

**CAJA DE HERRAMIENTAS
PARA EL ACTIVISMO**

LGBTIQ+





Esta GUÍA es parte de la caja de herramientas de la Escuela Cimufiana para el Activismo Político LGBTIQ+ (ECAP+), creada en el 2025 para equipar a activistas con herramientas prácticas para la incidencia política y la defensa de los derechos humanos de la población LGBTIQ+ en Panamá.

Coordinación General:

Samirah Armengol G.

Equipo de trabajo:

Glee Torrealba
Katuska Chen Zou
Laura Padilla
Amanda López

Diseño y diagramación

Ariadna Alarcón

Redes: @Cimufpanama

Email: cimuf@cimuf.org
www.cimuf.org

Esta es una producción de CIMUF financiado por la Embajada de Reino Unido en Panamá.

*No estoy aceptando las cosas
que no puedo cambiar;
estoy cambiando las cosas
que no puedo aceptar.*

- Ángela Davis

Prólogo

Queride activista,

Es un honor que esta caja de herramientas esté ahora en tus manos. Este recurso refleja los esfuerzos colectivos de muchas personas comprometidas con el cambio social y con la construcción de un Panamá inclusivo, donde todes tengamos un lugar. En la lucha por los derechos humanos, aprendemos que el camino que recorremos no comienza con nosotros: es el resultado de años de esfuerzo, valentía y trabajo colectivo. Ningún logro es individual, y las victorias del movimiento LGBTQ+ son el testimonio de lo que podemos alcanzar cuando nos unimos.

Queremos agradecer profundamente tu interés por aprender y sumarte a esta lucha. No estás solo en este camino. Esta caja de herramientas también es posible gracias al apoyo de la Embajada del Reino Unido en Panamá, que ha creído en el programa educativo de CIMUF y sus escuelas de formación sociopolítica. Tanto la embajada de Reino Unido, como ustedes y nosotras, estamos aquí porque queremos construir un futuro inclusivo para todes.

Sabemos que ser defensor de los derechos humanos es un trabajo desafiante, muchas veces agotador, y que hay momentos en los que sentimos que estamos luchando en soledad. Pero queremos recordarte que siempre hay un colectivo contigo, que no estás aislado, y que esta caja de herramientas está diseñada para acompañarte, para hacer el trabajo un poco más liviano y darte el apoyo que necesitas.

Esperamos de corazón que este recurso sea de gran utilidad para ti, y que encuentres en él no solo herramientas prácticas, sino también inspiración para continuar transformando la realidad.

Con cariño y gratitud,

Cimuf.



INTRODUCCIÓN.....	5
Presentación de CIMUF y la ECAP.....	6
Contexto de Panamá en relación con la temática LGBTIQ+.....	9
MÓDULO 1: MARCO CONCEPTUAL	15
Glosario de términos.....	16
Identidad de Género y Orientación Sexual.....	19
Formas de discriminación.....	22
Conceptos generales.....	23
Línea de tiempo de convenios y convenciones.....	30
MÓDULO 2: COMUNICACIÓN ESTRATÉGICA	33
Comunicación en activistas LGBTIQ+.....	34
Herramientas para la comunicación efectiva.....	35
Libertad de expresión en Panamá.....	41
Formatos y plantillas para la comunicación.....	43
MÓDULO 3: INCIDENCIA POLÍTICA.....	44
Fundamentos del activismo LGBTIQ+.....	45
Herramientas para la incidencia política.....	47
ANEXOS.....	48
Plan de acción.....	49
Matriz de análisis de conflicto.....	50
Análisis de contexto de la comunidad.....	50
ACRÓNIMOS.....	51

INTRODUCCIÓN

CIMUF Y LA ECAP



Nuestra realidad como población disidente en Panamá ha sido complicada a lo largo de la historia. Vivimos en un entorno marcado por la discriminación, los ataques constantes a nuestra integridad y un temor cotidiano; sin garantías de protección ni certezas sobre el futuro. En un país donde nuestras vidas siguen siendo objeto de cuestionamiento y están en peligro constante, la lucha por nuestros derechos no es una opción, es una necesidad.

Desde **CIMUF** nos posicionamos desde el lesbo feminismo, entendiendo nuestras luchas desde la interseccionalidad y el pensamiento decolonial. Sabemos que lo personal es político y que decir que somos lesbianas, gays, cuirs o trans es un acto de profunda rebeldía, cargados de política y resistencia.

Esta guía surge de nuestro compromiso con educar para la libertad y así dotar a quienes forman parte de la comunidad **LGBTIQ+** de las herramientas necesarias para enfrentar un sistema que continuamente nos margina y violenta.

Es urgente equipar a activistas con herramientas prácticas y argumentos para la incidencia política y la defensa de nuestros derechos humanos en Panamá, fortaleciendo las capacidades del movimiento para promover la inclusión y combatir la discriminación. Asimismo, busca sumar y orientar a nuevos activistas hacia una acción fundamentada en la participación ciudadana y la movilización comunitaria, contribuyendo a la construcción de un movimiento sólido, organizado y preparado para enfrentar los desafíos sociales y políticos que cada vez aumentan, poniendo en riesgo los avances alcanzados.

Aunque en 2008 se despenalizó la homosexualidad en Panamá, las desigualdades persisten. Las personas **LGBTIQ+** seguimos enfrentando barreras estructurales; no podemos trabajar en ningún estamento de seguridad, no tenemos acceso al matrimonio civil, no podemos donar sangre, y aún somos criminalizados por algo tan simple como un beso en la calle. Las personas trans y no binarias enfrentan aún mayores desafíos, con un acceso limitado al trabajo y la educación. Hoy en día, no contamos con leyes específicas que nos protejan contra la discriminación, ni los crímenes de odio.

Nosotros, desde CIMUF compartimos ese compromiso. Por eso apostamos por una formación política sólida, cimentada en principios humanistas y de derecho para fortalecer al movimiento de las disidencias sexo genéricas en Panamá. Esta herramienta busca acompañar ese proceso y reforzar nuestra lucha colectiva por la justicia social.

Es urgente conspirar, aprender y trabajar juntas. Es imprescindible que fortalezcamos nuestro movimiento para enfrentar con firmeza y estrategia los desafíos que nos presenta el contexto actual Panamá y América Latina, frente al avance de los grupos conservadores y fundamentalistas. Cada persona que desde la disidencia elija cuestionar el sistema merece contar con las herramientas necesarias para defender sus derechos y construir una sociedad mejor.

Si tienes esta guía en tus manos es porque no dejas de luchar, no dejas de creer en un futuro más justo e inclusivo. Gracias por estar aquí, por tu valentía y compromiso. Sigamos luchando, sigamos creyendo y sobre todo, sigamos transformando.



Contexto de Panamá: Desafíos y resiliencia en la lucha por los Derechos LGBTQ+

Cuando miramos a Panamá desde afuera podemos ver un país que se presenta desde la riqueza, tanto en sus rascacielos como en su naturaleza. Panamá tiene un crecimiento acelerado, principalmente en su provincia capital, sin embargo, es empañado por muchas desigualdades y contradicciones socioculturales. En contraste, el Reino Unido ha sido un líder en la promoción de los derechos LGBTQ+, con políticas inclusivas y leyes que protegen a esta comunidad. Esta diferencia subraya la necesidad de avanzar en Panamá, donde el desarrollo social y la educación en derechos han quedado rezagados, invisibilizando los derechos humanos de las personas lesbianas, gays, bisexuales, trans y cuir debido a normas sociales basadas en

la ideología religiosa y una débil voluntad política para cumplir con los compromisos internacionales

Una sociedad profundamente homófoba

En Panamá, aunque se niega la existencia de la discriminación y la homofobia, la comunidad LGBTQ+ enfrenta violencia constante. Las agresiones, como ataques a mujeres trans en público, generan indiferencia de testigos y comentarios de odio en redes y medios de comunicación, los cuales perpetúan prejuicios. En el ámbito laboral, las personas LGBTQ+ son despedidas por su identidad o expresión de género. Además, el matrimonio igualitario es rechazado bajo argumentos religiosos, ignorando que el matrimonio civil es un derecho legal independiente de creencias personales.



Alta Influencia de las Iglesias

La población panameña es mayoritariamente religiosa.



1. Las iglesias católicas y evangélicas son altamente valoradas. Su impacto va más allá de lo espiritual, moldeando actitudes sociales y políticas.

Efectos en la Comunidad LGBTIQ+



2. Se perpetúan narrativas conservadoras.
Se dificulta la inclusión y el avance de derechos.

Caso: Marcha Profamilia (2016)

Movilización masiva liderada por iglesias.



3. Objetivo: Bloquear una ley de educación sexual.
Argumento: Defensa de la "familia natural" y rechazo a la diversidad sexual.

La necesidad de un cambio hacia la inclusión

La influencia de las instituciones religiosas en Panamá continúa moldeando las actitudes sociales y políticas, especialmente en lo que respecta a los derechos de la comunidad LGBTIQ+. Esta presencia ha sido un factor determinante en la resistencia a leyes y políticas que promueven la igualdad, perpetuando narrativas que refuerzan la exclusión y discriminación.

La educación en diversidad, la sensibilización social y el reconocimiento de la dignidad de todas las personas son pasos esenciales para fomentar el respeto y la inclusión.

El futuro de Panamá debe ser uno en el que todas las personas, sin importar su orientación sexual o identidad de género, puedan vivir con igualdad de derechos y oportunidades.

