

# No Estás Sola

## 25 Testimonios de vida de mujeres y niñas con discapacidad



COLECCIÓN GENEROSIDAD - GÉNERO Y DISCAPACIDAD







**G**ENEROSIDAD

COLECCIÓN GENEROSIDAD  
GÉNERO Y DISCAPACIDAD

N.º 23

No Estás Sola



## DIRECTORAS DE LA COLECCIÓN:

Ana Peláez Narváez  
Pilar Villarino Villarino

Con el apoyo de:



PRIMERA EDICIÓN: junio, 2024

© CERMI, Fundación CERMI Mujeres, 2024

© ILUSTRACIÓN DE CUBIERTA..... «Subir juntas es más divertido», Jesús Jiménez Labrador. Segundo Premio V Concurso de Fotografía Generosidad *El impacto de la pandemia en las mujeres y niñas con discapacidad*, 2020.

Esta publicación ha sido financiada por la convocatoria de subvenciones para la realización de actividades de interés general consideradas de interés social, del Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030.

Esta obra recoge la transcripción de los testimonios de las mujeres y niñas con discapacidad recogidos en los webinarios «No Estás Sola» cuyos vídeos se encuentran disponibles en la página web de la entidad: <https://fundacioncermimujeres.es/nuestro-trabajo/webinarios-no-estas-sola> y en el canal YouTube de la entidad: <https://www.youtube.com/@CERMIMujeres>. Los testimonios protegidos aparecen bajo pseudónimo.

Revisión: Isabel Rodríguez Rodríguez. Consultora. Fundación CERMI Mujeres.

Reservados todos los derechos.

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita reproducir algún fragmento de esta obra ([www.conlicencia.com](http://www.conlicencia.com); 91 702 19 70 / 93 272 04 47).

La responsabilidad de las opiniones expresadas en esta obra incumbe exclusivamente a sus autoras y su publicación no significa que Ediciones Cinca se identifique con las mismas.

## DISEÑO DE LA COLECCIÓN

Juan Vidaurre

## PRODUCCIÓN EDITORIAL, COORDINACIÓN TÉCNICA E IMPRESIÓN:

Grupo Editorial Cinca  
c/ General Ibáñez Íbero, 5A  
28003 Madrid  
Tel.: 91 553 22 72.  
[grupoeditorial@edicionescinca.com](mailto:grupoeditorial@edicionescinca.com)  
[www.edicionescinca.com](http://www.edicionescinca.com)

ISBN: 978-84-10167-40-7

El PDF accesible y el EPUB de esta obra están disponibles a través del siguiente código QR:



No Estás Sola

25 Testimonios de vida  
de mujeres y niñas  
con discapacidad



En memoria de todas las mujeres y niñas con discapacidad que nos DEJARON como consecuencia de la COVID-19, de la violencia y de la discriminación extremas que nunca debieron vivir.

## ÍNDICE

Prólogo .....	9
Testimonios:	
Lili (El Salvador) .....	13
Irene (España) .....	17
Paula (Colombia) .....	21
María (Colombia).....	23
Conchi (España).....	25
Julia (Venezuela) .....	27
Belinda (España).....	29
Manuela (España) .....	31
Cristina (España).....	35
Carolina (España) .....	39
Zaida (Costa Rica) .....	41
María (España).....	43
Chus (España).....	47
Marina (Nicaragua) .....	49
Rosana (España).....	51
Luisa (España) .....	53
Ángeles (España).....	57
Cristina (España).....	61
Alicia (España) .....	65
Concepción (España) .....	67
Sara (España) .....	69
Raquel (España) .....	73
Montse (España).....	77
Isabel (España).....	79
Carmen (España).....	81
Referencias bibliográficas .....	83



Cada miércoles, nosotras somos una sola voz.

Enlazamos nuestras manos, nuestras almas a pesar de la distancia.

Nosotras, a lo mejor no hemos tenido la oportunidad de abrazarnos, de reír, de compartir cara a cara la tristeza y las ganas de llorar.

Pero nos hemos escuchado, nos hemos aprendido a conocer tras un móvil o una pantalla de computadora.

Nosotras, no tenemos diferentes apellidos, todas somos hermanas.

Por el abrazo colectivo, por las palabras de apoyo que hemos pronunciado unas a otras, sin estar cerca.

Nosotras somos el fuego ancestral de nuestras abuelas, somos la edad adecuada para asumir los cambios que trae consigo la vida.

Habrán días grises, emociones y pensamientos que nos opriman el corazón.  
Pero hemos aprendido que todas somos una, hemos aprendido que no estamos solas.

*Juana Haydee (El Salvador)*

## PRÓLOGO

La pandemia de la COVID-19 marcó un antes y un después en nuestras vidas. De manera abrupta y sin precedentes, el confinamiento transformó las rutinas, amplificó las desigualdades y nos enfrentó a un entorno de aislamiento que redefinió lo que significaba la soledad. Para muchas mujeres y niñas con discapacidad, este periodo exacerbó una realidad ya cargada de desafíos. Sin embargo, también se convirtió en una oportunidad para demostrar la fortaleza, la sororidad y la capacidad de resiliencia que las caracteriza.

Desde abril de 2020, la Fundación CERMI Mujeres impulsó los webinarios «No Estás Sola» un espacio seguro y accesible en el que más de 1 500 mujeres y niñas de España y América Latina encontraron un canal para compartir sus vivencias, levantar sus voces y reafirmar que, incluso en las circunstancias más difíciles, no estaban solas. Este libro, *No Estás Sola: 25 testimonios de vida de mujeres y niñas con discapacidad*, es el resultado de esa iniciativa, un compendio de historias que reflejan no solo los desafíos vividos durante el confinamiento, sino también la valentía, la creatividad y la solidaridad que emergieron en medio de la adversidad.

Cada una de estas páginas está impregnada de generosidad. Las mujeres que han compartido sus testimonios han hecho algo más que narrar episodios de sus vidas: han abierto una ventana hacia sus mundos, mostrando con franqueza cómo afrontaron los efectos de la pandemia desde sus perspectivas únicas. Estas historias de superación son un llamado a la empatía y una invitación a reflexionar sobre la importancia de construir una sociedad inclusiva, donde nadie quede atrás.

Este libro también es un homenaje al poder de la sororidad. A través de los encuentros «No Estás Sola», las participantes encontraron en el otro lado de la pantalla a una comunidad dispuesta a escuchar, comprender y apoyar. Fue en esos momentos de vulnerabilidad compartida donde se forjaron lazos de hermandad que trascendieron fronteras y discapacidades, recordándonos que la solidaridad humana puede superar cualquier distancia.

Los testimonios aquí recogidos también nos enfrentan a verdades incómodas. Nos muestran cómo las barreras sociales, económicas y culturales afectan de manera desproporcionada a las mujeres y niñas con discapacidad, y cómo la pandemia exacerbó estas desigualdades. Desde el acceso a la educación hasta la violencia de género, estas historias subrayan la urgencia de abordar la discriminación interseccional y garantizar derechos plenos para todas las personas, independientemente de sus capacidades o circunstancias.

Sin embargo, más allá de los desafíos, lo que resalta en estas páginas es la resiliencia. La capacidad de estas mujeres y niñas para transformar el dolor en acción, la soledad en comunidad y la incertidumbre en esperanza es una lección para todos. Desde las que levantaron la voz para denunciar injusticias hasta aquellas que se convirtieron en faros de esperanza para sus comunidades, estas protagonistas nos enseñan que incluso en los momentos más oscuros es posible encontrar luz.

*No Estás Sola: 25 testimonios de vida de mujeres y niñas con discapacidad* no es solo un libro, es un legado. Es la prueba tangible de que, incluso en los momentos de mayor aislamiento, la conexión humana puede prevalecer. Es un recordatorio de que la discapacidad no define a las personas, sino que son su coraje, su determinación y su capacidad de superación las que realmente importan.

Agradecemos profundamente a las mujeres y niñas que compartieron sus historias. Su valentía y generosidad han iluminado un camino que servirá de inspiración y aliento para muchas otras.

Fundación CERMI Mujeres

## **TESTIMONIOS**



## Lili (El Salvador)

«Estuve ingresada en un psiquiátrico desde los 19 años, de 1995 a 2015, fueron 20 años de ingresos y pruebas diagnósticas. Tengo trastorno bipolar y trastorno de personalidad, esto conlleva tomar mucha medicación.

Tengo una hija, una hija de mi padre, fui violada por mi papá desde los cinco años de edad. Fue muy duro, porque yo lo veía como un gran hombre, la figura paterna, pero yo no sabía, tan chiquita, lo que estaba haciendo conmigo. Me ponía una pistola en la sien y me decía qué tenía que hacer.

Menstrué precoz, a los ocho años, y comencé a quedar embarazada, tuve tres abortos. Él me llevaba a un amigo ginecólogo para abortar. Fue lo más terrible que me hizo mi papá, era una niña de ocho años y me hizo abortar tres bebés.

Mi papá me amenazaba, me dijo que mataría a mi mamá si hablaba, obviamente nunca hablé.

Cuando quedé embarazada de mi hija, que es a la vez mi hermana, me fui de casa. Una amiga me dijo que no podía estar viviendo más con mi papá, que me maltrataba y hacía mucho daño. Fui a su casa y allí pasé el embarazo.

También me casé y tengo un niño, es autista, me lo quitaron cuando tenía un año, ahora tiene diecisiete, él no sabe ni quién soy. Es horrible saber que tienes un hijo y que no lo puedes ver porque su papá dice que estás loca, porque peyorativamente así nos llaman, locas.

Vengo de una institucionalización, del hospital psiquiátrico, muy dura, creo que a causa de tanto sufrimiento de pequeña, no es fácil contarlo.

Cuando estaba en el hospital psiquiátrico, me asignaron un psicólogo del equipo psiquiátrico, este psicólogo abusaba sexualmente de mí, también de otras compañeras. Nos adormecía poniendo algo en el café que nos ofrecía. Ansiábamos el café porque era algo que no se permitía tomar en el psiquiátrico y aprovechaba ese momento para abusar.

Denuncié, claro está, pero solo se le dio una sanción de seis meses, también tuvo que pagar la mitad de su salario a seis de sus pacientes. Lo seguí viendo durante tantos años que pasé en el hospital.

Recibí mucha terapia electroconvulsiva (TEC) porque los medicamentos psiquiátricos ya no me funcionaban. Cuando tenía 28 años comenzaron a darme TEC tras TEC, en un año recibí más de ciento sesenta. Los TEC eran horribles y las inyecciones que me ponían, donde caían, como un animalillo, en un tobillo, en una pierna... Después pasaba una semana dormida, drogada, amarrada.

No era la que soy ahora, fue muy difícil salir de esa situación.

¿Cómo lo logré? No soy muy religiosa, durante un tiempo no creía, pensé que Dios me había abandonado, pero ahora creo en Él. Me dije: yo tengo que salir de esta. Ya no aguantaba más, no soportaba los TEC, son horribles, sientes la descarga eléctrica en tu cuerpo, aunque te anestésien. Dije ya basta, no quiero seguir así. Empecé a buscar ayuda, pero primero fue el tener valor, valor de decir ya no, hasta aquí, ya no quiero seguir.

Tenía a mi hija, mi hermana a la vez, que ahora es una profesional, una licenciada, trabaja. Ella no sabe lo que me pasó y nunca se lo pienso decir. Ni mi mamá sabe lo que pasó en mi niñez, no lo sabe, mi hija vive con mi mamá.

Soy chef pastelera, trabajo, me costó mucho graduarme, por tanto ingreso.



Ahora pertenezco a una asociación y también estoy en la red de salud mental. Ayudo a otras personas que sufren trastornos, tengo a cuarenta muchachas a mi cargo y las ayudo, tratamos temas, hablamos de la discapacidad psicosocial o mental, de los diferentes trastornos. Les digo que sí se puede salir de esto, que deben tener valor, que tienen que aprender a dominar al medicamento, porque esos medicamentos son tan fuertes que no te dejan vivir tranquilo, cada día es una tortura con tanta medicación psiquiátrica.

