrá derecho a permanecer en la vivienda familiar, sin importar quien sea su propietario.
- Establecer si deberá abonarse una cuota de alimentos en favor de alguna/o de los cónyuges para el cuidado de los/as hijos/as.
- Tené en cuenta que el divorcio no afecta las obligaciones que tu cónyuge y vos tienen con tus hijos/as, por lo que siguen estando a cargo de ambos de forma equitativa.

¿Cómo tengo que hacer para divorciarme?

El divorcio debe tramitarse en tribunales y necesitarás un/a abogado/a o para iniciar el juicio ante un Juzgado de familia. Si no se ponen de acuerdo con tu ex pareja, o no te sentís en condiciones de negociar con él, el/la juez/a deberá resolver todas las cuestiones que implica el divorcio.

Para iniciar el proceso de divorcio, basta con que tengas tu DNI, la partida o certificado de matrimonio, las partidas de nacimiento y los DNI de los hijos/as menores de edad o de los hijos/as mayores con discapacidad.

Es recomendable, dentro de nuestras posibilidades, buscar asesoramiento profesional, especialmente si hay algo puntual que nos preocupe o creamos que algo puede llegar a darnos problemas en el futuro.

Recordá que ANTES de firmar un acuerdo, un contrato o cualquier otro documento legal, siempre es conveniente efectuar una consulta a un/a abogado/a de tu confianza. Es recomendable que cada uno de los integrantes de la pareja tenga su propio abogado/a.

IV. HIJOS E HIJAS

INTERÉS SUPERIOR DEL NIÑO/A

En Argentina, todas las decisiones que se tomen en relación a un niño, niña o adolescente deben ir orientadas a su bienestar y garantizar el pleno ejercicio de sus derechos. Esto se llama interés superior de los niños, niñas y adolescentes, principio que obliga a que las instituciones públicas o privadas, los tribunales y las autoridades administrativas deberán hacer lo que es mejor para el desarrollo del niño.

Las decisiones que tomen los padres y madres respecto de sus hijos/as, debe considerar siempre lo que sea lo mejor para ellos, sus derechos y sus posibilidades de desarrollo personal.

La decisión de tener o no tener hijos/as corresponde a las dos partes de una pareja, no pudiéndose imponer al otro la decisión de dejar de cuidarse o de buscar activamente un embarazo.

Asimismo, la mujer, por sí sola y sin necesidad de tener la conformidad de quien sería el padre, tiene el derecho a decidir la interrupción voluntaria del embarazo hasta la semana catorce (14), inclusive, del proceso gestacional. Para acceder a la práctica alcanza con la sola expresión de voluntad y la firma del consentimiento informado y todos los hospitales o clínicas están obligados a realizar esa práctica. Si el embarazo es producto de una violación o pone en peligro la vida o la salud de la mujer, puede solicitarse el aborto incluso luego de la semana catorce.

Cualquiera sea la forma en que se haya llegado a tener un/a hijo/a, la madre y el padre estarán obligados a reconocerlo y a proveerles de un nombre y de los cuidados necesarios para su pleno desarrollo. Al hecho de reconocer legalmente un hijo/a se lo llama, legalmente, filiación.

La filiación (o reconocimiento de una/o hija/o) y la decisión sobre el apellido que llevará son dos cosas diferentes, pero que muchas veces se tratan como si fuesen lo mismo.

a. RECONOCIMIENTO DE HIJOS/AS

Filiación o reconocimiento

Cuando nace un/a niño/a es necesario inscribir su nacimiento y obtener su partida de nacimiento. Este trámite se realiza ante el Registro del Estado Civil y Capacidad de las Personas y, en ese mismo acto, se registra quiénes son los padres o madres.

Es una obligación legal de los padres o madres reconocer a los y las hijas y el niño/a tiene derecho a ser reconocido como hijo/a por sus progenitores.

Si el padre no se encuentra presente o no reconoce voluntariamente al niño/a al momento de la inscripción de su nacimiento, podrá hacerlo más adelante, presentándose ante el Registro Civil.

No importa si el progenitor desea, o voluntariamente acepta, ser registrado como padre de su hijo/a. Como es un deber legal, en caso de que no se haya inscripto el nombre del padre inmediatamente luego del nacimiento, el/la hijo/a puede hacer un reclamo judicial en cualquier momento de su vida. La madre también podrá iniciar este juicio mientras el hijo/a sea menor de edad y hasta que cumpla los 18 años.

Para acreditar la filiación puede ser necesario hacer un examen de ADN sobre el/la hijo/a y su progenitor/a. Si el padre (o madre) se niega a dar las muestras para hacer ese estudio, la ley establece una presunción en su contra que debería dar lugar a que el/la juez/a lo considere como su hijo/a de todas maneras y así lo ordene inscribir.

Cabe aclarar que la filiación o inscripción de un/a hijo/a puede darse también por adopción y no sólo por el nacimiento.

b. NOMBRE DE HIJOS/AS

Padres y madres tienen igual derecho, en conjunto, a elegir el nombre y apellido con el que se registrará al hijo/a recién nacido.

El niño/a puede llevar el apellido de la madre, del padre o ambos apellidos. Ya no es obligatorio registrarlo/a solo con el apellido paterno.

Cuando el niño/a fue registrado solo con el apellido de la madre y el reconocimiento por el padre sobreviene más adelante en su vida, no es necesario que cambie el apellido con el que fue registrado inicialmente, y puede mantener el apellido materno a pesar del reconocimiento por su padre.

Muchas veces se habla de “darle el apellido” a un/a hijo/a en relación al hecho de que el padre lo “reconozca”. Sin embargo, esto es confuso, ya que un hijo/a puede ser reconocido sin que necesariamente lleve el apellido de uno de sus progenitores.

La ley distingue claramente entre el acto de registrar el nombre y apellido de una persona, y el acto de identificar quienes son sus progenitores.

Así, un padre puede reconocer a su hijo/a sin que eso implique que sea obligatorio cambiarle el apellido materno que tenía al momento de su nacimiento.

Para más información sobre estos temas, se sugiere la lectura de la guía Quiénes Somos – guía de documentación -

c. RESPONSABILIDAD PARENTAL

Los padres y madres tienen un conjunto de derechos y obligaciones para con sus hijas/os, que la ley denomina “responsabilidad parental”.

¿Cuáles son las obligaciones?

- Deber de cuidar, convivir con el/la hijo/a, alimentarle y educarle.
- Deber de escucharle y considerar sus necesidades particulares, en especial en su educación.
- Orientarle para que pueda disfrutar de todos sus derechos
- Respetar la relación del niño/a con otros familiares (abuelas/os, tíos/as, primos/as, etc) y colaborar para que la mantengan.
- Prohibición de maltrato y violencias en toda circunstancia. Está prohibido tanto el castigo corporal como el psicológico o emocional, y cualquier comportamiento que lastime física o psicológicamente a un niño o niña.
- Hay una obligación de representar y administrar los bienes del niño/a hasta que cumpla 18 años.

Se dice que estas son obligaciones-derechos de ambos progenitores, porque cada uno tiene derecho a cuidar, convivir y participar en cada una de las decisiones que afecten a sus hijos/as, relativas a su educación, lugar de vida, salud, etc.

Sin importar si madres y padres viven juntos/as o separados, ambos ejercen estas responsabilidades en forma compartida y, en principio, se supone que la decisión de uno/a cuenta con la conformidad del otro/a. Sin embargo, si no se ponen de acuerdo sobre algún aspecto del cuidado de un hijo/a, pueden solicitar a la justicia que resuelva el conflicto.

La responsabilidad de padres y madres es independiente de si están casados, de si conviven o sean pareja. Una vez que nace un/a niño/a los derechos y obligaciones son permanentes e iguales para los dos progenitores.

¿Quién tiene la obligación de cuidar a los/as niños/as si nos separamos?

Como vimos, el cuidado es una responsabilidad de ambos progenitores POR IGUAL. Si los progenitores se separan o no conviven, el cuidado puede ser asignado a solo uno de ellos o a ambos en forma conjunta. En este último caso, deberá decidirse si el cuidado es:

-Indistinto: El/la hijo/a convive de manera principal con uno de los progenitores, pero ambos comparten las decisiones y se distribuyen las labores relacionadas con su cuidado.

-Alternado: El/la hijo/a pasa períodos de tiempo con cada uno de los progenitores, según la organización y posibilidades de la familia.

En caso de quedar a cargo de uno solo de sus progenitores, el otro tiene el derecho de mantener una comunicación habitual y fluida con su hijo/a. Asimismo, y en cualquier supuesto, el deber de prestar colaboración económica (alimentos) subsiste en todo caso, aún cuando uno de los progenitores no mantenga comunicación con sus hijos/as.

¿Importa la edad de los padres y madres?

No, la responsabilidad parental le corresponde a la madre y al padre, sin importar la edad que ellos tengan. Sin embargo, si alguno de los progenitores es menor de edad, para algunas cuestiones necesitará a su vez la autorización de sus propios progenitores (abuelos del niño/a) hasta que cumplan los 18 años. Por ejemplo, para entregar a su hijos/a en adopción o autorizar una cirugía que ponga en riesgo la vida del niño/a.

¿Se puede renunciar a la responsabilidad parental?

No, los derechos y obligaciones que tenemos ante nuestros/as hijos/as son irrenunciables, incluso si no podés verlos, o si vivís en otra ciudad o país.

El padre de un hijo/a no puede negarse a cumplir con sus obligaciones de alimentación o cuidado.

¿Se puede perder la responsabilidad parental?

Si. Puede excluirse o ser removida por un/a Juez/a cuando:

- El progenitor/a es condenado/a como autor, coautor o cómplice de un delito doloso contra la persona o los bienes del hijo/a.
- Hace abandono del hijo/a, dejándolo/a en un total estado de desprotección, a un cuando quede bajo el cuidado del otro progenitor o la guarda de un tercero.
- Cuando se ha puesto en peligro la seguridad, la salud física o psíquica del hijo/a. Esto incluye los casos de violencia grave, y existen precedentes judiciales en los que se ha declarado el estado de adoptabilidad del hijo/a víctima de violencia.
- Uno de los progenitores es condenado por homicidio agravado por el vínculo o por violencia de género en contra del otro progenitor.
- Uno de los progenitores es condenado por lesiones gravísimas contra el otro progenitor o contra su hijo/a.
- Uno de los progenitores es condenado por abuso sexual contra el hijo/a.

La exclusión de la responsabilidad parental, no implica que cese la obligación de ese progenitor de prestar alimentos al hijo/a.

d. DEBER DE ALIMENTOS

La obligación de “alimentos” que se deriva de la responsabilidad parental no se limita sólo a la comida, sino que incluye todo lo relativo para garantizar al niño/a una adecuada calidad de vida como, por ejemplo, vivienda, vestuario, vida social, recreación y educación conforme a las posibilidades económicas de sus progenitores y/o alimentantes.