Aunque el Papa Francisco ha hecho llamados a favor de una mayor inclusión y respeto hacia la población LGBTIQ+, en Panamá persiste una visión que asocia la diversidad sexual con el "pecado", un tabú profundamente arraigado en creencias religiosas. En este contexto, las iglesias han jugado un papel central en reforzar prejuicios, normalizando

prácticas como las llamadas "terapias de conversión" o "exorcismos", que aún se llevan a cabo en ciertas comunidades religiosas. Estas prácticas, además de ser violaciones a los derechos humanos, perpetúan el sufrimiento psicológico y emocional de las personas LGBTIQ+, especialmente de jóvenes.

“

"Terapia de conversión" es una expresión informal comúnmente utilizada para referirse a cualquier esfuerzo sostenido para modificar la orientación sexual, la identidad de género o la expresión de género de una persona. En Panamá no existe ninguna ley que prohíba ni sancione las "terapias de conversión" (ILGA, 2025)

”



El impacto de estas dinámicas no se limita al ámbito personal o comunitario, sino que también influye en el sistema político del país, bloqueando activamente el progreso en legislación inclusiva. Las iglesias católica y evangélica han sido actores clave en el diseño de políticas públicas que excluyen a la población LGBTIQ+, bloqueando avances como el matrimonio igualitario, leyes antidiscriminación y la inclusión de una perspectiva

de género en la educación. Esta alianza entre religión y política ha creado un entorno hostil que dificulta el reconocimiento y la protección de los derechos de las personas LGBTIQ+. Además, el alto nivel de aprobación social hacia estas instituciones religiosas también actúa como un obstáculo cultural. Muchas personas LGBTIQ+ en Panamá enfrentan conflictos internos y externos al crecer en comunidades profundamente

religiosas, donde las expectativas tradicionales de género y sexualidad se imponen como normas incuestionables. Esta combinación de exclusión cultural y legal refuerza un sistema estructural que mantiene a la comunidad LGBTIQ+ marginada, limitando su acceso a oportunidades y derechos fundamentales.

Estas dinámicas no solo perpetúan estigmas y discriminación, sino que también representan una barrera significativa para el reconocimiento y la protección de los derechos de las personas LGBTIQ+ en Panamá. A pesar de este panorama, el movimiento LGBTIQ+ panameño sigue luchando por abrir espacios de diálogo y cuestionar las narrativas religiosas que perpetúan la exclusión, apelando a principios universales de justicia, igualdad y derechos humanos. En esta lucha, la cooperación internacional juega un papel fundamental. El Reino Unido, con sus políticas inclusivas y su compromiso con los derechos humanos, es un ejemplo a seguir. Su apoyo a organizaciones locales y su promoción de la igualdad son esenciales para avanzar hacia una sociedad más justa e inclusiva en Panamá.

Sobre la política y legislaciones

En Panamá, el panorama político actual continúa evidenciando una profunda exclusión hacia la población de la diversidad sexo genérica. En cambio, el Reino Unido ha implementado leyes y políticas que garantizan la igualdad y la protección de los derechos LGBTIQ+, incluyendo el matrimonio igualitario y la protección contra la discriminación. Estas políticas demuestran que es posible avanzar hacia una sociedad más inclusiva. Es importante que Panamá tome ejemplo de estos avances y cumpla con sus compromisos internacionales, implementando legislaciones que garanticen la igualdad y la protección de esta comunidad. Panamá carece de leyes específicas contra la discriminación basada en orientación sexual o identidad de género, lo que deja a las personas LGBTIQ+ en un estado de vulnerabilidad legal. (SWI swissinfo.ch) Además, prácticas discriminatorias como la prohibición de donar sangre o los reglamentos institucionales que penalizan la homosexualidad en la Policía y los Bomberos refuerzan esta exclusión estructural (Civicus, 2023).



Reino Unido: Un Líder en los Derechos LGBTQ+

El Reino Unido ha sido un referente global en la protección y promoción de los derechos de las personas LGBTQ+, consolidándose como un país comprometido con la igualdad y el respeto a los derechos humanos. A lo largo de las últimas décadas, ha implementado un marco legislativo sólido para erradicar la discriminación y garantizar la seguridad de todas las personas, independientemente de su orientación sexual o identidad de género.

Uno de los hitos más importantes en su historia fue la despenalización de la homosexualidad en 1967 en Inglaterra y Gales, seguida de avances significativos en Escocia e Irlanda del Norte. Con el tiempo, el Reino Unido ha fortalecido su legislación con leyes clave como la Ley de Igualdad de 2010, que protege contra la discriminación basada en la identidad de género y orientación sexual, y el reconocimiento legal del matrimonio igualitario en 2013.

Además, el Reino Unido ha desarrollado estrategias efectivas para abordar los crímenes

de odio contra la comunidad LGBTQ+. La implementación de marcos legales y políticas de seguridad han servido de modelo para otros países en la lucha contra la violencia y la discriminación. A través del trabajo de Equalities Hub y organizaciones como ROLE UK, el país continúa promoviendo el acceso a la justicia y la igualdad de derechos en todo el mundo.

El compromiso británico con los derechos LGBTQ+ no solo se refleja en su legislación, sino también en sus esfuerzos diplomáticos y cooperación internacional.

La Embajada Británica en Panamá es un ejemplo de su compromiso con la diversidad y la inclusión, apoyando iniciativas que fomentan sociedades más equitativas y seguras para todos.



Great Stories

embrace diversity

Filmed in Wales, the Netflix series *Sex Education* has increased representation for LGBT+ voices and storylines. The show has now become a global hit, just one example of how the UK celebrates diversity. Join us and see things differently.




GREAT 
BRITAIN & NORTHERN IRELAND



Fallos Judiciales y Matrimonio Igualitario

1. En 2023, la Corte Suprema de Justicia falló en contra del matrimonio igualitario.
2. Declaró que "no tiene categoría de derecho humano", negando derechos fundamentales.
3. Afectaciones: Sin acceso a beneficios migratorios, financieros y hereditarios.
4. Reacción: Críticas de organizaciones internacionales y activistas.

Influencia Religiosa en la Política

Aunque Panamá es constitucionalmente un Estado laico, la iglesia sigue influyendo en políticas públicas.

La iglesia católica y evangélica han movilizado discursos en contra de los derechos LGBTQ+.

"Estas posturas refuerzan la exclusión de la población LGBTQ+ y obstaculizan la igualdad de derechos".

El fallo judicial y la influencia religiosa continúan afectando los derechos LGBTQ+ en Panamá. Es necesario exigir un verdadero Estado laico y garantizar el respeto a la diversidad.



“

"Estado Laico": Se basa en cuatro pilares: (1) la separación de las esferas pública y religiosa; (2) la no discriminación; (3) el no privilegio de ninguna religión; (4) libertad de creer o no creer. (La Estrella, 2017) Panamá es un estado laico solo en papel.

”

El proceso electoral de 2024 puso en evidencia la resistencia del sistema político panameño hacia la comunidad LGBTIQ+. Durante la firma del Pacto Ético Electoral LGBTIQ+, un compromiso simbólico para garantizar el respeto a los derechos humanos solo asistió un candidato a la vicepresidencia.

El resto de los candidatos a la presidencia y vicepresidencia se ausentaron, enviando un claro mensaje de indiferencia hacia los derechos LGBTIQ+. Incluso gobiernos locales que podrían estar a favor evitaron firmar el pacto, temerosos de que su apoyo a esta agenda pudiera afectar su imagen en una sociedad profundamente conservadora (TVN Noticias, 2023). Este hecho no solo refleja la falta de voluntad política, sino que también subraya cómo la homofobia sigue siendo un factor determinante en la arena electoral panameña.

Según activistas locales, el Estado panameño no solo no protege a la comunidad LGBTIQ+, sino que también permite que la discriminación persista como norma aceptada (SwissInfo, 2023).

Esta exclusión institucionalizada se refleja en informes de la ONU, que califican como “preocupante” la invisibilidad jurídica de la población LGBTIQ+ en las políticas públicas del país (Civicus, 2023). Por su parte, el Informe anual de los Derechos Humanos 2022, del Gobierno de Estados Unidos, destacó que Panamá no brinda “un estimado de la cantidad de casos de violencia reportada en contra de individuos LGBTIQ+”, lo que evidencia una falta de interés en monitorear y abordar estas violaciones. Además, el temor de los políticos a asumir posturas públicas a favor de la diversidad sexual refuerza las barreras estructurales que mantienen a esta comunidad en la marginación.



MÓDULO 1

MARCO CONCEPTUAL



Glosario

¡Bienvenide al módulo del glosario de nuestra caja de herramientas para activismo político LGBTQ+.

Este espacio es superimportante porque aquí encontrarás las definiciones clave para comprender la diversidad sexual, las identidades de género y las características sexuales desde una perspectiva respetuosa y de derechos humanos.

Este glosario no es solo una lista de palabras, ¡es una herramienta poderosa! Conocer estos conceptos te dará el poder para construir

políticas públicas inclusivas y defender los derechos de las personas LGBTQ+ con argumentos sólidos.

Un punto importante es que en este glosario usamos la abreviatura LGBTQ+ para referirnos a lesbianas, gays, bisexuales, trans e intersex, siguiendo las recomendaciones de la CIDH (CIDH, 2012). Sin embargo, es esencial recordar que la diversidad sexual y de género es como un arcoíris infinito y va mucho más allá de estas categorías.

