



Lota Arauco
El CFT de la UdeC

**Unidad de Equidad
de Género CFTLA**

Equidad de Género



5 PALABRAS

*Proyecto ganador de la 3° versión del concurso Emprende
Trabajador/a, actividad desarrollada por el Centro de
Emprendimiento en conjunto con la Unidad de Equidad de
Género del Centro de Formación Técnica Lota Arauco.*



**Centro de
EMPRENDIMIENTO**
Crea - Emprende - Innova



Agradecimientos Especiales:

Al Centro de Emprendimiento del CFTLA, por considerar a la Unidad de Equidad en la tercera versión del concurso Emprende Trabajador/a. A cada trabajador y trabajadora que participó presentando propuestas para fortalecer el trabajo de la Unidad, especialmente a doña Flor Fuentealba Morgado autora del proyecto ganador “Equidad de Género en Palabras”.

A quienes participaron del concurso Equidad de Género en Palabras; estudiantes, docentes, personal administrativo del CFTLA. Gracias por escribir relatos tan inspiradores que no solo enriquecen este libro, si no que además, contribuyen a promover una comunidad educativa equitativa e inclusiva, libre de violencia y discriminación.

Equidad de Género



5 PALABRAS

Unidad de Equidad de Género

Jorge Alessandri 169, Lota Alto, Lota.

Fono: (41) 22 62 533

Diseño y Diagramación: Pablo Escobar Copelli

Ilustraciones: Oscar Ojeda Vera

Año de Publicación: 2024

Derechos de Autor:

© 2024 Unidad de Equidad de Género, CFT Lota Arauco.

Presentación

La equidad de género es una necesidad urgente en nuestra sociedad, que además de buscar eliminar la violencia y la discriminación, promueve la igualdad de oportunidades y derechos para todas las personas.

A pesar de los avances logrados en las últimas décadas, la realidad es que las desigualdades persisten en múltiples ámbitos: laboral, educativo, social, cultural, etc. Esta problemática no solo impacta a las víctimas, sino que también tiene repercusiones en sus familias, comunidades y en el entorno en general. Es fundamental reconocer estas experiencias y desde la complejidad de las mismas, trabajar en la construcción de soluciones inclusivas y equitativas.

El CFT Lota Arauco en su compromiso de establecer una cultura de equidad de género Institucional, a través de políticas y acciones concretas, busca adoptar un enfoque integral que permita establecer el respeto, espacios educativos sin

discriminación y libres de violencias. En el ámbito académico, reconocer y valorar la diversidad estudiantil, aportando al desarrollo personal y profesional. En el ámbito laboral, reconocer la importancia de promover la equidad de género dentro de su propio equipo de trabajo, en donde sea relevante valorar el talento, la dedicación y las capacidades individuales de sus trabajadores y trabajadoras, sin distinción de género.

Para fortalecer este compromiso institucional, el Centro de Emprendimiento, en su tercera versión del concurso de Innovación y Emprendimiento, en el contexto de su ecosistema emprendedor, junto a la Unidad de Equidad de Género del CFTLA, invita a sus docentes, personal administrativo y personal de apoyo, para que, desde sus competencias profesionales puedan colaborar con soluciones creativas, a los desafíos propuestos, en esta oportunidad, mirar con perspectiva de género de manera “libre” brechas y desigualdades detectadas y proponer

acciones, que, principalmente estén enfocadas en concientizar en la eliminación del acoso, la discriminación y la violencia de género.

De esta actividad, surge el proyecto ganador “Equidad de Género en Palabras” presentado por doña Flor Fuentealba, Asistente Administrativa del Departamento de Personal. Consiste en un concurso literario que invita a la creación de relatos inéditos que ilustran diversas formas de violencia de género, abordando tanto experiencias personales como vivencias del entorno, cada relato tiene el poder de conectar emocionalmente

a los lectores con las realidades de los personajes, fomentando una comprensión más profunda y empática de estas problemáticas.

El producto final de este proyecto, es un libro, que no solo busca visibilizar la violencia de género, sino también promover un espacio de diálogo y reflexión que inspire a la acción. A medida que avanzamos hacia un futuro más equitativo, este libro se convierte en un faro que ilumina las voces de quienes han sido silenciados/as y en una plataforma para la expresión de experiencias que merecen ser contadas.

Unidad de Equidad de Género

Cicatrices invisibles

1er Lugar

Mercedes era una mujer alegre, llena de esperanza, apasionada y profundamente humana. De pronto ya no volvió a ser la misma, todo cambió dentro de ella, algo se rompió dentro de su frágil corazón. La luz de sus ojos de un momento expiró. Su sonrisa encantadora ya nunca más permaneció. Su hogar se convirtió en su propia cárcel, las paredes eran barrotes, la soledad su mejor compañía y la tristeza aquella que la vigilaba de noche y de día. Él la golpeaba, pero su sufrimiento se mantenía oculto. Quién podría descubrir ese roto corazón, cuando la sonrisa falsa era su mejor aliada.

Sus amigas dejaron de visitarla, no porque quisieran, sino porque él, sí él, el hombre que aparentemente se mostraba perfecto, así lo decidió. Poco a poco fue aislándola aún más, su familia ya ni la reconocía, ¿Dónde está Mercedes?, se preguntaban sus cercanos.

“Ya no es necesario que salgas o los visites” crudamente así él le respondía. Ella

lo aceptaba, pues qué otra opción tenía. Día y noche el miedo la consumía, diariamente se preguntaba ¿A quién acudiría?, ¿Quién iba a creerle?, pensaba mientras su cuerpo moreteado maquillaba. En ocasiones, se miraba en el espejo, ya no había rastros de ella, su luz interior ya no iluminaba. Las dudas aumentaban y su condena también. Se había convertido en la sombra de la mujer que un día fue.

