

# FEMINIST-US



AGOSTO, 2019

# 14

DATOS DE  
AUTOCUIDADO  
Y SEXUALIDAD  
QUE TODOS  
DEBERÍAMOS  
SABER.

**¿FEMINAZI?!  
CONOCE EL  
TÉRMINO**

CONSCIENCIA FEMENINA

## MENSTRUACIÓN

MITOS Y VERDADES  
ACERCA DE ESTE  
PROCESO BIOLÓGICO

# HOMOFOBIA

**UN NUEVO  
COMIENZO SIN  
PREJUICIOS  
SOCIALES.**

# Feminist-US

## ¡DE TOD@S, PARA TOD@S!

Nos hemos fortalecido con el paso del tiempo, y ya es hora de un cambio.

Luchamos por los derechos igualitarios, es decir **parejos tanto para hombres como para mujeres**, porque no, no buscamos ser mejores que los hombres ¿no sería lo mismo que caer en el machismo, pero al revés? ¡ilógico!

Y si, si puedes hablar de feminismo siendo hombre, no te ves discriminado. Es más, este movimiento también lucha por los del sexo opuesto ¿Cierto que cuando un hombre llora, recibe burlas por “ser niña”? ¿O te nombran afeminado por alguna preferencia? ¿Por qué siempre, en una salida, debe pagar el hombre? Erradiquemos paso a paso esta realidad patriarcal.

¡En esta primera edición, corregiremos términos mal empleados y despejaremos dudas!

## ¿FEMINISMO O HEMBRISMO?



### CONTENIDO

|                                |       |
|--------------------------------|-------|
| Olas feministas .....          | 2     |
| Diana: libre e indomable ..... | 3     |
| ¡Feminazi?! .....              | 4     |
| Regla: Mitos y verdades .....  | 5     |
| ¡Cuidate!.....                 | 6 a 8 |
| La verdad de Medusa .....      | 9     |
| Homofobia.....                 | 10    |
| Catálogo .....                 | 11    |

### TEMAS A TRATAR

- Términos mal empleados
- Cuidado de los órganos sexuales
- Enseñanzas literarias
- Daños que conllevan los prejuicios sociales

# OLAS FEMINISTAS



## Primera ola feminista:

La primera ola feminista comienza a mediados del siglo XVIII con la polémica sobre la naturaleza de la mujer y la jerarquía de sexos. Grandes pensadoras se cuestionaron acerca de los privilegios de los hombres concluyendo que no son una cuestión biológica o natural. Algunas de las personas que más destacan de esta primera fase del feminismo son:

◇ Poullain de Barre, considerado como el padre del feminismo.

◇ Olympe de Gouges, la autora de la “declaración de derechos de la mujer y de la ciudadana”. Como consecuencia de su acto de rebeldía (ya que en esos tiempos solo los hombres tenían derechos), cortaron su cabeza.

◇ Mary Wollstonecraft, conocida por su obra “vindicación de los derechos de la mujer”, en la cual argumenta que las mujeres no son por naturaleza inferiores a los hombres sino porque no recibían la misma educación que ellos.

*"Le hemos tenido que arrancar cada derecho al patriarcado".*

## SEGUNDA OLA FEMINISTA

Se da desde mediados del siglo XIX hasta la década de los cincuenta del siglo XX y tiene como principal objetivo el derecho del voto femenino, acceso a la educación superior, crítica la obligatoriedad del matrimonio y comienzan a liberarse en los aspectos físicos. Algunas de las mujeres más importantes en esta fase del feminismo son:

◇ Clara Zetkin, la cual fue líder de la nueva oficina de la mujer del USPD (Partido Socialdemócrata Independiente de Alemania) y fue la impulsora de la conmemoración del 8M.

◇ Rosa Luxemburgo, también militante del USPD, luchó por el derecho a voto a lo largo de su vida.

◇ Emmeline Pankhurst es la gran referente británica del movimiento sufragista. Consideraba que años de discursos y promesas sobre el sufragio femenino por parte del Parlamento no habían servido de nada.