*¡Cada persona es única
y tiene derecho a autoidentificarse
como mejor le represente!*



Orientación Sexual

Se refiere a la atracción sexual y romántica que siente una persona por otra. Puede incluir, entre otras, heterosexuales, lesbianas, gays, bisexuales y asexuales. Sin embargo, es importante señalar que estas son solo algunas orientaciones sexuales; la realidad es que hay una cantidad infinita de formas en las que alguien puede definir su sexualidad. Además, las personas pueden identificarse con una sexualidad u orientación sexual independientemente de sus experiencias sexuales o románticas. Algunas personas pueden identificarse como sexualmente fluidas; es decir, su sexualidad no está fijada en ninguna identidad en particular.



L - Lesbiana

Individuo que se identifica como mujer y se siente atraída sexual y/o románticamente por otras personas que se identifican como mujeres.

G - Gay

Persona que se identifica como hombre y se siente atraído sexual y/o románticamente por otras personas que se identifican como hombres.



B - Bisexual

Persona que puede sentir una atracción erótica afectiva por personas de un género diferente al suyo y de su mismo género, así como la capacidad de mantener relaciones íntimas y sexuales con ellas. Esto no implica que sea con la misma intensidad, al mismo tiempo, de la misma forma, ni que sienta atracción por todas las personas de su mismo género o del otro.



H - Heterosexual

Individuo que se siente atraído sexual y/o románticamente por el sexo opuesto.

A - Asexual

Una orientación sexual que refleja poca o ninguna atracción sexual, ya sea dentro o fuera de las relaciones. Las personas que se identifican como asexuales pueden sentir atracción romántica en todo el espectro de la sexualidad. Si bien las personas asexuales no sienten atracción sexual, esto no implica necesariamente una falta de libido o impulso sexual.



P - Pansexual

Persona cuya atracción sexual y/o romántica hacia otras personas no está restringida por su género. La pansexualidad puede incluir sentirse atraído sexual y/o románticamente por cualquier persona, independientemente de su identidad de género.

Afirmación de género:

El proceso o los procesos personales que una persona trans considera adecuados para vivir según su género definido y que la sociedad reconoce. Esto puede implicar medidas sociales, médicas o legales que afirmen el género de una persona. Una persona trans que no haya afirmado médica o legalmente su género no deja de ser el hombre, la mujer o la persona no binaria que siempre ha sido. Las circunstancias de una persona pueden inhibir su acceso a las medidas que desea tomar para afirmar su género

Expresión de género:

Se refiere a la forma en que una persona elige expresar o presentar públicamente su género. Esto puede incluir el comportamiento y la apariencia externa, incluida la ropa, el cabello, el maquillaje, el lenguaje corporal y la voz. Las expectativas occidentales sobre la expresión de género se basan en una dicotomía entre los hombres y las mujeres, pero muchas personas no encajan en las expresiones binarias de género. No adherirse a las normas asociadas con el propio género puede resultar en ridículo, intimidación y violencia.

Género:

Como categoría de análisis, el concepto "género" es utilizado en las ciencias sociales desde que el antropólogo John Money propusiera,

en 1955, el término "rol de género" para describir los comportamientos asignados socialmente a los hombres y a las mujeres. En 1968, en sus estudios sobre los trastornos de la identidad sexual, el psicólogo Robert Stoller definió la "identidad de género" y concluyó que ésta no es determinada por el sexo biológico, sino por el hecho de haber vivido desde el nacimiento las experiencias, ritos y costumbres atribuidos a cierto género.

Género fluido:

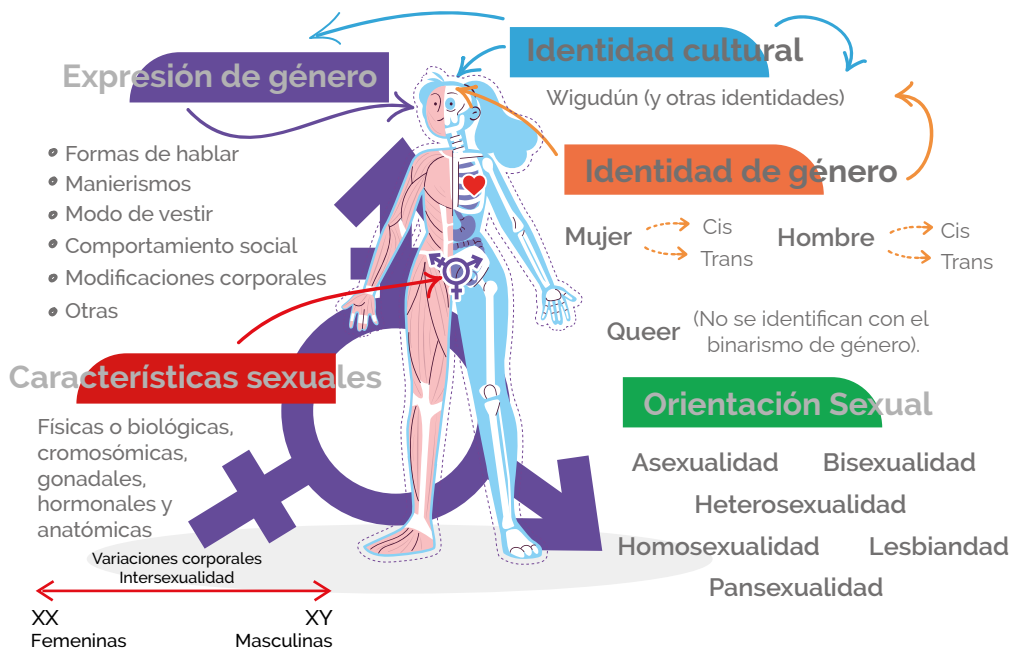
Término utilizado para describir a una persona que fluctúa entre los distintos géneros.

Género queer:

Una identidad de género que no se ajusta a las normas de género tradicionales y que puede expresarse como algo distinto a mujer u hombre o a ambos, incluyendo el género neutro y el andrógino.

No binario:

Término general para las identidades de género que se ubican dentro, fuera, a lo largo o entre el espectro binario masculino y femenino. Una persona no binaria puede identificarse como de género fluido, transmasculino, transfemenino o podría ser agénero (sin sentir que tiene algún género o tener sentimientos neutrales sobre el género).



Identidad Sexual y/o de género

Identidad de género:

Percepción que tiene una persona de si es hombre, mujer, no binario, agénero, género queer, género fluido o una combinación de una o más de estas definiciones. El género puede ser binario (hombre o mujer) o no binario (incluidas las personas que no tienen ningún género binario y las personas que tienen alguna relación con algún género binario).



Cisgénero:

Cuando la expectativa social del género de la persona se alinea con el sexo asignado al nacer. En consecuencia, existen mujeres y hombres cis. El prefijo cis proviene del latín "de este lado" o "correspondiente a" y es el antónimo del prefijo trans, que significa "del otro lado".



Intersexualidad:

Término genérico que se refiere a personas que tienen características anatómicas, cromosómicas y hormonales que difieren de las concepciones médicas y convencionales de los cuerpos masculino y femenino. Existen al menos 40 variaciones diferentes que pueden manifestarse en distintas etapas de la vida o que pueden permanecer desconocidas para la persona y sus médicos. Algunas personas con una variación intersexual son LGBTQ, muchas son heterosexuales y la mayoría son cisgénero.



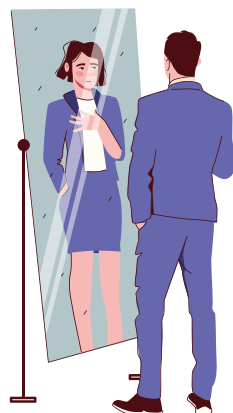
Transgénero:

Personas que se perciben a sí mismas como pertenecientes al género opuesto al que se les asignó al nacer. Generalmente optan por la reasignación hormonal, sin necesariamente recurrir a la cirugía de reasignación de sexo, para alinear su apariencia física con su realidad psíquica, espiritual y social.



Queer:

Término que se utiliza para describir una variedad de orientaciones sexuales e identidades de género. Aunque alguna vez se utilizó como un término despectivo y aún lo consideran despectivo muchas personas LGBTQIA+ de mayor edad, el término queer ahora encapsula ideas políticas de resistencia a la heteronormatividad y la homonormatividad y a menudo se utiliza como un término general para describir la gama completa de identidades LGBTQIA+.



Formas de discriminación



Bifobia:

Rechazo, discriminación, invisibilización, burlas y otras formas de violencia basadas en prejuicios y estigmas hacia las personas bisexuales o que parecen serlo. Se refiere a creencias negativas, prejuicios y/o discriminación contra las personas bisexuales. Esto puede incluir el rechazo a la bisexualidad, cuestionar si las identidades bisexuales son auténticas o centrarse en los deseos y prácticas sexuales de las personas bisexuales.

Binarismo de género:



Concepción, prácticas y sistema de organización social que parte de la idea de que solamente existen dos géneros en las sociedades, femenino y masculino, asignados a las personas al nacer, como hombres (biológicamente: machos de la especie humana) y como mujeres (biológicamente: hembras de la especie humana), y sobre los cuales se ha sustentado la discriminación, exclusión y violencia en contra de cualquier identidad y expresión de género diversas.

Discurso de odio:



Se refiere a cualquier tipo de comunicación que denigra o incita a la violencia contra un grupo o individuo en función de características como raza, religión, orientación sexual o identidad de género. Este tipo de discurso puede tener graves consecuencias para la cohesión social y la protección de derechos.

Heteronormatividad:



Asocia lo "normal", lo que "está bien" con el comportamiento heterosexual. La visión de que las relaciones heterosexuales son la expresión natural y normal de la orientación y las relaciones sexuales. Es una estructura social discriminatoria que posiciona a los géneros cis y binarios como las únicas experiencias reales o válidas de género.