Una madrugada, mientras observaba fotografías de lo que solía ser, recordó las sabias palabras de su anciana madre, quien, siempre la alentaba a seguir adelante, y mientras aquel hombre que un día amó dormía, comenzó a observarse con más detalles en el espejo, y ya no vió a la mujer destrozada externamente, sino que vió más allá, su interior, y recordó que, aunque estaba rota, todavía estaba viva, y en lo profundo de su ser algo le llamaba a levantarse y huir de las garras de su entonces peor enemigo, quien la ataba a resignarse a una vida de miserias y dolor. Entonces decidió escribir un nuevo destino para su vida y aunque a duras penas se levantó, aun con miedo de ser juzgada por la sociedad por no huir antes, decidió escapar de ese oscuro encierro y caminó hacia el horizonte con una nueva esperanza

de recuperar los años perdidos, y a su vez con la convicción de merecer algo mejor para su vida. Sabía que el camino de reconstrucción no sería fácil, que habría cicatrices que tal vez nunca lograrían sanar del todo, pero al recordar su vida pasada y su niñez junto a sus padres le hacían recobrar nuevas fuerzas para dejar

de creer que todo estaba perdido.

Mercedes por primera vez, después de mucho tiempo volvió a sonreír, pero esta vez dejando atrás esa falsa sonrisa. Porque entendió que su felicidad depende de ella y que la violencia que un día sufrió, no la define como mujer; su coraje y fuerzas para levantarse, sí.

Anónimo



Soledad

Solo, me encontraba solo nuevamente.

¿Acaso será la soledad la única que nunca me abandonará?

Ser distinto al resto fue lo peor que me pudo pasar, ¡es realmente aterrador!

Las miradas, las risitas burlonas, la forma en la que me miran, como si les diera asco, ¿acaso esta es la vida que me deparará de aquí en adelante?. Quiero ser aceptado, ser amado, que digan que no hay nada malo conmigo.

Me encuentro en mi cama, sumido en mis pensamientos, recordando efervescentemente aquella ocasión en la que me abandonaron por haber salido del closet.

A veces pienso que lo merezco y que necesito aceptar esta aplastante verdad de ser un bicho raro.

Oír constantemente cómo ocupan mi “nombre muerto” para referirse hacia mi persona se siente como una puñalada al corazón, como si me estuvieran

desgarrando el alma, ¿acaso soy inexistente para ellos? ¿No seré suficiente?.

La sociedad se ha encargado de dejar en claro, no con acciones, sino que con sus crueles palabras que los diferentes no tenemos lugar para vivir en paz como el resto.

¿No es suficiente cubrir todo mi torso con unas vendas para aplanar mi pecho? ¿Mi ropa no es suficientemente masculina? ¿Qué más necesito para poder ser aceptado y respetado?

Nací trans, y así mismo me voy a morir, es un poco doloroso de aceptar, pero es lo que nos tocó vivir.

¿Será que algún día pueda al fin dejar atrás a aquel sentimiento que me persigue hasta en mis mejores sueños?

¿Me podré librar de aquella soledad y de aquel sufrimiento que me atormenta?

Sé que soy débil, soy consciente de que aquellos sentimientos jamás me van a abandonar, después de todo, ya forman

parte de mí. Sin embargo, tengo presente que quizá algún día pueda superar todo aquel dolor que yacen sobre mis hombros. Porque mi sufrimiento no me define, y mucho menos mi soledad, a pesar de ser ya una parte de mí existencia.

Tal vez, no esté condenado eternamente a este constante martirio y voy a poder comprender algún día que el problema no soy yo, sino que es la sociedad que no acepta y margina a aquel que es distinto.

Tal vez no necesite sobrepensar tanto, ni necesite esforzarme en ser aceptado... Tal vez, y solo tal vez, el que necesita aceptarse para poder sobrellevar el peso de existir en una sociedad arcaica soy yo, y nadie más que yo.

La resiliencia y autoaceptación son conceptos fundamentales para poder sobrevivir a esta violencia sistemática que ejercen sobre nosotros, sé que puedes hacerlo, y sé que yo también. Resiste trans.

Nikolas Mora Garrido

soledad

Más fuerte que el miedo

Aún recuerdo nuestra noche de bodas. Estaba tan feliz que mi corazón latía con tanta fuerza que

parecía salirse de mi pecho. Me había guardado para este día, para entregarme a mi esposo. Las manos me sudaban y las piernas me temblaban como gelatina.

—¡Ya detente! —me digo a mí misma—. Es el amor de tu vida, solo relájate.

El baño está en silencio, ya no oigo el agua de la ducha ni los tarareos de mi amado esposo. “sí puedo”, pienso mientras camino inquieta por la habitación. El hotel al que me traje es precioso, a una hora de la ciudad, lejos de la fiesta extravagante que dejamos atrás. “Gastamos una fortuna... solo pensarlo me da dolor de cabeza”.

De repente, la puerta del baño se abre, y ahí está, mi Dios griego, el que me ha hecho suspirar este último año.

—Hola, amor. ¿Ya estás lista? —dice con su voz suave, pero segura.

Mi cuerpo vuelve a traicionarme. Empiezo a transpirar, las piernas me tiemblan más que nunca y apenas logró responder.

—Cre... creo que sí...

—¡Cata! —su tono cambia abruptamente—. Creí que después de casarnos, esto ya estaría superado.

Su voz es cortante, tan distinta de lo que conozco. Mi corazón se detiene por un segundo. ¿Qué está pasando? Él sabe lo que esto significa para mí, lo que me ha costado llegar hasta aquí.

—¿Mati...? ¿Estás enojado? —preguntó, con la esperanza de escuchar una respuesta que calme mis temores.

—¡Mírame! Ya eres mi esposa, por Dios. He esperado un maldito año haciendo tonterías porque estás buenísima... ¿No lo entiendes?

Me quedo sin aliento. Las palabras me golpean como un puñetazo. ¿Este es el

hombre al que le di mi vida? Él sabe lo que viví. Sabe del abuso que sufrí cuando niña. Lo sabe todo. Aún recuerdo cuando el hijo de la señora que me cuidaba me convenció de jugar un “juego especial”. Me dijo que sería la primera en descubrir la “mariposa”, y durante meses abusó de mí. Nunca lo conté, me consumía la vergüenza.

Y ahora, aquí estoy, frente a mi esposo, sintiendo que las palabras que acaba de pronunciar desgarran mi corazón. ¡No! No volveré a sentirme vulnerable, no otra vez. Me acerco a él, temblando, pero decidida. Lo miro directamente a los ojos, mi voz sale más firme de lo que esperaba:

—¿Así que eso soy para ti? Intenta acercarse, pero lo detengo con la mano.