## TERCERA OLA FEMINISTA

◇ Esta ola llegó a la década del sesenta. Va desde las políticas públicas que reivindican a la mujer hasta el fin del patriarcado.

◇ En este momento fueron fundamentales los anticonceptivos porque otorgaban el poder decisión sobre la maternidad y la liberación del goce sexual sin reproducción.

◇ El divorcio se hace ley.

## CUARTA OLA FEMINISTA

◆ Es la ola que estamos viviendo hoy en día. Busca alcanzar la igualdad en ámbitos sociales, económicos y culturales, beneficiando tanto a hombres como a mujeres.

◆ Asimismo, repudia la violencia de género establecida en todos los ámbitos de la vida.

◆ La sororidad, concepto que habla de la solidaridad entre mujeres, es central.

◆ En cuestión de derechos, la lucha por el derecho a la interrupción legal del embarazo aparece aquí como otro punto clave.

◆ También aparece con mucha fuerza el discurso anti estereotipos: nace el feminismo descolonial (contra el predominio de la raza blanca como modelo de éxito social), el feminismo gordo (contra la delgadez impuesta por el mundo de la moda) y hay una mayor unión con el movimiento LGTB, queer y de liberación sexual.



Diana era un peligro por algo muy simple: tenía un espíritu libre e indomable que no aceptaba las normas convencionales, que intentó y falló al acercarse a su familia política, pero que lejos de deprimirse y aceptar eso, decidió tomar el control de su vida y ser ella misma en todo su esplendor. No es nada comprobado, pero es una teoría que nos gustaría mencionar, pues Diana era una mujer con grandes ideas y sin miedo a nada, y de un momento a otro falleció, está más que comprobado que su accidente fue por exceso de velocidad, sin embargo ¿no será que alguien o una asociación mayor que solo una persona la quería quitar del camino? Fue una mujer fantástica, que no solo con dulzura hizo que mucha gente la apreciara, sino que, también lo hizo con hechos pues era muy empoderada, sin miedo al "qué dirán", demostrándolo con hechos, no solo con un discurso. Y para este tiempo, ¿de verdad alguien querría a una mujer así en medio del camino?, tal vez una mujer tan empoderada, conocida y posible de influenciar a otros, causaba cierto pánico en quienes tienen el poder, ya que, si empodera a otros, tal vez generar algún tipo de revolución, a lo cual, desde tiempos antiguos, los seres humanos le temen.

Tal vez Diana nunca estuvo destinada a sentarse en el trono de reina consorte, porque le quedaba muy pequeño. Ella no merecía ser la sombra del rey y por eso, tras su divorcio y 20 años después, sabemos que su estrella sigue brillando, que su exmarido aún no es rey y sobre él, pesa la gran imagen que proyectan los hijos que tuvo con Diana: Guillermo y Enrique, dos hombres que, aunque crecieron sin su madre, llevan en ellos todo el amor y las enseñanzas que Diana les pudo dar antes de su partida. Dos príncipes modernos que están cambiando, poco a poco e imperceptiblemente, los rígidos andares de la Familia Real británica para establecer una monarquía diferente y mucho más moderna, una en la que Diana, tal vez hubiera sido muy feliz.

## DIANA DE GALES: EJEMPLO DE LIBERTAD

Nacida en el seno de una familia aristócrata británica, fue la cuarta hija de John Spencer, VIII conde de Spencer, y de Frances Roche. Se crió en Sandringham House y se educó en Inglaterra y en Suiza. En 1975, después de que su padre heredara el título de conde Spencer, fue conocida como lady Diana Spencer. En 1981, se convirtió en una figura mediática, tras anunciarse su compromiso con el príncipe Carlos.

Su boda tuvo lugar en la catedral de San Pablo de Londres el 29 de julio de 1981, y fue vista por más de 750 millones de personas, gracias a los medios de comunicación. De esta unión nacieron Guillermo y Enrique.

