

## El poder del estigma y el poder del amor

por Gracia Violeta Ross Quiroga

Al ser la hija de un pastor evangélico en Bolivia, revelar mi diagnóstico de VIH presentaba el riesgo de tener que enfrentar la acusación, la culpa y las condenaciones.

Cuando obtuve un diagnóstico positivo de VIH en el año 2000, decidí hablar abiertamente sobre ello y sobre mi experiencia como sobreviviente de una violación.

La decisión se fundamentó en mi creencia de que las comunidades y redes religiosas que trabajan con temas relacionados con el VIH y SIDA tenían que romper el silencio en torno a la propagación del VIH entre las mujeres.

### ¿Qué es el estigma?

El estigma es una marca de desgracia que se asocia con una circunstancia o un atributo negativo particular. Estigmatizar (provocar que una persona sufra estigma) es catalogar a una persona o a un grupo de personas, con base en ideas preconcebidas, información errónea, o una decisión consciente de rechazar a los demás. Cuando la idea de aislar a algunas personas o a un grupo de personas con ciertas condiciones se torna en acción, se convierte en discriminación.

### El estigma dentro de la iglesia

El cristianismo es una cuestión de amor. Jesús fue más allá de las cuestiones relacionadas con la moralidad y la pureza para comunicar su amor a las personas. A pesar de esto, he visto a personas ser estigmatizadas en



Richard Hanson / Tearfund

El estigma causa mucha vergüenza y soledad.

la iglesia. Las siguientes personas no han sido tratadas como iguales, en algunos casos porque no cumplen con expectativas específicas de perfección moral:

- personas jóvenes, solteras que enfrentan embarazos no deseados, y sus familias
- personas con discapacidades
- mujeres solteras
- madres solteras
- consumidores de drogas
- adictos al alcohol.

Jesús enfrentó las preguntas de los líderes religiosos sobre por qué interactuaba con pecadores, mujeres de reputación dudosa, recaudadores de impuestos, enfermos, niños y muchos otros. Al dar respuesta a las necesidades de estas personas frecuentemente estigmatizadas, Jesús no sólo restauró su salud y bienestar físicos, sino que también restauró su dignidad. Un bello ejemplo es la sanación de una 'mujer impura', a quien él llamó 'hija'.

Recuerdo cuando la hija adolescente de cierto pastor salió embarazada. El padre no aprobaba las relaciones sexuales fuera del matrimonio y le pidió que se hiciera un aborto. Después de un tiempo, él ya no pudo seguir ocultando lo que había hecho, de modo que se lo confesó a la iglesia. La

reacción de la iglesia fue de disciplinarlo a él y a su familia, pero lo hicieron sin amor. La hija decidió mudarse a otro país y nunca más supimos de ella.

¿Fue necesario todo ese dolor, vergüenza y culpa que ella sufrió para enseñarle una lección? ¿Qué necesitaba ella más, una lección o amor? A veces nos olvidamos de que Jesús reservó sus palabras más duras para

### En este número

- 3 Editorial
- 4 Recursos
- 5 Una mano dispuesta a ayudar a los ex-prisioneros
- 6 Cómo dar fin al estigma: un debate comunitario
- 7 Estudio bíblico
- 8 Fístula
- 10 Construcción de la paz entre grupos religiosos
- 12 Consejería compasiva
- 14 Reconciliación – contando una historia diferente
- 15 Cartas
- 16 Ser sordo en Afganistán

*Paso a Paso* es un folleto que une a los trabajadores sanitarios y los trabajadores de desarrollo en todo el mundo. Tearfund, editores de *Paso a Paso*, esperan que el mismo proporcione el estímulo del entusiasmo y de nuevas ideas. Es una forma de animar a los cristianos de todas las naciones mientras trabajan unidos para crear integridad en nuestras comunidades.

*Paso a Paso* es gratis para los trabajadores de desarrollo comunitario y los líderes de iglesias. Lo tenemos disponible en español, inglés, francés y portugués. Aceptamos con gratitud cualquier donación.

Invitamos a nuestros lectores a contribuir puntos de vista, cartas, artículos y fotos.

**Editora** Helen Gaw

Tearfund, 100 Church Road, Teddington, TW11 8QE, Reino Unido

Tel: +44 20 89 77 91 44

Fax: +44 20 89 43 35 94

E-mail: [footsteps@tearfund.org](mailto:footsteps@tearfund.org)

Sitio web: <http://tilz.tearfund.org/español>

**Editora de idiomas** Helen Machin

**Administración** Pedro de Barros

**Comité editorial** Ann Ashworth, Richard Clarke, Steve Collins, Paul Dean, Mark Greenwood, Martin Jennings, Ted Lankester, Mary Morgan, Nigel Poole, Clinton Robinson, Naomi Sosa

**Diseño** Wingfinger Graphics, Leeds

**Impreso** en papel 100 por ciento reciclado, utilizando procesos que no dañan el medio ambiente.

**Traductores** E Bournon, E Frías, A Hopkins, M Machado, S Melot, W de Mattos Jr, J Seddon, G van der Stoel

**Suscripción** Escriba o envíe un e-mail a las direcciones que aparecen arriba detallando brevemente su labor y señalando el idioma que prefiere.

**e-Footsteps** Para recibir *Paso a Paso* por e-mail, por favor inscribese en el sitio web de [tilz](http://tilz.tearfund.org). Vaya a la página de *Paso a Paso* luego haga clic en 'Regístrese para recibir *Paso a Paso* electrónico'.

**Cambio de dirección** Por favor indique el número de referencia de la etiqueta que lleva su dirección al darnos a conocer un cambio de dirección.

**Derechos de autor** © Tearfund 2012. Todos los derechos reservados. Se da permiso para reproducir textos de *Paso a Paso* para uso en la capacitación, siempre que el material se distribuya en forma gratuita, y que se le dé crédito a Tearfund Reino Unido. Para cualquier otro uso, favor de pedir autorización escrita a [footsteps@tearfund.org](mailto:footsteps@tearfund.org)

**Las opiniones y los puntos de vista** expresados en las cartas y los artículos no necesariamente reflejan los puntos de vista de la editora o de Tearfund. La información provista en *Paso a Paso* se verifica con todo el rigor posible, pero no podemos aceptar responsabilidad por algún problema que pueda surgir.

**Tearfund** es una agencia cristiana evangélica de asistencia y desarrollo que trabaja en la formación de una red mundial de iglesias locales para ayudar a erradicar la pobreza.

Tearfund, 100 Church Road, Teddington, TW11 8QE, Reino Unido.

Tel: +44 20 8977 9144

**Publicado** por Tearfund, compañía limitada. Reg. en Reino Unido No. 994339.

Obra benéfica registrada No. 265464 (Inglaterra y Gales)

Obra benéfica registrada No. SC037624 (Escocia)

las personas que prestaban mayor atención a la apariencia exterior de la religión que a amar a sus prójimos. ¿Queremos que la iglesia en nuestra comunidad sea asociada con el amor o con la condenación?

Hace poco, otra mujer confesó haber mantenido relaciones sexuales antes del matrimonio, pero se arrepintió y decidió casarse con su novio. El pastor no le permitía casarse con un vestido blanco. Yo le pregunté al pastor, "Si ella se ha arrepentido y nosotros creemos que Dios realmente la ha perdonado, ¿por qué debemos acordarle su pecado con un vestido castaño claro?" Afortunadamente, al final se le permitió casarse con un vestido blanco.

En mi vida cotidiana y en la incidencia que realizo en torno al VIH tengo que abordar mi propio estigma hacia algunos grupos de personas, tales como algunos hombres abiertamente homosexuales, personas transexuales y trabajadores sexuales. Para mí es un constante reto interior de recordar el amor y la gracia de Dios.

La gracia es un atributo de Dios. Su gracia significa que él no nos da a ninguno de nosotros lo que nos merecemos y sino lo que no nos merecemos: amor, cuidado y perdón.

Como cristiana, trato de recordar que Dios me amó tanto como para cuidarme cuando yo no lo merecía, por tanto, no tengo derecho de estigmatizar a los demás.

## El estigma fuera de las comunidades religiosas

El estigma no ocurre únicamente dentro de las comunidades religiosas. Pueden estigmatizarse muchos aspectos de la

identidad y de las circunstancias de una persona: la identidad étnica, la sexualidad, el género, el estado civil, la condición de salud, la edad y el tamaño, la apariencia, la condición financiera, el nivel educativo y la raza.

El estigma se encuentra presente en todas las sociedades y culturas. Algunas de las razones por las que estigmatizamos a los demás son:

- falta de información
- información incorrecta
- nuestros valores y creencias
- para obtener un sentimiento de seguridad y satisfacción de saber que otra persona es menos feliz que nosotros.