—Perdón, amor, lo siento... No sé qué me pasó — balbuceó, buscando una salida.

—No... lo sientes —mi voz tiembla, pero no me detengo—. Nunca lo entenderás. Me voy.

—¡Cata, no! Espera, por favor. ¡No te vayas! —grita, extendiendo la mano, pero ya no puedo escucharlo. Mis oídos solo captan el latido ensordecedor de mi propio corazón.

Tomo mi bolso, abro la puerta y, antes de cruzarla, lo miró por última vez. Veo en sus ojos la confusión y el miedo que alguna vez fueron míos, pero ya es tarde.

Marlissin

En vida

Silencio.

Madre dijo que esta noche no estaría ya que de viaje se iría.

“Ya eres una niña grande”, mencionó antes de marcharse.

Descansé sin esperar a nadie. Ella era la única que buenas noches me deseaba, la única que un beso en la frente me otorgaba.

Madera crujiendo, bisagras chirriando.

Debía ser mi imaginación, ella hoy no se encontraba.

Gritos. Mis oídos duelen.

¿Por qué mi abuela le llamó desgraciado a mi padre?

Debía ser una pesadilla; jera una pesadilla! Tapé mi cabeza con fuerza. En repetidos susurros rogué despertar.

Y una vez dejé de cubrirme... mi cuerpo era el de una adulta.

Aún con los recuerdos enterrados en lo más profundo de mis entrañas, estos lograban

causarme náuseas cada mañana.

Los terapeutas repetían que quedé atascada.

Atrapada en mi piel.

Y deseé con todas mis fuerzas que alguien me liberara.

Busqué mil y un vidas nuevas para vivir, y conocí a un hombre en cada una de ellas.

Estos me halagan el vestido y el labial rojo, me miraban como si existiera la posibilidad de ser amada y salvada, aunque sea por un segundo... pero mis ropas no les encantaban una vez les daba lo que deseaban.

¿“Ofrecida”? ¿“Fácil”? ¿Por qué los brazos me abandonaban una vez que la noche acababa?

Ruego para que un amor viva por más de una noche. Viviré hasta que haya un amor que se quede.

Las mañanas se van en silencio. Hay momentos en los que no logro recordar mi voz.

En las tardes mi retoño desea ir al parque.
Salta de acá para allá, lleno de vida y
esperanza.

¿Cómo podrían hacerle daño a un ser tan
indefenso?

Mi cabeza dolía, lágrimas mojaban mis
mejillas. Me vi obligada a sentarme a un
lado de aquel tumulto de sueños.

“Madre... ¿Por qué llora? ¿Le duele algo?”
Sus ojos brillaban de curiosidad.

Negué con la cabeza mientras cubría mis
ojos. Me sentía pequeña otra vez.

“Nada, mi niño. Nada.”

Un cálido abrazo me envolvió, sus
pequeñas manos palmeaban mi espalda.
Lo devolví con desesperación.

“Se sanará mañana, mamá.”

Mañana.

Estas heridas sanarán mañana.

apivida
En

Anónimo

Océano oscuro

Era tarde y las calles estaban desiertas. Ana sostenía la chaqueta contra su pecho. Cada noche, al volver a casa, el miedo la acompañaba como una sombra tranquila. Cada mujer tenía ese miedo, pero pocas lo mencionaban, ese que nunca había querido mencionar. La sensación de que podría no llegar a salvo en cualquier momento. Ana se había criado en una casa cuyas paredes guardaban secretos. En ocasiones, las manos pesadas de su padre, un hombre serio y de pocas palabras, hablaban más que su boca. Veía a su madre callar ante los gritos y las humillaciones con frecuencia, como si su silencio fuera un escudo. Hasta que Ana experimentó su propia experiencia, nunca comprendió por qué su madre aguantaba tanto.

Encontró a Raúl en el trabajo. Al principio, todo estaba en perfecto estado; risas compartidas y promesas de amor eterno. Sin embargo, los celos se instalaron gradualmente en su relación.

Al principio fue una simple pregunta - ¿Con quién estabas hablando? -

Después, se convirtió en una orden: -No quiero que converses con él-.

Ana aprendió a ceder porque pensaba que era normal que alguien la quisiera tanto como para cuidarla. Raúl habló por primera vez en una tarde de invierno. Ana, había salido con sus amigas y al volver, él estaba esperando con los ojos ardientes -¿Tanto qué demoraste?- Ana intentó explicarle, pero el ruido de los gritos impidió que pudiera decir algo. Después vino el abrazo, la disculpa y las promesas de que nunca volvería a pasar. Ana quiso creerle. Los gritos se volvieron más frecuentes, las disculpas más vacías.

Luego, llegó el empujón, Ana cayó al suelo, aturdida. Mientras se levantaba, lo miró, buscando en sus ojos alguna señal de remordimiento. Pero solo encontró desprecio.

Desde ese día, Ana vivió en una prisión invisible, llena de miedo y control. La oscuridad de la violencia no se limitaba a los golpes. La violencia estaba en la burla que otro amigo, Mario, hacía sobre las mujeres en el trabajo, descalificando sus logros y reduciéndolas a simples objetos de deseo. Era sutil, pero igualmente dañina.

Una noche, Ana decidió que ya no podía más. Con el corazón en la garganta, dejó la llave en la mesa y salió de casa sin mirar atrás. Sentía el peso de los años de miedo y abuso en sus hombros, pero también la ligera brisa de libertad que comenzaba a rozar su piel. Al llegar a la estación del tren, Ana, sintió que era el primer paso de color nuevamente en su vida, comprendió que la violencia no era solo suya, sino una oscuridad en la vida de muchas otras personas que debía parar.

Catalina Flores Matamala

Océano Oscuro

Para contar un cuento...

Mención Honrosa

Para contar un cuento, querida lectora, necesitas muchas cosas, y lamentablemente no es fácil conseguir las. Necesitas una historia que quieras contar, inspiración y personajes, entre otras cosas. Pero no hay un supermercado de literatura ni un delivery de grandes ideas (de haberlo, por favor, contáctenme a la brevedad). Sin embargo, la inspiración es algo que siempre puedes encontrar si te das el tiempo: el tiempo de leer, de crear, de conocer.