Como princesa de Gales, Diana desarrolló sus obligaciones reales y representó a la reina en viajes en el extranjero. Fue celebrada por su labor humanitaria y por su apoyo a la Campaña Internacional para la Prohibición de las Minas Antipersona. Diana decidió tomar un rol activo como princesa de Gales en lugar de pasar sus horas en palacio. Se involucró con diversas causas, entre ellas la de pacientes con SIDA, ancianos y personas con adicciones, con lepra y con problemas diversos de salud. Su último compromiso de esta índole tuvo que ver con la erradicación de las minas antipersonales. Pocos días antes del accidente que le causó la muerte, visitó Bosnia, como parte de la Red de Sobrevivientes de Campos Minados, y se estima que su participación determinó varias acciones en contra del uso de este tipo de armamento. De hecho, la Campaña Internacional para la Prohibición de las Minas Antipersonas obtuvo el Premio Nobel de la Paz en 1997.

El 31 de agosto de 1997, Diana falleció, como consecuencia de un accidente automovilístico, en el interior del Túnel de l'Alma, en la margen norte del río Sena, en París, Francia. Mohamed Al-Fayed, padre de Dodi y dueño del Hotel Ritz Paris (lugar de trabajo de Henri Paul), ha dedicado varios años de su vida intentando comprobar una posible conspiración por parte de la familia real británica y el MI6 (el Servicio Secreto británico). Sin embargo, investigaciones llevadas a cabo en Francia no arrojaron indicios que respaldaran dicha tesis. Posteriormente, la Operación Paget (investigaciones realizadas por la policía metropolitana londinense acerca de la muerte de Diana de Gales y de Dodi Al-Fayed), efectuada en el 2006, desechó por completo la idea de una conspiración.

Ahora, en nuestra opinión, su historia es importante al igual que la de todos, pero, ¿por qué la escogimos para esta sección? La princesa Diana, con varios escándalos encima, un divorcio, unos hijos y sin títulos reales, Diana de Gales se ganó el corazón de medio mundo y pasó a la historia como la primera princesa feminista.

Pero veamos más allá de solo ganarse el corazón de la gente. Diana de Gales estaba muy adelantada a su tiempo y tal vez, eso fue lo que jugó en su contra. Porque en tiempos modernos, ya no es un escándalo hablar sobre problemas alimenticios, infidelidades, miedos, timidez, depresión o hacerse autolesiones; y Diana sin quererlo, terminó contribuyendo a todas estas causas y más.

Fue una mujer que se acercó a los enfermos con SIDA, sin miedo o estigmas, celebró con las estrellas de moda, se paseó por destinos con poderosos y gente tan común como tú o yo; nunca dejó a sus hijos a un lado y les permitió vivir de una forma más normal, lejos de los lujos y el poder, transformó por completo la labor de una princesa y al día de hoy, es una referente en muchas formas: como ejemplo a seguir, como ícono de la moda, como filántropa y como una líder fuerte y decidida.

Cuando falleció en 1997 de forma tan trágica, el mundo se paralizó, los británicos exigieron un funeral de Estado. Políticos, famosos, aristócratas y miles de seguidores asistieron para decirle adiós a la princesa que marcó sus corazones.

Diana era un peligro por algo muy simple: tenía un espíritu libre e indomable que no aceptaba las normas convencionales, que intentó y falló al acercarse a su familia política, pero que lejos de deprimirse y aceptar eso, decidió tomar el control de su vida y ser ella misma en todo su esplendor. No es nada comprobado, pero es una teoría que nos gustaría mencionar, pues Diana era una mujer con grandes ideas y sin miedo a nada, y de un momento a otro falleció, está más que comprobado que su accidente fue por exceso de velocidad, sin embargo ¿no será que alguien o una asociación mayor que solo una persona la quería quitar del camino? Fue una mujer fantástica, que no solo con dulzura hizo que mucha gente la apreciara, sino que, también lo hizo con hechos pues era muy empoderada, sin miedo al "qué dirán", demostrándolo con hechos, no solo con un discurso. Y para este tiempo, ¿de verdad alguien querría a una mujer así en medio del camino?, tal vez una mujer tan empoderada, conocida y posible de influenciar a otros, causaba cierto pánico en quienes tienen el poder, ya que, si empodera a otros, tal vez generar algún tipo de revolución, a lo cual, desde tiempos antiguos, los seres humanos le temen.