Homofobia:



Se refiere a creencias, prejuicios, estereotipos y temores negativos que existen hacia las personas que se sienten atraídas por el mismo sexo. Puede abarcar desde el uso de lenguaje ofensivo hasta el acoso, el abuso y la violencia física; y puede incluir barreras sistémicas, como la negación de una vivienda o el despido debido a la orientación sexual de una persona.

Transfobia:



Rechazo, discriminación, invisibilización, burlas, falta de reconocimiento de la identidad y/o expresión de género, y otras formas de violencia hacia personas trans o percibidas como tales. Se basa en prejuicios, estereotipos y estigmas. Puede llevar a la violencia extrema.

Conceptos generales

A

Abogacía: Este término describe el proceso de defender o promover una causa, a menudo en el contexto del derecho o las políticas públicas. La abogacía en el ámbito de los derechos humanos implica trabajar para asegurar que se reconozcan y respeten los derechos fundamentales de todas las personas, ya sea a través de litigios, educación o presión política.

Activismo: Es el esfuerzo consciente y organizado de individuos o grupos para promover, resistir o cambiar una política, práctica o situación social. En el ámbito de los derechos humanos, el activismo se manifiesta a través de campañas, protestas y otras acciones que buscan visibilizar injusticias y exigir cambios en las políticas públicas.

Agenda política: Conjunto de temas y prioridades que un grupo, partido o individuo busca promover y abordar a través de acciones políticas. La agenda política influye en la formulación de políticas públicas y puede ser moldeada por el activismo y la presión social.

C

Características sexuales: Término utilizado para referirse a las partes físicas del cuerpo que están relacionadas con el desarrollo corporal, la regulación y los sistemas reproductivos. Las características sexuales primarias son las gónadas, los cromosomas, los genitales y las hormonas. Las características sexuales secundarias surgen en la pubertad y pueden incluir el desarrollo del tejido mamario, el tono de voz, el vello facial y púbico, etc.

Colectivo: Se refiere a un grupo de personas que comparten un interés o una causa común. En el contexto de los derechos humanos, los colectivos pueden organizarse para abogar por cambios específicos en la política y la sociedad, generando un impacto más significativo que el que podría lograr un individuo solo.

Comunidad: Es un grupo de personas que comparten características o intereses comunes, como la ubicación geográfica, la cultura o la identidad. Las comunidades pueden ser fundamentales para el activismo, ya que a menudo son las más afectadas por las políticas públicas y pueden organizarse para defender sus derechos.

Construcción social: Concepto o fenómeno que es creado y mantenido por las interacciones humanas y las percepciones colectivas dentro de una sociedad, en lugar de ser un hecho natural o universal. Estas construcciones influyen en cómo entendemos y organizamos nuestro mundo, afectando nuestras creencias, normas y comportamientos. Ejemplos de construcciones sociales incluyen el género, la raza y las normas culturales. La comprensión de estas construcciones es fundamental para analizar cómo las sociedades funcionan y cómo se forman las identidades individuales y grupales. (Burr, V. 2015).



D

Derechos Humanos: Son los derechos inherentes a todas las personas, sin distinción alguna. Incluyen derechos civiles, políticos, económicos, sociales y culturales. La promoción y defensa de los derechos humanos es fundamental para garantizar la dignidad y la igualdad en la sociedad.

Discurso: Se refiere a la expresión verbal o escrita de ideas y opiniones. En el ámbito político, los discursos son herramientas fundamentales para comunicar posiciones, movilizar apoyo y crear conciencia sobre temas relevantes, incluyendo derechos humanos y justicia social.

Disforia: La angustia o el malestar que a veces se experimenta cuando se le asigna un género incorrecto o cuando el género y el cuerpo de una persona no se sienten conectados o congruentes. Muchas personas trans no experimentan disforia de género en absoluto y, si la experimentan, pueden dejar de tener acceso a atención médica que reafirme su género o al apoyo de pares. Con o sin la presencia de disforia de género, ser trans no es una enfermedad mental. La disforia de género no es igual a ser trans.

E

Estrategia: Es un plan de acción diseñado para alcanzar objetivos específicos. En el activismo político, una estrategia puede incluir tácticas de movilización, comunicación y colaboración con otros actores para influir en las políticas y lograr cambios significativos.

G



Gobierno central: Se refiere a la autoridad política y administrativa que ejerce control sobre un país en su totalidad. Este gobierno establece políticas nacionales y regula los asuntos que afectan a todas las regiones, siendo responsable de la creación de leyes, la recaudación de impuestos y la defensa nacional. Está compuesto por los tres órganos del Estado, ejecutivo, legislativo y judicial.

Gobierno local: Es la administración y gestión de un área geográfica específica, como un municipio o un condado, que tiene la autoridad para implementar políticas y servicios públicos a nivel cercano a la comunidad. Su función incluye la toma de decisiones sobre asuntos locales y la representación de los intereses de los ciudadanos.

I

Ideología política: Conjunto de ideas y valores que guían el comportamiento de individuos y grupos en el ámbito político. Las ideologías políticas pueden influir en la forma en que se perciben los derechos humanos y la justicia social, y pueden variar desde el liberalismo hasta el conservadurismo.

Incidencia Política: Es el proceso mediante el cual los actores sociales, como organizaciones de derechos humanos, buscan influir en las políticas y decisiones gubernamentales. La incidencia política puede incluir la creación de alianzas, aplicación de estrategias, la movilización de comunidades y la presentación de propuestas a tomadores de decisiones.

Institución: En un contexto político, una institución puede referirse a una entidad establecida que tiene una función y estructura definida, como un gobierno, una organización o una norma social. Las instituciones juegan un papel fundamental en la implementación y regulación de políticas públicas.

L

Lobby: Se refiere a la actividad de influir en las decisiones de los legisladores o funcionarios públicos, generalmente a través de la persuasión y la negociación. Los grupos de interés utilizan el lobby para promover sus agendas en torno a temas sociales, económicos y políticos, buscando así que se implementen leyes y políticas favorables.

M

Mapa de ruta: Es una representación visual o un plan detallado que describe los pasos y acciones necesarios para alcanzar un objetivo o meta específica. En el contexto del activismo, un mapa de ruta puede guiar las actividades de incidencia política, asegurando que se sigan estrategias efectivas y se midan los progresos.

N

Narrativa: Es la forma en que se cuenta una historia o se presenta un conjunto de eventos, ideas o creencias. En el contexto político, la narrativa influye en la percepción pública de ciertos temas, moldeando la opinión y el entendimiento sobre políticas y derechos humanos.

Nombre muerto: Forma informal de describir el antiguo nombre que una persona ya no usa porque no se corresponde con su experiencia actual en el mundo o con su género. Algunas personas pueden experimentar angustia cuando se utiliza este nombre.





P

Política pública: Son las decisiones y acciones que toma un gobierno para abordar problemas sociales y económicos. Las políticas públicas se diseñan para mejorar el bienestar de la sociedad y pueden incluir leyes, regulaciones y programas que impactan en áreas como salud, educación y derechos humanos.

S

Sexualidad humana: Un aspecto fundamental del ser humano presente durante toda su vida. Abarca el sexo biológico, las identidades y roles de género, la orientación sexual, el erotismo, el placer, la intimidad y la reproducción. Se experimenta y expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, comportamientos, prácticas, roles y relaciones interpersonales. La sexualidad está influenciada por factores biológicos, psicológicos, sociales, económicos, políticos, culturales, legales, históricos, religiosos y espirituales. No todas las dimensiones de la sexualidad se vivencian o expresan de la misma manera por todas las personas.



O

Organización de sociedad civil: Son organizaciones, fundaciones o grupos que operan de manera independiente del gobierno y representan los intereses y valores de la ciudadanía. Estas organizaciones juegan un papel crucial en la promoción y defensa de los derechos humanos, así como en la supervisión de la acción gubernamental.

Organización sin fines de lucro: Se trata de entidades que operan sin el objetivo de generar ganancias, enfocándose en el servicio a la comunidad y la promoción de causas sociales. Muchas organizaciones sin fines de lucro trabajan en el ámbito de los derechos humanos, proporcionando apoyo, recursos y defensa a las personas vulnerables.



1. Declaración Universal de Derechos Humanos (1948).

Descripción: Establece que todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos. Aunque no menciona específicamente a las personas LGBTIQ, se interpreta como un marco fundamental para la igualdad.

Enlace: [Declaración Universal de Derechos Humanos](#)



2. Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos (1966)

Descripción: Garantiza derechos civiles y políticos, incluyendo el derecho a la vida y la igualdad ante la ley. Interpretaciones recientes han ampliado su alcance para incluir a las personas LGBTIQ.

Enlace: [Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos](#).



3. Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales (1966)

Descripción: Reconoce el derecho a un nivel de vida adecuado, salud y educación, derechos que también deben ser accesibles para las personas LGBTIQ.

Enlace: [Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales](#)



4. Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW) (1979)

Descripción: Aunque se centra en la discriminación de género, ha sido utilizada para argumentar la inclusión de derechos de mujeres lesbianas y personas no conformes con el género.

Enlace: [CEDAW](#)



5. Declaración de Yogyakarta (2006)

Descripción: Establece principios sobre la aplicación de la legislación internacional de derechos humanos en relación con la orientación sexual y la identidad de género.