Dándome ese tiempo, llegué al cementerio donde yacen los grandes autores y visité a los Shakespeares del mundo: Tolstói, García Márquez, Kafka, entre otros. Como amante de Anna Karenina, no pude evitar saludar a Tolstói; su tumba tenía un grabado en oro (y en ruso, que no logré entender, pero supongo decía algo emotivo). Al pasar por García Márquez, el lugar estaba lleno de criaturas mágicas que me dieron la bienvenida: ángeles con colas enroscadas y una fila de hombres llamados Aureliano

esperando entrar, por alguna razón que aún desconozco.

Estas tumbas tienen grandes piedras grabadas en oro, alabadas por el mundo y condecoradas hasta el cansancio. Todos hacen fila para entrar, y el ruido es ensordecedor, incluso en las mañanas más tranquilas. Pero si te alejas hacia un rincón apartado, lejos de las rejas doradas y los personajes sobrenaturales, encuentras un espacio de paz.

Allí encontré las tumbas de las hermanas Brontë, junto a las de Virginia Woolf, Louisa May Alcott y, a pasos, Gabriela Mistral. Sus tumbas y rejas no son de oro, sino de plata, y sus nombres suelen estar rodeados de debates sobre su relevancia en la literatura y comparaciones innecesarias con sus contrapartes masculinas. Sin embargo, en ese rincón, sentada junto a ellas, encontré el silencio necesario.

Un silencio que me permitió darme cuenta de que la escritura que tanto amo,

y su lenguaje, han sido históricamente utilizados no solo para relatar las hazañas de la humanidad, sino para construir una narrativa que ha circulado en torno a los hombres: historias de hombres, hazañas conquistadas por hombres, y como era de esperarse, creando un mundo donde las mujeres ocupan un papel secundario, sin rejas doradas ni grandes alabanzas, y muchas veces, con el mínimo reconocimiento por sus contribuciones.

Desde esta experiencia, les recomiendo encarecidamente a mis lectoras que, si alguna vez buscan inspiración, se salten las filas y las alabanzas, las rejas y grabados de oro, y vayan directamente a ese rincón de paz donde encontrarán a esas grandes mujeres esperándolas.

Porque, así como yo las necesité para escribir este cuento, quiero pensar que ellas me necesitaron para compartirlo con ustedes.

Sofía Isidora

Mención Honrosa Concurso

Equidad de
Género
PALABRAS



El Invierno de Paula

Era un día frío, y como todos los jueves, Paula volvía a casa después de sus clases en el Centro de Formación Técnica Lota Arauco. En un módulo del semestre, el profesor les había pedido que reflexionaran sobre sus experiencias personales. Todos parecían participar, pero Paula sentía que no podía hablar de la suya. Había vivido una relación en la que la violencia no sólo fue física, sino también, emocional. Las palabras hirientes, las miradas de desprecio, dejaron cicatrices que todavía no se atrevía a mostrar.

Esa noche, frente al espejo, recogía su cabello, como siempre. De fondo sonaba “Canción de Invierno”, y una frase de la letra la golpeó con fuerza: “Te sientas y cenas y todas las culpas te dan con un peso mayor que tus fuerzas.” Paula había sentido esa culpa durante años. Pensaba que, de alguna manera, se merecía lo que le había pasado.

Había aprendido a ocultar su dolor, a sonreír por fuera, mientras por dentro

todo se rompía. Pero, últimamente, algo empezaba a cambiar. No había contado su historia, pero escuchar las de los demás la hacía reflexionar. Todos cargaban con sus luchas, y eso le hizo darse cuenta de que no estaba sola en su dolor.

Un día, en clase, el profesor les pidió que hablaran sobre el respeto. Camila, una compañera, contó cómo había crecido en un entorno donde siempre la subestimaban por ser mujer. Mientras escuchaba, Paula sintió un nudo en el estómago. Lo que decía Camila resonaba con lo que ella misma había vivido, y aunque no se atrevió a hablar en ese momento, algo en su interior comenzó a liberarse.

Esa noche, mientras cenaba sola, volvió a recordar otra frase de Silvio Rodríguez: “La angustia es el precio de ser uno mismo.” Todo empezaba a tener más sentido. Llevaba años atrapada en la culpa, el miedo y el silencio. Pero la educación que estaba recibiendo y las historias de sus compañeros le hacían ver que su valor no

dependía de lo que otros le hubieran hecho. Su voz también merecía ser escuchada.

Al día siguiente, en clase, no habló de su experiencia, pero se atrevió a intervenir por primera vez en mucho tiempo. Mientras discutían sobre el respeto y el valor propio, levantó la mano y dijo: “Creo que a veces nos olvidamos de lo importante que es querernos a nosotros mismos. Si no aprendemos a valorarnos, dejamos que otros nos hagan daño.” No contó detalles, pero sus palabras tenían el peso de su historia guardada.

Desde ese día, Paula comenzó a participar más. El invierno que llevaba dentro, ese frío que la paralizaba, empezaba a desaparecer poco a poco. Todavía no estaba lista para contar toda su historia, pero escuchar y aprender de los demás la ayudaba a sanar. Sabía que su camino apenas empezaba, pero cada clase, cada palabra compartida, le hacía sentir que el invierno en su alma empezaba a desvanecerse.

Silvana Flores Vallejos

El Invierno de Paula

El eco del silencio

Mención Honrosa

En una ciudad donde el sol se escondía tras nubes de gris constante, Valeria conoció a Tomás. Su mirada intensa la envolvió como un manto de terciopelo, ocultando bajo su brillo un abismo de sombras. Al principio, sus palabras eran suaves, como susurros que acariciaban el alma. Pero, poco a poco, la dulzura se tornó en control, y el amor se convirtió en un laberinto del que Valeria no podía escapar.

Los días transcurrían en un vaivén de pasión y desdén. Tomás, en su forma de amar, se volvía posesivo, y cada gesto de Valeria se convertía en un motivo de celos. Las risas que una vez llenaban su hogar se desvanecieron, dejando solo ecos de discusiones que resonaban en las paredes. Ella intentaba recordar la mujer libre que solía ser, pero las cadenas invisibles del miedo la mantenían atada.