El estigma convierte 'al otro' (la persona o el grupo de personas que es diferente a nosotros) en el objeto de nuestros propios temores, inseguridad, culpa y falta de confianza en sí mismo. El poder del estigma es tan sólo una ilusión que cubre nuestro sentimiento de inseguridad a costa de la otra persona.

## El estigma en nuestro interior

La persona que estigmatiza al final se convierte en una víctima del estigma. No se puede esperar tener buenas relaciones con los demás, si se continúa construyendo muros entre sí mismo y los demás. No se puede esperar estigmatizar a los demás, sin esperar vivir en soledad al final.

El estigma en nuestro interior paralizará todo crecimiento con pensamientos tales como "No puedo hacerlo", "No soy lo suficientemente bueno", "Nadie me quiere", "No merezco nada mejor" y mentiras similares.



Compartiendo un mensaje anti-estigma en Camboya.

# EDITORIAL



Helen Gaw  
Editora

Estigma originalmente significaba una marca actual en el cuerpo de una persona, pero ahora la palabra se usa para describir el modo en que marcamos a las personas como distintas a nosotros.

Es difícil conversar sobre el tema del estigma. A veces estamos ciegos al estigma a nuestro alrededor y hasta al estigma en nuestro interior. A veces reconocemos que el estigma existe, pero nos da temor hablar sobre eso porque otras personas nunca lo hacen.

Incluso cuando podemos hablar sobre el estigma y tomar acción para evitarlo, podrían haber retos. Cuando sacamos a la luz el estigma, exponemos creencias profundamente arraigadas que deben ser cambiadas. A muchas personas esto les incomoda, porque amenaza su sentido de identidad.

El estigma provoca discriminación, y esto retrasa el desarrollo comunitario y mantiene

a las personas en la pobreza. En lugar de que las comunidades logren metas de manera unificada, como lograr que la educación esté disponible para todos los niños, algunas personas podrían ser excluidas o quedarse atrás.

En este número compartimos artículos de diferentes grupos estigmatizados, como las personas con discapacidades (página 16), las personas que viven con el VIH (páginas 1-3) y los ex-prisioneros (página 5). El estigma de tener un problema de salud particular (como fístula, páginas 8-9, o lepra, páginas 6-7) a menudo evita que las personas procuren recibir tratamiento. Esto puede conducir al sufrimiento innecesario y hasta a la muerte.

Es una triste realidad que a menudo los grupos religiosos son responsables de estigmatizar a los demás. Las iglesias han excluido a las personas y lo han justificado citando la Biblia. En lugar de ayudar a las personas a sanarse de la vergüenza provocada por el estigma, las iglesias la han empeorado. Por este motivo hemos incluido

dos estudios bíblicos en la página 7 que comparten un mensaje distinto. Se puede superar el prejuicio que conduce al estigma construyendo relaciones con aquellas personas que son distintas a nosotros; por ejemplo, con personas de distinta religión (páginas 10-11).

En específico, buscamos modos de cambiar las actitudes. Compartir historias personales es una manera poderosa de lograr esto (véase la página 14). Agradecemos a todos aquellos que han compartido sus propias experiencias para contribuir con este número de *Paso a Paso*.

*Paso a Paso 87* examinará el tema de las enfermedades no transmisibles, las que no pueden contraerse ni propagarse.

*Helen*

PD: Yo estaré tomando un descanso de la edición de *Paso a Paso* para cuidar de mi bebé recién nacido. ¡Espere a la nueva editora en el siguiente número!

## Lo único que uno necesita es amor

Hace dos semanas mi hermana me contó una historia muy triste. Mi sobrina de cuatro años de edad tenía una buena amiga en la escuela. Las dos niñas vinieron a la casa de mi hermana a jugar. Cuando la madre de la amiga llegó a recoger a su hija, vio fotos más y le pidió a mi sobrina que dejara de ser amiga de su hija.

Mi hermana habló con ella. La señora dijo que su hija no podía visitar más a mi sobrina porque mientras estuvieran jugando, podría ocurrir un accidente, y si diera la casualidad de que mi sangre estuviera por allí, su hija estaría en riesgo de contraer el VIH. Incluso preguntó si a mis dos sobrinas (de tres y cuatro años de edad) se les habían realizado pruebas de VIH, debido a su constante interacción conmigo.

Desde que mis sobrinas eran muy pequeñas hemos leído juntas la historia de un niño que vive con el VIH (Daniel) y su mejor amiga en la escuela (Leticia). El mensaje principal de esta historia, que fue producida por ONG brasileñas que trabajan con niños que viven con VIH y que han sido afectados por la epidemia del VIH, es que Leticia realmente



Gracia Violeta Ross Quiroga hace collares con sus dos sobrinas.

ama a su amigo que está viviendo con VIH. Esta es la historia de dos niños que son amigos. Uno está viviendo con VIH, y al otro eso no le importa.

Con el método simple de contar historias, a mis sobrinas se les ha comunicado información sobre el VIH desde que tenían seis meses de edad. Por tanto, mis sobrinas saben que no es posible que se infecten de VIH por el simple hecho de estar en mi casa.

Mi sobrina de cuatro años de edad me dijo: "...su mamá no la deja ser mi amiga porque

piensa, ¡ah! ¡Ella piensa que yo tengo VIH! ¿Te imaginas, Tía?"

Lo más importante es que mis sobrinas aprendieron a amar antes de aprender a odiar. Ya que su primera respuesta automática ante el estigma fue el amor y no el odio, ellas pudieron rechazar la ignorancia y continuar amándome.

Los niños aman e interactúan de manera natural con la mayoría de las personas a su alrededor, pero nosotros les enseñamos a odiar.

¿Qué actitudes debe cambiar usted en su propio interior? ¿Qué les enseñará a los niños a su alrededor?

Gracia Violeta Ross Quiroga  
Red Nacional de Personas que viven con VIH/SIDA en Bolivia (REDBOL)  
REDBOL – La Paz  
Edif. Guachalla, Mezanine of. 9. Calle Guachalla  
La Paz  
Bolivia  
www.redbol.org

Gracia ha sido una Embajadora del VIH para Tearfund desde el 2009.  
graciavioleta@gmail.com

El sitio web tilz <http://tilz.tearfund.org/español> Las publicaciones internacionales de Tearfund pueden bajarse gratis de nuestro sitio web. Busque cualquier tema que le ayude en su trabajo.



## Construcción de la paz en nuestras comunidades

Este libro de la serie ROOTS estudia herramientas para el trabajo de construcción de la paz y transformación de los conflictos.

Contiene estudios de caso sobre labores de paz y reconciliación en las comunidades. Está disponible en español, inglés, francés y portugués.

Para hacer un pedido, comuníquese con: International Publications, Tearfund, 100 Church Road, Teddington, TW11 8QE, Reino Unido

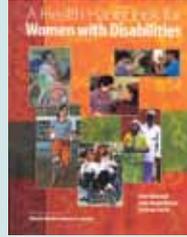
E-mail: [roots@tearfund.org](mailto:roots@tearfund.org)  
Sitio web: <http://tilz.tearfund.org/español>



## Un manual de salud para mujeres con discapacidad

por Jane Maxwell, Julia Watts Belser y Darlena David

Las mujeres con discapacidades a menudo descubren que el estigma social de la discapacidad y el cuidado inadecuado son barreras a su salud superiores a las discapacidades en sí. *Un manual de salud para mujeres con discapacidad* ayudará a las mujeres con discapacidades a superar estas barreras y a mejorar su estado general de salud, autoestima y habilidades para cuidar de sí mismas y participar en sus comunidades. No es un texto médico ni un manual de rehabilitación, pero contiene muchos consejos y sugerencias útiles desarrollados con la ayuda y la experiencia de mujeres con discapacidades en 42 países.



disponibles en inglés y español. Pueden descargarse gratuitamente desde [www.hesperian.org](http://www.hesperian.org).

Para hacer un pedido, comuníquese con: TALC, PO Box 49, St Albans, Hertfordshire, AL1 5TX, Reino Unido

E-mail: [info@talcuk.org](mailto:info@talcuk.org)  
Sitio Web: [www.talcuk.org](http://www.talcuk.org)

## Obstetric Fistula: Guiding principles for clinical management and programme development

por Gwyneth Lewis y Luc De Bernis

Esta es una guía práctica destinada a los profesionales de la salud y planificadores, formuladores de políticas y líderes comunitarios. Proporciona información esencial sobre antecedentes objetivos junto con principios para crear estrategias y programas de prevención y tratamiento de la fístula. Está disponible en inglés y francés.

Para hacer un pedido, envíe su nombre completo y dirección postal a: World Health Organization, Department of Reproductive Health and Research, Documentation Centre, 1211 Geneva 27, Suiza

Fax: 0041 22 791 4171  
E-mail: [rhrpublications@who.int](mailto:rhrpublications@who.int)  
Sitio Web: [www.who.int/publications](http://www.who.int/publications)

## Hand in Hand: Bible studies to transform our response to HIV

editado por Isabel Carter y Maggie Sandilands

Estos estudios bíblicos están diseñados para equipar a los pastores y a los líderes de las iglesias para ayudar a sus congregaciones a tener un entendimiento más profundo del VIH y una perspectiva bíblica honesta e imparcial. Incluyen aportes de expertos en teología y VIH de todo el mundo.