La discapacidad mental no se nota, por eso no nos ven. La gente a veces, en el estigma social, espera verte despeinada, con mal olor, tirando piedras, haciendo cosas que dicen, peyorativamente, que hacen la gente loca.

A veces, a menudo, tengo pesadillas con mi papá, cuando me violaba, es duro, recordar y recordar. Es duro, antes no podía hablar de eso, ahora un poco, con la ayuda de mi psiquiatra, que también es un amigo querido.

La mayoría de los psiquiatras no nos comprenden, la mayoría lo que hacen es preguntarnos que hemos hecho ese mes, esa semana, casi ni te escuchan por estar en sus cosas, solo prescriben la receta y reciben una buena paga. Hasta el siguiente mes, o quince días, depende de cómo estés.

Yo les digo a las muchachas que atiendo que no se aferren tanto al psiquiatra, no se aferren tanto a la medicina psiquiátrica. Nosotras y nosotros, que somos invisibles, el 75 % de nosotros somos invisibles, lo que podemos hacer es luchar por nuestros derechos, luchar por tener un trabajo, aunque sea de medio tiempo, pero digno.»

*VII Webinario «No Estás Sola»: La institucionalización de mujeres con discapacidad en tiempo de confinamiento. 10 junio 2020*





## Irene (España)

«Tengo once años, casi doce, y no tengo ningún resto visual. Soy ciega total, por lo que mi forma de lectoescritura habitual es el braille y llevo un par de años introduciendo el ordenador en casa y en el aula, cosa que me ha facilitado mucho el día a día, no solo por mi mochila, que ahora pesa mucho menos, sino porque en clase funciona todo más rápido y más cómodo que antes, tanto para mí como para mis profesores.

En mi familia, soy la pequeña de tres hermanos, y he sido siempre una más. Con mis amigos también he estado integrada desde el minuto cero. Pero a veces el problema viene cuando no me conocen, lo primero que noto es que no saben cómo actuar conmigo. Yo entiendo que es desconocimiento y que creen que, por tener una discapacidad, no puedo hacer lo que ellos, y no saben cómo actuar, y eso me molesta.

A veces no se acercan por miedo, otras se esfuerzan de más sin saber si necesito ayuda o no, y a otros, simplemente, les doy pena. Por eso creo, que lo primero y más importante es cambiar el concepto de inclusión, empezando porque todo el mundo entendiera que la discapacidad no es algo malo, solamente gente diferente, con necesidades diferentes.

Yo no he tenido nunca ningún problema importante sobre la actitud de la gente respecto a mi ceguera, aunque a pesar de todo, sí que hay desigualdades. Son pequeños actos, actitudes, a veces inconscientes, que hacen que me sienta mal.

En mi colegio hay muchos profesores, de hecho, la mayoría se esfuerzan porque no tenga ningún problema. Muchos aprendieron braille para corregir mis deberes, verbalizan lo que escriben en la pizarra para que pueda seguir la clase, etc., pero otros simplemente no son conscientes de mis necesidades o no se esfuerzan. Hacen que yo tenga que esforzarme el doble que los demás para obtener lo mismo que ellos, o incluso que mis propios compañeros tengan que ayudar en algo que les corresponde a los profesores y, encima, les haga distraerse de sus tareas, algo que me parece injusto para mí y para mis compañeros.

Por ejemplo, a veces, las enseñanzas son muy visuales para facilitar el aprendizaje, algo que está genial para mis compañeros, y todo lo que les ayude a aprender es perfecto, pero para mí no solo no me ayuda, sino que me supone un mayor esfuerzo, con el cual no aprendo nada.

Nosotros no necesitamos nada del otro mundo, solo que me adaptes el material, que me guíes en algún momento, pero para otras personas somos un cargo más.

A veces, incluso los propios niños, pueden tener comportamientos que a una persona con discapacidad le pueden doler. Yo soy una niña y me encanta el deporte, y en mi clase me entienden muy bien por lo que no he tenido ningún problema en estas actividades. Alguna vez, cuando hemos jugado con otras clases, empiezan los problemas, y ya no es el hecho de tener una discapacidad, es que por ser niña no me van a pasar la pelota. Imaginaros: una niña y ciega, lo tengo todo en contra. Que si nunca va a meter un gol, que si no va a correr más que el del otro equipo... Entonces, para no perder, con no pasársela es suficiente. Esto sí que me pasa mucho, pero ya lo he asumido. Solo tengo que demostrar que por ser ciega o niña, o por el hecho de tener una discapacidad, no tengo por qué ser menor a ti. ¿Por qué no puedo meter un gol? En definitiva, no es inclusión, es adaptación de nosotros mismos.

Soy una niña y me encanta serlo, y muy afortunada. Sé que queda mucho camino por recorrer y, quizás, estoy segura, que hay niños y niñas en otros países y sociedades que sufren más, y con más complicaciones, pero yo lo único

que intento es que la gente con discapacidad cada vez tengamos menos dificultades en nuestra vida cotidiana, porque en el día a día también hay muchas cosas que cambiar. Son cosas muy pequeñas, pero que ayudarían a cambiar nuestras vidas un montón, y esto se consigue normalizando la discapacidad y concienciando a la gente de que la palabra discapacidad no significa menos capaces sino capacidades distintas.

Ahora estamos en una situación nueva y complicada. En el confinamiento por la pandemia hemos pasado cosas difíciles y que nunca habíamos vivido. Como ninguno de mi familia ha caído enfermo, lo más complicado para mí ha sido el colegio. Todo fue rápido y casi sin darnos cuenta, y me he tenido que acostumbrar a hacerlo todo online. El problema principal es que los programas utilizados para realizar las tareas de clase o los trabajos no eran compatibles con mis programas específicos y he necesitado en todo momento a mi madre para poder realizar mis tareas y no me gusta, no tengo que depender de nadie. También tengo que dar las gracias a mi profesora de la ONCE, y he de reconocer que yo he tenido mucha suerte porque han podido ayudarme, pero a lo mejor hay personas a las que nos les han podido ayudar. Todo eso se habría solucionado si los programas estuvieran adaptados para las personas con discapacidad.

Creo que hay buenas intenciones, que realmente quieren la inclusión, o eso espero, pero la realidad es lo políticamente correcto. Se le pone un nombre, inclusión, pero no los medios para que sea realmente verdadera, eficaz, porque yo no me siento con las mismas oportunidades que los demás. Es mi adaptación al medio para conseguir lo mismo que los demás esforzándome el doble.

Sé que ha avanzado mucho el visualizar el problema, como por ejemplo en las películas como «Campeones», pero esto es un largo camino. Hay muchas cosas que se podrían cambiar con algo de esfuerzo, que nos facilitaría la vida a mucha gente. Por ejemplo, en el cine, que me gusta mucho, debería haber aparatos para que los ciegos tuvieran audiodescripción y para los sordos subtítulos, y así no molestaríamos a nadie, ya que necesito que alguien me describa la acción, molestando a mi acompañante y a la gente de alrededor. También adaptar los juguetes, que mi madre se pasa la vida adaptándome las cosas. O



en la biblioteca, a las cuales yo no puedo ir con mis amigas a pasar el rato, porque no tengo nada adaptado para mí. Así mil ejemplos, porque al final solo somos personas diferentes, con necesidades diferentes.»

*VIII Webinario «No Estás Sola»: El efecto de la pandemia en el derecho a la educación continua de niñas y jóvenes con discapacidad. 17 junio 2020*

## Paula (Colombia)

«A la edad de los 12 años me diagnosticaron cáncer, generando una discapacidad. Aprendí a vivir con la discapacidad, a luchar, a enfrentar todas las barreras y dificultades que conllevaba la discapacidad.

Logré insertarme laboralmente en una organización del Estado, en la cual conocí a una persona que no tenía discapacidad y me enamoré.

Todo iba muy bien, una relación muy bonita, cuando caigo enferma, con diferentes síntomas. Después de acudir a diferentes hospitales, muchos exámenes médicos y diferentes tratamientos, me diagnostican VIH.

Con la única persona que yo había tenido contacto íntimamente en mi vida era con él; por lo tanto, él tenía la enfermedad, y nunca habló, nunca me informó, simplemente se calló.

Superé la enfermedad, superé el diagnóstico, regresando a trabajar. Allí sentí rechazo, discriminación, mis compañeros no tenían contacto conmigo, tenían temor de acercarse.

Era muy difícil asumirlo y superarlo. Decidí renunciar y me fui a otro centro de trabajo. Allí me llega la notificación de una querrela que él me interpone, generando que se enteren en el trabajo, y nuevamente sufrí discriminación, marginación.



Traté de superar la querrela, el juicio, y presenté un juicio penal contra su persona. Todo ello me generó mucho gasto, además de todo lo que conlleva un juicio.

Cuento esta historia para reflexionar y tener en cuenta el tema de la reproducción y la sexualidad. Temas de los que no se habla. Muchas personas con discapacidad tienen diagnóstico de VIH, no se habla porque vivimos en una sociedad donde existe mucha discriminación y marginación, donde hay pocas políticas de inclusión e inserción en el tema del VIH, más aún en nuestro grupo, que es vulnerable.

Puedo contar esta experiencia porque ya lo superé, ya lo acepté, ya asimilé, los dos diagnósticos que tengo en la vida.

¿Fue duro y difícil? Sí, pero no es imposible, porque tengo un propósito en la vida, y si lo cuento a las mujeres es para que reflexionen en el momento que conocen a alguien han de saber de su vida, porque cuando uno conoce a una persona conoce no sólo al ser humano, sino que se mete en todo su pasado. Ese es un punto importante que tenemos que tener en cuenta, más aún cuando tenemos discapacidad.

Si alguien está pasando por un momento difícil y similar, quiero decirle que en la vida nada es imposible, que de todo lo que nos sucede y nos pasa, uno aprende.»

*XIII Webinario «No Estás Sola»: De lo que no se habla. 22 julio 2020*

## María (Colombia)

«Soy una mujer de Colombia, una mujer con discapacidad, perdí mi brazo derecho hace veinticinco años.

Desde los ocho años quedé sola, viví en la calle, conocí la prostitución, las drogas y el alcohol, por ello perdí mi juventud.

Las drogas me volvieron indigente, estuve muchísimos años en las calles, donde estuve muy mal, donde perdí mi brazo.

Estando en el hospital entré en contacto con las monjas de la congregación de las Adoratrices, las Hermanas del Buen Pastor, que me sacaron del infierno donde vivía; estaba muerta en vida. Desde que perdí el brazo tomé conciencia. Me rehabilité con ellas, con el amor que me dieron estas personas.

Ahora trabajo y tengo un techo donde dormir.

He sido una mujer guerrera, muy luchadora. Me he sostenido, pese a las adversidades. He tenido muchos problemas, como todo ser humano, que tiene sus dilemas. Me he sostenido, decidí salir adelante, con esfuerzo, y gracias también a las personas buenas que Dios ha puesto en mi camino.

*XIII Webinario «No Estás Sola»: De lo que no se habla. 22 julio 2020*





## Conchi (España)

«Soy una mujer con discapacidad intelectual, vivo con mi marido y mi hijo, y soy funcionaria por oposición.

Cuando me quedé embarazada mi familia, mi madre, mi padre y mis hermanas estaban encantados; yo llevaba muchos años casada. Por parte de mi marido decían que cómo íbamos a tener familia, mis suegros no eran capaces de meterse en la cabeza que su hijo se había casado y menos poder tener familia.

A mí, lo que me choca, es que cuando leo algo en la prensa: «Mujer con discapacidad le quitan a sus hijos por una discapacidad», ¿por qué?, ¿por qué le quitan a sus hijos en lugar de darle una ayuda para poderlos mantener? Si yo he podido, ¿por qué otras madres no pueden salir adelante?