Enlace: [Declaración de Yogyakarta](#)



6. Resolución de la ONU sobre derechos humanos, orientación sexual e identidad de género (2011)

Descripción: La ONU condena la violencia y la discriminación basada en la orientación sexual y la identidad de género, instando a los Estados a promover y proteger los derechos de las personas LGBTIQ.

Enlace: [Resolución de la ONU \(2011\)](#)



7. Convención Americana sobre Derechos Humanos (1969)

Descripción: Reconoce el derecho a la vida, la integridad personal y la igualdad ante la ley, aplicable a todas las personas, incluidas las LGBTIQ.

Enlace: [Convención Americana sobre Derechos Humanos](#)



8. Informe de la CIDH sobre derechos humanos de las personas LGBTI (2015)

Descripción: Este informe aborda la situación de los derechos humanos de las personas LGBTI en las Américas, documentando violaciones y recomendando acciones a los Estados.

Los Principios de Yakarta

01 El derecho al disfrute universal de los derechos humanos



02 Los derechos a la igualdad y a la no discriminación



03 El derecho al reconocimiento de la personalidad jurídica



04 El derecho a la vida



05 El derecho a la seguridad personal



06 El derecho a la privacidad



07 El derecho de toda persona a no ser detenido arbitrariamente



08 El derecho a un juicio justo



09 El derecho de toda persona privada de su libertad a ser tratada humanamente



10 El derecho de toda persona a no ser sometida a torturas, ni a penas ni tratos crueles, inhumanos o degradantes



11 El derecho a la protección contra todas las formas de explotación, venta y trata de personas



12 El derecho al trabajo



13 El derecho a la seguridad social y a otras medidas de protección social



14 El derecho a un nivel de vida adecuado



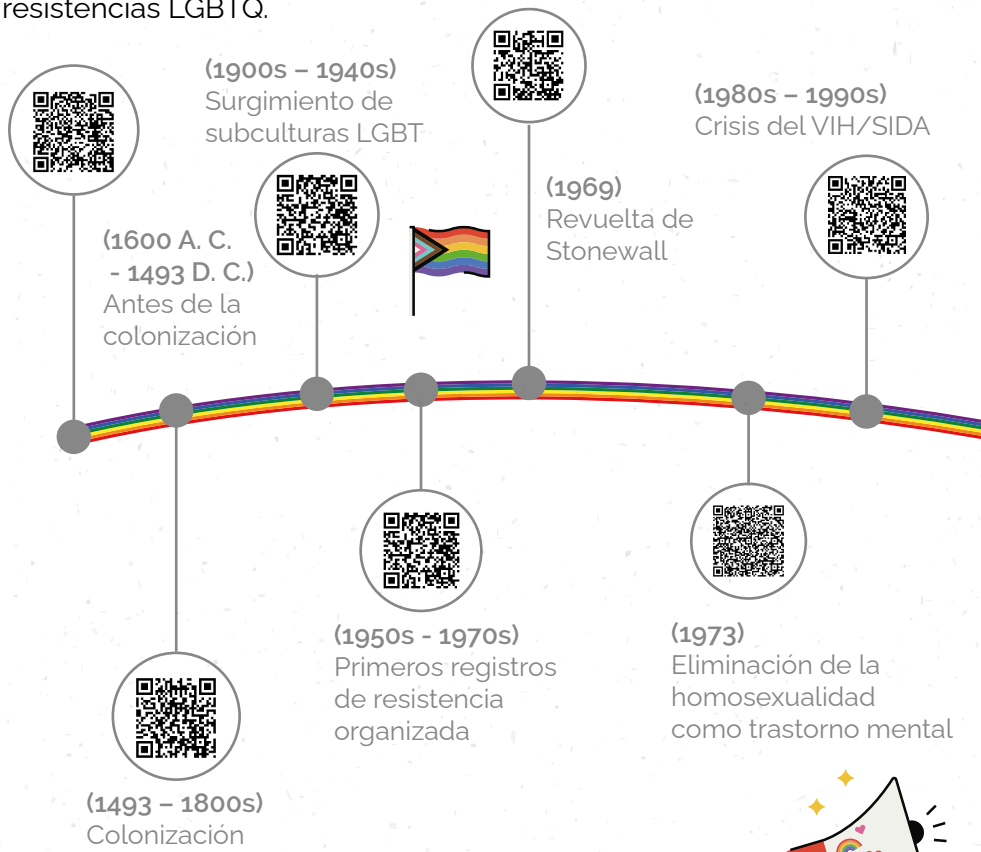
Los Principios de Yogyakarta son una serie de principios sobre cómo se aplica la legislación internacional de derechos humanos a las cuestiones de orientación sexual e identidad de género. Los Principios ratifican estándares legales internacionales vinculantes que los Estados deben cumplir.

	El derecho a una vida adecuada	15
	El derecho a la educación	16
	El derecho al disfrute del más alto nivel de salud	17
	El derecho a la protección contra abusos médicos	18
	El derecho a la libertad de opinión y de expresión	19
	El derecho a la libertad de reunión y de asociación pacíficas	20
	El derecho a la libertad de pensamiento, de conciencia y de religión	21
	El derecho a la libertad de movimiento	22
	El derecho a procurar asilo	23
	El derecho a formar una familia	24
	El derecho a participar en la vida pública	25
	El derecho a participar en la vida cultural	26
	El derecho a promover los derechos humanos	27
	El derecho a recursos y resarcimientos efectivo	28

Línea de tiempo en América

Revolución LGBTIQ+ en América

Nuestra comunidad se caracteriza por su resiliencia, esperanza por un mundo mejor y celebración de la diversidad. Le debemos estos valores a los cientos de miles de activistas que resistieron e incluso se sacrificaron por un mundo donde todos seamos iguales. A continuación, te compartimos una línea de tiempo de las resistencias LGBTQ.





**México (1981) y
Brasil (1982):**
Primeras marchas
del orgullo

(2006)
Principios de
Yogyakarta

(2010)
Argentina legaliza
el matrimonio entre
parejas del mismo
sexo

(2004)
Primera marcha
del orgullo en
Panamá

(2008)
Panamá
descriminaliza
la homosexualidad

(2016)
Colombia permite
la adopción por
parejas del
mismo sexo

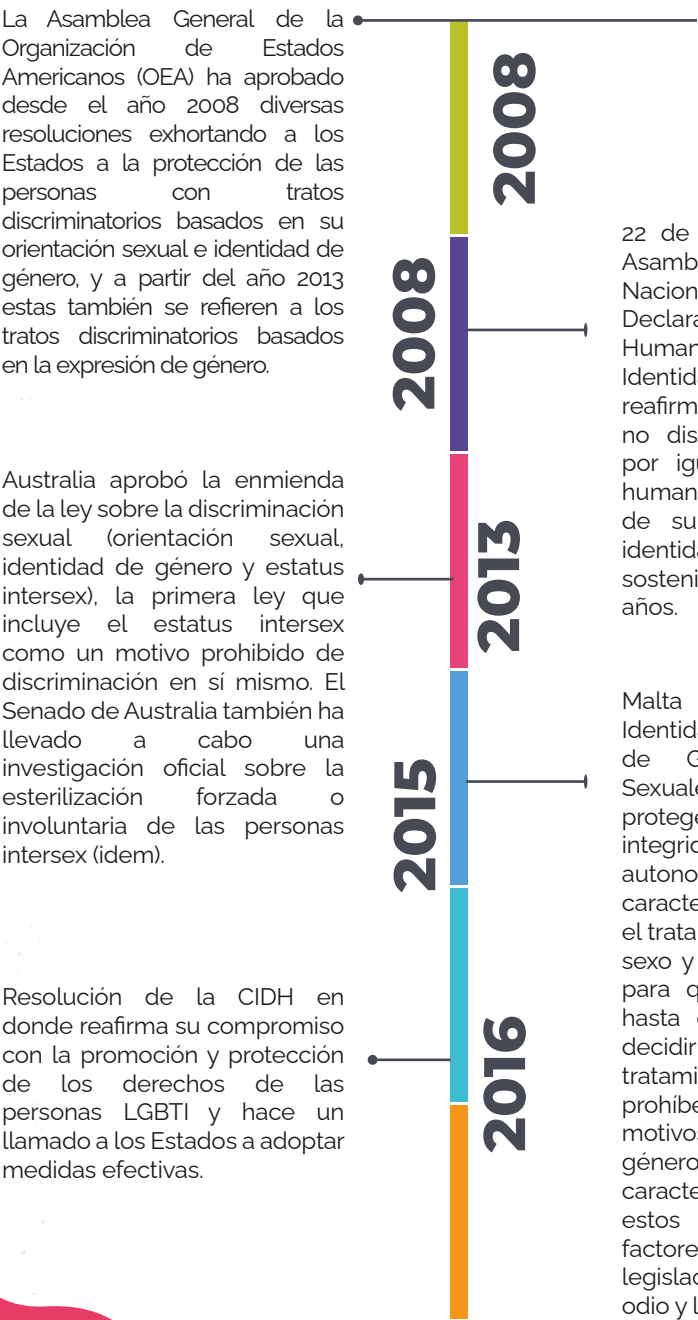
(2005)
México aprueba
la primera ley
anti-discriminación
LGBT en América Latina

(2008)
Primera resolución
de la OEA sobre
derechos LGBT

(2001)
Argentina
descriminaliza
la homosexualidad



Hitos globales a favor de la población LGBTIQ+





MÓDULO 2

COMUNICACIÓN ESTRATÉGICA

El papel de los medios de comunicación en la población LGBTI

La comunicación desempeña un rol clave en la percepción de las personas LGBTI. Es fundamental garantizar mensajes inclusivos, respetuosos y empáticos para combatir los estereotipos y prejuicios que perpetúan la discriminación. Les activistas deben adaptar su discurso según el público: lenguaje sencillo y accesible para personas en búsqueda de orientación, y

contenido más político y estratégico para audiencias institucionales.