Cuando Valeria se enteró de su embarazo, una mezcla de emociones la invadió. La noticia, que podría haber traído alegría, se convirtió en un torrente de ansiedad. Tomás, al escucharla, reaccionó con furia. “No estás preparada para esto”, le dijo, y su

voz, envenenada por el control, la atravesó como un cuchillo.

La presión crecía, y cada día se sentía más atrapada. En las noches, mientras el viento aullaba afuera, Valeria se debatía entre la vida que venía y la vida que había perdido. Se sentía como un campo de batalla, con su corazón y su mente enfrentándose en un conflicto interminable. Las discusiones con Tomás se volvieron más intensas y desgarradoras.

Finalmente, en la penumbra de su baño, el silencio se tornó ensordecedor. Valeria tomó la decisión que cambiaría su vida para siempre. Con el corazón destrozado y lágrimas que surcaban su rostro, optó por despojarse de aquel retoño que venía en camino. No podía enfrentar a Tomás; no podía permitir que su sombra la alcanzara en ese momento de vulnerabilidad.

Con manos temblorosas, Valeria se preparó para una experiencia que la marcaría de por vida. La oscuridad de la habitación se tornó un refugio y una prisión al mismo tiempo. El frío azulejo del suelo le recordaba la dureza de su realidad. En un acto desesperado,

Mención Honrosa

se vio sumergida en un mar de dolor. El proceso era crudo, violento, como una tormenta desatada en su interior.

La sangre comenzó a fluir, manchando el suelo, tiñendo de rojo el blanco immaculado del baño. Cada contracción era un grito ahogado, una súplica por libertad. En medio del sufrimiento, un eco de desesperación resonaba en su mente. Se sentía como un campo de batalla, donde su cuerpo y su voluntad se enfrentaban en una lucha feroz. La violencia del momento era abrumadora; el dolor la atravesaba como cuchillas.

El llanto que no salió de sus labios se convirtió en un grito silencioso. Un momento de horror y liberación, donde el pequeño ser que nunca llegó a ser se desvanecía junto con sus esperanzas. El vacío que quedó en su interior era profundo, y la sangre, que manchaba el suelo y sus manos, se convirtió en un símbolo de su lucha y su sacrificio.

Al salir del baño, con el aire pesado y los ojos enrojecidos, la lluvia caía con furia

afuera, como si el cielo llorara por ella. Valeria entendió que el amor no debía ser una prisión, sino un refugio; que la libertad era el único camino hacia la sanación. Las huellas de su experiencia la acompañarían siempre, pero, en lugar de ser marcas de dolor, se convertirían en cicatrices de fortaleza.

Con cada paso que daba, el eco del silencio se desvanecía, y en su corazón resonaba una nueva melodía: la de la esperanza y la libertad. Valeria decidió que su historia no terminaría en el sufrimiento; se convertiría en un faro para otras almas atrapadas. Así, en su viaje de autodescubrimiento, invitó a otros a reflexionar sobre las formas de violencia que pueden enredarse en la intimidad, recordando siempre que el amor verdadero no hiere, sino que sana. En su camino, la voz de quienes habían sufrido como ella comenzaba a entrelazarse con la suya, creando un coro de resiliencia y valentía.

Matías Javier Solís Solís

Anhelos de libertad

2do Lugar

Eran pasadas las tres de la mañana y el segundero del reloj no dejaba de emitir un sonido agobiante, marcando el paso del tiempo. Pronto amanecería y tendría que regresar a la rutina, a las tareas diarias y a esa jaula que llamaba hogar, así como un gorrión atrapado, anhelando volar y surcar los cielos. Esperando que algún día alguien dejara la puerta abierta antes de que fuera demasiado tarde.

Mientras tanto, debía soportar las habladurías, los insultos y los maltratos. Vivía en un silencio absoluto, donde la frase “si no hablo, no existo” resonaba en su mente. Era como una flor, delicada y hermosa, y como un roble firme en la lucha del día a día, resistiendo el sol abrasador, la tempestad y la tormenta, todo para

proteger a sus retoños y darles un futuro mejor que el suyo.

En su mente divagaban pensamientos, posibilidades y futuros alternativos, pero entre ellos se manifestaban emociones profundas que caían como delicados cristales. A pesar de esto, el silencio en la habitación era abrumador, puesto que en el aire las tinieblas pesaban y el más leve ruido podía despertar al leñador que dormía a su lado, cuya mano no dudaría en blandir el hacha contra el firme roble para derribarlo y destruir todo a su paso, aplastando las flores más frágiles.

Mientras el reloj seguía sonando, un recordatorio constante del tiempo que no se detiene, aunque eso fuera lo que más anhelaba. Sus intentos de dormir solo se lograban con somníferos, un alivio momentáneo ante el agotamiento y el cansancio de una vida llena de angustias. Pero el reloj seguía haciendo tic-tac señalando que pronto amanecería y marcando el compás de su cautiverio.

Álvaro Cisterna Luengo



El eco de una mujer silenciada

Luz observó su reflejo en el espejo del baño. Sus ojos que antes brillaban ahora parecían apagados, perdidos en oscura y densa niebla. Con los dedos temblorosos, intentó cubrir las marcas con maquillaje, una rutina diaria que escondía el dolor de una vida de maltrato.

- ¡Luz! ¿Ya estás lista? La voz de Carlos resonó desde el comedor, llena de impaciencia.

- Ya... ya voy, respondió ella con una voz temblorosa.

Mientras bajaba comenzó a recordar cómo había comenzado todo. Pequeños comentarios al principio, luego control sobre su teléfono, sus amistades y celos. Las disculpas siempre llegaban después, llenas de promesas de cambio que se esfumaban como el humo.

Luz en el trabajo era otra persona, trabajadora social, que ayudaba a mujeres en situación de vulnerabilidad, qué ironía

¿Cómo podía ayudar a otras si no podía ayudarse a sí misma?

En la tarde mientras preparaba una presentación sobre la prevención de la violencia, su compañera

Antonia se acercó.

- ¿estás bien? Te he notado un poco extraña últimamente.

- Estoy bien solo un poco cansada, dijo con una sonrisa forzada.

Antonia no pareció convencida, respetó su silencio, pero antes de irse dejó una tarjeta sobre el escritorio de Luz.