La obligación de prestar alimentos se extiende hasta los 21 años, salvo que el hijo/a trabaje y pueda mantenerse por sí mismo/a (esté emancipado).

Además, si el hijo/a está estudiando o aprendiendo un oficio y esto le impide mantenerse por su cuenta, la obligación alimentaria podría extenderse hasta los 25 años.

¿Qué pasa si te separás del padre de tus hijos/as y viven en casas separadas?

Como vimos, la responsabilidad es de los dos progenitores por igual y debe ser equitativa. Esto supone que, para fijar la cuota alimentaria, se debe tomar en cuenta si los/as hijos/as están al cuidado de ambos o solo de uno de los progenitores, además de considerar la capacidad económica de cada uno.

Si ambos cuidan a los hijos/as por igual y poseen similares recursos económicos, cada uno debe hacerse cargo del coste de cuidar a su hijo/a cuando está bajo su cuidado.

Sin embargo, si uno gana más dinero que el otro o tiene mayores ingresos económicos, quien esté en mejores condiciones deberá abonar una cuota al otro para que el/ la hijo/a o mantenga el mismo nivel de vida en las dos viviendas.

Si, por el contrario, el hijo/a queda más tiempo al cuidado de uno solo de los progenitores tiene derecho a recibir del otro una cuota alimentaria que permita satisfacer las necesidades del hijo/a, sin importar quien tenga mayores ingresos.

Es habitual, por diversas razones, que las madres soporten de forma principal el cuidado de sus hijos/as ya que estos pasan la mayor parte del tiempo con la progenitora mujer. En estos casos, al progenitor varón le corresponde abonar una cuota en dinero en concepto de alimentos.

Como vemos, cada situación es particular y habrá que evaluar en cada caso concreto, quien debe pagar una cuota a quien. Pero, como regla general, podemos decir que ello dependerá de quien cuide más tiempo al hijo/a y de la capacidad económica de los progenitores.

¿Cuál es el monto de la cuota?

La ley no establece un monto mínimo o máximo de las cuotas, sólo nos da dos pautas centrales para que puedan fijarse en cada caso en concreto. Ellas son:

- **Las necesidades del beneficiario de los alimentos.** Es decir, cuánto necesitan tus hijos/as para alcanzar una vida plena en la que todos sus derechos se vean realizados.
- **Las posibilidades económicas de quien se encuentra obligado a prestarlos.**

Si los progenitores no llegan a un acuerdo, el monto de la cuota deberá ser fijado judicialmente. Los aportes pueden ser en dinero o en otras cosas, como pagar la vivienda, cuota de colegio, ropa, etc.

¿Qué debés tener en cuenta si el padre de tus hijos/as no te paga una cuota de alimentos?

- Conservá los tickets de todos los gastos, para probar cuánto gastás por mes. Incluí el gas, la luz, los impuestos de la vivienda, ropa, comida, gastos por deportes, regalos, cuota escolar, etc.
- Anotá todas las necesidades de tus hijos/as que no podés satisfacer por fal-

ta de dinero, pues no sólo se trata de pagar lo que gastás, sino de asegurar el máximo desarrollo de ellos/as y que pueda acceder a todo lo que necesitan.

- Las tareas cotidianas que hacés para su cuidado (preparar la comida, llevarlos al colegio, al médico, al club, etc.) tienen un valor económico y deben ser “compensados”, por lo cual es importante que registres todas las cosas que no podés hacer por los cuidados que demandan.
- Anotá todo lo que tenés que dejar de hacer para poder atender a tu hijos/as de forma exclusiva (si tuviste que dejar de estudiar, de trabajar, de irte de viaje, de hacer deporte, etc.)
- Intentá averiguar qué nivel de vida tiene el padre que no cumple con su obligación. Por ejemplo, si tiene trabajo, qué tipo de bienes usa o disfruta, si realiza viajes o qué actividades suele realizar (ser socio de un club, realizar compras con tarjeta de crédito, etc.), que tipo de ropa se compra o usa, etc. Si el progenitor tiene otros hijos/as, también averiguar qué tipo de actividades o a qué tipo de instituciones asisten (colegios, clubes, etc.). Todo esto puede servir para reclamar judicialmente una cuota de alimentos, ya que los progenitores deben asegurar a todos sus hijos/as un nivel de vida similar.

¿Cómo debo reclamar?

Al igual que como sucede con el divorcio, la cuota de alimentos debe reclamarse judicialmente ante un Juzgado de Familia. Sin embargo, en muchas provincias existe una instancia previa que se denomina “mediación”, que a veces es obligatoria para poder iniciar un juicio.

La mediación es un espacio de diálogo donde un tercero (mediador/a) intenta facilitar el diálogo para solucionar las diferencias y los conflictos entre las personas, para que logren llegar a un acuerdo. No es un juez/a que pueda tomar decisiones, y si no se llega a un acuerdo, es posible luego iniciar un juicio.

La mediación puede ser evitada sólo cuando ha existido violencia dentro de la familia o de pareja. En este caso, podés decirle a tu abogado/a que no querés atravesar el proceso de mediación y que se inicie directamente el juicio.

¿Puedo reclamar alimentos si el padre no reconoció al hijo/a?

Sí, podés. Sin embargo, vas a tener que iniciar, al mismo tiempo o después, un juicio de filiación, y solicitar al/la juez/a que intervenga y que fije una cuota provisoria.

¿Si el padre no paga o no tiene recursos, puedo reclamar alimentos a los/as abuelos/as?

Sí, se puede reclamar alimentos a los ascendientes (abuelos) o incluso a hermanos/as, pero para eso debe probarse que es difícil o imposible recibir los alimentos de parte del progenitor incumplidor.

e. SALIDAS DEL PAÍS

Los/as hijos/as menores de 18 años no pueden salir solos/as del país. Tampoco con uno sólo de sus padres. Para que puedan hacerlo solos, se requiere la autorización de ambos padres. Si va a viajar con un solo de los progenitores, el otro debe autorizar al hijo/a a realizar el viaje.

Obviamente, si viajan los dos padres con su hijo/a no será necesaria la autorización, bastando con mostrar la partida de nacimiento y el DNI del niño/a para demostrar que son sus madres o padres.

La autorización debe efectuarse ante un escribano o un organismo estatal, en aquellas provincias que tengan un procedimiento habilitado, o en cualquiera de las siguientes dependencias de migraciones: <https://www.argentina.gob.ar/interior/migraciones/autorizacion-de-salida-del-pais-de-ninos-ninas-y-adolescentes>.

Las autorizaciones pueden ser generales y extenderse por toda la minoría de edad del hijo/a, o bien pueden ser específicas, solo para un viaje en particular, para alguna fecha puntual o para que el niño/a viaje con alguien específico o por algún motivo en concreto.

Cuando uno de los progenitores se niega a dar la autorización de viaje, se puede solicitar judicialmente. El juez o jueza puede autorizar que el niño/a viaje si entiende que no hay razones válidas para impedir la salida, sólo para ese viaje. En general, se deberá pedir una nueva autorización judicial para cada viaje.

MÁS INFORMACIÓN

¿A DONDE PUEDO ASESORARME?

Colegio de abogados

Los/as abogados/as deben matricularse ante un colegio profesional. Cada provincia o localidad tiene su colegio de abogados. Allí pueden ayudarte a encontrar un abogado/a y muchas veces ofrecen patrocinio jurídico gratuito para quien lo necesite.

Poder Judicial y Ministerio Público

En algunas provincias, los sistemas judiciales disponen de oficinas de atención en las que obtener asesoramiento sobre los distintos trámites.

Centros de Acceso a la Justicia

Existen Centros de Acceso a la Justicia en todas las provincias, que dependen del Ministerio de Justicia y Derechos Humanos de la Nación. Podés encontrar el más cercano en:

www.argentina.gob.ar/centros-de-acceso-justicia

Whatsapp: 0800 222 3425

Programa Acompañar

Correo electrónico: acompanar@mingeneros.gob.ar

Atención a las víctimas de violencia familiar y sexual

Teléfono: línea 137

Whatsapp: 11 3133-1000

Ministerio Público Fiscal (Procuración General de la Nación)

Teléfono: 011 4338-4300.

Violencia Contra las Mujeres

¿POR QUÉ HABLAMOS DE VIOLENCIAS CON “S”?

Las mujeres indígenas y rurales se enfrentan a múltiples violencias en sus territorios, cuerpos y cosmovisiones, sean mayores, adultas, jóvenes o niñas. Hablamos de “violencias”, en plural, porque muchas veces se entrecruzan sobre una misma persona violencias de distinto tipo: físicas, políticas, sociales, económicas, ambientales, epistémicas, simbólicas, psicológicas, sexuales, obstétricas, espirituales u otras. Diversas teorías explican los orígenes de estas violencias que, en cualquier caso, son históricas y estructurales ya que están directamente vinculadas a la organización o la forma que van adoptando las sociedades y comunidades a lo largo de su evolución histórica.

TIPOS DE VIOLENCIA

La violencia puede manifestarse de diversas formas y en diversos contextos. Algunas formas de violencia son más visibles, mientras que otras pasan más desapercibidas porque estamos “acostumbradas” a ellas y no nos damos cuenta que estamos siendo objeto de violencias provenientes de familiares, vecinos, terceras personas o incluso, instituciones públicas. Por eso, es esencial aprender a reconocerlas para tomar medidas dirigidas a ejercer plenamente nuestros derechos.

Entre las más fáciles de reconocer, encontramos:

- La **violencia física**, que comprende cualquier ejercicio de fuerza sobre nosotras (un tirón de pelo, un empujón, un cachetazo, un golpe, etc.).
- La **violencia psicológica** es mucho más difícil de “ver”, especialmente si se manifiesta de manera indirecta a través de comentarios despectivos, “chistes” o palabras que subestiman, menosprecian o humillan a la destinataria, entre muchas otras posibilidades.
- La **violencia sexual** abarca cualquier contacto físico de contenido sexual no deseado o con una persona que no puede prestar consentimiento válido (niños menores de 13 años); las situaciones en las que una persona es forzada o coaccionada a realizar actividades de índole sexual en contra de su voluntad; y también aquellas subrepticias (por ejemplo, poner una cámara oculta en un baño o vestuario).
- Hablamos de **violencia económica o patrimonial** para describir a la que se dirige a reducir los recursos económicos de la mujer o a destruir objetos y bienes a los que tiene derecho, con intención de dominarla o producirle un daño psicológico.
- La ley 26485 habla también de la **violencia simbólica** que es aquella a través de la cual se procura naturalizar la subordinación de la mujer en la sociedad, a través de estereotipos, mensajes, valores, íconos o signos que reproduzcan la desigualdad y discriminación en las relaciones sociales.
- La **violencia política**, básicamente afecta el derecho de la mujer a participar en los asuntos públicos y políticos en condiciones de igualdad.