En Panamá, a pesar de

avances como el Observatorio Nacional de Derechos Humanos de la Población LGBTIQ+ (Naciones Unidas en Panamá, 2023), persisten desafíos importantes: falta de políticas públicas, leyes contra la discriminación y datos oficiales (OACNUDH, 2024). Sin embargo, la sociedad civil lidera esfuerzos para visibilizar estas problemáticas y promover cambios.

Este módulo propone herramientas intelectuales, ejercicios para mejorar la representación mediática y antidiscriminatorias para que los medios y los activistas se comuniquen con respeto y sin revictimización, promoviendo mensajes que impulsen una sociedad más inclusiva y equitativa.



Imprentas.

Los medios escritos tienen el potencial de abordar problemas sociales clave, como la violencia hacia las personas LGBTI, de manera breve pero impactante. No obstante, el estilo propio de cada medio y sus líneas editoriales influyen en cómo se presenta la información, lo que, en ocasiones, resulta en representaciones estigmatizantes y discriminatorias.

En Panamá, la tendencia de muchos periódicos a priorizar titulares llamativos, en lugar de un análisis profundo, contribuye a la perpetuación de prejuicios y aumenta la desigualdad. Esto provoca la invisibilización de los derechos de la población LGBTI y deja de lado cuestiones fundamentales, como la falta de legislación inclusiva.

Además, la violencia simbólica y directa que se reproduce en los medios en Panamá normaliza la agresión hacia las personas LGBTI.

El enfoque sensacionalista en los titulares sobre víctimas de violencia genera un acoso mediático que deteriora la salud emocional de las personas afectadas, violando sus derechos.

Cuando la información se distorsiona o se presenta de forma manipulada, pierde su objetividad y puede generar una retroalimentación negativa, afectando la percepción pública. En la era moderna, no siempre se cumple con el acceso a la información de calidad que se espera, ya que la información a veces se convierte en mercancía. Es un derecho y un deber ciudadano acceder a información veraz, y quienes difunden noticias tienen la responsabilidad de garantizar que sea imparcial y respetuosa.



Estrategia:

A menudo, el acoso mediático no es visibilizado, en parte porque no se enseña a conciencia sobre la exposición social. Es fundamental respetar la privacidad de las personas, especialmente cuando se trata de víctimas de violencia. Un error común es no respetar el

nombre social de las personas trans o revelar su orientación sexual sin su consentimiento. Les activistas deben permitir que la persona protagonista que mencionan decida qué información compartir, siempre con respeto y objetividad, para mejorar la calidad de la información difundida.



Fuente: Elaboración propia.

“
COMO ACTIVISTAS, ES FUNDAMENTAL
CONOCER LOS TEMAS DE DIVERSIDAD
SEXUAL, PARA QUE PUEDAN HABLARLO
DE MANERA RESPETUOSA AL REFERIRSE
A LAS ORIENTACIONES SEXUALES Y LAS
IDENTIDADES O EXPRESIONES DE
GÉNERO.
”

Televisión

En Panamá, los medios de comunicación a menudo no profundizan en el fondo de los problemas que cubren, especialmente cuando se trata de temas relacionados con la violencia hacia la población LGBTI. En lugar de centrarse en las causas reales de los problemas, muchas veces se enfocan en detalles personales de las víctimas, y se da prioridad a los titulares sensacionalistas. Esto a menudo distorsiona la realidad, ya que la información presentada se basa en especulaciones en lugar de en hechos verificables.

Además, los debates en programas de televisión no siempre fomentan un diálogo constructivo. En lugar de ofrecer soluciones, a menudo se convierten en discusiones llenas de prejuicios, donde los estereotipos y comentarios ofensivos predominan. Los chistes y burlas homofóbicas, lesbofóbicas, bifóbicas y transfóbicas se usan como parte del contenido, lo que agrava la violencia psicológica hacia la comunidad LGBTIQ+.

Estrategia:

El conocimiento y la empatía es fundamental al hablar sobre y por personas LGBTIQ+, especialmente si son víctimas de violencia. Revictimizar a alguien recordando momentos dolorosos solo agrava su sufrimiento. Aunque algunas acciones buscan generar impacto y atraer audiencia con historias desgarradoras, esto puede ser una forma de violencia de género. En lugar de centrarse en el sufrimiento de la víctima, sería más adecuado hablar con profesionales que conozcan el caso, como especialistas legales o psicológicos, para evitar causar más daño. Los activistas deben recordar que, aunque tratan de aportar, no deben ignorar las emociones ajenas y procurar tratar estos temas con respeto y responsabilidad.



Muchas mujeres transgénero se dedican al trabajo sexual por la falta de oportunidades económicas y por la situación de vulnerabilidad en la que se encuentran. El trabajo sexual no está reconocido y, por lo tanto, es la única alternativa para muchas.

¿Todas las mujeres trans se dedican a la prostitución?
¿No hay otras opciones?



Fuente: Elaboración propia.

“

LA EXPERIENCIA NOS ENSEÑA QUE ES CRUCIAL FORMULAR LAS PREGUNTAS DE MANERA RESPETUOSA, EVITANDO SER INVASIVOS Y ENFOCÁNDONOS SOLO EN EL TEMA CENTRAL. ADEMÁS, ES IMPORTANTE EVITAR HACER SUPOSICIONES O PLANTEAR ESCENARIOS IMAGINARIOS E INEXISTENTES.

”

Radio

Con el paso del tiempo, la radio ha evolucionado con la aparición de nuevas plataformas y mayor interacción con el público, especialmente a través de llamadas telefónicas y redes sociales. Sin embargo, a pesar de estos avances, sigue siendo un espacio donde la discriminación y violencia contra la población LGBTQ+ son comunes, con comentarios homofóbicos y transfóbicos tanto de oyentes como de los mismos conductores. Esta desinformación refuerza prejuicios y crea una narrativa errónea sobre la diversidad sexual.

A pesar de la falta de ejemplos positivos en Panamá, existen



buenas prácticas a nivel internacional, como las radios comunitarias y los podcasts, que están ofreciendo enfoques más respetuosos y educativos sobre estos temas. El objetivo no es que todos los programas radiales se centren en estos temas, sino que haya un enfoque inclusivo que respete la diversidad y evite reforzar estereotipos o fomentar violencia.

Estrategia:

1. Hablar sin prejuicios: La libertad de expresión tiene sus límites. La regla fundamental al compartir cualquier noticia es respetar a la persona que está frente a ti y también al público que está escuchando.

En el día de hoy nos acompaña
Andrea, un activista trans



Hoy estamos con Andrea, una
activista trans.



**NOMBRAR EN MASCULINO A UNA ACTIVISTA CUYO NOMBRE ES FEMENINO
RESULTA OFENSIVO PARA LA PERSONA A LA QUE NOS REFERIMOS.**

Ciberespacio.

Las redes sociales se han convertido en una herramienta clave para complementar el trabajo de los medios tradicionales, permitiendo transmitir noticias en tiempo real y desde dispositivos móviles. Las plataformas digitales no solo replican información, sino que se convierten en el origen de las noticias, como sucede con declaraciones citadas desde Twitter. Sin embargo, estas mismas redes también son utilizadas para difundir violencia y discriminación hacia la comunidad **LGBTIQ+**, particularmente a través de perfiles anónimos que promueven mensajes de odio. Esto demuestra la urgencia de incluir perspectivas de respeto a los derechos humanos en los manuales de uso y expresión, con el objetivo de prevenir agresiones y gestionar

adecuadamente situaciones conflictivas.

Las redes sociales no solo difunden información, sino que también moldean el pensamiento colectivo mediante imágenes, texto y sonido. Por ello, es vital reaccionar de manera creativa y efectiva frente a la violencia digital. Un ejemplo de esto lo brindó un estudio realizado por estudiantes de la Universidad Católica Santa María La Antigua (USMA) tras las elecciones presidenciales de 2024 en Panamá. Este análisis evidenció un incremento en la circulación de noticias falsas y contenido discriminatorio hacia un candidato abiertamente LGBTI, lo que impactó negativamente en la calidad del debate público (USMA, 2024). Estas conclusiones destacan la importancia de fomentar un entorno virtual inclusivo y respetuoso para contrarrestar la desinformación y mejorar el diálogo social.



Estrategias a implementar en el Ciberespacio

Identificar fuentes fiables	Revisar la información que se publica, el medio en el que se publica y la redacción.
Uso de categorías y de imágenes	Aunque captar la atención es importante, también es fundamental recordar que una fotografía transmite un mensaje no solo a través de su composición, sino también por el significado que proyecta y una redacción apropiada e informada.
Tendencias	Estas pueden presentarse en formato visual (memes y reels) como en formato auditivo (audios virales), y el uso corrector prudente de ellas pueden educar y crear conciencia mediante la creatividad. También se puede aprovechar las fechas internacionales para activar hashtags inclusivos con las luchas LGBTQ+.

Libertad de expresión en Panamá

En Panamá, la libertad de expresión está protegida por el Artículo 37 de la Constitución, que garantiza el derecho de toda persona a expresar sus ideas sin censura previa. Sin embargo, este derecho no es absoluto y tiene límites, como el respeto a la honra, la reputación, la seguridad social y el orden público (Guerra, L., 2020). Además, está regulado por instrumentos internacionales como la Convención Americana sobre Derechos Humanos y el Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos (CIDH, 2021).