- Por si en algún momento quisieras hablar, dijo con una voz suave.

Esa noche mientras Carlos dormía, Luz observaba fijamente la tarjeta en sus manos que decía "rompamos el silencio" "centro de ayuda para mujeres".

Un mensaje iluminó su celular era Antonia:

- Recuerda, que mereces ser feliz y sin miedo.

Algo resonó dentro de Luz, lágrimas silenciosas avanzaban por sus mejillas mientras escribía una respuesta:

- Ayúdame por favor, no sé cómo salir de esto.

En la oscuridad de la noche, luz dio el primer paso hacia la salida, sabía que el cambio no sería fácil, pero por primera vez sintió algo de esperanza.

El silencio que por tanto tiempo la había ahogado empezaba a transformarse en un grito de libertad, estaba decidida a cambiar su percepción y dejar de normalizar actos que no dependían de su responsabilidad.

Al otro día, mientras Luz caminaba, sentía como las sombras del miedo la perseguían, pero decidida, llegó al centro de ayuda, abrió la puerta. Dentro, un círculo de sillas ocupadas por diversas siluetas la recibió, rostros conocidos y desconocidos,

todas unidas por un hilo de experiencias compartidas.

Luz tomó asiento con un nudo en la garganta, sentía que no podía hablar. Al comenzar la sesión, cada una comenzó a contar su experiencia, luz escuchaba con atención.

Llegó su turno aun sin poder decir una palabra, hasta que rompió las ataduras que por tanto tiempo la habían callado.

Mientras hablaba, noto como las caras asentían, ojos que se humedecían. Comprendió que sus palabras no solo resonaban, sino que despertaban emociones dormidas en otros corazones.

Al finalizar del evento, algo dentro de ella despertó, su voz por fin había contado lo que por mucho tiempo había cargado en sus hombros sin que nadie lo notara.

Y con una sonrisa dijo:

- Yo sí puedo.

Con Amor para Oriane

Mención Honrosa

Ser madre siendo adolescente siempre resulta ser un desafío, aunque se cuente con el apoyo incondicional de una familia, fue un proceso difícil de asemejar, no estabas dentro de mis planes, pero día a día, ahí estabas creciendo poco a poco. Sentía temor de lo que nos esperaba en el futuro, de no poder entregarte todo lo que necesitabas para ser feliz en esta vida, cada vez que alguien me preguntaba que me gustaría que fuese mi bebé, yo les repetía que lo único que quería es que fuese feliz, me daba lo mismo si era hombre, mujer, gay, lesbiana, sólo quería que fuese una persona feliz, pocos entendían mi respuesta.

Era el invierno de 2002 cuando una tarde de día sábado llegabas a esta vida, cuando yo aún no me sentía preparada para ser tu madre, al momento de mirarte no puedo negar que te convertiste en el desafío más grande que la vida me pudo colocar y la persona más importante hasta el día de hoy.

Ya habías nacido y yo aún no era capaz de decidir cuál sería tu nombre, fueron 9 los

días que te llamé bebé, mientras intentaba elegir el nombre más apropiado para ti, pues según yo, ese nombre te acompañaría para toda la vida. Los años pasaron y con ellos fuimos creciendo juntos, siempre apoyándonos mutuamente en cada desafío que se nos presentó, cada nuevo año trajo una nueva complejidad y tú el centro de toda mi vida.

Cada día te fuiste volviendo una persona más callada y encerrada en sí misma a la cual no le gustaba estar cerca de otras personas, sólo le agradaba estar en su propio espacio y hablar con aquellos que compartían sus mismos gustos, cómo mamá creí que el inicio de tus años como estudiante Universitario cambiaría muchas cosas, pensé que serías más feliz, más independiente, esperaba cambios.

Un par de veranos luego de esto, reuniste el valor de dejarme una carta en la cual me contabas que estabas abrumada, que llevabas muchos años sintiendo que estabas en un cuerpo extraño el cual odiabas, que a pesar de haber nacido siendo un niño, tú eras una mujer y que

Mención Honrosa

día a día lidiabas con eso y llevabas mucho tiempo buscando la forma de decírmelo y de pedirme ayuda, pero esas palabras terminaban ahogadas en tu garganta sin encontrar salida.

¡Mamá ayúdame, me siento atrapada! Escuchaba en mi cabeza, no puedo negar que lloré, no de pena por haber perdido a un hijo que vi crecer durante 19 años, sino por la hija que no tuve la oportunidad de ver crecer y ser feliz esos 19 años, cuántas penas, tristezas y deseos de desaparecer de este mundo habrás sentido en todo este tiempo y yo tu madre, la persona que más te ama en este mundo nada hizo para evitarlo.

Cómo tu mamá, me encantaría volver el tiempo atrás y desde el momento en que dudaste de tu identidad de género, haberte dado respuestas y tranquilidad, pero ¿cómo no sentir miedo de aceptar quién eres?, si el mundo sigue siendo cruel con aquellos que se atreven a decir que son diferentes, al menos eso sentía yo como tu

mamá o con eso intentaba justificar todo el tiempo que habías pasado reprimiendo lo que realmente eras.

Hoy la vida me regala la oportunidad de ser madre nuevamente de una hermosa, bella e inteligente hija, quien pudo elegir ser feliz, quien nunca había sonreído tanto cómo aquel día que firmó su cambio registral de identidad de género, ese día te vi nacer, ese día vi, que quienes toda la vida estuvieron a tu lado siguieron estando a tu lado, celebrando junto a ti este cambio.

Dos años ya han pasado desde que me convertí en madre de una mujer trans, dos años desde que comenzamos juntas este proceso de cambio, dos años en los cuales hemos estado más unidas que nunca, cada vez que miro tus ojos sigo viendo esa persona recién nacida que vino a entregarme el desafío más grande de todos: estar presente para ti cada vez que me necesites.

Arlette Fernández Vergara

La melodía de la equidad

Buenas noches, soy Luna. He visto todas mis noches desde el fondo de mi cuarto, observando al ser humano y lo profundo de sus relaciones. Tan melódicas como canción, llamando a la acción con su pequeño corazón. Pero, aunque sin razón, pelean y se niegan entre sí. Es irónico: son todos como icónicos hermanos luchando entre ellos, pero son tan distintos y semejantes. Hacen grandes hitos en sus vidas y colaborantes cumplen lo imposible. Son tan pequeños en este cosmos, como almas tenues, las cuales merecen su oportunidad de brillar, sin importar nuestro aspecto terrenal.