Estas agresiones pueden ocurrir en diversos contextos o ámbitos en los que las mujeres desarrollamos nuestra vida, lo que da lugar a varias modalidades de violencia: la familia (**violencia doméstica**), el trabajo (**violencia laboral**), el ámbito de la salud (**violencia obstétrica o contra la salud reproductiva**), las instituciones públicas (**violencia institucional**), la política (**violencia política**), el espacio público (**violencia en el espacio público**) o las que ocurren a través de tecnologías de la información y la comunicación (**violencia digital**), etc. Una forma de violencia cada vez más habitual es la llamada violencia vicaria, que es aquella que se ejerce ya no sobre la mujer, sino sobre sus hijos u otros familiares, sobre quienes el agresor extiende las amenazas y el daño psicológico.

¿Cómo identificar las violencias?

Nunca minimices tus emociones ni pienses que son fruto de tu imaginación. Prestá atención y mantente alerta a lo que sentís, ya que algunos sentimientos nos pueden indicar que somos objeto de violencia. Cuando te sentís obligada a realizar acciones en contra de tu voluntad, percibís intentos de manipulación para que te comportes de cierta manera, experimentás culpa por ser quien sos o por tus acciones, o enfrentás la falta de valoración o desprecio hacia tu trabajo. Además, el daño físico o emocional, así como el miedo, la ansiedad, la incomodidad, el enojo y la sensación de inferioridad, también pueden ser indicadores de violencia.

Es importante reconocer que la violencia no se limita al ámbito familiar o de pareja; también puede manifestarse en el entorno laboral. Si te tratan con desprecio en el trabajo o recibís un salario inferior por ser mujer, eso también es una forma de violencia. A veces, incluso las instituciones pueden perpetuar la violencia, como cuando en una comisaría, juzgado u hospital cuestionan tu versión de los hechos, sugieren que estás exagerando, subestiman tu palabra, demoran injustificadamente para atenderte, te interrogan repetidamente sobre lo mismo, o te maltratan debido a tu género, situación económica o identidad indígena. Esto no está permitido.

La violencia institucional también puede manifestarse cuando el Estado recorta injustificadamente fondos, cancela o no implementa programas de apoyo para mujeres maltratadas, o no planifica acciones específicas a favor de las mujeres, como medidas de acción positiva. Es esencial no tolerar ninguna forma de violencia y trabajar juntas para erradicarla de nuestras vidas y comunidades.

CONOCIENDO TUS DERECHOS

La ley y los tratados internacionales obligan al Estado a proteger especialmente a las mujeres, a las niñas y adolescentes frente a estas violencias, para lo cual se les reconocen una serie de derechos específicos dirigidos a garantizar su derecho a una vida libre de violencia. Aquí mencionaremos solo algunos. Recuerda que ellos deben respetarse siempre:

- **Derecho a la Integridad Personal:** Nadie tiene el derecho de lastimarte física o emocionalmente.
- **Derecho al Trabajo Digno o Decente:** Todas merecemos ser tratadas con respeto en el trabajo, sin importar de dónde venimos.
- **Derecho a la No Discriminación:** Nadie puede impedir que gocemos de los mismos derechos y libertades que otras personas en igualdad de oportunidades, especialmente si lo hacen porque somos mujeres, indígenas o nos dedicamos a una ocupación específica.
- **Derecho a la protección de la salud, derechos sexuales y reproductivos:** Todas tenemos derecho a vivir nuestra sexualidad sin presiones ni violencias, a elegir nuestra orientación sexual y nuestra identidad de género, y a que se respeten esas elecciones, sin discriminación.
- **Derecho a vivir una vida libre de violencias:** El Estado está obligado a adoptar todas las medidas necesarias para poner fin a la violencia y generar un entorno en donde podamos disfrutar de todos nuestros derechos y desarrollarnos plenamente como personas.

La ley le reconoce a la víctima de delitos una serie de derechos específicos frente a los organismos estatales, que los funcionarios públicos están obligados a garantizar. Entre ellos, los derechos **a recibir un trato digno y respetuoso y a no ser revictimizada**, lo que ocurre cuando el procedimiento judicial es causa de más sufrimiento para la víctima, porque la maltratan, no le creen, la demoran innecesariamente, tiene que relatar varias veces lo mismo a distintas personas sin motivo justificado, etc. La víctima debe ser **informada sobre sus derechos** cuando realice la denuncia o en su primera intervención en el procedimiento y puede **solicitar las medidas de protección** urgentes para seguridad, la de sus familiares y la de los testigos que declaren en su interés, que explicamos más abajo; tiene derecho a recibir **asistencia especializada, apoyo económico y acompañamiento integral** en pos de su recuperación psíquica, física y social; a **conocer y a ser oída sobre el estado del proceso y la situación del imputado**, entre otros.

¿QUÉ PUEDES HACER FRENTE A HECHOS DE VIOLENCIA?

Si decides dar un paso adelante, ¡es valiente de tu parte! Lo más importante es garantizar tu seguridad personal y la de tus hijos, por eso sugerimos que consideres como primer paso el solicitar medidas de protección preventivas y urgentes.

Junto con ese pedido, o más adelante, puedes presentar un reclamo que, según el tipo y modalidad de violencia de género que hayas padecido, puede ser civil (familiar), laboral, o incluso contra el Estado (cuando se trate de violencia institucional proveniente de algún funcionario público).

Cuando las violencias sean constitutivas de delito (porque, por ejemplo, existieron amenazas, lesiones, daño, abuso sexual, entre otros), podés hacer una denuncia penal o la policía puede intervenir directamente cuando el peligro sea inminente o están ocurriendo los hechos.

A continuación, esta guía te orienta sobre lo que podés hacer y donde solicitar ayuda. Recordá revisar también la información útil de las GUÍAS 1) CAJA DE HERRAMIENTAS, 2) DOCUMENTOS-IDENTIDAD y 3) RELACIONES DE FAMILIA.

Buscar asesoramiento y apoyo

Si estás atravesando alguna de las situaciones mencionadas, la primera sugerencia es que busques ayuda. Podés hablar con alguien en quien confíes: una amiga, un familiar o alguna organización social dedicada a acompañar a mujeres en situación de violencia. Recordá que lo que te sucede no es tu culpa.

Te indicamos sólo algunas de las oficinas gubernamentales de la Nación o de las provincias a las que podés comunicarte o acercarte para buscar ayuda:

- Centro de Acceso a la Justicia, donde un equipo jurídico puede asesorarte.
- Ministerio Público Fiscal de la Nación (reciben denuncias y brindan atención las 24 hs; email: denuncias@fiscalias.gob.ar)
- Ministerio Público Fiscal de cada provincia, donde reciben denuncias
- Oficinas de la Mujer o de Atención Integral de Violencia de Género de tu provincia.
- Oficinas de atención a víctimas de violencia de género de la Defensoría General de la Nación en las distintas provincias.
- Centros comunitarios (provinciales) de atención integral a la violencia,
- Centros de asistencia a víctimas de delitos contra la integridad sexual, donde disponen de programas para alojamiento, recuperación y atención de las víctimas.
- Hogares de protección integral.
- Llamar a la línea 144 o mandar whatsapp al mismo número, allí podés: a) comunicarte con el equipo de la Línea b) conocer el Programa Acompañar y c) obtener información sobre el Programa Acercar Derechos. Es importante saber que, si se te dificulta el castellano, podés usar mapuzungun, wichi, quechua, qom y guaraní.
- Llamar a la línea 137 o al WhatsApp (+54911) 3133-1000. Si sos víctima de violencia familiar, o sexual, o de grooming, allí te pueden brindar asesoramiento.
- Instituto Nacional contra la Discriminación, la Xenofobia y el Racismo (INADI): Línea

de Asistencia a Víctimas de Discriminación, Racismo y Xenofobia: 168. Podés realizar la denuncia vía Trámite A Distancia (TAD). Inicio de trámite por Discriminación ante el INADI o Atención presencial en sede central del INADI, Av. de Mayo 1401 (CABA), de lunes a viernes de 09 a 16 hs. Por atención presencial en delegaciones consultar en el mail de la delegación.

¿Por dónde empezar?

- Intentar identificar los varios tipos de violencia que podrías estar padeciendo.
- Buscar ayuda y asesoramiento.
- Tener a mano todos los documentos personales importantes, como tu DNI y los de los niños a tu cargo; las partidas de nacimiento y matrimonio; carnets de la obra social; títulos de propiedad; etc. VER GUÍA 2) DOCUMENTOS-IDENTIDAD.
- Es fundamental que procures ponerte a salvo, si es necesario, trasládete momentáneamente a un lugar seguro.
- Podés solicitar a las autoridades que se dicte una medida de protección en tu beneficio.
- Denunciar judicialmente los actos de violencia puede reducir las posibilidades de que la situación se repita.

Solicitar Medidas de Protección

Podés solicitar exclusivamente medidas de protección o medidas preventivas urgentes sin la necesidad de presentar una denuncia penal o civil contra tu agresor para obtener resguardo. Sin embargo, es imperativo que informes a las autoridades sobre lo sucedido y cómo ocurrieron las agresiones, para que puedan evaluar la medida más apropiada y efectiva, de acuerdo con el tipo de violencia sufrida. Aunque la ley enumera diversas medidas posibles, estas deben adaptarse específicamente al caso en cuestión, siendo diseñadas por los jueces considerando las características individuales de las personas involucradas y la situación particular. Por lo general, se otorgan por un período determinado de 90 días, pero pueden extenderse y renovarse según sea necesario. Es crucial contar siempre con asistencia y asesoría legal.

Cuando obtienes una orden de protección a tu favor, es esencial conservar una copia de la resolución para utilizarla según sea necesario, por ejemplo, en tu lugar de trabajo, en el hospital o en la escuela de tus hijos. El juzgado o la policía deben informar al agresor sobre la existencia de la orden, y podés solicitar ser notificada sobre si y cuándo se le informó. Registrar cada incidente en el que el agresor no cumpla con la orden y notificar a la comisaría o al juzgado en esos casos es fundamental. Desobedecer una orden judicial sin una justificación razonable puede constituir un delito penal.

Por lo general, las medidas de protección son otorgadas a solicitud de la víctima, pero en situaciones de violencia grave, las autoridades pueden implementarlas de oficio.