**Cuando eres una chica tranquila y te dicen "que bueno que no eres una feminazi" y tienes que guardar la calma para no partir cabezas porque si lo haces no te creerán cuando les digas que los nazis fueron un partido político de la primera mitad del siglo XX y las feministas no creen en la supremacía racial a diferencia de estos. Pero mueres por dentro.**



*Patricia Jimenez, 2º Medio "C"*

## ¿MACHISMO? ¿ODIO...?

- **Machismo:** Falsa superioridad del hombre sobre la mujer.  
Provoca discriminación, violencia física y verbal.
- **Hembrismo:** Falsa superioridad de la mujer sobre el hombre.  
Provoca discriminación, violencia física y verbal.
- **Misoginia:** Odio hacia las mujeres.
- **Misandria:** Odio hacia los hombres.
- **Feminismo:** Defensa de la igualdad de derechos y oportunidades entre todos los seres humanos, sin distinción.
- **Feminazismo:** Expresión utilizada por machistas de ultraderecha para tratar de insultar a las mujeres feministas.

## ¿FEMINAZI?

Actualmente usamos el término "feminazi" para desprestigiar mujeres que son parte de la lucha feminista, pero ¿de dónde salió esta palabra?, ¿por qué se compara la lucha de la igualdad con el genocidio más grande la historia?, ¿es necesario usarla contra ciertas personas?

En 1992, el escritor Limbaugh popularizó esta palabra en su libro "Como deberían ser las cosas", señalando que un amigo suyo en la universidad creó el término alegando que "el aborto es el holocausto moderno" y que las feministas buscaban "realizar tantos abortos como fueran posibles".

Muchas personas usan el término "feminazi" para referirse a personas misandricas (que sienten odio hacia los hombres), entonces ¿es necesario usar una palabra ofensiva para algo que ya existe? La respuesta es no, ya que la lucha feminista actual va hacia el lado del respeto e igualdad entre sexos, no hacia la destrucción del hombre.

En conclusión, "feminazis" porque buscar igualdad entre sexos es comparable a querer acabar con una raza de cultura y religión diferente.

## MENSTRUACIÓN

Es inevitable que a medida que crecemos, comencemos a sentir curiosidad por cómo funciona nuestra anatomía. Uno de los temas más consultados y confusos tanto para hombres como para mujeres el ciclo menstrual. Sin embargo, a veces se difunden ciertos rumores que no son verdad. En esta oportunidad, y basándonos en investigaciones de profesionales, desmentimos los mitos más comunes sobre este (no tan) complicado tema.



*“Ojalá les diera tanto asco la violación como les da la menstruación”*

## MITOS Y VERDADES

◇ No se puede realizar ejercicio físico si estás menstruando.

¡Falso! Realizar ejercicio físico o actividades colectivas que lo requieran libera endorfinas que actúan como analgésico natural, disminuyendo la intensidad de cólicos, hecho que vuelve al ejercicio como una práctica recomendable y positiva en ámbitos físicos y emocionales. Aún así, algunas poseen un ciclo menstrual muy difícil de sobrellevar. A ellas se les recomienda el reposo y consumo de antibióticos como alivio para el dolor. Todo depende de cada mujer.

◇ No puedes entrar a una piscina o ducharte mientras menstruas.

Incorrecto. Es importante mantener las medidas de higiene correctas en todo momento. Al entrar en una piscina o sumergirte en el mar, los vasos sanguíneos se contraen, lo que reduce el nivel de sangrado. Esto último no conlleva ninguna contraindicación, ya que al salir del agua, el paso de sangre se regularizará gracias a la dilatación que produce el calor. De todas formas, es aconsejable ocupar un tampón para reducir las probabilidades de man-

char tu traje de baño o ropa.

◇ Es imposible quedar embarazada si tienes relaciones durante el ciclo menstrual.