Debemos darnos el poder de ser y evitar privarnos de no ser, solo por no conocer lo que podríamos entregar.

Si lo piensas, somos como notas: todas distintas, pero bellas al unísono. Las diferencias crean las armonías de una vida

exquisita y caprichosa, formando una bella partitura. ¡Qué bella partitura sería! Si se negaran las etiquetas que marcan nuestras vidas y no nos diferenciáramos, podríamos dejar la disonancia y crear una melodía de armonía, paz y amor algún día.

Es complejo de explicar, pero intentaré decir lo que yo he de sentir: sé que del vaivén del soneto musical depende lo social, donde lo más crucial es compartir sin ver la diferencia del exterior, si no admirar al interior del cósmico corazón. No hay más que ver: Es la razón de ser, que el mundo debe conocer la unión del alma, que ahora, sin calma, va distante por el prejuicio de mentes invidentes, ignorantes, que tienen un mundo por entender y, quizás, en el fondo de su ser, puedan llegar a querer.

Sebastián Valderrama Henríquez

Diferencias

Claramente hombres y mujeres somos biológicamente distintos, pero la sociedad exagera esas diferencias, por ejemplo, el orden, la limpieza y la cocina del hogar son tareas que muchas veces las asumimos las mujeres. Hoy es mucho más probable que seamos las mujeres las que dediquemos nuestro tiempo a hacer esas labores, ¿por qué? ¿Acaso nuestras facultades para la limpieza son incansables por los hombres? ¿O, por qué a lo largo de la historia ha sido una imposición social para que pensemos que realizar esas labores es nuestro papel?

O quizás si nacemos con ese gen, pero si hacemos un estudio la mayoría de los mejores chefs y reconocidos mundialmente son hombres.

Que hubiera sido de nosotras, si nuestras madres, abuelas y bisabuelas hubiesen tenido las mismas oportunidades de los hombres, aunque hoy esas oportunidades son mayores que las que tuvieron nuestras antepasadas no es suficiente. Es momento que dejemos de lado las diferencias biológicas y las que han sido impuestas socialmente y nos empecemos a valorar por lo humano, nuestras capacidades e intereses, para que empecemos a crear una sociedad más justa y equitativa para las generaciones venideras, empecemos ¡HOY!.

Josefa Madinagoitia Salazar

El susurro de los colores: La historia de Shiloh

En un bullicioso pueblo, donde las calles estaban adornadas con risas y colores, vivía un joven llamado Shiloh. Desde pequeño, su piel, más oscura le atrajo miradas despectivas y susurros hirientes. “No encaja”, decían los demás, ocultando su verdadero brillo detrás de la sombra de la condescendencia. Su corazón, antes lleno de luz, comenzó a marchitarse, adentrándose en un jardín de inseguridades.

Cada mañana, Shiloh se levantaba y se miraba en el agua, deseando un reflejo diferente. Soñaba con un mundo sin diferencias, donde el amor y la aceptación florecieran sin miedo. Sin embargo, al cruzar el umbral de su hogar, la cruel realidad lo esperaba con su manto de desprecio. Un día, la escuela organizó un evento donde todos los estudiantes debían mostrar sus talentos. Shiloh, emocionado por su amor por la pintura, decidió participar. Pasó horas creando un mural vibrante que representaba la unidad en la diversidad,

donde cada color se entrelazaba en patrones hermosos.

Cuando llegó el día del evento, reunió su valor y se presentó ante la multitud expectante. Sin embargo, al mostrar su obra, una ola de risas se desató. “¿Qué sabe él de belleza?”, gritaron desde

el fondo. El eco de sus palabras perforó el corazón de Shiloh, desmoronando su sueño. Las lágrimas brotaron de sus ojos, inundando su interior con un torrente de desolación.

Sintiéndose derrotado, Shiloh se retiró a un rincón del aula, cubierto por un manto de tristeza. En ese momento de oscuridad, una niña llamada Li, con su espíritu valiente y puro, se acercó. ¿Por qué lloras, Shiloh? Preguntó suavemente. El, entre sollozos, confesó su dolor y su lucha constante por ser visto y aceptado.

Li, con la determinación de una guerrera, se volvió a la multitud. “¿No ven el brillo en su arte? ¡Es un espejo que refleja quienes

somos! La belleza está en la diversidad, y cada color cuenta una historia”. Pero su valiente defensa no logró cambiar el corazón de los demás. La tristeza abrazó a Shiloh y decidió cerrar su corazón, guardando sus pinceles y pinturas, temiendo su regreso al cruel mundo.

Pasaron los días, y en su aislamiento, Shiloh se encontró un día entre flores silvestres. Eran imperfectas, diversas, pero cautivadoras. En su fragilidad, recordó el amor por el arte. Así, tomó nuevamente los pinceles, y comenzó a pintar las historias de aquellos que se sentían invisibles.

Su obra transformada, donde cada trazo evocaba la fuerza de la diversidad, empezó a tocar corazones. Con su mural, Shiloh descubrió que el arte tenía el poder de unir, de curar heridas y de celebrar la diversidad. La verdadera belleza radica en la aceptación; en ese proceso, Shiloh aprendió a abrazar su propia luz.

Paola Jiménez González

El susurro de los
colores: La historia
de Shiloh

La niña de sus ojos...