Dirán: “Es que todos no tienen la misma discapacidad”, pero ese apoyo que se les da a los niños fuera, en adopciones o casas de acogida, también se les puede dar a las madres para poder criar a sus hijos. Igual que se les pone apoyo a los niños, a mí me gustaría en un futuro, que en lugar de quitarle los niños, que se apoyara a las madres en esa cosa que tienen dificultades para hacer o que no pueden hacer por sus limitaciones. Todo el mundo tiene limitaciones, hasta la propia persona que te quita el niño. Todo no lo puedes hacer.



Me agobiaba mucho, cuando tenía mi hijo tres años, el planteamiento de decir: «Va a entrar en el colegio y yo casi no sé leer ni escribir ¿Cómo voy, como adulto, a ayudarle a hacer los deberes?». Hasta ahora he podido hacerlo: yo hacía lenguaje y con el padre hacía matemáticas. Mi madre también apoyaba cuando no podíamos.

Aprobé la oposición y económicamente mejoré. He podido llevarlo a una academia. Los miedos y las necesidades con dinero se cubren.»

*XXI Webinario «No Estás Sola»: Maternidad y discapacidad. 9 diciembre 2020*

## Julia (Venezuela)

«Realmente para una mujer con discapacidad, como es mi caso, tengo amputado el miembro inferior izquierdo, de verdad no ha sido fácil emigrar de mi país, Venezuela, buscando una nueva expectativa de vida.

Por diferentes motivos o por necesidad, tuve que agarrar una vida que no quería, no venía en mi proyecto realizarla. Lamentándolo mucho, tengo una vida de prostitución, la cual tiene sus pros y sus contras. A veces uno se topa con personas que a pesar de que buscan el servicio, son personas que saben cómo tratar a una mujer y otras quieren vivir esa experiencia con una persona con discapacidad. Pero, realmente, también se viven momentos difíciles, porque no es fácil estar en una habitación, a solas, con una persona totalmente desconocida, que no sabes de qué manera puede reaccionar si no accedes a sus peticiones. En mi condición, es bastante difícil y supone un gran riesgo porque no puedo correr, no tengo cómo defenderme.

Me enfoco en la responsabilidad, en la familia. Tengo una hija de nueve años a la que no puedo llegarle todos los días con las manos vacías, tengo que llegar con algo, al menos, para su alimentación.

A parte de eso, una sufre también discriminación, porque no consigue un trabajo que sea honesto. Me ha tocado pedir en la calle, actualmente es lo que hago, porque no quiero seguir en la prostitución, por todos los riesgos que una corre.



Te enfrentas a muchas discriminación, te miran mal, te humillan, te dicen que eres joven, que trabajas, que si no te da vergüenza... cosas que bajan la autoestima y la parte emocional de uno, como ser humano.

Pero hay algo que siempre he dicho, que la discapacidad se lleva en la mente, la persona con discapacidad debe superar todo eso.

Me apoyo en la familia, los hijos, con eso uno puede salir adelante. No es fácil perder un miembro, pero como digo, se cae una columna, pero no se cae la casa completa.

Le daría un consejo a las muchachas jóvenes que quieren salir de su país a buscar otro rumbo: que no crean que es fácil, no es nada fácil estar en ese mundo, y menos para una mujer joven. Hay otras maneras, mejor estar en su país pero estar seguras y no salir a correr cualquier tipo de riesgo, cualquier tipo de maltrato.»

*XIII Webinario «No Estás Sola»: De lo que no se habla. 22 julio 2020*

## **Belinda (España)**

«Soy una mujer con discapacidad intelectual y vivía con gente que me trataba mal y que me obligaban a hacer cosas que no quería.

La primera vez que fui a prisión estuve tres años, salí y, como no tenía apoyos, no conocía ninguna entidad, no sabía dónde ir, volví con esas personas.

Volvía a prisión por segunda vez, por cuatro años, porque me hacían robar. Si no robaba me pegaban o me dejaban sin comer.

El tema jurídico me fue mal, tuve sesenta juicios, pero nunca supe quién era mi abogado, no se presentó. Eran juicio de cinco minutos, no me dejaban hablar, no sabía quién era quien.

Cuando entré en prisión no tenía valorada la discapacidad, yo sabía que la tenía porque me lo dijo mi madre, pero yo no se lo había dicho a nadie porque tenía miedo a que me discriminaran o me hicieran de menos. Me callé, hasta que me hicieron la valoración desde Plena Inclusión. A partir de ahí, me trataban mejor que en el anterior ingreso.

La vida en prisión es un poco dura, pero si lo llevas bien puedes sacar tus estudios. Ahora tengo un título porque he estado allí.

También hay diferencias entre los hombres y las mujeres en prisión. En la prisión que estuve había un módulo de mujeres y muchos más de hombres, no nos atendían a penas, están más pendientes de ellos. Por ejemplo, el patio de las mujeres era mucho más pequeño, como un patio de luces, no podíamos salir todas a él. Con las demás mujeres nunca tuve problemas, nunca se metieron conmigo ni se aprovecharon de mí.

Cuando salí a la calle tenía mucho miedo, temía que esas personas me volvieran a obligar a hacer cosas que no quería o que me manipularan psicológicamente. No quería salir, me quería quedar en la cárcel.

Poco a poco he ido quitándome los miedos, hoy en día ya no tengo miedo a esas personas.

Cuando salí yo estaba sola en la vida, mi familia no me hablaba, fui a una casa de monjas. Hay sitios para hombres pero no para mujeres que salen de prisión. El único sitio al que podía ir era este lugar que tenían las monjas para mujeres maltratadas. Allí viví tres meses mientras buscaba trabajo.

Ha sido duro, llevo tres años en libertad, sola, sin apoyo de familias ni amigos, pero hoy en día estoy trabajando y vivo en un piso compartido. Estoy bien, con energía y con ganas de disfrutar la vida.»

*XIII Webinario «No Estás Sola»: De lo que no se habla. 22 julio 2020*

## Manuela (España)

«Soy una mujer de cincuenta y dos años, con discapacidad visual de nacimiento, y mi vida hasta hace tres años y medio no difiere mucho de otros testimonios, una vida de esfuerzo, lucha, superación para lograr alcanzar mis sueños.

Yo tenía muchos sueños, el primero era tener una profesión y poder ganarme la vida por mí misma, ser independiente económicamente, algo muy valioso para todas las mujeres y especialmente para nosotras, las mujeres con discapacidad.

Soñaba con trabajar en un hospital, ese sueño lo conseguí, con mucho esfuerzo, pese a los problemas para terminar mis estudios tanto en la educación integrada como en la especializada. Gracias a la ONCE terminé mis estudios de fisioterapia y terminé trabajando en un hospital, en el hospital de mi ciudad, al servicio de mis vecinos, para mí un gran orgullo. Me he sentido querida, valorada y respetada profesionalmente.

Tenía más sueños, como tener mi propia familia. Lo conseguí gracias al deporte. En mi ciudad no había muchas posibilidades para que las personas con discapacidad pudiésemos practicar deporte, decidí comprarme un tándem y buscar un ciclista que quisiera ser el piloto, así fue como conocí al que hoy es mi marido. Para montar en tándem hay que estar muy bien acoplados y nosotros lo conseguimos.



Para completar el círculo de nuestra felicidad nos faltaba que la familia aumentara, nos costó un poco de trabajo, acudimos a la ayuda de la ciencia. En 2006 vino al mundo nuestro hijo Rubén, un hijo muy buscado y deseado, el regalo más bonito que me ha dado la vida.

Todos mis sueños se rompieron un día de diciembre de 2016. Ese día, cuando mi hijo despertó, acudí corriendo a su cama, como me gustaba hacer, para darle besos y hacerle cosquillas, y hablamos de los planes que haríamos ese día, el primer día de vacaciones de Navidad. Lo que ni él ni yo sabíamos en ese momento es que le quedaban pocas horas de vida. Todavía hoy no logro entender lo poco que hace falta para terminar con la vida de una persona, fueron un cúmulo de circunstancias que hicieron que mi hijo, jugando, resbalase y eso le costase la vida. Con el agravante de que mi marido y yo estábamos en casa y no pudimos hacer nada para impedirlo.

Como podéis comprender, ese día se paró el mundo para mí y no voy a decir que es lo peor que te puede pasar en la vida. Conociendo otros testimonios, no lo puedo decir.

Ahí no termina mi tragedia. A las dos semanas de irse mi hijo, decidí incorporarme a mi trabajo, pensé que necesitaba refugiarme en mi trabajo y así fue. Pero al mes y medio de la muerte de mi hijo, mi marido y yo sufrimos un accidente con el tándem y a mí casi me cuesta la vida. Finalmente, me costó una discapacidad en el brazo izquierdo, impidiéndome ejercer mi profesión, algo muy importante para mí.

He sufrido tres duelos, la pérdida de mi hijo, la más importante; la pérdida de mi brazo y la pérdida de mi trabajo.

Yo creo que nosotras venimos con una mochila de superación y después de tanta tragedia y tanta penalidad, el mensaje que quiero transmitir es que nunca me ha gustado dar pena y hoy tampoco. No quiero dar la imagen que se espera de toda madre que ha perdido un hijo, una madre muerta en vida, amargada, deprimida. Eso no va conmigo, yo siempre he luchado mucho y ahora pienso seguir haciéndolo.



Siempre he estado muy comprometida con el mundo de la discapacidad, y aún en estos momentos tan tristes para mí, he comprobado y he sufrido comportamientos en los que se me discriminaba por mi discapacidad, hechos que he denunciado y por lo que hay que seguir luchando.»

*XIII Webinario «No Estás Sola»: De lo que no se habla. 22 julio 2020*



## Cristina (España)

«Mi discapacidad es muy leve, tengo autismo y no estoy incapacitada.

Mis padres siempre me habían dicho, desde que era pequeña, que yo era una chica muy rara, que no era normal y que no conseguiría hacer nada en la vida. Durante años he oído ese discurso y al final acabé creyéndomelo.

A pesar de todo eso, puesto que no recibí el diagnóstico de autismo hasta tener los dieciocho años, yo creía que en cierto modo todavía había una oportunidad para mí, pero la vida que había tenido no había sido nada fácil. Había pasado por acoso escolar, había pasado por tener ataques de depresión y ansiedad.

Cuando llegó el diagnóstico de Asperger o autismo, conocí a una persona, un novio, empecé a salir con él. Mis padres se enteraron de que había mantenido relaciones sexuales con él y montaron en cólera. En su momento no le di mucha importancia porque mis padres siempre me regañaban por todo, pero pocos días más tarde me dijeron que creían que la mejor decisión para mí era someterme a una ligadura de trompas.

Me daban muchas razones, como que la regla mejoraría, que no sería propensa a tener quistes en el ovario, me lo ponían como que todo eran ventajas. Pero la forma con la que realmente lograron convencerme fue con una frase que caló hondo en mi cabeza. Me dijeron: «Tú tienes Asperger y sería muy irresponsable por tu parte que sometieras a tus hijos a lo mismo que tú con todo lo que tú has sufrido».

Yo en esos momentos, por todo lo que había sufrido, las múltiples depresiones, la ansiedad que tenía, yo no había tenido una buena vida. Ellos lo sabían y diciéndome eso lograban manipularme para que yo tomara la decisión por mi cuenta. Yo en esos momentos tenía dieciocho años y no estaba incapacitada, sólo tenía un diagnóstico de Asperger y no tenía la discapacidad reconocida, eso suponía que mis padres de cara a la ley no podían hacer nada para que se hiciera su voluntad, la única forma que tenían de que me esterilizaran era convencerme, manipulándome, de que eso era bueno para mí.

En esos momentos, yo solo creía en las palabras de mis padres y pensaba: «Soy una irresponsable porque si tengo hijos biológicos les transmitiré mi enfermedad». Veía el síndrome de Asperger y el autismo como una enfermedad, lo que me habían inculcado mis padres.