Algunas de las medidas más habituales son:

- Ordenarle al agresor abandonar y prohibirle regresar a la casa familiar;
- Prohibirle que se acerque a vos o a tu casa, trabajo, estudio u otros lugares a los que concurras habitualmente;
- Disponer una consigna policial en tu casa y en los lugares que frecuentás, o brindarte un dispositivo dual o botón antipánico;
- Prohibirle contactarse por cualquier medio con vos o con tus hijos;
- Ordenarle al agresor cesar de hostigarte o acosarte por cualquier medio, por ejemplo, por teléfono, mensajes, redes sociales, etc.
- Si tienen hijos en común, se puede fijar una cuota alimentaria provisoria o, en casos graves, ordenar que el agresor no intervenga en la guarda, crianza y educación de las hijas e hijos en común.
- También son medidas de protección la orden de brindar asistencia médica o psicológica a la víctima; garantizar el alojamiento provisional de la mujer e hijos en un lugar seguro; otorgarle a la mujer el derecho de uso de la vivienda común; ordenar el inventario de los bienes gananciales de la sociedad conyugal y de los bienes propios de quien ejerce y de quien padece violencia; la orden de suprimir contenidos (imágenes, mensajes, videos, etc.) que constituyan un ejercicio de la violencia digital o telemática.

Demanda Civil o Laboral

La decisión de presentar una demanda civil o laboral por violencia de género es una medida seria y significativa que debe considerarse con cuidado y atención. Es conveniente iniciar este proceso en situaciones donde la víctima de violencia de género busca justicia y reparación por los daños sufridos. Algunas circunstancias en las que podría ser apropiado emprender acciones legales son:

- **Relaciones de familia:** Cuando exista un vínculo conyugal, hijos menores de edad en común, o bienes que dividir, es conveniente presentar una demanda civil junto con, o inmediatamente, luego de solicitar medidas de protección, como órdenes de restricción o alejamiento.
- **Relaciones laborales:** Si has contactado con el área de recursos humanos de tu lugar de trabajo y, a pesar de eso, la empresa no ha tomado medidas para abordar el problema, quizás es el momento de consultar a un abogado o a una organización legal que pueda brindarte asesoramiento específico sobre tu situación, entender tus opciones y ayudarte a tomar una decisión sobre si hacer una demanda laboral formal. Varios Convenios de la Organización Internacional del Trabajo prohíben la violencia y la discriminación en el ámbito laboral.
- **Recuperación de daños y perjuicios:** Si has sufrido daños físicos, emocionales o económicos debido a la violencia de género, la presentación de una demanda civil o laboral puede ser una vía para buscar compensación y reparación por estos perjuicios.
- **Responsabilidad legal:** La demanda puede ser un medio para lograr que el agresor asuma las consecuencias legales y financieras de sus actos.
- **Prevención de futuros episodios de violencia:** Iniciar una demanda civil o laboral puede ser una forma de poner fin al ciclo de violencia y prevenir futuros incidentes. Esto también puede contribuir a la concienciación de la propia víctima sobre la gravedad de la violencia de género.

- **Conseguir recursos y apoyo:** La demanda puede llevar consigo la posibilidad de acceder a recursos y apoyo tanto legales como psicológicos. Puede ser una herramienta para buscar ayuda y recuperación.

Es esencial que busques asesoramiento legal antes de tomar la decisión de presentar una demanda civil o laboral. Un abogado especializado en derecho de familia o laboral y violencia de género puede proporcionar orientación sobre las opciones disponibles, evaluar la viabilidad del caso y ofrecer apoyo durante todo el proceso legal. Además, es importante recordar que la decisión de presentar una demanda es personal y debe basarse en la seguridad y el bienestar de la víctima, y que nunca es imprescindible iniciar una demanda para pedir medidas de protección.

Denuncia Penal

Más allá otras consideraciones, cuando sientas que la agresión es grave o persistente, es recomendable hacer una denuncia penal por violencia de género cuando:

- **Peligro inminente:** Cuando te encuentres en peligro inmediato o continuo, la denuncia penal facilita la obtención de medidas urgentes, como órdenes de protección o arresto del agresor, con el fin de garantizar tu seguridad.

- **Necesidad de preservar pruebas:** cuando sea necesario conservar evidencia que de otra forma podría perderse: constatar lesiones; resguardar imágenes, videos o mensajes en medios digitales o electrónicos; obtener testimonios, registros médicos, fotografías o cualquier otro tipo de documentación que respalde los hechos.

- **Patrón de abuso:** Cuando existe un patrón constante de abuso y sea necesario dar un paso legal para detener la violencia y romper el ciclo de maltrato.

- **Impacto grave de la violencia:** Cuando la violencia ha causado daños físicos, emocionales o psicológicos significativos, presentar una denuncia penal puede ser necesario para buscar justicia y reparación por los perjuicios sufridos.

- **Falta de cooperación del agresor:** Si las intervenciones previas, como órdenes de alejamiento o terapia, no han tenido éxito y el agresor persiste en su comportamiento violento, presentar una denuncia penal puede ser la vía adecuada para hacer frente a la situación.

- **Concientización y responsabilidad:** Cuando decidís romper el silencio y denunciar, contribuís a la concientización social sobre la gravedad de la violencia de género y a que el agresor asuma la responsabilidad legal de sus acciones.

Es fundamental que a lo largo del proceso penal cuentes con asesoramiento de profesionales especializados, como abogados y organismos de apoyo a víctimas de violencia de género. Estos expertos pueden brindar orientación legal, apoyo emocional y recursos para ayudarte a enfrentar el proceso legal de manera informada y segura. La denuncia penal es una medida seria, pero puede ser un paso necesario para romper el ciclo de violencia y buscar justicia.

Si decidís denunciar penalmente al agresor, podés comunicarte telefónicamente o acercarte a las dependencias de policía o del Ministerio Público Fiscal más cercanas a tu domicilio. En casi todas las provincias existen también Oficinas de la Mujer, oficinas de Violencia de Género, o comisarías especializadas, donde también pueden escucharte, asesorarte, recibir tu denuncia o tu solicitud de medidas de protección.

Cuando las agresiones provienen de alguien conocido con quien tenés un vínculo de largo tiempo (tu pareja, algún familiar, un empleador, un vecino, etc.), es importante que en la denuncia describas no sólo el hecho puntual a denunciar (por ejemplo, que recibiste un golpe de puño en la cara por parte de esa persona), sino también cómo se desarrolló ese vínculo y cómo se comportaba esa persona contigo a lo largo de la relación (por ejemplo, qué palabras utilizaba para dirigirse a vos; si las decisiones se tomaban de común acuerdo; si te escuchaba; si sentías que tu libertad de decisión estaba limitada; etc.). Esto permite a las autoridades contextualizar los hechos y tomar conciencia de la dimensión de la violencia, a lo largo de un período más extenso que el hecho puntual que se denuncia.

¿Quién puede realizar la denuncia?

La mujer, niña o adolescente que se considere afectada puede solicitar la protección y formular la denuncia; o su representante legal o cualquier otra persona que haya tenido conocimiento del hecho de violencia cuando la afectada directa no pudiese formular la denuncia pueden informar a la autoridad competente. Esto último es muy importante cuando, por su condición física o psíquica, la víctima no pueda denunciar como suele pasar cuando la mujer presenta una discapacidad, pero también cuando se encuentra en un círculo de violencia del que le es difícil salir. Es importante que, en estos casos, los vecinos u otros familiares que conozcan la existencia de la violencia soliciten auxilio a las autoridades.

El personal de establecimientos de salud, educativos y asistencia social que tomen conocimiento de que una mujer padece violencia tiene obligación de denunciar cuando los hechos pudieran constituir un delito.

¿Dónde realizar la denuncia penal?

La denuncia se puede realizar normalmente ante:

- La Fiscalía de turno o especializada.
- La Comisaría de la Mujer y la Familia.
- Las Comisarías Comunes.
- Fiscalías especializadas en delitos informáticos.
- En algunos casos, los Juzgados de Paz en las distintas provincias pueden intervenir en denuncias penales.
- Los Tribunales y Juzgados de Familia normalmente no reciben denuncias penales, pero se hace una presentación en la que se relatan posibles delitos, es habitual que los Juzgados de familia den intervención a la justicia penal de oficio.

CONSEJOS A TENER EN CUENTA

Si sos víctima de violencia de género y te disponés a hacer una denuncia penal, es crucial que consigas apoyo y asesoramiento para que el proceso sea lo más seguro y efectivo posible. Aquí algunos consejos importantes:

- **Prioriza tu seguridad:** Antes de tomar cualquier acción, asegúrate de estar en un lugar seguro y fuera del alcance del agresor. Si es necesario, busca protección en lugares seguros, como casas de acogida para víctimas de violencia.
- **Buscá apoyo emocional:** Compartí tu experiencia con amigos, familiares o profesionales de apoyo. La red de apoyo emocional es esencial durante este proceso, ya que puede ser emocionalmente abrumador.
- **Consultá con profesionales:** Antes de presentar la denuncia, buscá el asesoramiento de especialistas en violencia de género que te brinden orientación legal, te expliquen tus derechos y opciones, y te ayuden a preparar la denuncia de manera efectiva.
- **Guardá evidencia:** Si es seguro hacerlo, recopilá evidencia que respalde tu denuncia. Esto puede incluir fotografías, mensajes de texto, correos electrónicos, registros médicos o cualquier otro documento que demuestre la violencia sufrida.
- **Informa a la policía u otras autoridades de manera detallada:** Cuando estés lista para presentar la denuncia, proporcioná una declaración detallada y precisa de los hechos, lo más ordenada posible. Mencioná cualquier evidencia que hayas recopilado y proporcioná información sobre testigos, si los hay.
- **Solicitá una orden de protección:** Pedí a las autoridades que emitan una orden de protección o restricción, si es necesario. Esto puede proporcionarte una capa adicional de seguridad y alejamiento del agresor.
- **Participá en el proceso legal:** Colaborá estrechamente con tu abogado/a y las autoridades a lo largo del proceso legal. Proporcioná información adicional cuando sea necesario y asistí a todas las citas judiciales.
- **Accedé a servicios profesionales de apoyo:** Buscá organizaciones o centros que ofrezcan apoyo a víctimas de violencia de género. Estos pueden incluir asesoramiento psicológico, grupos de apoyo y asistencia para situaciones de emergencia.
- **Conocé tus derechos:** Familiarízate con tus derechos como víctima y asegúrate de comprender el proceso legal en tu jurisdicción. Esto te permitirá tomar decisiones informadas y participar activamente en el proceso.
- **Mantené registros y documentos:** Lleva un registro detallado de todas las interacciones legales, incluyendo fechas de audiencias, nombres de los profesionales involucrados y cualquier decisión judicial. Esto puede ser útil para futuras referencias.

- **Recordá** que cada situación es única, y que la seguridad y bienestar tuyo y de quienes te rodean son lo más importante. Buscar apoyo profesional y rodearte de personas de confianza puede hacer que el proceso sea más llevadero.

CONSERVACIÓN DE EVIDENCIA

La preservación adecuada de evidencia es crucial en todos los casos de violencia para respaldar futuras acciones legales y brindar apoyo a las víctimas. A continuación, te proporcionamos algunas ideas para ayudarte a preservar y conservar evidencia en casos de violencia sexual.