El derecho a la libertad de expresión también incluye el derecho a réplica o rectificación, que permite a quienes se sientan perjudicados por información inexacta o dañina solicitar una corrección. En Panamá, esto está contemplado en la Ley 22 de 2005, que establece los procedimientos para ejercer este derecho y las responsabilidades legales asociadas (Calderón, S., 2023).



Un reciente anteproyecto de ley (165), propone ampliar el derecho a réplica al entorno digital, incluyendo redes sociales y publicaciones en internet. El texto sugiere que las personas naturales o jurídicas responsables de cuentas en redes sociales sean consideradas titulares para efectos de réplica, basándose en la identificación del propietario del dispositivo utilizado. Aunque este enfoque

busca modernizar la normativa, no aborda las diferencias significativas entre redes sociales personales y medios de comunicación tradicionales. La legislación actual y los cambios propuestos refuerzan la importancia de equilibrar la libertad de expresión con el respeto a los derechos de las personas, adaptándose a los desafíos que plantea el entorno digital.

Leyes y Artículos sobre Libertad de Expresión

Declaración Universal de los Derechos Humanos	Convención Americana de Derechos Humanos	La Constitución de la República de Panamá	
Artículo 19	Artículo 13 sobre la Libertad de Pensamiento y de Expresión	Artículo 17	Ley número 22 del 29 de junio de 2005
"Todo individuo tiene derecho a la libertad de opinión y de expresión; este derecho incluye el de no ser molestado a causa de sus opiniones, el de investigar y recibir informaciones y opiniones, y el de difundirlas, sin limitación de fronteras, por cualquier medio de expresión". El derecho a tener opiniones sin ser molestado. La libertad de buscar información. La libertad de recibir información. La libertad de difundir información.	1.Toda persona tiene derecho a la libertad de pensamiento y de expresión. Este derecho comprende la libertad de buscar, recibir y difundir informaciones e ideas de toda índole, sin consideración de fronteras, ya sea oralmente, por escrito o en forma impresa o artística, o por cualquier otro procedimiento de su elección. 2.El ejercicio del derecho previsto en el inciso precedente no puede estar sujeto a previa censura sino a responsabilidades ulteriores, las que deben estar expresamente fijadas por la ley y ser necesarias para asegurar: a)El respeto a los derechos o a la reputación de los demás, o b)La protección de la seguridad nacional, el orden público o la salud, la moral pública.	Las autoridades de la República están instituidas para proteger en su vida, honra y bienes a los nacionales dondequiera se encuentren y a los extranjeros que estén bajo su jurisdicción; asegurar la efectividad de los derechos y deberes individuales y sociales, y cumplir y hacer cumplir la Constitución y la Ley. Los derechos Constitución deben considerarse como mínimos y no excluyentes de otros que incidan sobre los derechos fundamentales y la dignidad de la persona. Entre las obligaciones de las Autoridades del Estado de Panamá, está garantizar la vida, honra y bienes a los nacionales. La Constitución Política garantiza el derecho a la libertad de emisión de pensamiento, por escrito o cualquier otro medio, sin sujeción a censura previa, estableciendo también responsabilidades legales cuando un medio atente contra la reputación u honra de las personas, contra la seguridad social o el orden público.	"Que prohíbe la imposición de sanciones por desacato, dicta medidas en relación al derecho a réplica, rectificación o respuesta y adopta otras disposiciones".



Qué tener presente al dirigirte a una persona LGBTI

Para ser aliade	
Nombre	Consulte cómo prefiere que se dirijan a la persona.
Pregunte	Si hay conceptos que no conoce ni maneja, pregunte en privado o incluso en público.
Investigue	Las personas de la comunidad LGBTIQ+ son personas que tiene una vida similar al resto de la sociedad, porque forman parte de ella, no se deje llevar por juicios internos.
Límites	No permita insultos, burlas ni menosprecio tanto en redes como en persona en nombre de la ignorancia

Fuente: Elaboración propia.

Acciones para apoyar la inclusión LGBTQ+ desde lo internacional		
Incorporar inclusión desde la cultura organizacional, asegurando diversidad en procesos internos.	Adoptar enfoques interseccionales, atendiendo a múltiples factores de exclusión.	Generar datos y evidencia, con el fin de diseñar políticas informadas para cerrar brechas.

Fuente: Elaboración propia con datos del Banco Interamericano de Desarrollo.

Se enfatiza la creación de:



Herramientas
Prácticas



Uso de datos



Importancia del
compromiso
interinstitucional



MÓDULO 3

INCIDENCIA POLÍTICA



Fundamentos del Activismo LGBTQ+

El movimiento LGBTQ+ es la lucha social organizada por la igualdad de derechos para personas de la diversidad sexual y de género. Contrario a la noción popular, este movimiento no surge únicamente en Estados Unidos y empezó mucho antes del siglo XX.

Las personas LGBTQ+ hemos existido desde el inicio de la especie humana. Incluso podemos encontrar parejas del mismo sexo y diversidad de géneros en el reino animal.

¿Pero cuándo empieza el movimiento LGBTQ+?

Nuestro movimiento se caracteriza por la resistencia a una imposición de la heterosexualidad como el único modelo de relación sexoafectiva. En otras palabras, el activismo LGBTQ+ está presente desde que empezamos a ser oprimidos por nuestra identidad.

Es difícil saber exactamente cuándo inicio la discriminación hacia nosotros. Existen

registros de personas LGBT en civilizaciones antiguas como los poemas de amor entre mujeres de Safo en Grecia o parejas de hombres nobles en China. Pero luego de la antigüedad nos encontramos con un gran vacío de evidencia de personas LGBT. Casi como si nos hubiesen borrado de la historia. Spoiler: exactamente eso fue lo que paso.

Dato curioso: Las palabras "sáfica" y "lesbiana" son referencias a Safo, la legendaria poetiza que escribía apasionadamente sobre su amor hacia otras mujeres.



Algunas aves presentan una condición llamada "gynandromorfismo bilateral", lo que significa que un lado de su cuerpo es hembra y el otro macho.



La documentación más antigua que tenemos de una pareja del mismo sexo es del año 2450 A.C., Khnumhotep y Niankhkhnum fueron enterrados juntos con pinturas que los representan dándose besos y abrazos.



De hecho, la palabra "homosexual" no existió hasta el año 1869. Durante este periodo surgieron múltiples palabras discriminatorias referentes a las personas LGBTIQ+, apuntando a que hubo un cambio brusco en la actitud hacia nosotros. A partir del siglo XIX empezamos a ser catalogados como personas "enfermas". Este cambio coincide con la consolidación del capitalismo industrial, sistema que depende de familias nucleares de padre, madre e hijos que garanticen la producción constante de "nuevos trabajadores".

Las sociedades tienden a favorecer las prácticas sexuales que reflejan sus valores y mantienen su modelo de producción. En una sociedad donde se valora el capital por encima del ser humano, no hay espacio para relaciones basadas en el deseo auténtico de compartir. Por esta razón, nos damos cuenta de que la discriminación hacia las personas LGBT se presenta en culturas individualistas. Fuera de las sociedades occidentales y cristianas, hay muy poca evidencia de opresión contra la diversidad sexual y de género.



En Panamá también contamos con una identidad ancestral que rompe con la binariedad de género: la mitología Guna habla sobre el personaje "Wigudun", quien representa la ambivalencia y conjunción de género.

¿Sodoma y Gomorra?

Todes hemos escuchado narrativas homofóbicas

basadas en esta historia bíblica; sin embargo, el texto original no dice nada sobre relaciones entre personas del mismo sexo. El antiguo judaísmo sí condenaba la homosexualidad, pero esta actitud estaba influenciada por su rivalidad con Grecia. El mito proviene de una interpretación incorrecta del texto.

“

Existen registros históricos de transiciones en las tribus indígenas de América del Norte antes de la colonización. Si existía distribución de roles por género; sin embargo, si un joven no se identificaba con estos podía iniciarse en las actividades género opuesto con la aprobación de los ancianos.

Estas personas eran llamadas "dos espíritus" y eran consideradas muy especiales.

”



ANEXOS



Plan de acción

¿Qué cambios ocurrirán?

¿Quién llevará a cabo los cambios?

¿Cuándo tendrán lugar y durante cuanto tiempo?

¿Qué recursos se necesitan para hacer esos cambios?

¿Quiénes deberían de saber sobre los cambios?

Módulos temáticos

La Caja de Herramientas para la formación en Derechos Humanos está conformada por 4 módulos, cada uno presenta contenidos teóricos esenciales para la formación, definiciones y explicaciones conceptuales; una

herramienta de participación y una herramienta de incidencia, además de una sección dedicada a facilitar recursos didácticos que tiene como objetivo enriquecer el proceso de enseñanza - aprendizaje.