Estuve recitando ese discurso durante años, a todas las personas que me preguntaban, no pensaba que realmente mis padres me hubieran manipulado, ni que eso era algo erróneo.

Fue muchos años más tarde, cuando conocí a la pareja con la que estoy actualmente. Él se enteró, me dijo: «¿Y qué hay de malo en tener hijos que tengan Asperger? Yo me siento orgulloso de ser Asperger».

Entonces lo entendí. Ahí entendí que lo que mis padres habían hecho no estaba bien.

Mis padres además, a la hora de esterilizarme, acudieron a una clínica privada. En ningún momento el médico me explicó las cosas claramente, me dijo lo mismo que me decían mis padres: «Te mejorarán las reglas, tendrás reglas más regulares, no serás tan propensa a tener quistes ováricos...», pero realmente no me daban ninguna información. El médico estaba muy contento de que yo tomara esa decisión.

Desde que estoy esterilizada, la verdad es que cada vez me duele más tener la menstruación. Por supuesto, nada de lo que me dijeron es cierto, las reglas no se regulan, de hecho cada vez te duelen más.

Recuerdo el día que sucedió la operación, lo recuerdo bastante confuso. Recuerdo estar en el quirófano, con muchos médicos. Yo les hacía preguntas, sobre cuanto duraría la operación, si me dolería. No me respondían, hacían como si no existiera, como si en cierto modo no tuvieran que darme explicaciones a mí.

Contar mi testimonio me ha costado mucho, no hace mucho que cuento esta experiencia, porque cuando te das cuenta que no has tomado esta decisión libremente te sientes herida y manipulada, no es algo fácil de contar.

Pero tenemos que ser valientes, armarnos de valor y contar nuestro testimonio, para que haya una concienciación real en la sociedad, que la sociedad sepa qué significa haber sido esterilizada y para que no se siga perpetuando este abuso. La mejor forma para erradicarlo es contarlo.»

*XIX Webinario «No Estás Sola»: Prácticas nocivas contra mujeres y niñas con discapacidad. 11 noviembre 2020*



## Carolina (España)

«Soy una mujer con discapacidad y tengo acondroplasia, quizás por el nombre no lo vais a conocer, pero si digo enanismo seguro lo entenderéis. Es un colectivo al que le falta mucha luz por dar.

Si bien la mujer con discapacidad ya está oprimida, en el caso de la mujer con talla baja muchísimo más, ya que se trata de una minoría dentro de otra minoría. Es difícil librar esta batalla, ya que la talla baja está asociada a una debilidad, a los niños, al bombero torero y otros espectáculos que denigran muchísimo nuestra imagen y nos hace estar sometida a una serie de situaciones que a través de la visibilidad podremos solventar.

En alguna ocasión, estando con mis amigas de fiesta, se han acercado a mí chicos que me han señalado y se han burlado, llegándome a ofrecer dinero para que realizara el espectáculo de barra, que realizan algunas personas afectada, en privado. También es habitual ver carteles de: «Alquila un enano para tu despedida de soltero».

En la escuela, al estar asociada la imagen a los niños, no te toman en serio y estás durante toda tu vida en una continua batalla de querer superar y demostrar a los demás que no tienes ningún problema, no eres una niña, y tienes las cosas claras, y así también lo tienes que creer tú y lo debes tener asumido.

Con esta ridiculización en exceso de nuestra condición, has de estar demostrando que tienes una carrera, unos estudios, que tengo capacidades y habili-



dades que me permiten estar aquí. A veces, ante el cuestionamiento continuo de tus capacidades, quieres plantear ante algunas personas por qué lo ponen en duda si tú misma no lo haces. Es algo que no debería pasar.

Aparte de estar sometida a burlas y humillaciones, también me afecta en el tema sexual y afectivo. Me han llegado a preguntar si mi pareja tiene problemas de pedofilia por estar mi cuerpo asociado al de una niña.

También es frecuente que estas mujeres tengan trato vejatorio y maltrato por parte de sus parejas.

En otras ocasiones, son las propias familias, por la sobreprotección hacia estas mujeres, quienes no las dejan cumplir sus sueños.

Yo he tenido la suerte de tener una familia que me ha ayudado a forjar la personalidad que tengo. Tenemos que ir eliminando esa imagen de la sociedad para que no tengamos que vernos cuestionadas y dejen de ponernos límites que nosotras mismas no nos ponemos.

*XVIII Webinario «No Estás Sola»: Cómo fortalecer el empoderamiento individual y colectivo de las mujeres y niñas con discapacidad a partir de la deconstrucción de estereotipos y prejuicios contra ellas. 28 octubre 2020*

## Zaida (Costa Rica)

«Soy una mujer de Costa Rica y tengo una discapacidad física.

Cuando tenía nueve años le dijeron a mi mamá que yo quedaría ciega a los quince años. Hago esta alusión, especialmente, porque cuando tenía diez años fui abusada por mi padrastro y cuando somos abusadas, en nuestras familias, nos indican que tenemos que quedarnos calladas o que somos culpables de la situación.

Después de lo que yo viví, me casé a los dieciocho años con el novio que mi mamá escogió, ni siquiera lo pude escoger. Pero cuando una vive todas esas cosas, cree que lo mejor que puede hacer es huir de su casa.

Tuve tres hijos y cuando tuve a mi última hija, el médico me dijo que me iban a esterilizar para no tener más hijos. Después de la cesarí y tener a mi hija yo quedé con un trauma, no entendí qué sucedió, buscaba una respuesta. Mucho más tarde supe que mi exmarido había firmado para que me esterilizaran.

Después de años, siempre fui una persona callada, nunca comenté absolutamente nada porque desde niña me habían indicado que yo era la culpable.

Tengo actualmente cincuenta años y hace diecisiete años me di cuenta que yo no era la culpable. Empezó mi lucha, comencé a luchar por las mujeres, por



las mujeres que nos quedamos calladas cuando somos abusadas, cuando nos esterilizan.

Empecé a ser activista para todas las mujeres, no solo para las que tenemos discapacidad y me agarré a la frase: «Nada de nosotras sin nosotras». Si somos mujeres somos discriminadas, si tenemos discapacidad somos discriminadas doblemente. Luchemos porque somos mujeres y no estamos solas.»

*XIX Webinario «No Estás Sola»: Prácticas nocivas contra mujeres y niñas con discapacidad. 11 noviembre 2020*

## María (España)

«Tengo sesenta y tres años y soy una mujer con discapacidad. Mi discapacidad es de las que no se ven pero se sufre, tengo fibromialgia, fatiga crónica y artrosis, todo ello me provoca un trastorno ansioso depresivo.

Cuando nací, en mi casa había mucha necesidad, no me esperaban, mis hermanos eran mayores. Creo que empecé a saber lo que era el maltrato ya estando en el vientre de mi madre, porque según tengo entendido, ya por esa época era maltratada por mi padre, física y psicológicamente.

En mi casa eran muy normales los gritos, los juramentos, los golpes y los platos de comidas estampados contra la pared.

Mi padre tenía la costumbre de leer el periódico en alto mientras comíamos, teníamos que estar todos callados, yo era pequeña y alguna vez hacía ruido al coger un vaso y sus miradas de odio me dejaban petrificada, me producía un terror tremendo, uno de mis hermanos me defendía.

La violencia era peor cuando en mi casa no estaban mis hermanos, eso hacía que yo me sintiera diferente, pensaba que las cosas pasaban por mí. En una ocasión, cuando tenía ocho años, estaba jugando con una amiga en la calle y entramos en mi casa y encontré a mi madre tirada en el suelo y mi padre sentado encima, una mano agarrándola por el cuello y en la otra mano una plancha con intención de golpearla. Al verse descubierto, se volvió y me dijo que todo

era por mi culpa, que yo tenía la culpa de todo lo que pasaba, y que aquella era su casa y no tenía derecho a llevar a nadie.

Esas palabras se me grabaron a fuego y ha hecho que me sienta culpable de todo lo que pasa a mí alrededor. Me resulta difícil hablar de todo esto a pesar del tiempo que ha transcurrido.

Me sentía muy sola y vulnerable, con mis hermanos no se hablaba de estas cosas, aunque con ellos en casa me sentía protegida. Si lloraba o rompía algo mi padre me decía: «Chica tienes que ser, no servís para nada».

Esas palabras han condicionado toda mi vida y han hecho que me sienta incapaz de hacer muchas cosas, que me creyera una inútil, me creyera menos que los demás. Necesitaba la valoración de los demás y me quería muy poquito, tenía muy baja autoestima.

Es terrible vivir estas historias de niño, me parece increíble que a los niños les obliguen a estar con padres maltratadores, porque esas heridas son enormes, cuesta mucho quitarlas.

Con mis parejas nunca he consentido que me trataran mal, siempre he buscado que nos tratáramos de igual a igual, aunque en realidad yo me volcaba y me olvidaba de mí.

Estuve viviendo fuera de España y cuando volví empecé de cero. Creía, como siempre, que necesitaba a alguien a mi lado para poder funcionar, alguien en quien volcarme. Me encontré con un antiguo conocido y ha sido la relación más tóxica que he tenido en mi vida, me hizo un daño tremendo, quería vivir a mi costa, me humillaba, me desvaloraba, un maltrato psicológico continuo.

En esa época estaba mal de salud y no me veía con fuerzas para salir de la relación aunque sabía que tenía que salir de ella, todo ello me hacía estar peor anímicamente, era una rueda. Aguanté la situación cuatro o cinco años, hasta que un día me desperté y decidí que tenía que estar sola, para reencontrarme y empezar a quererme, pensar en mí.



Es lo que hice, ese mismo día. Es el paso más grande y el mejor que he dado en mi vida. He aprendido a quererme, a poder dar mi opinión, me siento liberada de todas las ataduras y de las heridas de estas historias de maltrato.

Hay que pedir ayuda y no aguantar, cada uno tiene su tiempo y su momento de salir, pero quiero decir que se puede salir y merece la pena. Me siento muy orgullosa de mí ahora mismo, es mi mejor momento de vida, hago las cosas para mí y por mí.»

*XX Webinario «No Estás Sola»: Me too! Por una vida libre de violencia contra las mujeres. 11 noviembre 2020*



## Chus (España)

«Soy una chica con discapacidad intelectual y esta es mi historia:

Lo conocí en un grupo de amigos, con los que salía hace unos años. Era un chico un poco mayor que yo.

Quería que quedáramos a solas, yo pensaba que era para hablar, conocernos más y divertirnos, pero cuando estaba en la habitación, entró en el baño, se desnudó y preparó una bebida con droga para dármele. Me quedé pálida por lo que pretendía que hiciéramos. Se echó encima de mí y yo me negaba y él me obligaba. Me pegó y yo le devolví el golpe, esto hizo que se enfadara más, se puso más agresivo y yo busqué el móvil para llamar a un amigo y pedir ayuda. Me quitó el móvil y borró el número. Comenzó a gritarme y pegarme, y me obligó a beberme la bebida alcohólica con la droga.

Perdí el sentido, oía voces, me dolía la cabeza. Me sacó de la habitación a rastras, me llevó a la calle a rastras, dejándome allí tirada. Estuve desaparecida una noche.

Mis padres me estuvieron buscando y llamaron a una amiga para ver si sabía algo de mí. Gracias a que yo le había explicado dónde iba a estar se lo pudo contar, y después de mucho buscar y pasar muchos nervios, me encontraron tirada en la calle, con mucho miedo y desconcertada.





Me subieron al coche y me llevaron al hospital. Me reconocieron los médicos y hablé con la policía. Como estaba drogada tuve que ir al día siguiente a poner la denuncia y contarles todo lo que me había pasado.

La justicia no me respaldó. Fue toda una decepción. Hoy me conformo con superarlo con la ayuda de mi familia.