Esto es incierto y nada más que cuestión de suerte. Expertos afirman que puede ocurrir debido a que los espermatozoides son capaces de permanecer vivos en la vagina hasta cinco días, por lo que ese microscópico gameto masculino puede, sin problemas, esperar a que tu óvulo esté listo. Recuerden actuar siempre con la cabeza fría y consecuentemente.

◇ Todos los ciclos menstruales son iguales.

Nada más que un mito. Todas las mujeres son distintas, y sus ciclos menstruales no son la excepción. Se estima que la duración del periodo debiese ser de entre 3 a 7 días, pero no siempre es de esta forma. En caso de duda o inseguridad, consultar a un (a) especialista.



# AUTOUIDADOS INTIMOS

**CÓMO  
MANTENER  
TU PENE  
SALUDABLE**



PAULYNA ARDILLA

**LÁVALO, AL MENOS,  
UNA VEZ AL DÍA**

**SIEMPRE USA  
AGUA Y JABÓN  
NEUTRO, PARA  
NO ALTERAR  
EL PH**



**SÉCALO BIEN, PARA  
EVITAR INFECCIONES**

PAULYNA ARDILLA

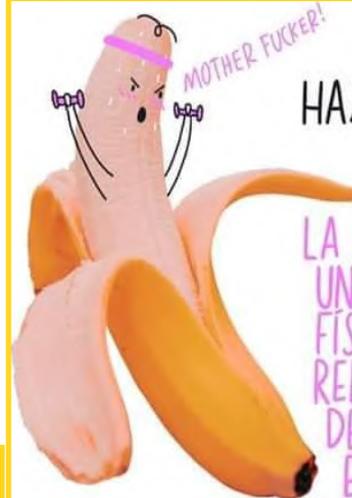
**USA CONDÓN  
PARA EVITAR ITS\***

\*INFECCIONES DE  
TRANSMISIÓN SEXUAL



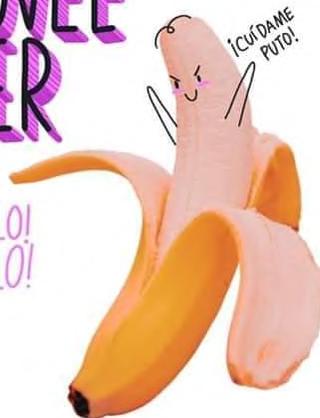
**HAZ EJERCICIO**

**LA PRÁCTICA DE  
UNA ACTIVIDAD  
FÍSICA MODERADA  
REDUCE EL RIESGO  
DE DISFUNCIÓN  
ERÉCTIL Y EYACU-  
LACIÓN PRECOZ**