Está disponible en inglés, francés y ruso. Puede descargarse gratuitamente desde [www.tearfund.org/tilz](http://www.tearfund.org/tilz).

Las copias impresas de las versiones en inglés y francés están disponibles a un costo de £3.75 y £3.95 respectivamente desde la tienda de recursos en línea de Tearfund. Sírvase enviar un correo electrónico a [footsteps@tearfund.org](mailto:footsteps@tearfund.org), si necesita ayuda para hacer un pedido.

Las copias impresas de las versiones en inglés y francés están disponibles a un costo de £3.75 y £3.95 respectivamente desde la tienda de recursos en línea de Tearfund. Sírvase enviar un correo electrónico a [footsteps@tearfund.org](mailto:footsteps@tearfund.org), si necesita ayuda para hacer un pedido.



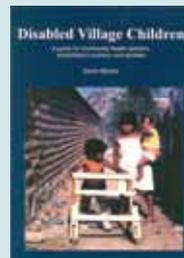
## El niño campesino deshabilitado

por David Werner

Este manual escrito especialmente para aquellos que viven en comunidades con recursos limitados, explica cómo crear pequeños centros de rehabilitación en la comunidad y talleres dirigidos ya sea por personas con discapacidades o por las familias de niños con discapacidades. *El niño campesino deshabilitado* contiene más de 4,000 dibujos y 200 fotos, que lo hacen comprensible para todos.

Los temas expuestos en la reimpresión del 2009 incluyen cómo construir seis diferentes tipos de sillas de ruedas usando recursos locales, técnicas de terapia tales como la fabricación de juguetes educativos, y aparatos y adaptaciones para la rehabilitación de bajo costo para el hogar y la comunidad.

*Un manual de salud para mujeres con discapacidad* y *El niño campesino deshabilitado* cuestan cada uno £20. Ambos están



## Where There is No Psychiatrist: A mental health care manual

por Vikram Patel

Este libro es un manual práctico para el cuidado de la salud mental para trabajadores comunitarios de salud, los enfermeros de atención primaria, trabajadores sociales y doctores de atención primaria, particularmente en los países en vías de desarrollo. Le ofrece al lector un entendimiento básico de las enfermedades mentales, describe más de 30 problemas clínicos asociados con las enfermedades mentales y utiliza un enfoque de resolución de problemas para orientar al lector a través de su evaluación y gestión.

El libro cuesta £9 y puede pedirse desde TALC utilizando la información de contacto antes mencionada.

# Una mano dispuesta a ayudar a los ex-prisioneros

En algunos lugares el estigma y la discriminación son empeorados por prácticas oficiales que les niegan a las personas sus derechos o que los excluyen de la sociedad. Aquí, una organización en Kirguistán que dirige un centro de rehabilitación para hombres que son ex-prisioneros nos comparte el modo en que los está ayudando a reintegrarse a la sociedad.

A los ex-prisioneros en Kirguistán se les hace muy difícil encontrar empleo. Muchos de ellos no tienen un domicilio específico. Se sienten rechazados por sus familias y la sociedad. Les temen a las autoridades policiales y muchos abusan del alcohol y de los estupefacientes.

Cuando entran a prisión les quitan sus pasaportes y otros documentos de identidad. Esta práctica data de los tiempos de la Unión Soviética. A pesar de que Kirguistán ha cambiado de muchas maneras desde su independencia, esta ley permanece igual. Al ser liberado, un prisionero necesita una referencia que le permita llevarse su pasaporte. Hasta que la consiga, tiene pocas posibilidades de reconstruir su vida. No tiene ingresos, ni dirección registrada, ni medios para obtener un empleo. No puede abrir una cuenta bancaria ni ir a un médico. Esto se debe a que no existe ante los ojos de la ley y no tiene manera de probar su identidad. A los ex-prisioneros se les dificulta recuperar sus documentos.

## Recuperación de los documentos

Nosotros hemos creado relaciones con las autoridades locales, la policía y el Ministerio de Justicia para ayudar a estos hombres a recuperar sus documentos y poder iniciar sus vidas de nuevo.

Antes de que un prisionero llegue a nuestro centro de rehabilitación es registrado en la estación de policía local. Nuestro personal, que está involucrado en restaurar los documentos de los ex-prisioneros, le da a la policía una referencia a nombre del ex-prisionero, con la condición de que éste terminará un programa de rehabilitación de un año de duración en el centro.

Nuestro fin es obtener la confianza y el respeto de las autoridades locales porque ellos son los responsables de certificar los documentos de los ex-prisioneros y de proporcionar nuevos documentos, cuando

es necesario. También trabajamos estrechamente con los residentes locales, porque su reacción inicial hacia los ex-prisioneros es desconfianza y temor que vayan a violar la ley en cualquier momento. Esto conduce al rechazo y al estigma.

## Desarrollando la confianza

Nuestra experiencia ha demostrado que esto puede superarse dándoles confianza a las autoridades locales y a los residentes del lugar al demostrarles que los ex-prisioneros son capaces de reintegrarse y de hacer contribuciones positivas a la sociedad, por ejemplo, por medio de lo siguiente:

- desarrollar su confianza y trabajo en equipo a través de proyectos de construcción y de otras actividades
- ayudándoles a recuperarse de las adicciones

- invitarles a participar en programas de la iglesia y en eventos de la comunidad
- ayudarles a reconstruir las relaciones con sus familias
- proporcionarles una casa de transición para darles la oportunidad de aprender a vivir de manera independiente después de estar en una institución (por ej., cómo cocinar, ir de compras, limpiar y tomar decisiones sin supervisión)
- enseñarles destrezas para la vida cotidiana, tales como las relaciones, cómo administrar el dinero y la generación de ingresos.

Esto ha ayudado a cambiar la actitud estigmatizante de la sociedad hacia estos hombres. Las personas se dan cuenta de que ellos tienen el mismo valor y estima.

Después de un año de participar en el programa de rehabilitación del centro, los ex-prisioneros pueden recoger sus documentos. Como resultado, retoman su identidad y tienen la oportunidad de reconstruir sus vidas. Al posibilitar esto, esperamos desafiar de un modo positivo las viejas prácticas oficiales, para que haya un cambio a largo plazo en la manera de tratar a los ex-prisioneros.

*Kirguistán es un país de Asia Central. Hace frontera al este con China. La organización que trabaja en Kirguistán fue fundada por un ex-prisionero inspirado a ayudar a otras personas como él.*



Hombres se reúnen en una calle de Kirguistán.

# Cómo dar fin al estigma: un debate comunitario

por John Mark Bowers



Elizabeth, una viuda que vive con lepra (en el centro de la foto, vistiendo un tocado amarillo) asiste a una reunión comunitaria.

**Conversar sobre el estigma con los demás puede ser un primer paso hacia superar los prejuicios. Aquí ofrecemos una propuesta de esquema para un debate grupal.**

## METAS

- Conversar sobre el estigma e identificarlo en la comunidad
- Considerar una historia sobre Jesús, como ejemplo de sanación integral del estigma, la enfermedad y la vergüenza
- Realizar un juego de roles sobre cómo aceptar y ayudar a alguien que sufre estigma
- Compartir ideas para alcanzar a las personas que sufren estigma en la comunidad

## TIEMPO

30 minutos

cristianos, pero puede adaptarse para ser utilizado por grupos con distintas creencias. Puede mejorarse con ejemplos, historias y proverbios locales. ¿Cómo puede hacerlo pertinente para su grupo?

## TAREA 1

### Identificar el estigma

Conversemos sobre:

- ¿Qué significa el estigma?
- ¿Qué tipos de situaciones crean estigma en nuestra comunidad?

## TAREA 2 El ejemplo de Jesús

Les invito a escuchar una historia sobre cómo Jesús trató a un hombre que sufría de la vergüenza causada por una enfermedad. Este hombre padecía una enfermedad llamada lepra, que provocaba que aparecieran llagas en todo su cuerpo. La ley dictaba que las personas con lepra debían vivir fuera del campamento lejos de todos, y debían gritar “¡Impuro! ¡Impuro!” cuando se acercaban al pueblo. Al ser impuro, este hombre no podía trabajar ni criar una familia.

## EL HOMBRE CON LEPPA (LUCAS 5:13-14)

Cuando Jesús estaba en un pueblo, se presentó un hombre cubierto de lepra. Al ver a Jesús, cayó rostro en tierra y le suplicó, “Señor, si quieres, puedes limpiarme.” Movido por la compasión, Jesús hizo lo que ninguna otra persona se hubiera atrevido a hacer; extendió su mano y tocó al hombre. “Sí quiero”, le dijo. “¡Queda limpio!” Y al instante se le quitó la lepra. Entonces Jesús le dijo, “No se lo digas a nadie; sólo ve, preséntate al sacerdote y lleva por tu purificación lo que ordenó Moisés, para que sirva de testimonio”.