- **Apoyos y testimonios:** Además de contribuir a brindarte seguridad y que el hecho de compartir tus sentimientos puede ser parte importante del proceso de curación, los amigos, familiares o profesionales de apoyo a quienes contactes y conozcan tu situación pueden ser testigos relevantes en el proceso judicial.

- **Conservación de la Ropa:** No cambies de ropa ni te laves. La ropa que llevabas puesta puede contener evidencia importante. Si es posible, colocá la ropa en una bolsa de papel o de tela, evitando las bolsas de plástico que pueden atrapar la humedad.

- **Documentación personal:** Anotá detalles sobre la fecha, hora y lugar de la agresión. Registrá cualquier detalle sobre el agresor que puedas recordar: características físicas, ropa, tatuajes, etc.

- **No elimines mensajes o registros:** Conservá mensajes de texto, correos electrónicos, llamadas o cualquier otra comunicación relacionada con la agresión.

- **Fotografías:** Si tenés lesiones visibles, tomá fotografías de ellas. Documentá cualquier daño en la ropa o cualquier objeto relacionado con la agresión.

- **Atención Médica:** Busca atención médica lo antes posible, incluso si no tenés lesiones evidentes. Informá al personal médico sobre la agresión y solicitá que documenten cualquier evidencia. Podés solicitar al médico u hospital una copia del informe y de la historia clínica.

- **Contacto con autoridades:** Considerá la posibilidad de denunciar la agresión a las autoridades de la policía o Ministerio Público Fiscal. Si estás decidida a dar intervención a las autoridades, además de todo lo anterior procura:

- **No comer ni beber:** Cuando hayas sufrido una agresión física evita comer, beber o fumar antes de buscar atención médica, ya que esto puede alterar las pruebas posteriores.

- **Preservación del lugar:** Evitá tocar o cambiar cualquier cosa en el lugar donde ocurrió la agresión. Si es posible, delimitá la escena y evitá que otras personas entren en ella.

VIOLENCIA OBSTÉTRICA Y ATENCIÓN DE LA SALUD

Una de las formas de violencia que aún es difícil de abordar es la violencia obstétrica. Es esencial reconocer y visibilizar situaciones que, lamentablemente, reflejan la existencia de violencia en el proceso de atención maternal y, en general, en la atención de salud de las mujeres. En este ámbito, la violencia se manifiesta de diversas formas, y es crucial estar informadas para garantizar nuestro bienestar y dignidad durante el período de la maternidad o cualquier problema de salud, durante los cuales quedamos expuestas a mayor vulnerabilidad.

Falta de Respeto y Comunicación Inadecuada: Si experimentás una falta de respeto por parte del personal médico o sentís que la comunicación no es clara y comprensiva, puede ser un indicio de violencia obstétrica. Todas merecemos ser tratadas con dignidad y recibir información de manera respetuosa y de forma que podamos comprender acabadamente nuestras opciones.

Intervenciones Innecesarias: La imposición de intervenciones médicas sin justificación clara puede constituir violencia obstétrica. Todas las decisiones vinculadas con la maternidad y la atención médica deben ser expresamente consentidas por la mujer y deben ser respetadas nuestra preferencia cultural y personal.

Falta de Consentimiento Informado: Es vital que te informen adecuadamente sobre cualquier procedimiento y que tu consentimiento sea obtenido de manera consciente y libre, después de que te expliquen y entiendas todas las alternativas, opciones y tratamientos disponibles. La falta de consentimiento informado es una forma de violencia que debemos denunciar. Nadie puede decidir por vos.

Estigmatización Cultural: Si sentís que tu cultura o tradiciones son estigmatizadas o despreciadas durante el proceso de parto, es crucial hablar al respecto. La diversidad cultural debe ser respetada y celebrada en la experiencia maternal.

Abuso Verbal o Deshumanización: Ninguna mujer debe ser objeto de abuso verbal o deshumanización durante el parto. Si experimentás palabras hirientes, que te infravaloran o trato inhumano, es fundamental denunciarlo y buscar apoyo.

Falta de Privacidad y Confidencialidad: La falta de privacidad y confidencialidad puede generar incomodidad y ser una forma de violencia. Todas merecemos un entorno íntimo y seguro durante este momento tan especial de la maternidad o cuando nos sentimos más expuestas por afrontar un problema de salud.

Negación del Derecho al Acompañamiento: El derecho a tener un acompañante de nuestra elección durante el parto o atención médica es fundamental. La negación de este derecho constituye una forma de violencia que debemos cuestionar y combatir. También recordá que es tu derecho estar a solas con el profesional y que solo vos podés decidir sobre tu cuerpo; ni tus progenitores ni tu pareja pueden tomar decisiones por vos, salvo que estés inconsciente y la atención médica sea urgente o haya riesgo para tu vida.

Discriminación Socioeconómica: Si sentís que sos tratada de manera diferente debido a tu origen socioeconómico, es esencial alzar la voz. Todas merecemos recibir atención de calidad, independientemente de nuestro estatus económico.

Reconocer y visibilizar estas formas de violencia obstétrica nos empodera y es necesario para proteger nuestros derechos fundamentales durante el período de maternidad y para garantizar el pleno acceso a la salud.

VIOLENCIAS EDUCATIVAS

Las mujeres indígenas y rurales pueden enfrentar desigualdades en el acceso a la educación, lo que limita sus oportunidades y perpetúa ciclos de violencia y discriminación.

Las violencias educativas son situaciones en las que se perpetúan prácticas, actitudes o normas que afectan negativamente el desarrollo y bienestar de las estudiantes. Estas violencias pueden manifestarse de diversas maneras, desde el ambiente escolar hasta las interacciones entre educadores y alumnos. Visibilizar estas situaciones es fundamental para prevenir y abordar eficazmente las violencias educativas. Aquí se presentan ejemplos para ilustrar posibles situaciones y promover la conciencia sobre la importancia de un entorno educativo seguro y respetuoso:

▪ **Discriminación y Bullying:** Ejemplo: Un estudiante indígena es constantemente objeto de burlas y comentarios despectivos por parte de sus compañeros debido a su origen étnico. Esta discriminación afecta su autoestima y rendimiento académico.
Estigmatización Cultural: Ejemplo: Un profesor desacredita las prácticas culturales de ciertos estudiantes, menospreciándolas frente a la clase. Esto genera un ambiente hostil que dificulta el aprendizaje y la inclusión.

▪ **Presión Académica Excesiva:** Ejemplo: Un padre presiona a su hija para que obtenga las calificaciones más altas, ignorando sus habilidades individuales y generando un ambiente de estrés y ansiedad en la vida estudiantil.

▪ **Estereotipos de Género en la Educación:** Ejemplo: Un docente elige asignar roles específicos basados en el género durante actividades escolares, reforzando estereotipos y limitando las oportunidades de desarrollo de los estudiantes.

Falta de Acceso a Recursos: Ejemplo: Alumnas de comunidades económicamente desfavorecidas carecen de acceso a materiales educativos básicos, creando desigualdades que afectan negativamente su rendimiento académico.

▪ **Violencia Verbal de Docentes:** Ejemplo: Un profesor utiliza constantemente un tono de voz agresivo y descalificante hacia los estudiantes, creando un clima de temor y desmotivación en el aula.

▪ **Discriminación por Orientación Sexual:** Ejemplo: Un estudiante LGBTQ+ enfrenta burlas y rechazo de sus compañeros debido a su orientación sexual, generando un ambiente hostil que dificulta su participación plena en la vida escolar.

Habla con tus hijos e hijas para ayudarlos a identificar las violencias y busca la forma de plantear tu posición ante las autoridades escolares para que arbitren medidas para ponerles fin y evitar que se reiteren en el futuro posibles situaciones de discriminación o maltrato. La promoción de la empatía, la comunicación abierta y la participación activa en la comunidad educativa son pasos esenciales para prevenir las violencias educativas y promover un ambiente inclusivo, respetuoso y equitativo que permita a cada estudiante desarrollar sus potencialidades.

VIOLENCIAS SEXUALES

La violencia sexual es un tema delicado, pero necesitamos hablar de ello para protegernos. Si sufrís alguna forma de violencia sexual, intentá conservar la ropa que llevabas puesta y no te bañes hasta que tomes contacto con personal de salud o policial. Esto puede ser muy importante para demostrar lo que sucedió.

En la guardia del hospital o de alguna salita de salud, no olvides que tenés prioridad para ser atendida y que vos podés elegir entre ser atendida y examinada por una profesional mujer o un profesional hombre.

Recordá que el personal de salud no puede tomar decisiones sobre tu cuerpo sin tu consentimiento expreso, a menos que estés inconsciente y se trate de una emergencia médica. Tampoco pueden exigir que hagas la denuncia penal antes de brindarte la atención necesaria; la denuncia la podés hacer después si así lo deseas. Además, los profesionales de la salud deben inmediatamente aplicar el protocolo correspondiente para descartar un embarazo e infecciones de transmisión sexual.

En casos de violencias sexuales que puedan constituir un delito (violación, abuso sexual, corrupción de menores, etc.) recordá que los profesionales de la salud están obligados a denunciar inmediatamente a las autoridades para preservar la evidencia, aunque una vez transcurrida la situación de emergencia, se contactarán contigo para saber cuál es tu deseo con respecto a la investigación.

En casos de urgencia siempre podés llamar al número 911.

VIOLENCIAS DIGITALES

Nadie puede usar tu imagen, ni grabaciones de imágenes tuyas o de tu voz sin contar con tu expreso consentimiento. El uso no consentido de estas imágenes y sonidos siempre puede ser objeto de una demanda civil, aunque las imágenes sean, digamos, “normales”.

Sin embargo, en algunos casos, las violencias digitales asociadas o no con el uso de imágenes es una problemática cada vez más común, puede constituir delito y dar lugar a una denuncia penal. Algunas de las modalidades más frecuentes de delitos digitales que podés denunciar son:

▪ **Acoso en línea, cyberbullying, difamación y amenazas:** Si estás experimentando acoso u hostigamiento persistentes o graves, amenazas, si alguien difama tu reputación o ejerce violencia digital a través de mensajes con comentarios sexistas, amenazas o acoso basado en género que afectan tu seguridad y bienestar mental y emocional.

▪ **Sextorsión:** Si te están chantajeando con difundir imágenes o información comprometedoras.

▪ **Difusión no consensuada de imágenes íntimas:** eres libre de producir con tu propio cuerpo las imágenes que desees, pero nadie puede utilizarlas sin tu consentimiento expreso. Es decir, el hecho de que tu pareja haya obtenido fotos o videos íntimos tuyos con tu conformidad, no le permite utilizar, enviar, distribuir o publicar esas imágenes, a menos que autorices expresamente esos usos.