**TE PROVEE  
PLACER**

**¡CÚDALO!  
¡ÁMALO!**



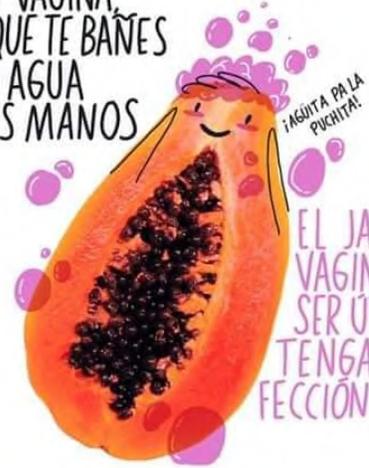
PAULYNA ARDILLA

CUIDA Y  
MANTÉN  
SALUDABLE  
TU VAGINA



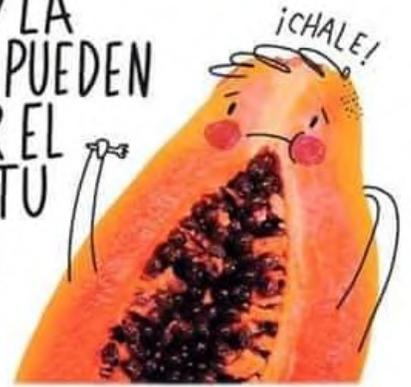
PAULYNA ARDILLA

LAVA TU VAGINA  
SIEMPRE QUE TE BAÑES  
LAVA CON AGUA  
TIBIA Y TUS MANOS



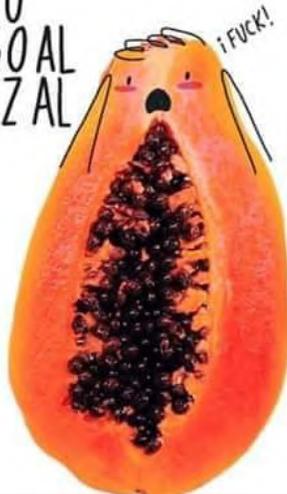
EL JABÓN  
VAGINAL PUEDE  
SER ÚTIL CUANDO  
TENAS UNA IN-  
FECCIÓN VAGINAL

ALIMENTOS COMO  
EL CAFÉ Y LA  
CERVEZA, PUEDEN  
CAMBIAR EL  
OLOR DE TU  
VAGINA

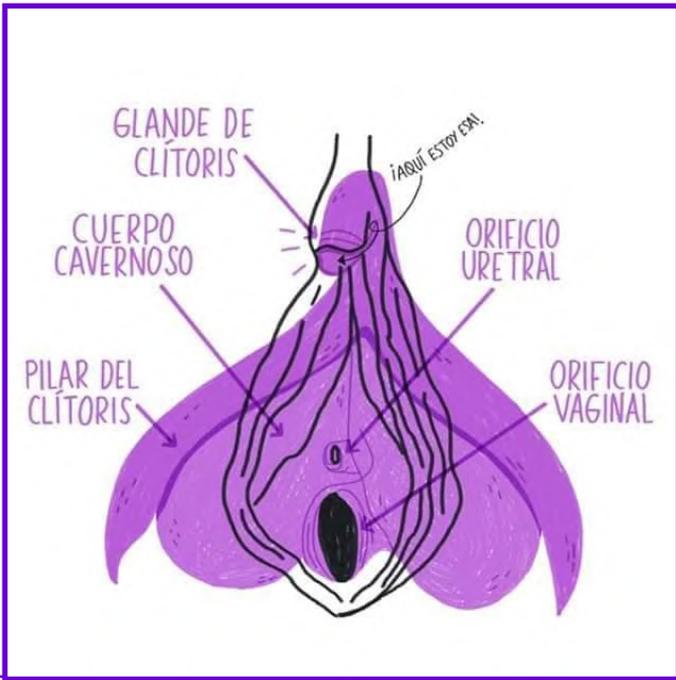


BALANCEA TU DIETA DE  
FORMA MÁS NATURAL  
PARA NEUTRALIZAR EL  
OLOR Y EL PH

VISITA A TU  
GINECÓLOGO AL  
MENOS 1 VEZ AL  
AÑO



LA VAGINA ES  
MUY SENSIBLE  
Y ALGUNAS  
ENFERMEDADES  
NO PRESENTAN  
SÍNTOMAS



Guadalupe Galvis, 1º Medio "C"

## La verdad de Medusa: Abuso y castigo



Medusa no se merecía ese castigo y el que la culparan por haber sido abusada solo por el hecho de ser una mujer sumamente bella y voluptuosa. Si comparamos su historia con los típicos comentarios que hacen algunas personas al ver las noticias: “Es su culpa por vestirse con falda y ese escote pronunciado” o “con la forma en la que se viste, claramente abusaran de ella.” ¿Realmente es nuestra culpa el que abusen de nosotras solo por el hecho de vestirnos provocativamente? ¿Era culpa de Medusa que muchos la desearan solo por tener un cuerpo muy llamativo? ¿Entonces, si uso algo corto, tienen derecho a abusar de mí?

Cuenta la leyenda que Medusa era una mujer mortal, hermosa y tentadora como el más dulce de los pecados. Tanta era su belleza que Poseidón, dios del mar, queda prendado de ella y no descansa hasta conseguir satisfacer su deseo, contra voluntad de la muchacha, en el templo de Atenea.

Atenea, diosa de la pureza y castidad entre otras cosas, se ve terriblemente ofendida y castiga a Medusa pues simbolizaba todo lo contrario a ella, deseo, carnalidad y voluptuosidad.