*En un grupo de tres o cuatro personas, debatan: ¿De qué maneras Jesús tocó la vida de este hombre?*

Tomen en cuenta las necesidades físicas, sociales, emocionales y espirituales del hombre.

*Pasados unos minutos, pídale a los participantes compartir sus respuestas. Respalde las respuestas de acuerdo con las cuatro categorías mencionadas a continuación:*

**ASPECTO FÍSICO:** Cuando Jesús curó la lepra del hombre, restituyó la salud en el cuerpo físico. Fue empoderado para trabajar de nuevo, ganándose la vida por sí mismo.

**ASPECTO SOCIAL:** Cuando Jesús sanó su enfermedad, fueron restauradas sus relaciones. Cuando él lo tocó, fue considerado limpio y pudo reincorporarse a su familia y comunidad.

**ASPECTO EMOCIONAL:** Cuando Jesús extendió su mano para tocarlo, fue

## Información sobre la lepra

- La lepra se desarrolla muy lentamente en el transcurso de un período de aproximadamente cinco años. A veces toma 20 años para que aparezcan los síntomas.
- La lepra sólo es levemente infecciosa. Se propaga por gotas provenientes de la nariz o de la boca de personas que tienen lepra no tratada durante el contacto estrecho y frecuente. No se propaga por el tacto.
- La lepra se cura con medicamentos. Puede evitarse la discapacidad, si se inicia el tratamiento temprano.
- A menudo el estigma evita que las personas busquen tratamiento.

Este guión es una guía. Ha sido escrito para ser utilizado con grupos comunitarios

restaurada su dignidad. Él experimentó el amor de Dios y comprendió que era valioso ante los ojos de Dios.

**ASPECTO ESPIRITUAL:** Él aprendió que Jesús lo apreciaba y quería que él pudiera reincorporarse a la comunidad de adoración. Jesús le dijo que se presentara ante el sacerdote para cumplir la ley y como muestra de que él acogería a aquellos que habían sido excluidos y les daría nueva esperanza.

### TAREA 3 Juego de roles

*El facilitador u otra persona puede hacer el papel de Ruma. Este guión es para la persona que haga el papel de Ruma. Sería buena idea que esta persona se cubriera parcialmente el rostro o que hablara en dirección contraria al grupo.*

Ruma regresa a la comunidad donde se crió. Ustedes van a hacer el papel de los miembros residentes de la comunidad de Ruma. Escuchen la historia de Ruma y prepárense para venir hacia mí (como Ruma) y mostrarme cómo van a ayudarme a mí y a mis hijos.

### EL JUEGO DE ROLES DE RUMA

Mi nombre es Ruma. Algunos de ustedes me conocen desde la infancia. Hace aproximadamente un año mi esposo me lanzó ácido. Él dijo que yo le era infiel. Eso no era cierto. El ácido cayó sobre un lado de mi rostro quemándome la piel. Con frecuencia siento dolor y perdí la vista en un ojo. Mis suegros me excluyeron de la casa y de la comunidad. Me escapé con los niños. Durante meses no pude trabajar. Vendimos muchas cosas para sobrevivir. Dondequiera que voy la gente se atemoriza por mi apariencia. Los otros niños se burlan de mis hijos. Nadie compra de mi negocio.

*Pida a cada uno de los participantes responder la pregunta: ¿Qué puedes hacer tú para ayudarme (Ruma)? Tomen en cuenta mis necesidades físicas, sociales, emocionales y espirituales y las necesidades de mis hijos.*

### TAREA 4 Ideas para la acción

Pensar en las personas en la comunidad que han sufrido porque han sido excluidas de la vida comunitaria normal. Es nuestra responsabilidad mostrar compasión hacia

los que sufren. Piense en las personas que no son consideradas "normales" o "uno de nosotros".

*Debate:* ¿Qué medidas podemos tomar para ayudar a aquellos en nuestra comunidad que han sido tratados mal debido al estigma?

*Después de que todos los participantes hayan hablado, agradézcales sus ideas.*

Piensen en alguien que sufre estigma en su comunidad. Les invito a considerar una manera en que ustedes pueden ayudar a esa persona, y convertir su idea en acción.

*Pida a los participantes contarle a la persona que tienen a su lado una cosa que van a hacer.*

Para ayudar a dar fin al estigma en su comunidad, les invito a compartir lo que han aprendido con un amigo o vecino.

*Podría ser apropiado concluir la sesión orando todos juntos.*

*John Mark Bowers es el Gerente de Programa Curricular del Chalmers Center for Economic Development [Centro Chalmers para el Desarrollo Económico].*

[www.chalmers.org](http://www.chalmers.org)  
[info@chalmers.org](mailto:info@chalmers.org)

## ESTUDIO BÍBLICO ¿Qué sabemos realmente?

por el Rev. Dr. Michael Beasley

### Leamos Lucas 8:42a-48.

Como seres humanos, a menudo sabemos menos sobre los demás que lo que pensamos. Tomemos en cuenta la historia de la mujer con hemorragia. ¿Qué saben las siguientes personas sobre la situación descrita y qué no saben?

- la multitud
- Jesús
- la mujer misma

La multitud no tiene idea de lo que está sucediendo. Si hubiera sabido que había entre ellos una mujer con hemorragia hubiera salido corriendo, para apartarse de alguien que era considerada ritualmente impura. Los líderes religiosos enseñaban esto como ley (Levítico 15:25-27, 31). Al ser judíos en los tiempos de Jesús, la multitud hubiera percibido a la mujer como una persona marginada a quien debía evitar. Su sangrado hubiera sido visto como una demostración en su propio cuerpo de su tendencia al pecado y de su alejamiento de Dios. "¿Quién me ha tocado?" pregunta

Jesús. Hasta el conocimiento de Jesús es incompleto. A pesar de que sabe que ha salido poder de él, está consciente de no saber a quién ha beneficiado. La única persona que realmente sabe lo que está ocurriendo es la mujer. Sólo ella conoce su situación y necesidad, y que ha extendido su mano en fe hacia Jesús en busca de sanación.

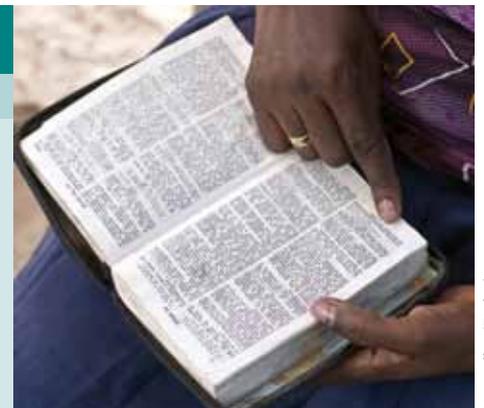
Jesús no sólo la sana físicamente, sino que la restaura emocional, espiritual y socialmente al señalarla ante la multitud y anunciar que ella ha sido sanada.

A menudo puede que supongamos comprender una situación cuando en realidad tenemos muy poca información sobre la misma. Tome en consideración estas preguntas:

- ¿Qué realmente saben los demás sobre usted? ¿Qué suposiciones hacen?
- ¿Qué realmente sabe usted de los demás? ¿Qué suposiciones hace usted?

### Leamos Salmos 139.

- ¿Qué dice este salmo que sabe Dios sobre usted?



Warren Allott / Tearfund

Cuando consideramos nuestras propias vidas, nuestros pensamientos y sentimientos, nuestras esperanzas, temores, secretos y deficiencias, es asombroso saber que Dios nos ama a pesar de todo lo que somos. Sin embargo, así es; tanto amó Dios al mundo, que dio a su Hijo unigénito, para que todo el que cree en él no se pierda, sino que tenga vida eterna. Si Dios tiene esos sentimientos hacia usted, y hacia todo lo que usted es, ¿podría sentir lo mismo por todos los demás también?

*El Rev. Dr. Michael Beasley es el Director de Misión en la Diócesis de Oxford. Ha trabajado extensamente en respuestas al VIH en el sector educativo en África, Asia y el Caribe.*

# Fístula

recopilado por Helen Gaw

La fístula obstétrica es una abertura en el canal reproductivo que se desarrolla como resultado de una labor de parto larga u obstruida. Las mujeres que tienen una fístula no pueden controlar el flujo de orina y sufren continua incontinencia, lo que puede provocar mal olor. Por lo general, sus bebés no han sobrevivido la labor de parto. Con frecuencia son excluidas de la familia y la comunidad, y desarrollan otros problemas de salud.

La Organización Mundial de la Salud estima que tan sólo en Asia y en África subsahariana dos millones de mujeres viven con fístula obstétrica no tratada. En Europa y en Norte y Sur América las mujeres tenían mayor probabilidad de desarrollar fístula, antes de que mejorara el acceso a los servicios de salud.

## La historia de Fatu

Las mujeres que trabajan con Health Poverty Action [Acción por la Salud en la Pobreza] como defensoras de las mujeres que tienen fístula en Sierra Leona utilizan un libro con imágenes para contar la historia de Fatu. Sin usar palabras, las imágenes muestran cómo Fatu experimentó una labor de parto larga antes de buscar ayuda médica, cuál fue el efecto que tuvo sobre su vida la fístula, cómo ella encontró una cura y cómo decidió ayudar a otras mujeres como ella.

Al igual que Fatu, las defensoras de las mujeres que tienen fístula son mujeres que han vivido con fístula y se han realizado una reparación quirúrgica. Una cirugía simple para reparar la abertura puede curar hasta al 90 por ciento de las mujeres que tienen fístula, pero en muchos lugares la cirugía no está disponible. Esto significa que es mucho más importante compartir el mensaje de la prevención. Las defensoras utilizan la historia de Fatu para hablar con las personas en sus comunidades sobre la fístula, despertando la conciencia sobre qué la ocasiona, cómo evitarla y cómo obtener acceso al tratamiento.

Los libros con imágenes son diseñados para que las defensoras los lleven consigo con el fin de compartir el mensaje como parte de sus vidas cotidianas. Han utilizado los libros para iniciar debates en mercados, escuelas, iglesias, mezquitas y reuniones comunitarias y hasta en transporte público. También hablan con mujeres embarazadas en los centros de salud y en las visitas a las clínicas de atención prenatal para enfatizar la importancia de buscar asistencia médica en el hospital cuando empiece la labor de parto, en lugar de esperar que surja un problema.

Las mujeres dicen que contar la historia de Fatu ha conducido a:

- un mayor conocimiento sobre las verdaderas causas de la fístula
- acabar con los mitos en torno a la fístula en sus comunidades
- más mujeres que escogen dar a luz en el hospital
- menos mujeres desarrollando fístula

## Cree su propio libro de dibujos

- Haga una lista de las cosas más importantes que desea comunicar. Esta deberá incluir qué causa la fístula, dónde obtener tratamiento y cómo prevenirla.
  - Piense en una historia que cuente cómo es probable que una mujer desarrolle una fístula en su zona y adapte la para incluir los mensajes importantes.
  - Haga una lista de las ilustraciones que va a necesitar para contar la historia.
  - Encuentre un buen dibujante local. Antes de convenir utilizar al dibujante, pídale que produzca algunas ilustraciones de muestra para poder decidir si le gusta su estilo.
  - Piense en el modo en que va a reproducir las ilustraciones cuando estén terminadas. Podría:
    - utilizar una empresa de impresión local
    - utilizar un escáner para crear una versión digital y una impresora para hacer tantas copias como necesite
- Si esto no es posible, considere pedirle al dibujante crear dibujos a blanco y negro que puedan ser fotocopiados o copiados fácilmente a mano.
- Pruebe la primera versión del libro con un grupo de personas pequeño, pero representativo. Pregúntele cómo puede ser mejorado el libro y pídale al dibujante hacer los cambios que hayan sido recomendados antes de producir muchas copias.

## Modos de prevenir la fístula obstétrica

- retrasar la edad del primer embarazo de la mujer
- dar fin a prácticas tradicionales perjudiciales (mutilación o ablación genital femenina)
- obtener asistencia médica en las primeras etapas de la labor de parto

## Mitos comunes sobre la fístula

Es culpa de los espíritus malignos

Ella está siendo castigada

Ocurre porque la mujer ha ofendido a los dioses

Es una maldición

- ¿Ha escuchado algunas de estas explicaciones sobre la fístula? ¿Qué opina sobre las mismas?
- ¿Es importante dar respuesta a estas creencias como parte del cuidado de las mujeres que tienen fístula?

## ¿Qué pasa con las mujeres que no pueden ser curadas?

Un pequeño número de mujeres no puede ser curado incluso después de varios intentos quirúrgicos. El Fistula Hospital en Addis Abeba, Etiopía, establece un ejemplo sobre cómo cuidar de estas mujeres. Desta Mender – que significa "aldea de alegría" en amhárico – es una comunidad de mujeres que necesitan cuidados prolongados. Algunas de ellas dependen de fundas especiales provistas por el hospital para recolectar los residuos corporales. Ellas pueden vivir de modo pacífico juntas sin el temor del estigma. Pueden aprender nuevas habilidades y muchas se convierten en cuidadoras y ayudantes de las enfermeras en el hospital. De hecho, todas las ayudantes de las enfermeras son mujeres con fístula que necesitan cuidados prolongados, aproximadamente 100 de ellas.

## Fístula traumática

La fístula obstétrica se desarrolla porque la cabeza del bebé presiona el canal reproductivo por un largo tiempo durante la labor de parto. Sin embargo, una abertura en el canal reproductivo también puede ser el resultado de un rasgado directo causado por violencia sexual. Existen muchos casos de fístula traumática en zonas destruidas por la guerra donde la violación se utiliza como un arma de guerra ilegítima.

Una mujer con una fístula traumática podría requerir de motivación especial para buscar ayuda. Es probable que experimente estigma y vergüenza. Podría estar muy temerosa dado que su condición es un constante recordatorio del abuso que sufrió.

Hay esperanza, porque al igual que la fístula obstétrica, la fístula traumática puede curarse con cirugía.

## Dónde buscar ayuda

- ¿Sabe dónde se encuentra el hospital más cercano para tratar la fístula? ¿Un trabajador de salud local le puede decir dónde se encuentra el hospital?
- Si el hospital más cercano se encuentra lejos, ¿puede averiguar si personal médico capacitado en el cuidado de la fístula puede viajar a un lugar más cerca de usted? ¿Puede comunicarse con la autoridad de salud local para solicitar acción?
- ¿Qué puede hacerse para ayudar a las mujeres con fístula a viajar para buscar un tratamiento?

Regina Bash-Taqi, Directora Nacional, Health Poverty Action, Sierra Leona  
rbashtaqi@healthpovertyactionsl.org.uk

Ilustraciones: Sahr Ellie – Ministerio de Salud y Saneamiento, Unidad de Promoción de la Salud, Sierra Leona

# Construcción de la paz entre grupos religiosos

por Joe Campbell

El prejuicio entre grupos diferentes es el inicio de lo que puede crecer hasta convertirse en una división grave, conflicto, y a menudo violencia. Ambas partes se sienten mal entendidas y excluidas por la otra. Cada una se siente más cómoda entre "su propia gente". Este sentimiento es tierra fértil para la propagación de rumores y la creación de temor por parte de aquellos que tienen perspectivas extremistas de ambos lados.

En un pueblo del este de Nepal, un grupo de líderes religiosos locales representando las cinco religiones del pueblo decidió que era el momento de tomar acción. Ya no iba a permitir que esas personas con perspectivas extremistas marcaran las pautas de las relaciones comunitarias. Los ataques y los contra-ataques ya habían ido muy lejos.

Los líderes formaron un grupo interreligioso por la paz. Este no era un grupo para promover un culto interreligioso, ni para combinar una religión con otra. No, este grupo convino tomar acción y trabajar a favor de la paz. Los miembros decidieron concentrarse en el daño hecho a la comunidad en lugar de en las personas malas que estaban realizando malas acciones. Ellos querían construir una comunidad pacífica que demostrara tolerancia y respeto hacia todos aquellos que consideraban que ese pueblo era su hogar.

Tomó varios meses obtener la participación de todos los grupos religiosos, porque las personas no conocían ni confiaban en otras personas de distintas religiones. A pesar de vivir en el mismo pueblo, con mucha frecuencia estos líderes religiosos nunca se habían conocido. Ellos y su gente habían vivido vidas paralelas, con poco o ningún contacto entre sí. Dentro de su pueblo la gente se había estado distanciando.

## Empezando a aprender

Con apoyo y consejo continuos del personal de United Mission to Nepal [Misión Unida para Nepal], lentamente se aumentó el nivel de confianza. Los líderes aprendieron que todas sus religiones tenían enseñanzas importantes sobre la paz y las relaciones con los demás, y se dieron cuenta de que estas verdades nunca se les habían enseñado realmente a la gente. Ellos aprendieron



Joe Campbell

Grupo de debate interreligioso, Nepal.

sobre las prácticas y los festivales religiosos de los demás. Tuvieron la oportunidad de hacer preguntas: preguntas con el objetivo de aprender, no preguntas diseñadas para acusar ni menoscabar la otra religión.

A su vez cada uno de los líderes tuvo que tranquilizar a sus amigos y a su familia en su propio grupo religioso que no estaba "diluyendo" o cambiando de religión. De vez en cuando se invitaba a cada líder a traer a otras personas de su grupo religioso para propagar más la conversación y ampliar la influencia del grupo. Se ofreció capacitación en habilidades para la negociación y la mediación. Lo más importante es que se dio tiempo para desarrollar la confianza dentro del grupo.

## Tomando acción juntos

Con el transcurso del tiempo, se establecieron las relaciones en el grupo interreligioso y se restauraron la confianza y el respeto. Había llegado el momento correcto para actuar a favor de la paz. Los líderes religiosos trabajaron juntos en proyectos, organizando encuentros y desfiles para celebrar el día internacional de la paz y para celebrar la firma del acuerdo de paz de Nepal. Produjeron afiches y folletos interreligiosos para ser utilizados en las escuelas y en los entornos comunitarios. Aprovecharon toda oportunidad para ser vistos juntos y no se avergonzaban de sus nuevos amigos. Por ejemplo, los cristianos visitaron las escuelas musulmanas y los musulmanes visitaron las escuelas hindúes, distribuyendo y explicando el afiche que habían diseñado juntos.

Ahora su objetivo es mantener y fomentar estas relaciones y permitirles que sean parte de la vida de la comunidad. No es iniciar un buen trabajo, sino continuarlo, lo que dará los mejores resultados. Los líderes religiosos esperan que al transcurrir el tiempo, se



El afiche creado por el grupo interreligioso en Nepal. El título en blanco dice "No violencia. Paz".

reduzca la violencia y las personas se sientan más cómodas viviendo más cerca unas de otras, entendiendo y ocasionalmente incluso uniéndose a los festivales y a los días de celebración de los demás. Se está estableciendo una comunidad donde cada grupo religioso siente el respeto y el reconocimiento de los demás. El objetivo de los líderes es que los temores y las conversaciones negativas sobre los grupos minoritarios se conviertan en una cosa del pasado.

### El reto

La mayoría de nosotros preferiría no involucrarse en grupos interreligiosos. Ponemos excusas y a veces actuamos y nos comportamos como si creyéramos todos los rumores y prejuicios. Sin embargo, en nuestros corazones sabemos que no es así como Dios quiere que sea nuestro mundo. Cuando nos comportamos con respeto y amor hacia los demás, los desconocidos, entonces el amor de Dios puede alcanzar a otros llevando sanación y esperanza a personas atrapadas en el ciclo del temor y la violencia. Jesús realmente dijo, "ama a tus enemigos", y él mismo lo practicó.

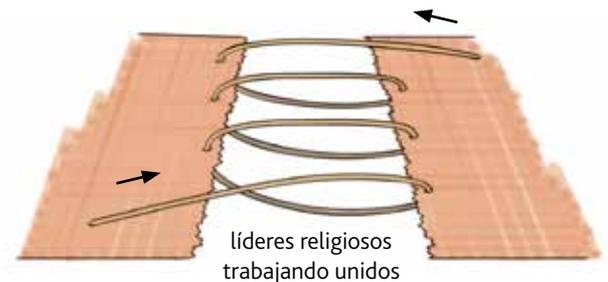
*Joe Campbell ha sido activo en el trabajo de las relaciones comunitarias y la construcción de la paz por más de 25 años. Él es originario del norte de Irlanda y ha trabajado con líderes y comunidades divididas en el norte de Irlanda, Inglaterra, los Balcanes y el Medio Oriente, así como más recientemente, en Nepal con United Mission to Nepal.*

## Enmendando la brecha: un diagrama de la construcción de la paz

El prejuicio, el estigma y el miedo dividen una comunidad. Esto se representa con un pedazo de tela rota.



Los líderes religiosos construyen conexiones de confianza que empiezan a acercar a las dos partes. Esto se representa cosiendo la tela rota.



Conforme se crean más conexiones, las personas se sienten más cómodas con aquellas del otro lado. La comunicación reúne de nuevo a la comunidad dividida. Esto se representa apretando las puntadas para remendar la tela.



*Para comunicar este mensaje a los demás, encuentre un pedazo de tela rota y cósala para explicar las diferentes etapas, según se muestra, o reelabore las imágenes.*

## Actividades para la construcción de la paz

- En una aldea o pueblo donde la fe esté siendo usada como motivo de división, cree un pequeño grupo interreligioso a favor de la paz. Escoja dos personas de cada religión que sean reconocidas y respetadas por su propio grupo. Sólo inicie cuando todas las religiones estén representadas adecuadamente. Explique que esto no se trata de un culto interreligioso ni de comprometer las creencias centrales de ninguno de los grupos, sino de tomar acción a favor de la paz y desarrollar la confianza a lo interno de su pueblo o aldea.
- En una reunión interreligiosa, invite a cada grupo a registrar en hojas separadas lo que sabe y cree sobre cada uno de los otros grupos. Cuando todos hayan terminado, realicen pequeñas presentaciones a su vez para el grupo completo. Esto puede crear diversión y risa mientras que el grupo que está siendo descrito puede corregir los errores y malentendidos de los demás. Todos aprenden de esto. Asigne bastante tiempo a esta actividad. Este no es un ejercicio que debe hacerse de prisa.
- Programe una serie de visitas de aprendizaje a distintos centros de adoración, quizás una visita cada dos semanas. El grupo anfitrión puede explicar los símbolos importantes, los festivales, las formas de adoración y otros detalles. Los invitados pueden hacer preguntas para obtener información y entendimiento.
- En los proyectos laborales o de desarrollo, dedique el tiempo necesario y haga el esfuerzo por incluir a los distintos grupos minoritarios en su zona. Involúcrelos desde el inicio y tome en serio sus opiniones y consejos.

### Será necesario que usted...

- confíe en la creencia de que las personas cambian
- tenga el coraje de abordar y construir relaciones con aquellos que poseen puntos de vista extremistas
- acepte consejos y consulte con una gran variedad de personas
- se concentre en los daños hechos a la comunidad en lugar de en las "personas malas"
- esté preparado para construir el largo camino hacia la paz
- Siempre busque fuera del grupo para ver cómo se puede servir a la comunidad de manera unida. Trabajar juntos en un proyecto puede crear un ejemplo para la comunidad en general.

# Consejería compasiva

por Gladys K Mwitiy Al Dueck

Las enfermedades mentales son una aflicción que debe ser enfrentada directamente en lugar de ser negada, y a la cual se debe responder de manera compasiva en lugar de con castigos. Las personas con enfermedades mentales a menudo han sido catalogadas como 'locas'. Desde el punto de vista de la condenación, las personas con enfermedades mentales serían percibidas como desahuciadas. La compasión es lo opuesto de la condenación. Una persona compasiva comunica simpatía, empatía, preocupación, bondad, consideración y cuidado.

Este artículo tiene dos partes. En la primera parte compartimos un ejemplo sobre cómo cuidar de una persona que cree que podría estar atormentada por espíritus malignos. En la segunda parte consideramos cómo ofrecer consejería a las personas deprimidas. Al igual que las enfermedades físicas, las enfermedades mentales pueden durar poco tiempo o toda la vida. Los ejemplos aquí muestran la posibilidad de una recuperación. (El libro *Where There Is No Psychiatrist [Donde no hay psiquiatras]* ofrece consejos sobre problemas de salud mental a largo plazo; véase la página 4). Aunque la organización Oasis África tiene experiencia principalmente en trabajar con culturas y sociedades africanas, gran parte de los consejos ofrecidos aquí es pertinente a todas las culturas.

## PARTE UNO La historia de Jamba

Jamba tuvo un encuentro con lo oculto y se traumatizó con esa experiencia. Su doctor lo refirió a Oasis África para recibir consejería.

Jamba había sufrido de ataques de ansiedad y pesadillas durante casi un mes. A pesar de que sólo tenía 25 años de edad, Jamba parecía mayor. Sus padres murieron cuando él tenía 15 años, y durante los últimos 10 años él había realizado el papel de cabeza de su familia, cuidando de sus siete hermanos y hermanas. Jamba asistía a una iglesia local de vez en cuando.

Jamba estaba casado, y la tensión de cuidar de su nueva familia aumentó su agotamiento. Poco tiempo después, Jamba empezó a sufrir de insomnio y dolores de cabeza que no mejoraban con medicamentos.

Finalmente, alguien le aconsejó buscar la ayuda de un "curandero" tradicional. Jamba contó la historia de su visita a la vivienda de este hombre, una experiencia que cambió su vida totalmente. La habitación frontal del "curandero" servía de área de recepción, donde se le pidió a Jamba vaciar sus bolsillos y dejar todas sus pertenencias, así como la

mayor parte de su ropa. Luego fue dirigido hacia adentro para ver al "doctor". Se encontró en una habitación oscura donde tenía que entrecerrar los ojos para poder ver. Cuando sus ojos se acostumbraron a la oscuridad, vio a un hombre arrugado y afeitado, desnudo hasta la cintura, sentado en el piso.

El "curandero" le hizo señas a Jamba de que se sentara frente a él. Jamba recuerda los ensalmos que pronunció el hombre sobre él, mientras bailaba alrededor de Jamba y salmodiaba en una lengua rara. A lo largo del proceso el ritmo condujo a Jamba hacia un estado hipnótico. Le rompieron un huevo crudo sobre la cabeza y terminó el baile. Ahora el hombre miraba a Jamba en la oscuridad, con ojos que brillaban a través de la luz opaca. Le dijo, "Te he hechizado. Sé que tienes un negocio con un ingreso regular. Al final de cada semana, quiero que me traigas una suma de dinero. Si no me traes tu dinero, morirás". Jamba salió corriendo hasta la estación de policía para dar informe de su espantosa experiencia. Incluso se le olvidaron su billetera y ropa.

Este incidente fue el inicio de horribles pesadillas y ataques de pánico para Jamba. Sentía temor de quedarse dormido, porque el "curandero" siempre se le aparecía en sueños. Sufría de dolores de cabeza, no tenía ganas de comer ni dormir, y sentía temor de que bajo tales condiciones, podría dejar a su familia y hermanos menores sin ayuda. También sentía temor de que finalmente alguien viniera en nombre del "curandero" a exigirle dinero. Sus amigos y colegas le dijeron que debió haber sido hechizado por el "curandero", y Jamba les creyó. A menudo su mente se llenaba con pensamientos de muerte. Pensaba que esto sucedía porque había desobedecido al "curandero". No obstante, Jamba estaba determinado a no sucumbir ante su temor ni las amenazas que había recibido, aunque manejar esta tensión estaba resultando muy difícil.

## Cómo responder

¿Estaba Jamba siendo oprimido por un espíritu maligno? En casos de personas como Jamba, hay muchas diferencias de opinión en cuanto a la causa de su sufrimiento, así como sobre un tratamiento apropiado. Los consejeros cristianos no pueden evitar este



Un amigo puede ayudar al escuchar y preocuparse sin juzgar.



Una consejera ayuda a una niña que ha sufrido trauma después de un desastre natural.

debate. Nuestro enfoque en Oasis África toma en cuenta cuatro aspectos: psicológico, físico, teológico, y demoníaco.

### PSICOLÓGICO

En el caso de Jamba, el consejero examinó el efecto de perder a sus padres a tan temprana edad, y la carga de cuidar de una familia completa de hermanos menores, en lugar de disfrutar la adolescencia. En sesiones subsiguientes, Jamba pudo llorar por la pérdida de sus padres, así como por la pérdida de su juventud. Él y su consejero también trabajaron en su angustia y sus ataques de ansiedad, usando ejercicios de relajación y cambiando su horario de trabajo a modo de incluir períodos de descanso y recreación. Jamba mejoró en el aspecto de cuidar de sí mismo, y aprendió a darles más responsabilidades a sus hermanos menores en lugar de continuar actuando constantemente como su "padre".

### FÍSICO

No se puede separar la enfermedad física del bienestar emocional. Una afecta a la otra. Siempre debemos preguntarnos: ¿Este problema lo provoca una falta de bienestar físico? El consejero empezó por preguntarle a Jamba no sólo sobre su historia, sino también sobre su condición física. Gradualmente, el consejero pudo conocer lo que le estaba preocupando a Jamba. Él estaba exhausto, sentía miedo de enfermarse y no cumplir con sustentar a su familia.

### TEOLÓGICO

Algunas personas piensan que todos los problemas emocionales son el resultado de un comportamiento pecaminoso, individual, específico. A pesar de que es cierto que la culpa puede provocar problemas emocionales, no es la única causa. En un momento apropiado, el consejero exploró

la fe de Jamba y le instó que imaginara a Jesús victorioso sobre el/los espíritu(s) maligno(s) que él temía le habían oprimido. El consejero le dijo a Jamba que seguir a Jesús significaba que el mal había sido vencido, que Jesús entendía el sufrimiento y que Jesús era un sanador para los enfermos. Jamba finalmente se unió a una célula de jóvenes adultos en su iglesia, y el apoyo del grupo aumentó su valor para enfrentar sus temores. Con el tiempo, las pesadillas y los ataques de pánico cesaron.

### DEMONIACO

Algunos cristianos creen que todos los problemas emocionales surgen de la influencia demoníaca, y que el tratamiento debe limitarse al exorcismo y a la guerra espiritual. Sin embargo, no todas las inestabilidades mentales y emocionales son de naturaleza demoníaca, y debe tenerse extremo cuidado al dar un diagnóstico, así como al asignar un tratamiento. Por lo tanto, aunque la oración es apropiada e importante, debido al temor de Jamba de que habían espíritus malignos que le estaban afectando, y porque existía la posibilidad de que realmente le habían estado molestando espíritus malignos como resultado de las palabras del "curandero", Jamba también necesitaba fortalecerse emocional, espiritual, física y psicológicamente. Si Jamba no hubiera realizado esta importante labor en su crecimiento personal y espiritual, sus temores podrían haberse disipado por un tiempo sólo para surgir de nuevo más tarde. Una oración de liberación o exorcismo sin escuchar a la persona con compasión o discernimiento puede dejar a la persona con mayor temor de los demonios y sin la confianza de recuperarse y permanecer libre de pensamientos perturbadores.

## PARTE DOS Depresión

A veces los cristianos dicen que a las personas deprimidas les falta fe. Muchos cristianos ven la depresión como un signo de derrota espiritual. A veces ignoran el hecho de que los altibajos de la vida emocional son parte normal de la vida.

Hay varias causas de la depresión. Todo intento por desestimar las causas o por afirmar que se ha encontrado una cura total para la depresión simplifica una situación muy compleja.

Existe una distinción entre los períodos ocasionales de tristeza y la depresión clínica, la cual necesita tratamiento. Un consejero puede ayudar a personas que se encuentran en ambas situaciones, pero aquellas personas con depresión clínica van a requerir un tratamiento más intensivo a lo largo de un período mayor.

### ¿CÓMO SE RECONOCE LA DEPRESIÓN CLÍNICA?

Cuando la depresión empieza a afectar el sueño, el apetito, nuestra capacidad para trabajar y para sostener relaciones sociales y empieza a controlar nuestras respuestas ante la vida.

### ¿QUÉ ES NECESARIO CUANDO SE ESTÁ OFRECIENDO CONSEJERÍA A UNA PERSONA DEPRIMIDA?

Ante todo, si la depresión es un síntoma de una enfermedad física, puede proporcionarle esperanza dar a la persona a saber que esta fase es pasajera. Lo que esta persona necesita es ayuda, ánimo, y apoyo para recuperarse de la enfermedad.

Si la depresión es una reacción a un evento de la vida como duelo, pérdida o enfermedad terminal, el consejero cristiano debe reconocer que la consejería podría ser larga y difícil. La tristeza es normal, salvo cuando se prolonga más allá de un período normal de duelo.

Qué hacer:

- dar la oportunidad de recontar la historia de una pérdida
- explorar el papel que una persona que falleció desempeñó en su vida
- prepararse para el dolor de los aniversarios, cumpleaños, momentos familiares importantes y festividades, que serán difíciles sin la persona que falleció
- dar respuesta a las tareas inmediatas entre manos.

Qué no hacer:

- ofrecer soluciones rápidas
- sugerir alguna técnica espiritual milagrosa que dé fin al dolor
- dar falsas esperanzas diciendo "Pronto todo va a estar bien"
- darle atribuciones divinas al dolor, diciendo cosas como "Dios seguro debe estar enseñándote algo".

Para ayudar a una persona deprimida, necesitará:

- compasión y calidez humana
- una actitud no condenatoria
- la habilidad de escuchar atentamente.

El papel del consejero es afirmar la esperanza al escuchar. El consejero debe estar pendiente de señales que muestren que la persona quiere

cometer suicidio y de cualquier idea que tenga la persona de hacerle daño a alguien más. El consejero debe tratar de proteger a la persona que está recibiendo consejería y a otras personas que pudieran estar en peligro.

Los consejeros deben tener disponible una lista de referencias. Tan pronto como la situación se haga demasiado difícil para el consejero, si es posible, se debe referir a la persona a alguien con mayor experiencia. Esto debe hacerse de una manera positiva, de modo que podamos continuar comunicando esperanza y cuidado.

*Este artículo está basado en extractos de Christian Counselling: An African Indigenous Perspective (Consejería cristiana: Una perspectiva autóctona africana) por Gladys K Mwititi y Al Dueck; agradecemos a los autores por otorgar su permiso.*

[www.oasisafrica.info](http://www.oasisafrica.info)

## Debate

- Piense en una persona que conozca que usted piense que podría estar sufriendo de una enfermedad mental.
  - ¿De qué manera es tratada por las personas?
  - ¿Puede pensar en una buena manera de apoyarla?
- ¿De qué manera influyen las creencias espirituales sobre nuestro entendimiento de las enfermedades mentales?
  - ¿Cuándo son dañinas las creencias?
  - ¿Cuándo son beneficiosas las creencias?
  - Piense en algunos ejemplos.

# Reconciliación – contando una historia diferente

Philbert Kalisa creció en exilio en Burundi antes de capacitarse como líder de iglesia. Desde los tiempos del genocidio, cuando muchas personas fueron muertas en un conflicto entre dos tribus, los hutu y los tutsi, él tenía una visión de llevar la reconciliación al país de sus padres: Ruanda.

Sin embargo, después de muchos años de capacitación, esperanza y oración y de esperar por una oportunidad para realizar talleres para la construcción de la paz en Ruanda, parecía que justo el primer taller iba a fracasar.

## Debate

Philbert descubrió que una manera de superar el estigma que resulta del conflicto entre grupos es contar historias personales que superen las generalizaciones y el prejuicio.

- Comparta un ejemplo de una ocasión en que su propia opinión sobre una persona, o grupo de personas, cambió cuando escuchó una historia positiva.
- Piense en modos de compartir historias positivas. ¿Hay una historia que usted pueda contar que ayude a llevar la reconciliación entre las personas? ¿Dónde va a contar la historia? ¿En el mercado, la iglesia, con su familia?

En la primera reunión de los 60 líderes de iglesia, las tensiones provocadas por tratar de conversar sobre las experiencias del conflicto, el genocidio y sus secuelas, fueron tan grandes que doce oficiales de la policía tuvieron que vigilar el grupo todo el día.

Algunos de los líderes eran viudos debido al conflicto. Muchos de los líderes estaban furiosos y empezaron a llamarse unos a otros "machete" (un tipo de cuchillo grande utilizado para matar y mutilar a las personas durante el genocidio). Durante el receso, los hutu y los tutsi fueron a lugares distintos y no hablaron unos con otros.

Philbert recuerda lo que ocurrió a continuación:

'Me preguntaba qué debía hacer y me di cuenta que estaba parado cerca de un hutu. Le dije: "¿Qué piensas tú? ¿Deberíamos acabar con la reunión?"'

'Él dijo que podía comprender el enojo de los tutsi porque los hutu los asesinaron, pero dijo: "No todos éramos así. En mi propia casa se refugiaron tutsi, y yo los escondí de mis hijos".'

'Uno de los tutsi que se habían quedado en su casa estaba presente. Era un pastor.

'Les pedí a ambos que compartieran la historia con todos. Cuando ellos contaron la historia, el tutsi dijo: "Yo estoy vivo gracias a este hombre". Los dos hombres se abrazaron y se superó la tensión que había en el salón.

'Los hutu y los tutsi empezaron a comprender que había personas en cada grupo que hacen



Una reunión de la comunidad en Ruanda.

cosas buenas, y que no todos son malos. Se convirtió en una bendición, y empezamos a cantar y alabar a Dios.

'Hablamos sobre el perdón y la reconciliación. Los dos hombres se convirtieron en pioneros y yo los llevaba conmigo cuando realizaba capacitaciones con otros grupos'.

*Philbert y su equipo llevan talleres para la construcción de la paz, y luego les piden a las comunidades identificar a personas que puedan fundar un grupo de unidad y continuar las conversaciones.*

*El Rev. Philbert Kalisa fue entrevistado por Katie Harrison, Jefe de Medios de Comunicación de Tearfund.*

REACH Rwanda  
PO Box 6396  
Kigali  
Ruanda

[www.reach-rwanda.org](http://www.reach-rwanda.org)

## Estigma en Brasil

En Brasil existe un gran estigma hacia las personas que vienen del 'interior' a vivir en una gran ciudad. Es mucho peor para aquellos que emigran desde cualquier lugar del nordeste al sudeste. El prejuicio y la ignorancia locales crean una barrera para la movilidad social y el éxito de muchas personas capaces. Para sobrevivir, las personas no hablan sobre sus orígenes, y tratan de integrarse a sus nuevos entornos.

Esto me ha conducido a sostener muchas conversaciones interesantes, habiéndome mudado recientemente desde el nordeste a Río de Janeiro.

Jasón y Roosevelt son ambos del nordeste, y son estudiantes de último año en el seminario teológico de Río de Janeiro. Cuando llegaron se sintieron desanimados por los comentarios referentes a la región nordeste como una región del país atrasada en cuanto a la educación, infértil y semiárida. Las personas se veían sorprendidas cuando Roosevelt hablaba sobre su empleo como profesor de matemáticas y describía los frondosos árboles de su zona. De hecho, el nordeste de Brasil tiene una diversidad de gente, climas y dialectos. Hay muchas universidades en ciudades del nordeste, mucha tierra fértil y muchas personas del sudeste se han mudado al nordeste para disfrutar de un buen estilo de vida.

Roosevelt se convirtió en el presidente de la unión de estudiantes en el seminario, a pesar de que muchos refunfuñaban de que alguien del nordeste fuera líder cuando habían tantos estudiantes capaces de Río (Cariocas). Sin embargo, según señala Jasón, hasta un reciente gobernador del estado de Río de Janeiro era en realidad de Piauí, en el nordeste.

Les pregunté qué opinaban ellos que podían hacer las iglesias aquí para reducir el prejuicio y el estigma. Citando Filipenses 2:3, Roosevelt empezó por sugerir que aquellas personas que reciben a gente que llega de otros lugares deben tratarla "con humildad considerando a los demás como superiores a ellos mismos", y que ésta debería ser la actitud no sólo hacia las personas del nordeste, sino hacia cualquier inmigrante que llegan desde el exterior. Jasón habló sobre "respetar las diversas formas de intelecto", y ofreció el ejemplo de su abuelo, quien no había recibido una educación formal, pero que era altamente intelectual;

podía calcular los tiempos de cosecha, las cantidades de semillas y los rendimientos de una cosecha, en una comunidad que tenía un profundo entendimiento de las medicinas a base de plantas.

Me imagino que éste es un problema para las comunidades inmigrantes en todo el mundo. Quizás, en otros contextos donde los inmigrantes son estigmatizados por medio del prejuicio y la ignorancia, el consejo de Jasón y Roosevelt sea de utilidad.

Mark Greenwood  
Río de Janeiro  
Brasil

## Ceguera de los ríos

Recibí *Paso a Paso* 83 hace tres días y se los agradezco mucho.

Me gustaría pedirles información sobre medicinas para combatir la ceguera de los ríos. El artículo en *Paso a Paso* 83 menciona la ivermectina, una medicina confiable contra la ceguera de los ríos. Mi pregunta es si la medicina puede tomarse como medida preventiva, con mayor razón porque vivimos en un ambiente que está infestado con portadores de esta enfermedad.

Jean-Charles Mbala-Mampouma  
[jcmampouma@yahoo.fr](mailto:jcmampouma@yahoo.fr)

**NOTA DE LA EDITORA:** *La ivermectina es ampliamente distribuida en los países endémicos para reducir la propagación de la ceguera de los ríos y para ayudar a prevenirla.*

*Si usted vive en una zona endémica, es decir, una zona donde está presente de manera normal la ceguera de los ríos por lo general, es posible obtener suministros de ivermectina a través del*

*programa de control de la oncocercosis (ceguera de los ríos) de su país. Pida mayor información al departamento de salud local. Tomar una dosis de ivermectina cada año o cada dos años ayuda a prevenirla. Si se desarrolla algún síntoma, que pudiera afectar la piel así como los ojos, debe visitar a un médico que esté bien informado sobre la enfermedad.*

## Cómo ayudar a los niños de la calle acusados de hechicería

Christian Development Centre (CDC) [Centro Cristiano de Desarrollo] es una ONG en la República Democrática del Congo. Después de las diversas guerras, muchos niños están desnutridos, son excluidos de la escuela, han sido declarados hechiceros, y finalmente se encuentran en las calles y los mercados. Están entre la vida y la muerte. Mueren como chivos en las calles sin que nadie los vea. Por tanto, el CDC tiene planes de ayudarlos ofreciéndoles comida. Aceptamos consejos y ayuda de los lectores de *Paso a Paso* en este proyecto.

Pierre Lufuluabo  
Coordinator – Christian Development Centre  
BP 2227 Mbujimayi  
Kasai Oriental  
República Democrática del Congo  
[mutshcl@yahoo.fr](mailto:mutshcl@yahoo.fr)

**NOTA DE LA EDITORA:** *Llamar a un niño hechicero o bruja está en contra de la ley en la República Democrática del Congo. Los asociados de Tearfund han sido capacitados en protección infantil; esto incluye evitar el abuso y apoyar a los niños que pudieron haber sido estigmatizados. Paso a Paso agradece cartas y artículos de lectores que tienen experiencia sobre cómo ha sido desafiado este abuso y cómo los niños han sido reintegrados a sus familias.*



Recife, nordeste de Brasil.