MÓDULO 1 CONCEPTUALIZACIÓN LGBTIQ+	MÓDULO 2 PROTECCIÓN DE LOS DERECHOS HUMANOS DE LA POBLACIÓN LGBTIQ+	MÓDULO 3 VIOLENCIA Y DISCRIMINACIÓN	MÓDULO 4 MARCO LEGAL PARA LA PROTECCIÓN EN DERECHOS HUMANOS DE LAS PERSONAS LGBTIQ+
- Diversidad sexual - Sexo - Orientación sexual - Identidad de género - Expresión de género - Intersexualidad - Cisgénero - Trans - Lesbiana - Gay - Bisexualidad - Asexual - Pansexualidad - Queer - Transexual	- Situación de los Derechos Humanos de la Población LGBTIQ+ - Características de los Derechos Humanos - Derecho a la igualdad - Derecho al reconocimiento - Derecho a la salud - Derecho a la salud sexual y reproductiva - Derecho a la educación - Derechos laborales - Acceso a justicia	- Situación de la violencia contra la población LGBTIQ+ - Tipos de violencias en contra de la población LGBTIQ+ - Agresiones en contra de la población LGBTIQ+ - Algunos efectos de la Violencia y la Discriminación - Como prevenir la violencia en contra de la población LGBTIQ+	- Derechos Internacional con relación a la Protección de los Derechos Humanos de la Población LGBTIQ+ - Marco Jurídico Nacional de Protección de los Derechos Humanos de la Población LGBTIQ+ - Políticas Públicas encaminadas a la Protección de los Derechos Humanos de la Población LGBTIQ+

Matriz de análisis de conflicto

Tipos de Violencias	Violencia indirecta o estructural	Violencia directa	Violencia cultural o simbólica
Gritar			
Agresión física			
Humillaciones			
Abuso sexual			
Despreciar			
Violación			
Culpabilizar			
Humor sexista			
Apoyo tecnológico prioritario			
Publicidad sexista			
Ignorar			

Análisis de contexto de la comunidad

Asunto en común

Esperanzas y expectativas de las personas	
Problemas	
Instituciones gubernamentales	
Organizaciones de sociedad civil	
Liderazgos comunitarios	
Recursos financieros	
Resistencia al cambio	
Contexto político y social	

Fechas Internacionales para aplicar activismo

Fecha	Sobre	Conmemora
31 de marzo	Día Internacional de la Visibilidad Transgénero	Para sensibilizar a la población mundial en contra de la discriminación de las personas transgénero.
9 de abril	Día Internacional del Rosa	Evento internacional que se originó en Canadá, contra el acoso escolar, la discriminación, la homofobia y la transfobia.
26 de abril	Día Internacional Contra la Homofobia, la Transfobia y la Bifobia	En España es una fecha reivindicativa para conseguir normalizar la verdadera diversidad sexual.
24 de mayo	Día de la Pansexualidad	Se empezó a usar en la década de 1970. Ahora se celebra para reconocer y honrar las experiencias de las personas que se identifican como pansexuales
28 de junio	Día Internacional del Orgullo LGBT	En conmemoración de los disturbios de Stonewall (Nueva York) en 1969, que marcan el inicio del movimiento de liberación homosexual.
4 de septiembre	Día Mundial de la Salud Sexual	Finalidad de incentivar una discusión abierta y respetuosa en materia sexual.
23 de septiembre	Día Internacional de la Bisexualidad	Busca la tolerancia hacia todo tipo de personas, pero principalmente aquellas que escogen o nacen siendo diferentes.
11 de octubre	Día para Salir del Armario	Finalidad de concienciar a la población sobre los derechos humanos de la comunidad LGBT ante la sociedad.
15 de octubre	Día Internacional de los Pronombres	Cada tercer miércoles de octubre se celebra, con el fin de compartir, respetar y educar a la población mundial acerca del correcto uso de los pronombres personales.
8 de noviembre	Día de la Solidaridad Intersexual	Nacimiento de la hermafrodita francés Herculine Barbin así como visibilizar la situación de las personas intersexuales.
18 de noviembre	Día de las personas LGBT en la Ciencia	Propuesto por Pride in STEM y varias organizaciones de científicos LGBT para exponer los problemas de estudiantes y profesionales LGBT en las carreras científicas.
20 de noviembre	Día Internacional de la Memoria Trans	Rendir un homenaje a todas las personas transgénero que han perdido la vida por su condición sexual.

¿Cómo ser un aliado?

Herramientas y mensajes para garantizar ambientes respetuosos de las personas LGBTIQ+

Todos	Compañeros	Docentes	Familia
Evita hacer suposiciones sobre la orientación sexual o identidad de género de las personas.	Si presencias actos de hostigamiento o agresión anti-LGBT, denuncia formalmente al director o responsable del lugar.	Declara tu salón como un espacio seguro, donde no se toleran comentarios discriminatorios ni actitudes anti-LGBT.	Brinda apoyo a tus hijos y a sus amistades que puedan tener dudas sobre su sexualidad o se identifiquen como LGBT.
Alza la voz contra cualquier forma de agresión o discriminación hacia las personas LGBT.	Defiende y apoya a tus amistades LGBT, promoviendo respeto y aceptación hacia ellos.	Promueve que tu escuela implemente políticas contra la discriminación, que incluya orientación sexual e identidad de género.	Establece un diálogo con docentes o personal escolar para tratar temas relacionados con diversidad e inclusión.
Rechaza y señala el uso de insultos anti-gay.	Contribuye a la creación de una alianza inclusiva entre estudiantes LGBT y heterosexuales.	Fomenta la inclusión de libros de autores LGBT o sobre temas relacionados en la biblioteca escolar.	Apoya a tus hijos o a sus amistades en la redacción de quejas frente a situaciones de discriminación o acoso.
Apoya a quienes decidan compartir abiertamente su orientación sexual o identidad de género.	Respalda a tus amigos en su decisión de asistir con una pareja del mismo sexo a eventos o actividades escolares.	Considera asumir el rol de asesor en una alianza estudiantil que promueva la convivencia entre estudiantes LGBT y heterosexuales.	Colabora en la organización de actividades, como las celebraciones del mes de la historia LGBT.
Participa en eventos LGBT para mostrar tu respaldo a la comunidad.	Impulsa la implementación de políticas escolares contra la discriminación, que incluyan explícitamente la orientación sexual y la identidad de género.	Asegúrate de que los eventos escolares sean inclusivos y abiertos a toda la comunidad estudiantil.	Exige que la escuela cumpla con las políticas anti-discriminación establecidas por el distrito escolar o las leyes estatales.
Infórmate leyendo, debatiendo y reflexionando sobre temas relacionados con los derechos de las personas LGBT.	Solicita que en la biblioteca de tu escuela haya libros escritos por autores LGBT o sobre temas que visibilicen sus historias y derechos.	Diseña un currículum que destaque las contribuciones históricas y culturales de personas LGBT.	Aprende sobre la comunidad LGBT y comparte esta información con otros familiares para fomentar un ambiente de respeto y comprensión en el hogar y la familia extendida.
Usa y muestra símbolos de apoyo, como botones, calcomanías o pósters a favor de la igualdad LGBT.	Utiliza tu posición para asegurar que las ideas y contribuciones de las personas LGBT sean escuchadas y valoradas, especialmente en espacios donde puedan sentirse ignoradas.	Organiza actividades o clases conmemorativas durante el mes de la historia LGBT.	Asegúrate de que tu hogar sea un espacio donde todas las identidades sean respetadas, utilizando lenguaje inclusivo y aceptando las relaciones de tus familiares LGBT con sus parejas o redes de apoyo.

Guías aplicables para activistas LGBTIQ+

Referencia	Auditoría	Link
Guía Regional para la Incidencia Política	CENTRO DE PROMOCIÓN Y DEFENSA DE LOS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS	
Guía sobre temática LGBTI para Periodistas y Medios de Comunicación	CENTRO DE PROMOCIÓN Y DEFENSA DE LOS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS	
Kit de Herramientas para la Inclusión Social	CIVICUS Global Alliance	
Manual para la protección y autoprotección de activistas LGBTI en medios digitales	Corporación Caribe Afirmativo	

Acrónimos

1	ACNUDH	Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos .
2	ACNUR	Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados.
3	AIEA	Agencia Internacional de Energía Atómica.
4	BID	Banco Interamericano de Desarrollo.
5	CCPR	Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos.
6	CED	Convención Internacional para la protección de todas las personas contra las desapariciones forzadas.
7	CEDAW	Convención para la Eliminación de todas las formas de Discriminación contra la Mujer.
8	CEPAL	Comisión Económica para América Latina.
9	CERD	Convención Internacional sobre la Eliminación de todas las Formas de Discriminación Racial.
10	CIDH	Comisión Interamericana de Derechos Humanos.
11	CIM	Comisión Interamericana de Mujeres.
12	CINU	Centro de Información de las Naciones Unidas.
13	Corte IDH	Corte Interamericana de Derechos Humanos.
14	CRC	Convención sobre los Derechos del Niño.
15	CRPD	Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad.
16	ECOSOC	Consejo Económico y Social.

Acrónimos

17	HRC	Comité de Derechos Humanos.
18	ODS	Objetivos de Desarrollo Sostenible.
19	OIM	Organización Internacional para las Migraciones.
20	OIT	Organización Internacional del Trabajo.
21	OMS	Organización Mundial de la Salud .
22	ONU Mujeres	Organización de las Naciones Unidas que desarrolla programas, políticas y normas con el fin de defender los derechos humanos de las mujeres.
23	ONUSIDA	Programa Conjunto de las Naciones Unidas sobre el VIH/SIDA.
24	OPS	Organización Panamericana de la Salud.
25	Pacto de San José	Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos.
26	PNUD	Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo.
27	UNESCO	Organización de las Naciones Unidas para Educación, Ciencia y Cultura.
28	UNFPA	Organización de las Naciones Unidas para Educación, Ciencia y Cultura.
29	UNICEF	Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia.
30	USAID	Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional.
31	Yogyakarta Principes	Principios de Yogyakarta sobre la aplicación de la legislación internacional de derechos humanos en relación con la orientación sexual y la identidad de género (no es un tratado formal, pero es un documento influyente).