Cuento mi historia para que a ninguna otra chica le vuelva a pasar lo que me pasó a mí.»

*XX Webinario «No Estás Sola»: Me too! Por una vida libre de violencia contra las mujeres. 11 noviembre 2020*

## Marina (Nicaragua)

«Soy una mujer con discapacidad, amputada del brazo derecho. Resido en una ciudad al norte de Nicaragua.

Tengo dos hijos. Mis padres fallecieron en la guerra de los años ochenta. No tuve la oportunidad de estudiar ni prepararme académicamente. Estoy apenas alfabetizada.

Comencé mi vida laboral con el apoyo de una organización de mujeres con discapacidad, que me capacitaron y me dieron un pequeño fondo para crear mi propio negocio.

Pero en enero de 2020, mi negocio fue fracasando, quedando con muy poco capital. Comencé a comprar menos alimentos. Mi hijo, el primogénito, enfermó de cáncer y le amputaron la pierna derecha, y a partir de ahí comenzaron más gastos para el hogar.

Una conocida me invitó a visitar las terminales de transporte público donde algunos varones nos comenzaron a invitar y a pagarnos los servicios de prostitución, que me deja un ingreso económico a diario.

Mi negocio fracasó al inicio de la pandemia por el miedo de las personas a consumir mis productos elaborados.



No tengo otra oportunidad de empleo por mi discapacidad y por barreras que enfrento. Con mis ingresos, mis hijos y yo estamos pagando los servicios básicos, el alquiler de la casa, compra de alimentos y medicamentos.

Muchas veces me siento triste y desesperada, estar en la prostitución ha enfermado mi alma y puede enfermar mi cuerpo, pero no encuentro otra alternativa. No es fácil hacerlo, entiendo que es perjudicial para mi vida.

Desde mi organización me están proponiendo que reciba ayuda psicológica, pero aún no me integro. Aún no estoy decidida.»

*XIII Webinario «No Estás Sola»: De lo que no se habla. 22 julio 2020*

## Rosana (España)

«Soy madre sordociega, tengo una sordera profunda y una vista tubular. Mi marido es sordo y tenemos dos hijos, además tuve en acogida dos años a una niña sorda.

Hace mucho tiempo, cuando era joven, dentro de mi círculo de amigos había un chico sordo que estaba enamorado de mí. Empezamos a salir, quedábamos todos los días y se dio cuenta de que yo por las noches tenía problemas de visión. Le dije que efectivamente yo tenía una enfermedad que era el síndrome de Usher, que lo sentía mucho, me daba mucha vergüenza confesárselo, pero me dijo que no le importaba, que quería estar conmigo, y empezamos a salir juntos y éramos muy felices.

Ocho años después nos quisimos casar, les pedí permiso a mis padres y aceptaron porque ya llevábamos mucho tiempo saliendo. Nos casamos y mis padres me empezaron a decir que tenía que hacerme pruebas genéticas sobre sordoceguera. Después de muchas pruebas y tras dos años esperando, yo ya quería quedarme embarazada y, cuando lo conseguimos, se lo comenté a mis padres. Me regañaron, me quedé asombrada.

Nueve meses después nació una bebé guapísima y en seguida se la llevaron los médicos para hacerle pruebas y le diagnosticaron sordera.

Mis padres empezaron a tener un momento de sobreprotección conmigo. Empezamos a acudir a distintos médicos y siempre me acompañaba mi madre. Ella hablaba con los médicos y yo le preguntaba qué era lo que decían. Ella

me respondía: “luego te lo comento”. Yo me quedaba esperando y, cuando finalizaba la consulta y le preguntaba qué habían dicho, me lo decía muy resumido, y así era siempre.

Cuando mi hija creció y tenía tres años, nos dijo que quería tener un hermanito. Lo pensamos mi marido y yo y decidimos adoptar a un niño sordo del extranjero. Preparamos todas las gestiones y se lo comenté a mis padres. Me volvieron a regañar, por lo que solicitamos la anulación de todos los trámites, cosa que nos entristeció muchísimo.

Conseguimos quedarnos embarazados de nuevo y mis padres me volvieron a regañar. Entonces mi marido dijo: “Vamos a hacerlo de otra manera, vamos a buscar otro camino” y consiguió encontrar un servicio de intérprete.

Eso era maravilloso, porque yo podía asistir al médico con el intérprete. Al comentárselo a mi madre se entristeció, empezó a llorar, porque nos separábamos, pero yo tenía derecho a elegir mi servicio de intérprete que para mí era muy importante porque accedía al 100% de la información, una cosa muy diferente a como me sucedía con mi madre, que me resumía lo que pasaba.

Ocho meses después, mi madre me pidió acompañarme. Quería ir conmigo al médico. Nos estábamos preparando para dar a luz y yo quería solicitar una cesárea porque quería tener la seguridad de que no me iba a afectar a la vista.

Mi madre fue por detrás al médico y le dijo: “Mira, ya que le haces una cesárea a mi hija, hazle una ligadura de trompas”. El médico se negó y le dijo que eso era una cuestión de los padres y eran ellos los que tenían que decidir.

Gracias a mi guía intérprete, que fue quien me interpretó el 100% de esa conversación, pude enterarme y tomar mi decisión. Decidí que no me iba a operar y mi madre tuvo que asumirlo.

Se lo agradezco al servicio de guía intérprete y a mi marido que me apoyó.»

*XXI Webinario «No Estás Sola»: Maternidad y discapacidad. 9 diciembre 2020*

## Luisa (España)

«El *modus operandi* es generalmente el mismo, porque en diferentes trabajos me he encontrado con gente así. Empieza de la misma manera.

Con trece años comencé a trabajar en una destilería de alcohol, donde ponía corchos, tapones y etiquetaba botellas. El jefe se acerca a las muchachas jóvenes, disimulando, para olernos. Así empezó la historia. Con el tiempo se iba aproximando cada vez más y según iba evolucionando este señor, comenzaba a rozarse.

Era una situación muy desagradable y la verdad es que el miedo imperaba por si perdías el puesto de trabajo, porque tú te sentías culpable, por si has hecho algo que lo ha provocado, si te has reído de cierta manera. Te culpabilizas de todo.

Había una zona de la fábrica, entre dos máquinas grandes, donde se colocaban tapones. A quién le tocaba estar allí, más aislada, sufría tocamientos por parte del jefe, te besaba, intentaba hacerlo en la boca. Cuando empezó a avanzar conmigo, le dije que no, lo empujé y salí corriendo y me fui a un parque a intentar relajarme y que no me lo notaran en casa.

Mi jefe me dejó tranquila una temporada pero al cabo de los meses volvió a oler, y ya le dije que no, que no se acercara más a mí, que me iría de la fábrica

y se lo contaría a mis padres. Me dijo que se lo podía contar a mis padres, porque conociendo el carácter fuerte de mi padre, sería yo la culpable e iba a salir perdiendo.

Ese temor yo lo tenía en la cabeza y me impedía seguir hacia adelante. Aguanté casi un año más y a los quince años lo dejé. Ya estaba muy afectada, tenía depresión, mi carácter y mi manera de comportarme era diferente, no era tan alegre ni dicharachera, me volví retraída.

Me casé y crié a mi hija y, con algo más de veinte años, aprobé unas oposiciones y estuve trabajando muy bien en una biblioteca.

En esa época había contratado un señor encargado de abrir la biblioteca y se cercioraba de que no hubiera nadie en las plantas al cierre. Yo me quedaba la última, colocando libros en su sitio. Este señor se quedaba y comenzaba a hablarme de temas sexuales, temas jocosos sobre mis preferencias, me faltaba el respeto y tuve que pararle los pies. Ahí sí tuve fuerza para reaccionar. Con el tiempo cambié de ciudad y no seguí en ese trabajo.

El otro proceso de violación, lo viví desgraciadamente en mi matrimonio. Estas situaciones anteriores se las contaba a mi marido y para él eran indiferentes, ni contestaba, ni consolaba, ni te echaba las culpas.

Estuve treinta años casada, yo creía que nuestras relaciones sexuales eran normales, yo me casé embarazada y fue el único hombre con el que estuve. En esos treinta años mantuvimos muy pocas relaciones, unas cincuenta. Yo creía que las relaciones sexuales eran así, cuando y cómo él quería, sin muestras de afecto, sin tenerte en cuenta.

Yo escuchaba conversaciones íntimas con mis cuñadas y amigas y veía que lo que ellas contaban no era lo que yo vivía, pensaba que se lo inventaban.

Mi marido falleció de cáncer y cuando comencé a tratar mis discordancias fue cuando comprendí que lo que había vivido no era la realidad, lo común para la mayoría de las personas y que yo no había sido la culpable de nada de lo que me había sucedido, que no había provocado a nadie.



Cuando me fui haciendo fuerte, me vi capaz de pararle los pies a los hombres, pero os diría que no esperéis tanto, contadlo a vuestros padres, que os acompañarán a denunciar a la policía.»

*XXIII Webinario «No Estás Sola»: El acoso sexual en las mujeres y niñas con discapacidad. 13 enero 2021*





## Ángeles (España)

«Mi objetivo es visibilizar nuestra discriminación, la discriminación interseccional a la que nos enfrentamos, por el hecho de ser mujeres, tener una discapacidad y además ser lesbianas.

Esta discriminación interseccional se materializa en mi caso en el entorno académico, en cómo me perciben las mujeres lesbianas sin discapacidad y en cómo me ve la sociedad en general.

En la universidad viví una situación de discriminación, uno de mis profesores de derecho se negaba a dirigirme la palabra y a mirarme incluso a la cara, se negaba a responder reiteradamente las preguntas que le planteaba en clase, se negaba también, y como castigo, a implantar y respetar los ajustes razonables asociados a mi discapacidad. Hacía todo esto porque era una mujer lesbiana con discapacidad. Tuve que denunciar y acudir a un proceso de mediación con la Oficina de Diversidad de la universidad, donde también se negó a dirigirme la palabra. Finalmente, la universidad impuso la obligación de dar cobertura a mis derechos y lo sancionó.

En cuanto a las percepciones sociales de mujeres lesbianas sin discapacidad, en ocasiones se me ha visto como una mujer asexual sin experiencia sexual. Eso a veces genera una negativa a las relaciones afectivo-sexuales y otras veces despierta morbo.

Esto ha supuesto una barrera para mis relaciones porque no me interesan las relaciones esporádicas, sino las relaciones serias. En este marco, he tenido la necesidad de explicar con todo detalle en qué consiste mi pluridiscapacidad, dejando así mismo que pase un tiempo prolongado en la que la otra mujer compruebe por sí misma que soy autónoma. Ninguna persona es autónoma en esta vida, ¿por qué tenemos que demostrar esa independencia las mujeres con discapacidad?

Dicho esto, he de confesar que a medida que he visibilizado mi condición de mujer cis, lesbiana, creyente y con discapacidad, mi vida ha dado un giro de 180°. Hay muchas personas, tanto del colectivo LGTBI como del colectivo de la discapacidad, que quieren conocerme. Me siento empoderada y apoyada. Pero es un empoderamiento personal, necesitamos un empoderamiento colectivo como mujeres lesbianas con discapacidad.

Hace unos meses comencé un nuevo proyecto, que a día de hoy, más que un proyecto es un sueño, y es que quiero ser madre. Como mujer con discapacidad biológicamente no puedo tener una hija o un hijo, como mujer feminista me niego a explotar el cuerpo de otra mujer mediante el recurso del vientre de alquiler. De modo que quiero iniciar el trámite de adopción. La adopción era algo, no obstante, que antes de adquirir la discapacidad, no había descartado, pero que ahora se convierte en mi única opción para ser madre.