▪ **Robo o sustitución de identidad digital:** Si sospechás que tu identidad digital está siendo robada o utilizada de manera fraudulenta.

▪ **Invasión de la privacidad:** Cuando hackean tus cuentas personales o se hace una difusión no autorizada de tu información privada.

Aquí tienes algunos consejos específicos para los casos de violencias digitales, además de los generales que indicamos antes:

▪ **Mantén la calma:** Trata de mantener la calma y no respondas a provocaciones. Evitá alimentar la situación con respuestas emocionales.

▪ **Guardá evidencia:** En principio, NO borres la información, NO reenvíes los datos recibidos y NO bloqueeas al victimario. Captura y guarda todas las evidencias, como capturas de pantalla, mensajes y cualquier otro material que pueda ser útil para la investigación. Registrá desde qué número de teléfono, emails, perfil de usuario, etc. estás recibiendo mensajes violentos.

▪ **No cedas al chantaje:** No cedas a las demandas. Buscá ayuda y asesoramiento legal.

▪ **Configurá la privacidad:** Revisá y ajustá la configuración de privacidad en tus perfiles en redes sociales y otras plataformas para limitar el acceso no autorizado.

▪ **Bloqueá y reportá:** Podés bloquear a los acosadores y utilizar las funciones de reporte de las plataformas para notificar el comportamiento abusivo, aunque esto suele impedir a los investigadores avanzar en la investigación, por lo que es preferible denunciar antes y que las autoridades preserven la prueba, antes de proceder al bloqueo.

▪ **Comunicá a amigos y familiares:** Informá a tus amigos y familiares cercanos sobre la situación para que estén al tanto y puedan proporcionar apoyo.

No te olvides que estas formas de violencia digital pueden ocurrir a través de distintos medios y redes digitales, como Facebook, Instagram, Snapchat, YouTube, Tik Tok, foros en internet, plataformas de juegos o mensajerías, WhatsApp, y otros. Son formas de violencia grave, que afectan tu salud mental y pueden acarrear severas consecuencias psicológicas, emocionales y hasta físicas, si no son enfrentadas con prontitud.

TRATA DE PERSONAS

La trata de personas con fines de explotación laboral o sexual es un delito grave que afecta a millones de personas en todo el mundo. Es fundamental estar alerta y reconocer situaciones de riesgo que podrían poner a alguien en peligro de convertirse en víctima de trata. A continuación, describimos algunas situaciones que podrían ser indicativas de riesgo:

- **Ofertas de empleo atractivas en otras provincias o en el extranjero:** Cuando alguien te ofrece trabajo, alojamiento, te promete altos salarios y condiciones de trabajo o de estudio ideales en algún lugar distante de tu ciudad de origen, sospechá: es demasiado bueno para ser verdad.
- **Falta de información sobre el trabajo o destino:** Esas ofertas no suelen brindar información detallada sobre las condiciones de trabajo, el empleador, el domicilio o el destino, especialmente cuando se trata de traslados internacionales.
- **Se hacen cargo de los gastos de traslado y alojamiento:** Vos no tenés que preocuparte por nada; incluso te piden que les entregues tus documentos personales para ocuparse de todos los detalles.
- **Alguien te acompaña en todo momento y, con el paso del tiempo, cada vez te imponen restricciones más severas:** No solo te confiscan los documentos de identidad; te prohíben comunicarte con otras personas o limitan tus movimientos.
- **Cuidado en áreas vulnerables:** Las estaciones de autobuses, estaciones de tren, o zonas con alta desigualdad económica son áreas vulnerables, donde suele haber presencia de reclutadores o individuos sospechosos.
- **Uso de la fuerza o coerción:** Está en alerta máxima en esas situaciones en que te sentís forzada, amenazada o coaccionada a realizar ciertas actividades en contra de tu voluntad.
- **Falta de control sobre ingresos:** Cuando como trabajadora no tenés control sobre tus ingresos y tus salarios son manejados por terceros, esto puede indicar explotación laboral.
- **Condiciones de vida inadecuadas:** Cuando el alojamiento prometido presenta condiciones deplorables, como hacinamiento, falta de acceso a servicios básicos y ausencia de medidas de seguridad, es probable que exista explotación laboral.

- Algunas ocupaciones son de alto riesgo con respecto a la trata de personas, como la industria del sexo, la industria textil, agricultura, la construcción o el servicio doméstico.

Si dudás o sospechás de una situación de trata, es crucial que informes a las autoridades locales o a organizaciones especializadas que puedan ofrecer asistencia y apoyo a las posibles víctimas.

La explotación de personas con el objetivo de obtener ganancias es un delito.

DISCRIMINACION Y RACISMO

La discriminación racial es un fenómeno que persiste en diversas partes del mundo, afectando a diferentes grupos étnicos y culturales. Las mujeres indígenas y rurales son particularmente vulnerables a este tipo de discriminación, enfrentando desafíos adicionales debido a su género, origen étnico y lugar de residencia. Creemos esencial visibilizar estas situaciones para promover la conciencia y la acción contra la discriminación racial y de género, por lo que a continuación, presentamos algunos ejemplos que ilustran posibles situaciones de discriminación.

- **Acceso limitado a la educación:** Muchas mujeres enfrentan barreras para acceder a la educación, ya sea debido a la falta de infraestructuras educativas en áreas remotas o a prejuicios arraigados que desalientan la educación de las mujeres. Esto limita sus oportunidades de desarrollo personal y profesional. Ejemplo: En una comunidad indígena o rural, las niñas pueden ser desfavorecidas en comparación con los niños cuando se trata de acceso a la educación, ya que la sociedad puede priorizar la educación de los varones.

- **Discriminación en el ámbito laboral:** Las mujeres a menudo enfrentan discriminación en el lugar de trabajo, ya sea en términos de salarios más bajos, falta de oportunidades de ascenso o incluso exclusiones basadas en prejuicios culturales. Ejemplo: Una mujer que trabaja en la agricultura puede recibir un salario significativamente inferior al de sus colegas, a pesar de realizar la misma cantidad de trabajo.

- **Violencia de género y falta de acceso a la justicia:** Las mujeres a veces enfrentan altos niveles de violencia de género, pero la falta de acceso a sistemas de justicia eficientes y culturalmente sensibles puede dificultar la búsqueda de ayuda y protección. Ejemplo: Una mujer indígena que sufre violencia doméstica puede temer buscar ayuda debido al estigma cultural asociado con revelar problemas familiares al exterior.

- **Estereotipos culturales y marginación:** Los estereotipos culturales a menudo contribuyen a la discriminación, marginando a las mujeres y limitando sus oportunidades en la sociedad. Ejemplo: Una mujer indígena puede ser estigmatizada y enfrentar discriminación debido a la vestimenta tradicional que utiliza, lo que puede afectar su participación en eventos sociales o laborales.

▪ **Acceso limitado a servicios de salud:** Las mujeres indígenas y rurales pueden enfrentar obstáculos para acceder a servicios de salud adecuados, ya sea debido a la falta de instalaciones médicas en áreas remotas o a la discriminación por parte de proveedores de servicios de salud. Ejemplo: Una mujer que vive en una comunidad rural puede tener dificultades para recibir atención médica adecuada durante el embarazo debido a la falta de servicios de salud cercanos y a la falta de sensibilidad cultural por parte del personal médico.

El racismo es una creencia o actitud que sostiene que algunas razas son inherentemente superiores o inferiores a otras, lo que lleva a la discriminación o trato injusto basado en la raza. Se manifiesta en prejuicios, estereotipos y acciones que marginan o hieren a individuos o grupos debido a su origen étnico o racial. En resumen, el racismo implica juzgar a las personas por su raza y tratarlas de manera desigual debido a esas diferencias percibidas (por ejemplo, el color de la piel, la forma de la nariz, o de los ojos, etc.). A veces alcanza con un comentario o una frase para provocar o reproducir violencia racista y discriminatoria. Describir a las personas por sus características físicas o étnicas “es una india”; afirmar que “los pobres son pobres porque quieren”; o que alguien “trabaja como negro”, o que “las mujeres nunca debieron salir de la cocina”, entre otras, son frases discriminatorias y pueden ser racistas, aunque a veces estamos tan acostumbrados a escucharlas que no las percibimos así.

Estos ejemplos subrayan la urgencia de abordar la discriminación racial y de género contra mujeres indígenas y rurales, promoviendo la igualdad de oportunidades y trabajando hacia sociedades más inclusivas y justas.

Caja de Herramientas

HERRAMIENTAS O CONSEJOS BÁSICOS PARA EL EJERCICIO DE TUS DERECHOS

A pesar de que la ley nos reconozca un conjunto de derechos, muchas veces no podemos gozar de ellos y nos vemos obligadas a reclamarlos, ya sea al Estado o a otra persona o empresa.

Esta guía busca dar consejos básicos y generales para poder reclamar efectivamente cada vez que creamos que una persona o el Estado nos han vulnerado un derecho.

El primer paso para que se respeten tus derechos es CONOCERLOS.

El segundo es poder RECONOCER cuando estas atravesando una situación en que tus derechos están siendo VULNERADOS.

El tercer paso es saber cómo y qué podés hacer para RECLAMAR que se cumplan.

El cuarto paso, no menos importante, es ANIMARSE a hacerlo; para lo cual es muy importante contar con los APOYOS NECESARIOS

I. ¿CUÁNDO RECLAMAR?

Cada problema legal es diferente, ya sea por el tipo de situación, la clase de derecho involucrado (familia, penal, laboral, etc.) o por la persona a la que le tenemos que reclamar.

Pero, ¿cuándo un problema es legal y puedo reclamar?

A veces lo podemos tener muy claro, porque conocemos lo que dice la ley o es una situación que ya vivimos. En otras ocasiones no es así, incluso podemos pensar que eso que nos sucede es algo “natural” o que en realidad “no tenemos un derecho” a reclamar. O bien, nos sentimos impotentes porque “no se puede hacer nada” o porque quizás, pensamos que es una injusticia.

SI ALGO SE SIENTE MAL, es probable que se esté violando un derecho. Por eso, aconsejamos no naturalizar situaciones que nos provocan angustia, temor o que se sientan injustas. En lo posible, debemos recurrir a un abogado/a, a una defensoría u oficina pública o a alguien de nuestra confianza que nos pueda ayudar.

Tampoco tenemos que dudar en reclamar si tenemos NECESIDADES insatisfechas (alimentación, vivienda, salud, etc.), ya sean nuestras o de nuestros/as HIJOS/AS.

SIEMPRE que se están vulnerando nuestros derechos estaremos ante un problema legal.

Tengamos en cuenta que algunos problemas que enfrentamos a lo largo de la vida nos pueden obligar a tener que reclamarle algo a alguien, ya sea para que:

- Haga algo que no quiera hacer.
- Deje de hacer algo que está haciendo.
- Nos dé una cosa que nos debe o es nuestro derecho.
- Otras veces, tenemos que denunciar a la justicia para que nos proteja o repare alguna injusticia que se haya cometido.