Era una niña introvertida pero llena de ilusión y sueños; sin embargo, su infancia se vio marcada por la soledad, acompañada por la única persona que había querido cuidarla y criarla después de la muerte de su madre (su abuela). La soledad que le acompañaba le hacía sentir que debía creer y aceptar todo a su alrededor. Su padre, un hombre que decide dejar a sus hijos cuando muere su esposa, pero que aparece de vuelta a los 8 años de la vida de “la niña de sus ojos” (como él la llamaba) habiendo formado un nuevo hogar; incentivado por su nueva esposa, comienza a trasladar a la pequeña cada cierto tiempo donde su nueva familia; siendo, a los 10 años que la sacan de su hogar para vivir en otra región con ellos. En todo el proceso, el padre la arrastra a un mundo de oscuridad de manipulación y narcisismo, la somete a abusos físicos y emocionales, convirtiendo su infancia en una pesadilla y sintiendo que todo era su culpa durante el tiempo que estuvo bajo su techo. No obstante, la pequeña sintiendo que no era correcto todo lo que vivía,

decide hablar, pero se encuentra con una sociedad morbosa, juzgadora y adolescente del prójimo. A los 12 años se encuentra con el escrutinio de una población de adultos que considera que un pequeño o pequeña sabe discernir completamente de lo bueno y lo malo y que puede salir por su propia cuenta de lo que le daña, apuntándole e increpándole en la calle por denunciar a un padre con imagen de correcto y con una familia indolente que no cree lo sucedido. Por otro lado, se encuentra con la revictimización del sistema penal que la hacía vivir una y otra vez lo doloroso.

Con el paso de los años, la niña se convirtió en una mujer luchadora y resiliente transformando su dolor en fuerza. Un día enfrentó a su padre y preguntó ¿Por qué?, Él de una forma fría responde por “ser mujer”. Aun así, en un acto de valentía lo perdona, ya que había entendido que no podía hacerse cargo del daño mental y psicológico de aquel ser y que no debía

confrontar su pasado, sino que debía reivindicar su valor y dignidad.

En la actualidad la pequeña niña siendo adulta, con muchos sueños cumplidos y una hermosa familia, les puede aconsejar que “confíen en su intuición y que crean en sí mismos”. Ella aprendió que el perdón, más que una liberación para el otro, es un acto de amor propio que nos permite sanar. Y aunque el camino sea difícil, siempre hay esperanza.

Además, busca hacer un llamado a la acción, recordarles que la violencia es un problema grave que afecta a muchos y que a menudo se esconde a plena vista. Ya es hora de que cambiemos realmente, todos somos parte de la construcción de la sociedad y somos responsables de proteger a los más vulnerables.

Anónimo

La niña de
sus ojos...

La violencia que no cesa

Todo comienza en la década de los 80, cuando aún era una niña, la cual, quedó marcada para toda la vida.

En ese hermoso valle llamado Colcura vivía una niña de 9 años que tenía a sus primos(as) con los cuales compartía mucho y se daba cuenta de los daños que provocaba el tío cada vez que llegaba ebrio a su casa, siempre maltrataba a la tía Hortensia. Hasta que llegó uno de los días más tristes de la vida de esta niña, donde conoce lo que era la violencia ejercida hacia la mujer, la cual ese hombre decía una y otra vez “desobediencia doméstica”, llegó tomado, alcoholizado hasta no poder caminar.

Sin que la tía Hortensia se diera cuenta, este hombre tomó un hacha y le pegó en la cabeza, con lo cual, la tía se desmayó y debieron caminar con ella todos los hombres que había, por toda la línea del tren desde Colcura a Lota en Porto

Nuevo. Más hombres se fueron sumando y ayudando a llevar a la tía al hospital hasta que llegaron a calle Mata, donde estaban los funcionarios de PDI, lo cual, la tomaron en uno de sus vehículos, la llevaron al hospital, ella fue trasladada a Concepción donde por milagro de Dios se salvó.

Hoy es un mal recuerdo y vive con una placa de titanio en su cabeza, después de esto, ella se fue, abandonó a su marido y a sus hijos. Ellos, en esos años eran adolescentes, cometieron errores. El Manuel, el mayor; trató de matarse con una lerna, (con las que se reparaban calzados). El segundo, el Jaime; saltó de un risco, por milagro el mar estaba profundo y se salvó. Pero, el cuarto hijo, el Daniel; repitió la violencia ejercida por su papá en contra de su hermana Patricia. En esos años, la Paty solo tenía 20 años y debía cuidar de su papá y sus tres hermanos, de los cuales, siempre estaba asustada, a mí me tomaba y me decía

primita vamos a dormir a mi casa, una vez nos escondimos por horas debajo de una cama, yo como era una niña no entendía lo que pasaba y lo tomaba como un juego pero nunca supe porque mi prima tenía tanto miedo, hasta que llegó un día que alegó con el Daniel, su hermano menor y él tomó un hacha y la Paty alcanzó a poner su mano y le llegó el hachazo, en el cual, le partió su mano, nuevamente la violencia se apoderó de esa familia empezó con el papá y terminó con el hijo.

Jessica Troncoso Salamanca

De rodillas en la iglesia

En las casas que eran todas pegadas
Allá en el bajo del pueblo
Había un frío y un hambre
Había pobreza y basura
Y perros callejeros
Y mujeres que se peleaban los hornos,
En los que hacían el pan para sus familias
Y se competía hasta en la fe por Dios
Quién quedaba con las rodillas más
gastadas en la iglesia

No es lógico...
Todos iban a adorar a alguien invisible
Y los de carne y hueso quedaban solos
O al cuidado de los locos
O en las manos de los enfermos

Nunca entendí que abandonaran su
familia
En nombre de un Dios que no protegía
Cuando el demonio iba a la casa
Y le metía la mano a la niña debajo de la
falda.

Jo Silva



El infierno es el silencio

3er Lugar

Tanto que decir, poco coraje y muchos juicios, quien diga que la vida es justa seguramente no es mujer.

Quizás en otros universos, en otras vidas, no tenía que preocuparme por el seguro en la puerta cuando niña, quizás en otra vida no criticaron y sexualizaron mi cuerpo, quizás en otra vida ese hombre repugnante no jadeo algo irreproducible mientras estaba con mi uniforme, quizás en otro universo ese abusador no tocó mis piernas en la micro.

Quizás en otra vida, quizás en otro universo, no fui tan vulnerable, quizás en otra vida me cuidaron y protegieron, quizás en otra vida el amor no se transformó en violencia.

Quizás en otra vida fui libre, feliz y plena. Callar siempre es el peor de los tormentos; el infierno existe, siempre existió, está a la vista de todos y nadie lo ve, el infierno siempre ha sido el silencio.

J. Ramírez





Lota Arauco
El CFT de la UdeC



**Universidad
de Concepción**

Equidad de Género



5 PALABRAS

Unidad de Equidad de Género CFT Lota Arauco