En la primera reunión ya me di cuenta que este proyecto iba a ser todo un reto. La adopción nacional es prácticamente una vía muerta y solamente tres países en el mundo permiten la adopción internacional a personas homosexuales. La primera decisión va a ser ocultar que soy lesbiana y que no tengo pareja, cosa incierta, para poder adoptar como madre monomarental. Una vez hecho esto, viene el siguiente reto, el verdaderamente difícil, voy a tener que romper con el capacitismo para demostrar que soy una madre válida y aquí se va a medir mi pluridiscapacidad con lupa. Probablemente se enfatice bastante mi discapacidad física, causada por una enfermedad rara y degenerativa en los huesos, pero sobre todo donde se va a prestar singular atención va a ser al trastorno de ansiedad generalizada, y aquí voy a tener que lidiar con el estigma social.

Soy una persona que tengo un círculo de amistades enorme, en muchos casos además que se remontan a la infancia, tengo la fortuna de ser una mujer muy querida, tengo un trabajo muy estable, de responsabilidad, en el que en mi día a día doy el 150 %, tengo casa propia. Digo todo esto porque en el imaginario social estos elementos son ajenos a los de una mujer con discapacidad psicosocial. Se nos asocian otras cuestiones, se nos vincula con inestabilidad emocional, inestabilidad en las relaciones sociales, en las relaciones afectivas, en las relaciones laborales.

Con mucho trabajo personal me he sobrepuesto a mi ansiedad, dentro de toda esta pluridiscapacidad, y soy lo contrario a lo que se espera de mí. Pero tengo miedo a que en el dictamen de idoneidad sólo se vea el diagnóstico y no lo mucho que soy y sigo construyendo día a día.

También he sufrido un delito de odio y lo que te dicen mientras te agreden, sí que importa.

Por todo esto, creo que tenemos que unirnos. Tenemos que generar espacios propios de mujeres lesbianas con discapacidad y generar nuestra agenda feminista con enfoque LGTBI. Porque sólo de esta manera, desde las bases asociativas, conseguiremos que nosotras también tengamos nuestro espacio en la bandera arcoíris.»

*XXXIII Webinario «No Estás Sola»: Las diversidades sexuales de las mujeres y niñas con discapacidad. 7 julio 2021*



## Cristina (España)

«Soy una mujer sordociega, maltratada por mi expareja y maltratada además por el sistema judicial español.

Empezando por la Policía Nacional, en la que me ha sido imposible la comunicación para poner una denuncia por maltrato, al no dejarme entrar con un guía intérprete. Era imposible comunicarme con el policía, intentaba explicarme pero no entendía lengua de signo, no le oía, por lo que acabé saliendo de la comisaría siendo una mujer doblemente maltratada.

Mi exmarido suplantó mi identidad e intenté explicarle a juez, en el juzgado de violencia contra la mujer, que soy una persona con una doble discapacidad, que necesito el ordenador ampliado. Eso hace que otra persona puede ver perfectamente mis códigos de acceso. El juez no se lo creía, no creía que mi ordenador adaptado tuviese las letras mucho más grande. No pasó nada.

También he estado dos años sin poder entrar en mi propio domicilio porque él cambió la cerradura. Yo llamaba a la Policía Nacional, que hacía atestados, yo ponía denuncias sobre ese atestado. El juez lo sobreseía o se cerraba el caso.

Se aprovechaba de mi discapacidad y, por eso mismo, la justicia en ningún momento me ha apoyado.

Tengo dos hijas, la pequeña tiene un 85 % de discapacidad, y han sido maltratadas física y psicológicamente por su padre, causándole en una ocasión un

traumatismo craneo encefálico, según el certificado de urgencias del hospital al que acudí. Lo denuncié pero desde el juzgado no se tomaron medidas cautelares contra él para saber qué estaba ocurriendo.

Siguió maltratándola durante dos años, hasta que salió, por fin, el juicio. En esa ocasión solicité un guía intérprete para poder testificar, pero la jueza me denegó esta asistencia por lo que no pude tener acceso a las preguntas, no pude contestar y me vi ultrajada, humillada, indignada. Mi hija fue maltratada y el maltratador no fue culpabilizado. No pude defender a mi hija, no pude exponer todo lo sucedido.

Mi exmarido me acusó de estar incapacitada en relación a la custodia de mis hijas. Quería la custodia de mis hijas, así como quinientos euros de manutención.

Tuve que demostrar que, a pesar de mi discapacidad, era capaz de cuidar a mis hijas, pero la juez y la fiscal estaban totalmente en contra de que yo siguiera teniendo a mis hijas. Me costó muchísimo demostrarlo en ese juicio. Les dije que había nacido así, crecido así y tenido así a mis hijas, con esta discapacidad, ¿por qué ahora no estaba capacitada? Gracias a esto se me concedió la custodia de mi hija mayor, mientras que la custodia de mi hija pequeña tenía que ser compartida.

Me realizaron una evaluación psicosocial, previa al juicio, para la que solicité que los test que se me iban a realizar fueran en formato adaptado, ampliado, pero no se me facilitó, por lo que tuve que contestar las preguntas al azar. Solicité también para mi hija los textos adaptados y tampoco lo hicieron.

Actualmente, el padre ha vuelto a solicitar la custodia de mi hija menor, alegando esta vez que yo me pongo en medio de su relación. Hemos estado en el centro de atención a las familias, donde no ha acudido a ninguna de las citaciones realizadas a lo largo del año, acusándome, sin embargo, de no haber ido nunca a este centro. El centro hizo un informe a la jueza de familia, indicándole que el otro progenitor no había acudido en ninguna ocasión a las citas y dando por terminada la intervención, ya que no veían indicios de que quisiera mantener relación con las menores.



En el juicio, sin embargo, la jueza dice que no dejó ver a las menores al padre, no prestando atención al informe del centro de atención a la familia. Mi exmarido me pide, en consecuencia, una compensación de treinta mil euros por no haber visto a la menor.

En ningún juzgado me han facilitado tener un guía intérprete, los jueces no son flexibles, y parece que les molesta una persona con discapacidad. Jueces y fiscales no empatizan con las personas con discapacidad.

Es una situación indignante, la justicia tiene que cambiar, llevo siete años sufriendo las humillaciones y el maltrato, no ya por mujer maltratada, sino por cómo me ha tratado el sistema judicial, lo que es más grave. Me siento doblemente maltratada.»

*XXIX Webinario «No Estás Sola»: El acceso a la justicia de las mujeres y niñas con discapacidad (II). 7 abril 2021*





## Alicia (España)

«Soy una madre con discapacidad y tengo una hija con discapacidad. Mi primera línea del certificado de discapacidad me llegó a los veinticinco años, ahora tengo cincuenta y nueve.

Para centrar el tema, diré que tuve mi primera regla a los once años, no tenía información y me puse a llorar pensando en que tenía otra enfermedad. Después la sociedad fue evolucionando, tuvimos más información y he tenido una vida sexual normal. Con la edad, la discapacidad, tanto mía como de mi marido, han hecho que la sexualidad tradicional no sea viable. Tenemos otro tipo de vida sexual pero es igualmente satisfactoria que lo era la anterior.

Cuando nació nuestra hija, tuvo pérdida de oxígeno en el parto. Aparentemente todo salió bien, pero a los ocho años descubrimos que había una pérdida de audición, una hipoacusia un tanto severa, y daño cerebral, con secuelas cerebrales. Afortunadamente su cerebro se recuperó.

Llegó la adolescencia y tuvo su primer novio. Aquel noviazgo fracasó porque la familia de él no aceptaba que mi hija tuviera discapacidad, así de cruel. Por aquella época, yo ya le compré una cajita de preservativos, porque hay una cosa que nunca debemos olvidar, y es que las personas podemos tener discapacidad, pero las hormonas no, nunca la tienen, las hormonas están plenamente vivas y activas.

Nuestra gran obsesión con mi hija fue que tuviera autonomía, capacidad para tomar sus decisiones, asertividad. Que ella pudiera decidir cuando sí y cuándo no tener relaciones sexuales y, sobre todo, que se protegiera, ya no tanto por los embarazos sino por las enfermedades venéreas.

Un día vino y me dijo que me tenía que dar un disgusto, me dijo: “Mamá, me he enamorado de una chica”. Le dije: “Eso no es un disgusto”, y le pregunté: “¿Tú la quieres? ¿Ella te quiere? Pues, encantada”.

Llevar conviviendo tres años, no he perdido una hija, sino que he ganado otra.

Recurrieron a la inseminación artificial por la Seguridad Social. El médico fue un poco reticente por tener discapacidad, pero estaba informada de sus derechos y así se lo hice saber al médico.

La realidad ahora es que mi hija está de seis meses, ella y el bebé están bien, ella y su pareja son sumamente felices y se van a casar próximamente por un tema técnico. Las parejas heterosexuales pueden tener un libro de familia en común, aunque no estén casadas, pero las parejas homosexuales sólo lo pueden tener si están casadas. Para evitar que su pareja tenga que adoptar al bebé, se van a casar.

Mi hija irradia felicidad, tiene un embarazo maravilloso, está preciosa y quiero decir que el apoyo de los padres y la comprensión de que las hormonas no tienen discapacidad es fundamental en la evolución de los hijos.

El deseo sexual es algo normal, tenemos que potenciar la autoestima y la asertividad. Ten todo el sexo que quieras, pero con quien tú quieras y como tú quieras, y toma todas las precauciones que debas tener.

Soy una futura abuela sumamente feliz y estoy encantadísima de tener una hija con discapacidad. Ha sido un regalazo que me ha hecho la vida.»

*XXXI Webinario «No Estás Sola»: La educación sexual de las mujeres y niñas con discapacidad. 19 mayo 2021*

## Concepción (España)

«Ante todo soy mujer, madre, de tres hijas naturales y soy la cuidadora de mi marido y soy discapacitada visual de muy alto grado.

Esta es mi experiencia de cara a la justicia y a entes que se presuponen son accesibles y están para resguardarnos y velar por nuestros derechos.

Todo comenzó cuando soy citada por un juez y, por circunstancias privadas, salgo del juzgado con dos menores más, porque el juez considera que soy apta.

El juez no pone en duda en ningún momento mi falta de capacitación para llevar a cabo el cometido que teníamos por delante, una vez ya lo había confrontado con mi marido y mis hijas.

Pero cuando llegué a Andalucía a solicitar el acogimiento permanente de estos dos menores, en la Junta de Andalucía me dijeron que eso no podía ser. En ese momento te sientes como una hormiga.

Les dije que yo iba a realizar el trámite, que burocráticamente era el correcto, el derivado por un juez, y que era la titular de la gestión, por lo que debían tramitarlo.

Me dijeron que yo ya tenía una familia numerosa e hijos menores, y que en mis condiciones no podía tramitar el acogimiento permanente. Sin embargo,



un juez me había considerado capacitada y estaba en el expediente. Les aclaré que no tenían competencia.

Me encontré con el rechazo en los equipos psicosociales, en justicia, en una serie de entes que pensaba serían mi respaldo, mi apoyo.

Llevo siete años así, pero ya tengo la acogida permanente, van creciendo, son cinco hermanas, tengo cinco hijas.»

*XXIX Webinario «No Estás Sola»: El acceso a la justicia de las mujeres y niñas con discapacidad (II). 7 abril 2021*

## Sara (España)

«Llevo una lucha de catorce años por tres de mis hijos y por el pequeño llevo diez meses luchando.

Mis cuatro hijos están tutelados. Mis tres primeros hijos fueron declarados en desamparo porque yo fui una niña tutelada, en centros de menores, desde los seis a los dieciocho años, y esta es una de las causas por las que declaran a los hijos en desamparo: que las madres hayan sido tuteladas. Algo que no tiene sentido porque los niños no tienen culpa de la vida de sus madres.

Salí con dieciocho años de un centro terapéutico de niños con problemas de conducta y con trastornos de salud mental. Mi problema era un trastorno de conducta, un trastorno que tenía en mi estancia en el centro, pero que cuando salgo de él, todos los psiquiatras y médicos forenses que me han valorado dicen que no tengo; no encuentran ningún problema psiquiátrico, ni mental.