En todos estos casos, la Constitución Nacional, los Tratados Internacionales de Derechos Humanos y las leyes nacionales y provinciales, nos dan herramientas para ejercer nuestros derechos.

Es imposible detallar o explicar cuáles son esas herramientas en un único manual. No obstante, en este documento analizaremos algunas cuestiones generales para ayudarte a dar los primeros pasos para hacer un reclamo.

II. ¿A QUIÉN RECLAMAR O CÓMO DENUNCIAR?

Cuando nos enfrentamos a una situación injusta ¿a quién debemos dirigirnos? La respuesta dependerá del tipo de problema y con quién lo tengamos. Sin embargo, veamos las situaciones más habituales:

TRÁMITES ADMINISTRATIVOS. El acceso a programas de la seguridad social, planes u otros servicios estatales, suelen efectuarse siguiendo un procedimiento establecido por el Estado.

Para ello, debemos acercarnos a una oficina personalmente, como ANSES, o realizar el trámite a través de una app o sitio web. En estos casos, debemos tener en cuenta:

Constancias. Es nuestro derecho pedirle al empleado/a que nos atienda que nos dé una constancia del trámite que hicimos y nos explique todo lo que necesitamos entender.

Los trámites que se hacen a través de internet suelen entregarnos una constancia al final, la que se puede imprimir o enviar por correo electrónico. Es importante conservar esta constancia.

IMPORTANTE. Si bien puede resultar difícil, es importante tener en cuenta que si contamos con una cuenta de correo electrónico, nadie más tiene derecho a acceder a ella, por lo que debemos resguardar la contraseña para que sólo la conozcas vos.

De no ser posible, pedirle a un/a hijo/a o nieto/a que te ayuden.

Gratuidad. Los trámites que realicemos, en general, son gratuitos, por lo que si te piden hacer un pago, sobre todo en efectivo, consultá con alguien de confianza si es correcto. Por ejemplo, todos los trámites ante ANSES son gratuitos. Si algún trámite exige realizar un pago (por ejemplo, para renovar el DNI si lo perdí) el pago se hará a través de canales oficiales, ya sea presenciales en la oficina o virtuales, siempre se podrá pagar con tarjeta de débito o crédito y deben entregarte un recibo de ese pago.

Gestores. Ningún trámite requiere de un gestor/a, pudiendo realizarse perfectamente en forma personal.

TRÁMITES A DISTANCIA (TAD)

El Estado Nacional ha creado el TAD, que es una plataforma donde cualquier ciudadano puede realizar trámites o formular peticiones ante organismos públicos nacionales desde una computadora o celular.

Se puede ingresar a través del siguiente link:<https://tramitesadistancia.gob.ar>, siendo necesario tener una clave de Mi Argentina, de ANSES o AFIP.

RECLAMOS AL ESTADO. Cada vez que tengamos una necesidad o derecho que no está satisfecho, como la falta de acceso a una vivienda digna, acceso al agua potable, problemas de salud o educación, entre otras; o cuando el Estado hace algo en violación de nuestros derechos individuales o comunitarios, PODEMOS PEDIRLE QUE GARANTICE NUESTRO DERECHO.

Las vías de hacer estos reclamos son las siguientes:

Nota o reclamo administrativo. Si queremos pedir algo al Estado (como reclamar que no tenemos acceso a una fuente de agua potable), debemos hacerlo a través de una nota en formato “papel” y que se entrega personalmente al organismo al que se dirige. Actualmente, muchos pedidos pueden hacerse por internet o correo electrónico.

Es importante que en la nota o correo se indique en forma clara qué es lo que se solicita, a quién se le solicita y que contenga la firma de quien o quienes lo solicitan.

Recepción y duplicado. Al dejar la nota es MUY importante hacer una copia y pedir que nos la sellen indicando el día en que la nota fue recibida. Esta será nuestra prueba de que hicimos un reclamo. Como vimos, también debemos guardar la constancia que nos entrega el sistema, si presentamos el reclamo por correo electrónico o en un sitio web.

Reclamo Judicial. Si la violación de nuestros derechos es grave o urgente, o no nos respondieron nada a las notas que presentamos, podemos iniciar un reclamo judicial. Para ello, vamos a necesitar de una abogada/o, que llevará el caso ante un/a Juez/a, quien decidirá si tenemos o no razón.

Mediante un juicio puede exigirse al Estado que haga algo que no está haciendo, que deje de hacer algo que está haciendo o bien que nos dé algo a lo que está obligado a dar.

Si bien los juicios pueden ser costosos y durar mucho tiempo, el juez/a puede tomar medidas urgentes de protección si la situación lo amerita.

Habeas corpus. Si sentimos que la policía o cualquier otra fuerza de seguridad nos está acosando o detienen a alguien sin saber por qué o dónde está, nos podemos presentar ante cualquier juez, sin que sea necesario tener una/a abogada/o y pedir un “habeas corpus”. Al hacerlo, el juez estará obligado a intervenir para ver qué está sucediendo y proteger a la persona en peligro.

RECLAMOS A PARTICULARES. Las vías de reclamo habituales contra personas de carne y hueso o empresas son las siguientes:

Notas/correos electrónicos/whatsapp: Nada impide que nos comuniquemos por estas vías. Pero es importante saber que lo que digamos por acá luego podrá ser usado en un juicio, así que debemos hacerlo con cuidado y conservar todas las charlas de whatsapp, notas o mails que intercambiamos.

Carta documento/telegrama: Esta es la forma que tenemos de solicitar o intimar a alguien para que cumpla con lo que le requerimos. Se hacen a través del correo y dan fe de que la comunicación se hizo. Antes de enviar uno, debemos contactar a un/a abogado/a.

Mediación. Es una instancia de diálogo formal con la otra persona para intentar llegar a un acuerdo en forma “pacífica”, con un mediador o mediadora imparcial que ayudará a ponerse de acuerdo. Este/a mediador/a no tiene capacidad para decidir (como sí tiene un juez) y todo lo que se converse en la mediación será confidencial y no podrá ser usado en juicio. También vamos a necesitar una abogada/o.

Juicio (civil, comercial o laboral). Podemos iniciar un reclamo judicial (necesitamos abogado/a) para pedirle al juez/a que obligue a la persona a detener la acción ilegal que está haciendo, a entregarnos lo que es nuestro o a que nos indemnice o compense por los daños físicos o emocionales que nos causó la persona. Los jueces pueden tomar medidas urgentes para evitar que se produzcan daños o las conductas ilegales se mantengan.

Denuncia penal. Si la persona está cometiendo un delito o tenemos miedo de que lo haga, podemos acercarnos a una comisaría o fiscalía para hacer la denuncia penal.

Esto dará inicio a una investigación penal de los hechos que se denuncian, pero no servirá para que nos indemnicen o compensen por el daño ocasionado. Por ello, pueden iniciarse en forma paralela una denuncia penal y un juicio civil.

Intervención del Estado. También, podemos pedirle al Estado que intervenga cuando hay un conflicto grande entre privados, por ejemplo, cuando una persona o empresa efectúa desmontes o alambrados al territorio de una comunidad indígena o familiar.

SITUACIONES DE GRAVEDAD. Cuando identificamos una situación grave o urgente, especialmente cuando creas que está en riesgo la vida, la libertad o la salud tuya o de otra persona, se sugiere:

- Poner en conocimiento a nuestra red de apoyo y/o familia para que esté al tanto de la situación.
- Contactarnos con nuestro/a abogado/a.
- Denunciar o requerir la intervención o ayuda de oficinas nacionales, municipales o provinciales. Incluso en los hospitales podremos encontrar ayuda.
- Dar intervención a la justicia para que tome medidas de protección. Esto se puede hacer:
 - Acercándose o llamando a una fiscalía, una defensoría o un Juzgado penal.
 - Llamando a algún teléfono oficial donde reciban denuncias.
 - Dirigiéndonos directamente hacia la policía.

III. ¿CUÁNDO BUSCAR AYUDA O ASESORAMIENTO?

En general, solemos buscar asesoramiento cuando aparece un problema que no podemos resolver por nuestra cuenta o “dialogando” y necesitamos ayuda para resolverlo.

Sin embargo, es recomendable que, dentro de nuestras posibilidades, busquemos ese asesoramiento antes de que el problema aparezca, siempre que algo nos preocupe, o cuando creamos que algo puede llegar a darnos problemas en el futuro. Por ejemplo, es conveniente efectuar una consulta a una persona experta cada vez que nos dispongamos a firmar un documento legal o contrato importante, entregar dinero a otra persona, o tomar algunas decisiones importantes en nuestra vida.

Debe tenerse en cuenta que existen servicios de **PATROCINIO y ASESORAMIENTO JURÍDICO GRATUITO**, en Colegios de Abogados, Universidades o Centros de Acceso a la Justicia, donde podemos solicitar asistencia y asesoramiento.

DECISIONES INFORMADAS

Antes de tomar una decisión es importante esclarecer todas las dudas que podamos tener sobre el tema, haciendo preguntas y pidiendo que nos expliquen en detalle las causas de tu situación, las leyes existentes y las consecuencias de tus actos.

¡Es un derecho ser informada antes de tomar una decisión!

NUNCA debemos entregar tarjetas o claves bancarias ni contraseñas de correo electrónico o internet. Esto evitará ser víctima de una estafa.

APOYOS O PERSONAS DE CONFIANZA

La mayoría de las veces, no tenemos posibilidad de contratar una abogada/o, por lo cual, debemos recurrir a otras personas que nos generen confianza. Para evitar a los “oportunistas”, o caer en algunos “mitos” o errores comunes, recomendamos buscar desde ahora (antes de que exista un problema) personas en las cuales podemos confiar y que nos puedan brindar ese asesoramiento el día que lo necesitemos.

¿Quiénes pueden ser? Estas personas de confianza pueden ser empleados/as de organismos públicos, referentes comunitarios o personas que trabajan en ONG, iglesias o asociaciones. Lo relevante es asegurarnos de que entendamos las explicaciones que nos den esas personas y las razones por las cuales nos recomiendan algo, evitando hacerlo sólo porque “me lo dijo él o ella”. Si son asuntos legales, podemos pedir que nos expliquen en qué leyes se regula el tema.

Redes de apoyo. Idealmente, sería bueno crear una red de personas en las que apoyarse y asesorarse mutuamente, lo que nos permite chequear con más de una persona qué resulta recomendable hacer ante una situación particular o cómo estar en mejores condiciones para ejercer nuestros derechos.