Los cabellos de la joven se vuelven seseantes serpientes, sus ojos de una intensidad tal que si los miras fijamente, te vuelves de piedra. Medusa se había transformado en un monstruo pero aún se hacía valer por su andar provocador y sensual que hipnotizaba casi tanto como su mirada.

Atenea, viendo que su castigo no había tomado los tintes que ella esperaba, envió al valeroso Perseo a que cortara esa inmunda cabeza. Éste, muy inteligentemente, usó su escudo a modo de espejo para que Medusa se reflejara en él y de este modo pudiera vencerla y entregarla a la diosa.

Desde entonces la cabeza de Medusa fue imagen del escudo de la casta Atenea como instrumento para atemorizar al enemigo. En ello se unía la perversión y la virtud.

## Homofobia: Creemos una nueva era

Esto ha existido desde siempre ya que desde la mentalidad de nuestros antepasados "lo normal" para ellos era la heterosexualidad (persona atraída por otra del sexo opuesto al propio). En Conciencia Femenina creemos en un nuevo comienzo, una nueva generación que no se deja llevar por prejuicios ni que merece ser juzgada por una orientación sexual diferente. Creemos que es muy importante la elección propia en estos ámbitos, y por lo tanto, la sociedad no debería señalar a alguien por sus distintos gustos y diversidad.

Se han dado casos en las que personas (adolescentes y adultos) han llegado al límite de ofensas, críticas y malos tratos; entonces los afectados decaen y llegan al punto de suicidarse. Otros casos donde personas que no entienden esto simplemente buscan dañar al individuo de diferente orientación sexual (homosexual, bisexual) o bien, distinto género (transgénero, travesti, etc.) llegando a la violencia extrema, generando que muchas de las víctimas lleguen a hospitales con riesgo vital, o incluso muertos.

Para este tipo de casos se han puesto leyes, las cuales protegen y tratan de ser justos con los afectados, entre ellas algunas de las más importantes y polémicas:

- ♦ La Ley Zamudio, llamada así en memoria a Daniel Zamudio, víctima de agresores nazis, fue aprobada en 2012, establece medidas contra la discriminación. Esta ley es sumamente necesaria, ya que resguarda la seguridad, la integridad y la justicia ante expresiones y actos de violencia hacia un "maricon".
- ♦ Ley AUC (Acuerdo de Unión Civil) esta se probó en el 2015 y permite el reconocimiento legal de parejas del mismo sexo, lo cual parece justo, ya que si una pareja heterosexual puede ser legal ¿por qué no una que no lo sea?



Con estas y otras leyes, hemos logrado integrar, modernizar, normalizar y respetar a la organización LGBTTIQA (Lesbianas, Gays, Bisexual, Transexual, Travesti, Transexual, Transgénero, Intersexual, Queer y Asexual). Entonces podemos sentirnos orgullosos de los pasos que hemos dado para poder crecer como sociedad, del crecimiento que hemos podido generar: una mentalidad más abierta y tolerante. Lo más importante es sentirnos orgullosos de ir formando personas que busquen, compartan y difundan la aceptación propia y hacia los demás.

# ¡Dejar la discriminación es la meta!



Somos un grupo de estudiantes apoyado por profesoras que busca generar un cambio en la mentalidad y comportamiento de nuestros pares y sucesores, con el fin de crecer a nivel social e intelectual, respetando la integridad de todos y todas por igual.

Tenemos grandes expectativas, muchas metas, y nos disponemos a volverlas una realidad.

Instagram: @\_consciencia\_femenina\_  
Facebook: /conscienciafemeninanirvana

Correo electrónico: conscienciafemeninanirvana@gmail.com

Agradecimientos a: Colegio Nirvana y docentes. Destacado apoyo de Profesora Tamara Fuentes.

Reuniones de Lunes a Viernes, de 11:15 a 11:30 hrs. En la sala n° 71



¿Sugerencias? ¿Comentarios?  
¿Recomendaciones?

Déjanos tu opinión en:

Correo: conscienciafemeninanirvana@gmail.com