Si tenía un problema de conducta a los trece años, puede que estuviera relacionado con que era muy difícil para una niña sin padres, separada de sus hermanos, tener un comportamiento adecuado viviendo en un centro de menores donde sufría maltrato físico. Allí me medicaban forzosamente, me ataban a una silla, pasando así los días, desorientada, y recibiendo duchas de agua fría.

Cuando cumpla dieciocho años me pusieron en la puerta de la calle con una maleta y sin recursos.

En la calle, donde me encontré, conocí al padre de mis hijos. Vivíamos donde podíamos: en una furgoneta, en una chabola. Me retiraron a mis hijos por falta de apoyo, por no tener vivienda ni recursos, y por haber sido una niña tutelada.

Cuando nació mi último hijo, tenía casa y tenía trabajo. Era muy diferente la situación. Nunca me dijeron que venía con discapacidad. Fue prematuro, y al nacer lo tuvieron que reanimar; había sospechas de síndrome de Pierre Robin.

A los cinco meses comenzó a convulsionar, y nos dijeron que tenía una enfermedad rara: polimicrogira. Su esperanza de vida era de tres años, nos dijeron que no podría comer solo, que estaríamos mucho tiempo en hospitales, que tendría parálisis cerebral y que la afectación sería más grave con el tiempo, que sería un niño con cuidados paliativos. Cuando recibimos el diagnóstico, el padre decidió irse y abandonarnos.

Cuando vi los problemas de base de mi hijo no tuve más remedio que afrontar la situación. Habría tenido a mi hijo aunque me hubieran dicho en el embarazo que tenía una discapacidad.

Mi hijo pequeño me lo retiraron por una intoxicación medicamentosa y por el síndrome de Munchausen, algo que psiquiatras forenses y psiquiatras de hospitales públicos han negado, ya que estoy dada de alta en salud mental. Lo he demostrado en dos ocasiones.

Ahora mi hijo, tras salir del hospital, me lo retiraron y está en un centro de niños gravemente afectados. Nunca he recibido apoyo de la administración; he hecho todo lo que he podido y más para sacar a mi hijo adelante.

Se han negado en el hospital a hacerle fisioterapia respiratoria por si le daba una parada respiratoria. He tenido que pagar todas las sesiones de fisioterapia, así como médicos privados. Lo he pagado yo y también con la solidaridad de la gente. Apoyo no he tenido ninguno.

En el proceso de retirada de niños, pienso que el tener un hijo con discapacidad o que la madre tenga una discapacidad, lo que se debería hacer es ayudar a la madre, darle los apoyos y no retirarle a su hijo. Todas las mujeres, tengan



o no discapacidad, tienen derecho a ser felices y a tener a sus hijos. Mientras los hijos estén atendidos adecuadamente y no les falte de nada no tendrían que retirárselos, ni por ser madre soltera, ni por tener discapacidad, le tienen que arrebatar a sus hijos. Debería haber un seguimiento para asegurarse antes de retirar a un niño, y que en todo caso sea un juez quien decida, no un médico de un hospital. Si piensa que la madre no está preparada, que la valore un psiquiatra, en lugar de quitarle primero al hijo y después tener que defender tu situación.

Actualmente lo veo cada quince días, una hora. Mi hijo se da cuenta de todo y sufre. Las visitas son muy reduccionistas, no veo bien que solo sea una hora y supervisada, cuando yo he cuidado a mi hijo durante siete años e hice un curso para poder atenderlo bien. Me supervisan en las visitas y emiten un informe, no estoy conforme.

A otras madres les diría que no se dejen engañar por nadie. Con buenas palabras intentarán llevarte a su terreno. Que salgan en redes sociales, que hagan manifestaciones y luchen en los juzgados. No hay que quedarse sentada en casa.»

*XXXII Webinario «No Estás Sola»: Madres sin hijos. 9 junio 2021*





## Raquel (España)

«Soy mamá de un niño con una enfermedad rara, el síndrome de Lennox Gastaut. Actualmente tiene seis años, una discapacidad del 100 % y noventa y cinco puntos de dependencia.

Actualmente está en custodia compartida con su padre, pues nos separamos, y la lucha hasta llegar a este momento ha sido muy difícil, cuesta creerlo.

Mi hijo nació y, a los dos meses, le detectaron una enfermedad rara y grave, aunque al principio confundieron el diagnóstico. Fuimos de hospital en hospital; empeoró por no tener en esos momentos un diagnóstico correcto. Con el tiempo lo supimos. Hice todo lo posible por sacarlo adelante, y así fue, y está constatado por distintos médicos.

Con once meses, los médicos no lo conocían de lo bien que estaba: de conectado, de todo. Pero comenzó a dejar de ganar peso; por mucho que comía no ganaba peso, y lo llevamos a especialistas: digestivo, endocrino, de distintos hospitales y de varias provincias. Todas las pruebas salían bien. Decidimos llevarlo a un hospital muy bien valorado, de otra comunidad autónoma, porque veíamos que no ganaba peso y estaba muy preocupada.

Al segundo día de estar en el hospital, vienen una serie de personas, trabajadoras sociales y médicos, y nos acusan de negligencia por desnutrición. Nos comunican que nos van a quitar la custodia.

Estaba en shock, no sabía cómo reaccionar. Las analíticas estaban perfectas, pero nos quitan la custodia, unos funcionarios de servicios sociales, y en ese mismo momento, nos ponen vigilantes en la habitación: tres turnos de vigilancia, como si fuéramos auténticos delincuentes e hiciéramos daño a nuestro hijo. Las vigilantes empatizaron con nosotros. Durante esos días, contacté con diferentes organismos.

Cuando mi hijo entró en el hospital tenía bajo peso, pero su enfermedad neurológica estaba controlada. A los días, me limitaron la estancia con mi hijo. Añadieron al informe que yo tenía síndrome de Munchausen y que mi hijo estaba sin medicación porque no se la suministraba. Efectivamente, estaba sin medicación porque su neuropediatra así lo había recomendado.

En el hospital le volvieron a dar, de forma arbitraria, la medicación que le había retirado su neuropediatra y le cambiaron la dieta, frente a la dieta que llevaba anteriormente, que era la que había propiciado que estuviera tan bien neurológicamente. Todo esto llevó a que volviera a tener crisis y no pudiera dormir. Fue una tortura ver cómo lo despertaban para darle de comer, incluso con agua fría o pellizcándolo, cuando había conseguido por fin quedarse dormido.

Estuvo en el hospital cuarenta días, en esos días hice un llamamiento en redes y diversos médicos y pediatras se pusieron en contacto conmigo.

El caso pasó a nuestra provincia. A raíz de todo esto me separé. Me restringieron las visitas, le dieron la custodia a los servicios sociales de la provincia y la guarda a la abuela paterna, porque como mi familia me daba la razón, fue rechazada. La abuela paterna no estaba en condiciones, ni físicas ni mentales, para hacerse cargo de un niño con estas características.

Durante tres años me limitaron las visitas a dos veces por semana, en un punto de encuentro vigilado. Me vi obligada a acudir a la vía jurídica porque por la vía administrativa es prácticamente imposible recuperar a tu hijo.

En Primera Instancia, en este tipo de casos, no fue justa. Fui con multitud de informes médicos a mi favor, públicos y privados, médicos que testificaron.



No leyeron nada. En la Audiencia Provincial sí nos dieron la razón y en la sentencia indicaron que jamás habían existido motivos para el desamparo.

Durante esos tres años, hubo mucho sufrimiento. Mi hijo empeoró, llegando a tener más de una centena de crisis epilépticas al día, lloraba todo el día. Fue una tortura que yo no podía evitar que sucediera. Siendo su madre, yo era su nexa con el mundo.

Durante ese tiempo no podía vivir, no podía dormir, desarrollé una serie de enfermedades. En pocos momentos perdí la esperanza, hice todo tipo de acciones y denuncias, porque temíamos por su vida.

Me ha quedado el estigma social, vivo en una ciudad pequeña y muchas personas me conocen como «la que le quitaron al niño».

Todo mereció la pena, porque todo niño merece ese esfuerzo y conseguí que volviera a su casa.»

*XXXII Webinario «No Estás Sola»: Madres sin hijos. 9 junio 2021*



## Montse (España)

«Tengo sesenta y dos años, he trabajado durante treinta y cuatro años en Aspace, que atiende a personas con parálisis cerebral, y hace seis años me jubilé.

Vivo con mi pareja, con quien llevo casada treinta y siete años. Él es una persona sin discapacidad. Cuando decidimos ser padres, estábamos informados de todos los riesgos que esto podría suponer debido a mi parálisis cerebral. En nuestro entorno había de todo: personas que nos apoyaban y las que creían que era un tanto arriesgado. Por suerte, el ginecólogo que en aquel momento me asistía no cuestionó en ningún momento nuestra decisión. Más bien al contrario, nos animaba a dar este paso. Él me llevó el embarazo, junto al equipo de maternidad.

Todo fue muy normalizado, salvo por dos cosas. La primera de ellas es que, al tercer mes, decidieron darme de baja por embarazo de alto riesgo. La segunda es que, en el momento del parto, quizás, fueron excesivamente precavidos: programaron una cesárea quince días antes de la fecha prevista de salir de cuentas. El personal del hospital tenía miedo, como consecuencia del dolor, que aumentara el tono muscular y eso pudiera provocar daño al bebé. Quisieron evitarlo, pero quizás fueron demasiado precavidos. En todo caso fue una época feliz para mí y llena de tranquilidad.

Mi hija estuvo en neonatos por no llegar al peso que debía tener. Este proceso fue más duro, tenía horas concretas para verla y estar con ella, pero espe-



cialmente, porque no conseguí que cogiera el pecho, puesto que no tenía intimidad y no respetaban mi situación. A los ocho días recibimos las dos el alta.

Tenía mucha ilusión de volver a casa, pero también, lógicamente, mis miedos estaban ahí, por ver cómo manejaría la situación. Intentas adaptar y normalizar siempre, pero, evidentemente, hay cosas en las que necesitas apoyo, como la hora del baño. Otras, como preparar y dar biberones, no supusieron ningún problema para mí, tampoco cambiarla o vestirla.

Más adelante, cuando comenzó a tomar purés, contraté a una persona para esos momentos puntuales del día, que me ayudaba a darle de comer.

Hasta que comenzó a caminar, yo era capaz de cargarla en brazos de un sitio a otro.

Cuando comenzó a dar pasos, no podía llevarla de la mano por mi falta de estabilidad, pero estaba preparada para ello. Hay cosas que, aunque te duelan, te ayudan a crecer y madurar.

Este es mi recorrido como madre. He necesitado ayuda, pero ¿qué padre y que madre no la necesita? La maternidad en parálisis cerebral es posible, y, si contamos con los apoyos necesarios todas las mujeres podemos ejercer nuestros derechos y hacer realidad nuestros sueños.»

*XXXII Webinario «No Estás Sola»: Madres sin hijos. 9 junio 2021*

## Isabel (España)

«Hubo un momento en mi vida que lo tenía todo y todo me lo quitaron.

Yo era una profesional reconocida y de prestigio, considerada una de las mejores periodistas de mi comunidad autónoma. Tenía cuarenta y tres años y estaba trabajando en una cadena de radio nacional.

Pedí una excedencia para trabajar en un grupo político, y como excedencia política estaban obligados a concederla y guardar mi plaza en las mismas condiciones del día que me iba: categoría y antigüedad.

Estado de excedencia se aprobó la ley que me permitía casarme con mi novia y así lo hice, en el uso de mi derecho. No lo hice público, fue una boda familiar e íntima.

Un par de años más tarde, cuando mi trabajo relacionado con la política finalizó, le comuniqué a mi empresa que regresaba. Me dijeron que no, sin motivos ni razones.

Tuve que explicar en el juzgado, junto a mis abogadas, que no me dejaban volver debido a mis ideas políticas y por mi matrimonio, siendo lesbiana.