ABOGADOS/AS

¿Qué derechos tengo frente a mi abogado/a? Lo mismo sucede con las abogadas/os. Se recomienda encontrar una/o de confianza antes de que aparezcan los conflictos y a quien podamos recurrir para aclarar las dudas que tengamos. Esto no siempre es fácil, particularmente en comunidades chicas donde no existe una gran oferta de profesionales. En cualquier caso, estos son nuestros derechos ante un/a abogado/a:

Honorarios. Si nuestro/a abogado/a no pertenece a un servicio gratuito y va a cobrarnos algo por sus servicios, debe informar antes cuánto debemos pagar, en forma clara y precisa. Recomendamos pedirles que entreguen esa información por escrito o correo electrónico (y guardar copia de esa documentación o correo), a fin de evitar futuras discusiones.

Pagos adelantados. Muchos profesionales piden gastos por adelantado para empezar a trabajar, lo cual es correcto y legal. No obstante, muchos otros no lo hacen, por lo que puede buscarse otros profesionales más económicos o que sólo nos cobren al final del juicio.

Recibo. En todo caso, están obligados a entregarnos recibo y factura por todo lo que nos cobren, sea adelantado o al final.

Gastos. Los gastos de un juicio suelen estar a cargo del cliente. Una vez más, podemos exigir que nos entreguen el recibo original del gasto realizado.

Información. El/la profesional debe brindar explicaciones claras, precisas y en lenguaje adecuado para que podamos comprender nuestra situación y alternativas disponibles. Cuando no se entiende lo que nos explica, se nos debe encender una señal de alarma. Si, a pesar de nuestras preguntas aclaratorias, seguimos sin entender, considere la posibilidad de contratar o buscar a otro/a profesional.

Comunicación. El profesional tiene la obligación de atendernos para que podamos efectuar los requerimientos o pedir las explicaciones que consideremos pertinentes. Es un incumplimiento grave de la ética profesional que nuestro abogado/a “no nos atiende”.

Copias. Exigir copias de todas las notas que se presenten y de todos los expedientes o reclamos que se inicien (si hay que imprimirlas, el gasto corre por nuestra cuenta).

GESTORES O INTERMEDIARIOS

En muchas oportunidades decidimos o nos vemos obligadas a recurrir a intermediarios o personas de confianza para realizar trámites, especialmente si vivimos lejos de la ciudad. ¿Qué debo tener en cuenta?

Recibo. Si nos cobra algo por la gestión, está obligado/a a entregarnos recibo.

Información. Debe informarnos el resultado de la gestión, en general, por escrito.

Copias. Debe entregarnos copia sellada (con constancia de la recepción) de las notas que haya presentado.

Documentos de identidad. Nadie, nunca, por ninguna circunstancia, puede quedarse o retener tu documento de identidad. Esto incluye a la policía, quienes pueden pedírtelo para identificarte, pero no quedárselo.

Obviamente, un funcionario puede pedirte el documento un momento para corroborar los datos, pero debe devolvértelo en el instante.

IV. ¿CÓMO PROBAR LOS HECHOS QUE QUIERO DENUNCIAR?

Cuando aparece un problema legal o tenemos que hacer una denuncia, es habitual darnos cuenta de que no guardamos los documentos o las pruebas de los hechos. Por eso, recomendamos:

Guardar bien los documentos en “papel”. Especialmente todos los comprobantes de pagos que realicemos, los documentos que firmemos y las notas que presentemos. Incluso, podemos sacarles una foto y mandarlas por mail para tener una copia de seguridad.

Pedir recibo de pagos o compras. Tenemos derecho a pedir ticket o recibo por cualquier compra o pago que realicemos. Es especialmente importante pedirlo y conservarlo cuando paguemos un servicio a alguien (como un abogado) o entreguemos dinero para que alguien haga una gestión por nosotras. El recibo debe contener: 1) el monto recibido; 2) el concepto o razón por la que se hizo el pago; 3) el nombre de quien hizo el pago (vos); 4) el nombre de quien lo recibió, con su firma y 5) la fecha en que se hizo el pago.

No borrar los archivos digitales. Hoy muchas personas tenemos acceso a un celular, que usamos para acceder a cuentas bancarias o aplicaciones como “Mercadopago”. Si hacemos uso de ellas, recomendamos: 1) Usar aplicaciones que se encuentren a nuestro nombre; 2) No compartir usuario y contraseñas con nadie, ni siquiera con nuestra pareja; 3) Guardar la información en un lugar seguro; 4) Eliminar los datos o reconfigurar el celular o dispositivo cuando lo cambiamos por uno nuevo y antes de entregárselo a otra persona.

Inclusión digital. Si todavía no tenemos o no sabemos cómo usar un celular, recomendamos, dentro de las posibilidades que tengamos, pedir ayuda a alguien de confianza (hijo/a, sobrino/a, amigo/a íntimo) para que nos enseñe.

Tomar fotos o videos o grabar audios con el celular de lo que haya pasado y guardarlas en forma segura. Pueden enviarse a sí mismas las fotos o videos por correo electrónico, lo que sirve también para ubicar la fecha en que sucedió el hecho. Como las imágenes de las personas están protegidas, recomendamos no difundir las imágenes de terceras personas obtenidas sin su consentimiento; sin embargo, esto no impide utilizarlas judicialmente, especialmente en casos de violencia de género.

RECOMENDACIÓN AVANZADA: Si queremos dejar constancia de algún daño a cosas o animales, o la ocupación de una tierra, podemos grabar un video en el que se filme el periódico o un programa de tele de ese día. Si luego mandamos el video por correo electrónico, podremos probar que el hecho no pudo haber ocurrido antes del día en que el diario se publicó ni después de la fecha en que se envió por correo electrónico.

Conseguir los datos de testigos. Si hay un/a testigo del hecho, pedirle en ese mismo momento, si fuese posible, su nombre y número de teléfono y guardarlo en un lugar seguro.

MÁS INFORMACIÓN

¿A DONDE PUEDO ASESORARME?

Cuando creas que sos víctima de una injusticia o necesites efectuar un reclamo, y no tengas a dónde recurrir, sugerimos hacerlo a cualquiera de estos lugares, donde podrán ayudarte y guiarte.

Colegio de abogados

Los/as abogados/as deben matricularse ante un colegio. Cada provincia o localidad tiene su colegio de abogados. Allí pueden ayudarte a encontrar un abogado/a y muchas veces dan patrocinio jurídico gratuito para quien lo necesite

Centros de Acceso a la Justicia

Existen Centros de Acceso a la Justicia en todas las provincias, que dependen del Ministerio de Justicia y Derechos Humanos de la Nación. Podés encontrar el más cercano en:

www.argentina.gob.ar/centros-de-acceso-justicia

Whatsapp: 0800 222 3425

Defensoría del Pueblo de la Nación

Teléfono: 0810-333-3762

Sitio Web: <https://www.dpn.gob.ar/quejas.php>

Atención a las víctimas de violencia familiar y sexual

Línea 144 (violencia de género)

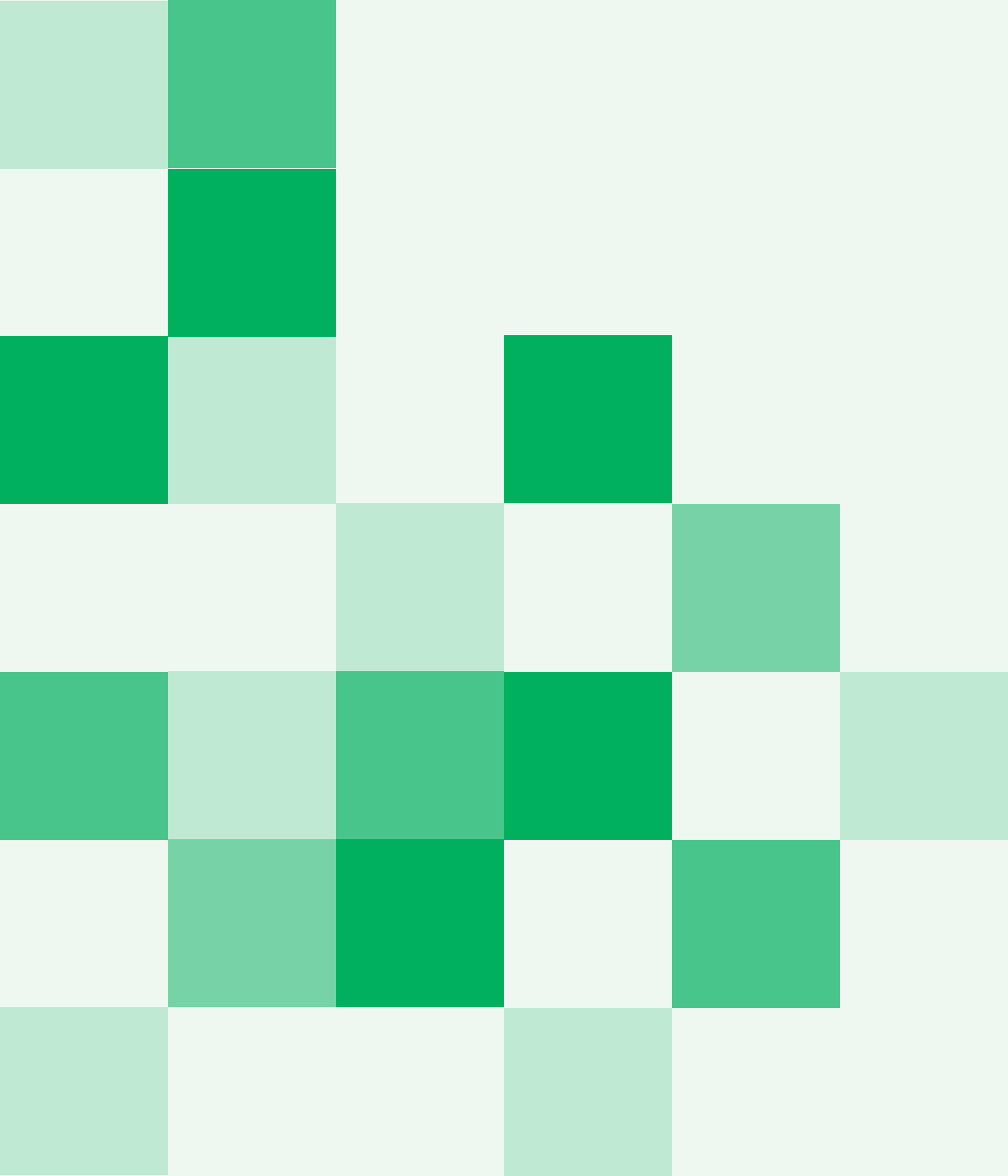
Línea 137 (violencia familiar)

Línea 145 (trata de personas)

Whatsapp: 11 3133-1000

Ministerio Público Fiscal (Procuración General de la Nación)

Teléfono: 011 4338-4300



Realización



**Fundación
Foro del
Sur**

Apoyo



Reino de los Países Bajos



ASOCIACIÓN DE MUJERES
JUECES DE ARGENTINA