En el juicio escuchamos cosas increíbles, como que ser lesbiana era una perversión, pero gané el juicio. Se consideró nulo el despido y fue la primera sentencia en España que decretó un despido nulo por razones de orientación sexual.





Pese a ello no me llamaban para reincorporarse y lo tuve que exigir, por lo que me reincorporé, pero colocaron mi puesto de cara a la pared. Creían que me iba a marchar, pero no lo hice. Estuve siete horas al día mirando a la pared y sin trabajo que hacer. Fue un año muy largo.

Ahí acabó mi carrera profesional. Nunca más volví a encontrar trabajo. Se acabó mi estabilidad mental, se acabaron en muchos momentos mis ganas de vivir y se acabó gran parte de la fuerza que me mantenía en pie.

Esto acabó con mi equilibrio mental. Ahora soy una mujer con una discapacidad mental. La empresa decidió acabar conmigo y lo consiguió. Yo, que era una gran profesional, con un sueldo y una vida estable, de repente no tuve trabajo, no tuve salario. Se acabaron las prestaciones, incluso el médico, al dejar de cotizar.

Es demoledor, porque, desde los veinte y dos años, llevaba un sueldo a casa. Llegas a los cuarenta y cinco años y no tienes vida, no tienes profesión, no tienes fuerza y te conviertes en una enferma crónica. A esta discapacidad se ha unido una pérdida de audición.

Afortunadamente, tengo un gran círculo de amigos y una parte de mi familia que es maravillosa y me acepta. Otra parte de mi familia no me ha aceptado.»

*XXXIII Webinario «No Estás Sola»: Las diversidades sexuales de las mujeres y niñas con discapacidad. 7 julio 2021*

## Carmen (España)

«Esta es la historia de una mujer con discapacidad intelectual, que junto con su pareja, decidieron ser padres, y después de varios años intentándolo se quedó embarazada.

Feliz, grita a los cuatro vientos esta nueva situación. Así todo su entorno se hace eco de esta gran noticia y también los servicios sociales que, le ofrecen un educador familiar para ayudarla y también para ver si está preparada para ser madre. Ella no sabe que es un examen que suspenderá.

Estas personas emiten un informe negativo, que, junto con la autorización firmada del representante legal de su pareja, se lleva a fiscalía de menores, así cuando su bebé nace, el mismo día que les dan el alta en el hospital a esta madre, el juzgado de menores le arrebató al bebé de sus brazos.

Ella tiene que volver a casa, con una gran pena y también vergüenza, tanto es así que tarda en salir a la calle más de una semana.

El bebé pasó a una familia de acogida y después a un acogimiento y adopción familiar. A su madre solo la dejan ir a ver al bebé una vez al mes. Ella siempre va con mucha ilusión, pensando que algún día va a poder recuperar a su niño.

Después de un tiempo, empieza a trabajar y a recibir apoyo de una asociación y también consigue un asistente personal. Preparan todo para que su hijo pueda volver a casa cuanto antes. Aunque no sabe que esto está cada vez más lejos de que pase.

Pasa el tiempo y ella empieza a somatizar y a ponerse enferma, sin que, al principio, ni los médicos le hagan mucho caso de lo que le pasa. Después de un tiempo, y cuando ya ha dejado de hablar, le diagnostican esclerosis lateral amiotrófica, una enfermedad autoinmune.

Ahora, a tiempo pasado, me planteo varias preguntas: ¿Por qué nadie la ayudó a tiempo? ¿Por qué nadie la ayudó a tener a su bebé en casa, con ella? ¿Por qué no le pusieron un asistente personal antes de que naciese el bebé? ¿Esto puede ser violencia institucional? ¿Y ahora, quién la ayuda? ¿Quién tiene un poco de parte en que esta enfermedad autoinmune se haya desarrollado en ella? ¿Quién se va a ser cargo de lo que ha pasado? Y, sobre todo, ¿quién se va a hacer cargo de que una madre se haya quedado sin un hijo y un hijo se haya quedado sin una madre?

*XXXII Webinario «No Estás Sola»: Madres sin hijos. 9 junio 2021*

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 29/4/2020* 1. El impacto sobre las mujeres con discapacidad de la pandemia provocada por la COVID-19
- 6/5/2020* 2. La salud de las mujeres con discapacidad en el contexto de la pandemia
- 13/5/2020* 3. La gestión de los cuidados durante la pandemia desde la perspectiva de género y discapacidad
- 20/5/2020* 4. Qué apoyos socioeconómicos tienen disponibles las mujeres con discapacidad y las cuidadoras de familiares con discapacidad para mitigar los efectos de la crisis generada por la COVID-19
- 27/05/2020* 5. La violencia doméstica por razón de género y discapacidad durante el confinamiento
- 3/6/2020* 6. La consideración de la discapacidad y del género en las medidas de desescalada
- 7/6/2020* 7. La institucionalización de mujeres con discapacidad en tiempo de confinamiento  
<https://vimeo.com/428763484>

- 17/6/2020 8. El efecto de la pandemia en el derecho a la educación continua de niñas y jóvenes con discapacidad  
<https://vimeo.com/435669742>
- 24/6/2020 9. El efecto de la pandemia en el derecho al empleo de las mujeres con discapacidad  
<https://vimeo.com/434703977>
- 1/7/2020 10. El impacto de la pandemia en las mujeres con discapacidad más desfavorecidas  
<https://vimeo.com/435669742>
- 8/7/2020 11. Cómo viven la pandemia las mujeres con discapacidad en otros países  
<https://vimeo.com/437040375>
- 15/7/2020 12. Las mujeres y la discapacidad frente a la reconstrucción  
<https://vimeo.com/439179734>
- 22/7/2020 13. De lo que no se habla  
<https://vimeo.com/440980433>
- 29/7/2020 14. Lecciones aprendidas  
<https://vimeo.com/443014075>
- 16/9/2020 15. La participación de las mujeres con discapacidad en la vida política y pública y su contribución en tiempos de pandemia  
<https://vimeo.com/458910733>
- 30/9/2020 16. Mujeres mayores con discapacidad, mayor discriminación  
<https://vimeo.com/464952160>
- 14/9/2020 17. Mujeres rurales con discapacidad
- 28/10/2020 18. Cómo fortalecer el empoderamiento individual y colectivo de las mujeres y niñas con discapacidad a partir de la deconstrucción de los estereotipos y prejuicios contra ellas  
<https://vimeo.com/473851447>

- 11/11/2020 19. Prácticas nocivas contra mujeres y niñas con discapacidad  
<https://vimeo.com/478506259>
- 25/11/2020 20. Me too! Por una vida libre de violencia contra las mujeres  
<https://vimeo.com/484026082>
- 9/12/2020 21. Maternidad y discapacidad  
<https://vimeo.com/489753919>
- 23/12/2020 22. ¡No Estás Sola!  
<https://vimeo.com/495180537>
- 13/1/2021 23. El acoso sexual en las mujeres y niñas con discapacidad  
<https://vimeo.com/500658177>
- 27/1/2021 24. La educación de las mujeres y niñas con discapacidad  
<https://vimeo.com/506061437>
- 10/2/2021 25. ¿Es el teletrabajo una opción para mujeres con discapacidad y cuidadoras de familiares con discapacidad?  
<https://vimeo.com/511547500>
- 24/2/2021 26. El derecho a tomar las propias decisiones  
<https://vimeo.com/518056029>
- 10/3/2021 27. Nosotras también somos mujeres  
<https://vimeo.com/528549131>
- 24/3/2021 28. El acceso a la justicia de las mujeres y niñas con discapacidad  
<https://www.youtube.com/watch?v=nXtqgNhQ1Kk>
- 7/4/2021 29. El acceso a la justicia de las mujeres y niñas con discapacidad (II)  
<https://www.youtube.com/watch?v=yl6bestvV1M>

- 21/4/2021 30. Conceptos jurídicos con relevancia para las mujeres con discapacidad en el proceso penal  
<https://www.youtube.com/watch?v=WBtLyKATVvg>
- 19/5/2021 31. La educación sexual de las mujeres y niñas con discapacidad  
[https://www.youtube.com/watch?v=wQuVJ\\_-2yIc](https://www.youtube.com/watch?v=wQuVJ_-2yIc)
- 9/6/2021 32. Madres sin hijos  
<https://www.youtube.com/watch?v=nGUYp68qny8>
- 7/7/2021 33. Las diversidades sexuales de las mujeres y niñas con discapacidad  
[https://www.youtube.com/watch?v=0TVo2\\_X34Ss](https://www.youtube.com/watch?v=0TVo2_X34Ss)
- 6/9/2021 34. Escuchando a las niñas con discapacidad  
<https://www.youtube.com/watch?v=7YUTs6MECFI>
- 6/10/2021 35. La experiencia de la asistencia personal de las mujeres con discapacidad  
<https://www.youtube.com/watch?v=KjmF8un6z88>
- 3/11/2021 36. Compartiendo buenas prácticas para prevenir y proteger a las mujeres y niñas con discapacidad de la violencia  
<https://www.youtube.com/watch?v=PPNqcPIVoAM>
- 1/12/2021 37. Situación de mujeres y niñas con discapacidad en contextos de prostitución y trata con fines de explotación sexual
- 19/1/2022 38. Las mujeres con discapacidad también nos cuidan  
[https://www.youtube.com/watch?v=u2ZmAd\\_g2DI&t=22s](https://www.youtube.com/watch?v=u2ZmAd_g2DI&t=22s)
- 16/2/2022 39. Mujeres migrantes con discapacidad I (situación en España)  
<https://www.youtube.com/watch?v=edC2pThta3k>
- 18/3/2022 40. S.O.S. por las mujeres y niñas con discapacidad de Ucrania (webinario especial)  
<https://www.youtube.com/watch?v=ZuGjnXvi1k0>

- 20/4/2022 41. Cómo vivir con una pensión no contributiva  
<https://www.youtube.com/watch?v=OilboB-OjcQ>
- 18/5/2022 42. ¡Por una vivienda digna para las mujeres con discapacidad!  
<https://www.youtube.com/watch?v=Tpc5u0nido>
- 15/6/2022 43. Somos diversidad: mujeres con discapacidad lesbianas, bisexuales y trans  
<https://www.youtube.com/watch?v=GiFSCS3853I>
- 21/9/2022 44. Desde la España vaciada  
<https://www.youtube.com/watch?v=SmPAUuCWY2w>
- 5/10/2022 45. Las mujeres con discapacidad en los medios de comunicación  
<https://www.youtube.com/watch?v=MWlyYePhXWw>
- 3/11/2022 46. Mujeres con discapacidad referentes  
<https://www.youtube.com/watch?v=DTqDLla7rag>







## No Estás Sola

25 Testimonios de vida  
de mujeres y niñas  
con discapacidad

La situación excepcional de las mujeres y niñas con discapacidad, agravada desde la declaración del estado de alarma por la pandemia de la COVID-19, impulsó a la Fundación CERMI Mujeres a poner en marcha una serie de encuentros virtuales para ofrecerles acompañamiento, escucha activa y apoyo. Fue así como, gracias a las medidas de accesibilidad y a la colaboración asociativa, en abril de 2020 se pusieron en marcha los webinaros «No Estás Sola», a través de los cuales han participado hasta la fecha más de 1 500 mujeres y niñas de España y América Latina, muchas de las cuales han compartido sus testimonios y mensajes de denuncia, de superación, de resiliencia y de supervivencia.

Estos testimonios nos ayudan a comprender la verdadera dimensión del fenómeno de las causas de la discriminación interseccional por razón de género y de discapacidad.

Hoy presentamos veinticinco de estos testimonios, que sin duda serán de ayuda para otras mujeres y niñas con discapacidad.

Nuestro agradecimiento a todas ellas por su generosidad y valentía al compartir sus experiencias de vida.

Con el apoyo de:



✓ POR SOLIDARIDAD  
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

Acceso digital:

