# Las estructuras que llevamos dentro

## Mónica Moreno Figueroa y Fabiola Fernández Guerra

## Invitadas: Daniela Ramírez Camacho y Sol González Eguía

## 05 El adultismo y la opresión internalizada hacia las infancias

En el quinto episodio, Daniela Ramírez Camacho y Sol González Eguía hablan con Mónica y Fabiola sobre el adultismo y sobre cómo se internalizan las opresiones desde la infancia y sus repercusiones en nuestra vida adulta.

## Sobre el episodio

¿Cómo se graban las opresiones en nuestras infancias? ¿Y cómo las reproducimos más tarde como personas adultas, incluso cuando queremos cambiar el mundo? En este episodio, Daniela y Sol nos invitan a reflexionar sobre el adultismo como una estructura profundamente normalizada que marca nuestras relaciones, nuestras memorias y nuestras formas de organizarnos colectivamente.

Cuando somos niñxs, vivimos experiencias difíciles que nos hacen sentir pequeñxs, solxs y que a nadie le importamos. Ya como adultxs, muchas veces seguimos sintiéndonos así. ¿Cómo impacta esto en las organizaciones de las que formamos parte y en nuestro activismo por el cambio social?

A partir de experiencias personales y de años de trabajo con niñeces y personas cuidadoras, exploramos cómo el miedo, la desconexión y la necesidad de ser amadas nos llevan a aceptar —y luego reproducir— formas de violencia y control. Hablamos de salud mental, escucha emocional, crianza colectiva y lo urgente que es dejar de responsabilizar a las niñas de las decisiones de les adultes. Un episodio conmovedor y transformador sobre cómo sanar nuestras heridas de infancia es también parte del trabajo por la justicia social.

*Se mencionó en este episodio:*  
Canción para un niño en la calle - Mercedes Sosa con René Pérez ([Youtube](https://youtu.be/IeGcAajj7hs?si=N9KoNO0ZPqmI_9HE" \t "_blank), [Spotify](https://open.spotify.com/track/2SHXlqgIyl99c8uvdI3JTq?si=5e71d9cf9bcf4f7b))  
Tiempos mejores - Yuri ([Youtube](https://youtu.be/8uKdPB7nTqA?si=CguJEJk3e6JOgoia%20https://youtu.be/qvqVCnWcP60?si=wgrMKgR-0cnri_Ej" \t "_blank), [Spotify](https://open.spotify.com/track/5FGZLcneVO3chJdl8UYj9U?si=b264489a1baf4704))

## Podcast

**Daniela Ramírez Camacho (invitada):**

Cuando yo era chica, pues casi que la persona que estaba cotidianamente conmigo era mi abuela. Ella nos cuidaba en la casa y yo, que era la más chica de tres hermanas, pues tenía una relación especialmente cercana con ella. Y pues era así una cercanía, una complicidad, y ella era la que cocinaba, entonces yo tenía chance de influenciar qué íbamos a comer, ¿verdad?

Porque frecuentemente me preguntaban qué quería yo de comer. Y yo era muy remilgosa, o sea, de chica no me gustaba todo. Y mi papá cuando llegaba a la casa y pues se enteraba pues que yo no había comido tal cosa, pues se empadaba, ¿no?

Así como que ejercía su, no sé, su papel de mando y empezaba a decir, no, pues si no te lo acabas, no te paras de la mesa, ya nos vamos a llevar a tu abuela, se va a regresar a su pueblo porque nada más te está malcriando, y entonces como esta cosa no puede continuar así. Y la verdad es que yo me enojaba muchísimo, creo que era entre enojo, miedo, esa amenaza de que se iban a llevar a mi abuela, este, y además lo hacían constantemente, repetidamente me decían nos vamos a llevar a tu abuela, y a veces yo les contestaba pues si te la llevas te mato, ¿no? Y se reí, como que lo encontraban curioso, ¿no?

Como que se reían, este, y luego hasta como que nada más me lo decían para ver cómo reaccionaba, y este, pero mi enojo era verdadero, yo no quería que se llevaran a mi abuela por nada del mundo, y ella pues para mí era como mi lugar seguro, ¿no?

**Gabriela García (narradora):**

Bienvenides a *Las estructuras que llevamos dentro*, un podcast sobre cómo la opresión, y en especial la opresión racista, nos desorganiza la vida. Comenzamos.

**Mónica Moreno Figueroa (anfitriona):**

Hola, bienvenidas, bienvenidos, bienvenides a *Las estructuras que llevamos dentro*, este podcast en el que estamos tratando de explorar lo que son las opresiones internalizadas, los efectos que tienen en nuestra vida y en nuestro trabajo de organización, y de conciencia, y de querer una buena vida para todas y todos. Aquí estamos, soy Mónica Moreno Figueroa y Fabiola Fernández Guerra, que estamos aquí acompañándonos en pensar juntas sobre estos temas, y el día de hoy vamos a hablar sobre el adultismo.

Creemos que el adultismo es un fenómeno, una palabra un poco nueva, que no hemos escuchado mucho circular, pero que es como una de las experiencias fundamentales que organizan cómo nos vamos a enfrentar a la vida, cómo vamos a tomar decisiones, y cómo vamos fortaleciendo nuestra perspectiva.

Tiene que ver desde cómo tratamos a las personas jóvenes, a los niños, niñas, niñes, y también cómo nos tratamos a nosotras y nosotros mismos. Es un fenómeno, digamos, muy tan normalizado que muy rara vez le tomamos en cuenta o pensamos, ¿cómo es que los adultos a mi alrededor cuando fui creciendo influenciaron la manera en la que me enfrento a la vida hoy? Y cómo soy hoy impacta, moldea, organiza a los pequeños, los pequeños, los pequeños, y va siendo comunidad, haciendo trabajo colectivo de una manera muy especial.

Entonces tenemos aquí un gran equipo de personas que nos hemos reunido hoy, tenemos dos invitadas sensacionales, pero primero déjenle paso la palabra a mi colega y compañera de este trabajo, de *Las estructuras que llevamos dentro*, Fabiola.

**Fabiola (coanfitriona):**

Hola Mónica, ¿cómo estás? Hola, ¿cómo están? Todo mundo que gusta estar aquí nuevamente, y como dices Mónica, un temazo que es cómo estas opresiones internalizadas en la infancia se reproducen en cómo somos adultas, cómo somos como personas adultas.

Y tenemos el día de hoy dos invitadas de lujo, está **Daniela Ramírez Camacho** y **Sol González Seguía**, y les vamos a presentar a cada una para que conozcan el trabajo y por qué están aquí, cómo nos van a contar, qué podemos hacer con todo esto que Mónica nos dijo. Entonces yo quisiera empezar presentando a **Daniela Ramírez**. Dani, bienvenida a *Las estructuras que llevamos dentro*, muchas gracias por estar aquí.

Ella es investigadora feminista en temas de trabajo de cuidados, ética de cuidados, y es practicante de la metodología de escucha mutua, específicamente para gente joven, adolescencias, infancias, y también para personas adultas aliadas. Y también Dani es mamá de dos, de dos seres preciosos. Bueno, Dani, cuéntanos de la anécdota que nos enunciaste al inicio de este podcast, que decías fuera del aire que tú te enojabas en realidad cada vez que te decían esa frase con respecto a tu abuela.

¿Por qué escogiste esa anécdota y por qué la encuentras pertinente para un tema como opresiones internalizadas en la infancia y adultismo?

**Daniela:**  
Hola, buenas, buenos días, buenas tardes, todas, todos, todes. Muchas gracias por esta invitación.

Y la verdad es que pensé en varias, ¿no? Yo creo que tenemos toda una colección, porque efectivamente creo que este tema es como muy de actualidad, como muy nuevo, y pues yo lo entiendo en el adultismo como esta opresión hacia la gente joven, porque la manera como fuimos criadas en la mayoría de la gente, yo creo, aunque con sus variaciones debido a la cultura, al sector que te tocó, en donde te tocó nacer, pero digamos que prevalece este pensamiento de que las infancias, la gente joven, pues sí, muy chulitas, hermosas, pero como que es gente incapaz, ¿no? Como es gente que hay que direccionar, gente como incompleta, y pues muchas veces pueden ser por esta misma concepción como objeto de violencia.

Y entonces esta mirada que ponen los reflectores sobre cómo nos relacionamos con la gente joven, pues más bien intenta cambiar esa concepción antigua y más bien considerar a la gente joven como completa, ¿no? Como seres completos desde el momento en que llegan al mundo, que merecen total respeto y con necesidades específicas, sí, de acuerdo a su edad, pero que llegan con ideas propias, con sueños propios, y que entonces hay que considerarles, ¿no? Como su pensamiento, sus emociones, no nada más mangonearlos y arrastrarles de aquí para allá.

La anécdota que cuento, pues es esta, o sea, es algo sutil, ¿no? Hay a lo mejor anécdotas más explícitas, pero de cómo muchas veces como personas adultas ni siquiera sabemos cuál es el mundo simbólico de esas infancias, de esa gente joven, y así como que entramos en él y lo pisoteamos, ¿no? Como que no estamos atentas o alertas de qué sucede, cuáles son sus emociones, sus necesidades específicas, por qué está actuando de una manera y no de otra.

Entonces, muchas veces pasamos eso por alto y, bueno, eso no trae resultados buenos para, pues tanto para esas personas jóvenes como a las adultas.

**Fabiola:**  
Dani, esto que tú dices me recuerda mucho a las frases, y no sé ustedes cuántas veces han escuchado, de “¿te portas bien o te llevo con el señor policía?” O te decían, “¿no comes? Viene el señor tlacuache y te lleva”.

Y estas frases que dicen los adultos, que para ellos son como, bueno, pues ya la dije, y como niña te quedas así de: “¿me van a llevar con el policía?, ¿me van a dejar en un orfanato?, ¿viene el señor tlacuache?, ¡qué miedo!”. Entonces, tu anécdota me recordó eso. Estas frases que, como tú lo señalas, pueden ser muy violentas para las niñas si no estamos conscientes de las afecciones que pueden generar más adelante, ¿no?

Tú, Mónica, ¿qué opinas, ¿qué quisieras decir?

**Mónica:**  
No, pues lo que quisiera decir es que, o sea, esto nos está dando ya unos hilos bien interesantes, uno sobre el respeto a la gente joven y qué significa respetar a las infancias y qué nos dificulta respetarlas, ¿no? Yo pienso como yo a veces me veo como muy intolerante y creo que, bueno, a lo mejor es porque crecí de forma muy intolerante y pienso, bueno, qué tanto podemos respetar o no respetar y cómo pensarnos desde ese lugar. Y esto que hablabas de los mundos simbólicos.

Pero mira, antes de poder ahondar más, creo que sería muy bueno traer a nuestra segunda invitada aquí al foro y presentársela, **Sol González Seguía**, una amiga muy querida. Bueno, confieso que ambas son unas amigas muy queridas y que yo dije: son perfectas para que platiquemos de estas cosas y creo que eso nos va a poder dar otras perspectivas.

Bueno, Sol es psicóloga con maestría en estudios de paz y psicoterapia gestalt. Ha trabajado desde hace 30 años con refugiados desplazados internos en zonas de guerra y posguerra y dirigió un centro cultural en la Sierra Mazateca, en Oaxaca, durante 10 años, donde básicamente se concentraban en la atención a niñas, niños y niñes. Además de una práctica terapéutica muy extensa y una vibra sensacional que tiene Sol.

Entonces, yo quería traer a Sol a esta discusión y tal vez, antes de que digas algo más en referencia a lo que dijo Dani, podamos oír tu historia, tu anécdota, y después tratar de hacer una vinculación desde ahí.

Sol, escuchamos tu anécdota o lo que nos quieras compartir.

**Sol González Eguía (invitada):**

Muchas gracias por la invitación. Primero, un saludo. Y bueno, mi anécdota, igual que Dani, pues hay una lista de anécdotas difícil de decidir cuál, pero elegí una que no era yo precisamente ya niña, era más bien adolescente.

Yo siempre quise aprender a tocar guitarra. Me encantaba ver a la gente tocar guitarra. Entonces, pasé más de un año pidiéndole a mi papá que por favor me comprara una guitarra.

No sé, siempre se pasaba de largo de las tiendas donde hubiera guitarras hasta que un buen día lo convencí y me la regaló. Y empecé a tomar clases de guitarra. Y un día, eran clases individuales, pero en la escuela.

Entonces, la gente se iba yendo cuando acababa su hora de clase y en esa ocasión yo fui la última. Y el maestro me encerró en la escuela y trató de abusar físicamente de mí. Tuve mucha suerte porque había un chavito ahí que quería noviar conmigo y entonces se había ido antes, pero decidió regresar para acompañarme a mi casa.

Y bueno, se dio cuenta de lo que estaba pasando y pues salimos de ahí y tanto. El tema es que regresé sin guitarra a mi casa y nunca me preguntaron dónde había quedado esa guitarra y qué había pasado. Y evidentemente dejé de ir a las clases de guitarra y nunca me preguntaron por qué había dejado de ir a las clases de guitarra.

La conclusión de mi papá fue que yo era así, que yo siempre dejaba las cosas a medias, que yo no me comprometía con nada y que, pues él ya esperaba que eso pasara, que él ya sabía que yo no iba a entender nada, porque así era yo. Y así quedó la historia. Mi papá nunca se enteró de esto, del intento de abuso sexual ni nada, jamás.

Y creo que es una anécdota que engloba muchos elementos. Creo que tiene que ver con, primero, las etiquetas que les vamos poniendo a lo largo de su vida a las niñas, niños y niñes. Entonces, ah, ella es así, es tímida, ella es así, no acaba las cosas, no es tan inteligente.

Ella es así. Sin observar, sin preguntar, nos van colgando una serie de etiquetas, sin interesarse realmente por nuestras conductas. Entonces yo por eso quise elegir esta anécdota, porque claro, yo era tímida, yo no terminaba los proyectos que me planteaba, me interesaban muchas cosas.

Y elegí esta anécdota porque también creo que hay un tema que queda mucho de fuera, que es el de la salud mental y que se ve poco, pero que se nos cuelgan muchas etiquetas alrededor de eso.

**Mónica:**  
Muchísimas gracias Sol por compartir esto. Creo que, bueno, aparte que de verdad agradezco que lo quieras decir al aire y que además nos pones a reflexionar junto con Dani en este tema del respeto, el tema de entender y conocer los deseos de la gente joven, de comprender lo que eso significa y en creerle a la gente joven, en creerle que tiene un mundo simbólico, real y material, complejo, que es importante comprender, además de esta súper epidemia del abuso sexual, que es un problema tremendo.

Y que podemos ahorita hablar un poco más de este mundo que nos traen las dos y ahondar en lo que es este adultismo. Nos vamos a una pausa ahorita.

Quedémonos como pensando en esto que nos cuentan ambas y volvemos.

**Gabriela:**  
Estás escuchando *Las estructuras que llevamos dentro*. Un podcast sobre cómo la opresión, y en especial la opresión racista, nos desorganiza la vida.

**Fabiola:**  
Estamos de regreso en *Las estructuras que llevamos dentro*. Justo antes del corte Sol nos había compartido una anécdota que me parece que es una anécdota que desafortunadamente tienen muchas mujeres en México y en el mundo.

Cuando hablábamos y preparábamos este programa junto con Mónica de las opresiones internalizadas en la infancia y el adultismo, uno de los datos que desafortunadamente revisamos a la luz para este podcast es que México hoy por hoy tiene el primer lugar de *bullying* a nivel mundial.

Es decir que cuando un ser humano llega ya a la edad de 14, 15, 16 años, ya ha vivido experiencias traumáticas. Muchos de ellos se dan en la escuela, otros tantos en la familia, pero en la escuela sí es como un lugar donde sucede y se permite mucho del *bullying* que sucede con las niñeces hoy por hoy. Y este es un tema que creo profundamente delicado y fuerte.

Algo que no dije en mi presentación es que yo formo parte, soy socia fundadora de un proyecto que se llama *Comparte una Ola* y en ese proyecto trabajamos desde hace alrededor de 15 años con niñas de casa hogar. Las llevamos a conocer el mar y trabajamos con cuidado, salud y medio ambiente, y también parte del trabajo que hacemos con salud tiene que ver justamente con lo que decía Sol sobre salud mental y las secuelas de vivir violencia infantil, las secuelas de las opresiones.

Entonces me cuadra mucho de lo que se está conversando en este tema con lo que sucede también no solo con las niñeces que además tienen la contención del hogar, sino con muchas que hoy por hoy están o en la calle o en casas hogar en México, donde también ese es un tema muy grande. Pero quisiera también comentarlo

**Daniela:**

Yo solamente recalcaría que el acompañamiento de personas adultas es bien importante. O sea, sí requieren las personas jóvenes de que estemos cerca, de que nos asomemos a cómo es que se relacionan entre pares, porque muchas veces están reproduciendo angustias o comportamientos que lo están repitiendo, absorbieron información de alguna manera quizás errónea y entonces entre sí mismos pueden estar reproduciendo violencias.

Y entonces se necesita la presencia atenta, empática de personas adultas que estén ahí para poder reflejarles como un cuadro de la realidad diferente, en donde todas las personas merecen respeto, en donde podemos llevarnos sin violencia, donde podemos dialogar, a lo mejor pensar diferente, a lo mejor pues sí, diferir, no necesitamos pensar igual, pero eso es un ejercicio que se requiere.

Esta separación como del mundo adulto y mundo infancias, adolescencias, no ayuda. No ayuda que no haya como vasos comunicantes, que no haya personas observadoras que puedan intervenir, porque el *bullying* siempre ha existido, el problema es que antes la gente no intervenía, entonces era una tierra de nadie hasta que ocurrían desgracias.

Entonces es bueno que se esté visibilizando y lo que sí nos exige, nos exige a nosotras como personas adultas estar presentes y buscar dentro de… es difícil, dentro de escuelas, dentro de cualquier lugar donde se desenvuelvan las infancias, que sí haya personas con la disponibilidad de tiempo, con los recursos necesarios para poder generar esta otra realidad.

**Mónica:**  
Claro, porque con lo que dices, lo que vemos tanto en tu anécdota con el ejemplo, también lo que nos cuenta la historia de Sol, es que los adultos ahí nos tienen como mucho… como que no tienen una pausa para pensar qué están haciendo, ¿no? No hay como un momento de alto, de “a ver, a ver, ¿cómo es que abusas a tu alumna? ¿Cómo es que no le crees a tu hija? ¿Cómo es que no crees que tenga deseos? ¿Cómo es que juzgas su deseo de comer o no comer esto o lo otro? ¿Por qué le amenazas?”.

Son preguntas que parecieran como… se las digo y digo: son muy obvias, ¿no? O sea, ¿por qué hacer eso? ¿Por qué amenazar a una pequeña niña? ¿Por qué no creerle?

Y hay algo ahí que creo que está en la clave que tú estás mencionando sobre los adultos, las personas adultas. Hay un lugar que no… no podemos ver algo, ¿no? Como que dejamos de ver algo.

Sol, te veo haciendo como que sí, así entiendo.

**Sol:**  
Es que sí, yo coincido con Dani en que es importante estar presentes las personas adultas y al mismo tiempo pienso: las personas adultas no lo tenemos resuelto todo por ser adultas, ¿no? Y eso implica un trabajo personal muy fuerte y de mucha conciencia y de cuestionamiento personal muy fuerte, ¿no? Este… ¿cómo reproducimos las violencias y las opresiones?

¿Cómo vamos a crear entornos aceptantes, no opresivos, si nosotras mismas estamos reproduciendo muchas veces desde la no conciencia estos sistemas, no? Entonces, sí creo que es fundamental revisar nuestras propias historias de infancia como lo están proponiendo ustedes aquí. Creo que es muy importante como ustedes plantearon al inicio del podcast, ¿no?

Porque es eso, empezamos por nuestra propia experiencia, pero si no la revisamos a conciencia, nuestra presencia y nuestro acompañamiento como personas adultas puede ser sumamente violento también, ¿no? Entonces sí implica un trabajo personal muy, muy importante, y colectivo evidentemente.

**Fabiola:**  
A mí eso me recuerda esta frase de: “Pues sí, a mí me educaron así y no me pasó nada, ahora ¿por qué tanta exageración?”, ¿no?

**Sol:**  
Exacto, “a mí me pegaron,

**Fabiola:**  
Sí, yo salí muy bien”. Es este aporte de: si yo pasé adelante con las cicatrices que tuve, no estuvo tan mal y las otras personas tienen que aguantar igual.

Que es muy interesante porque en los podcasts anteriores hemos ido hablando —me parece que en el último— sobre la combinación entre ser oprimides y volvernos opresores y no concientizar este proceso, de cómo se articula eso y cómo podemos hacer lo mismo a las niñeces que vienen, ¿no? Porque a mí me llama mucho la atención, como tú lo decías, Mónica, que es… no me acuerdo qué palabra dijiste, pero algo así como, “pues sí, sí, sí, a mí no me pareció tan grave”, ¿no?

O sea, no es algo que tú no lo ves tan grave porque tú lo viviste y no te pareció tan así. Pero si tú no haces el ejercicio de revalorización de “realmente cómo está mi niña interior y cómo vivió ese proceso de infancia y adolescencia”, ¿qué tanto puedo efectivamente brindar una escucha a quienes vienen? Y qué tanto —que creo que es el tema— reproduzco no solo con respecto a las niñeces, sino en general todas estas opresiones que me cargaron.

**Mónica:**  
Claro, y lo interesante aquí también, si uno se empieza a revisar y dices, “pues si yo sobreviví, ¿cuál es el problema?”, lo que yo pienso es: bueno, ¿en qué momento más bien me di por vencida y acepté una situación tal, que ahora creo que estuvo bien sobrevivir eso, ¿no? Lo que sea ese “eso”.

¿Y qué me enseñó? Porque son modelos ahora de intervención. O sea, yo recuerdo mucho cuando unos amigos míos querían así hacer todo este trabajo educativo con sus hijos distinto y querían, pues, le preguntaban que qué quería el niño, por ejemplo: “¿A qué hora te quieres ir? ¿Ya te quieres levantar o no?”.

Y entonces yo me acuerdo que yo me encendía, yo decía: “¿pero por qué le preguntan a este niño qué opinión tiene, ¿no?”. Y entonces me escucho y digo: “¿por qué me sorprende y por qué me molesta a mí? ¿Qué dice de mí que yo no pueda tolerar que alguien le dé tanta atención a un pequeño, ¿no? A un pequeño niño”.

O sea, y ahí es cuando haces esas preguntas, de repente es como que, pues, te regresa a ti mismo y a tener que revisar tu historia. Y eso que dice Dani, que nos abrió esta parte, pues es fundamental. Porque si no, es como ahí está la clave.

Y por eso este trabajo del adultismo es, por un lado, sí para reflexionar en las niñas y niños, pero también para reflexionar en nosotros. Esto qué impacto más grande tiene en la manera en la que nos enfrentamos a los problemas, a los conflictos, a cualquier otro tipo de situaciones, más allá de resolver mi propia forma de vivir, digamos, o mi personalidad, ¿no? Pero bueno, empezamos por ahí.

Vamos a tener una pausa mientras escuchamos la canción que nos sugirió Dani para este podcast. Se trata de Mercedes Sosa con su tema *Canción para un niño en la calle*, la cual canta junto con René Pérez, el vocalista de Calle 13.

**Gabriela (narradora):**

Estás escuchando *Las estructuras que llevamos dentro*. Un podcast sobre cómo la opresión, y en especial la opresión racista, nos desorganiza la vida.

**Mónica:**  
Dani, cuéntanos por qué escogiste esta canción.

**Daniela:**  
Yo escogí esta canción porque creo que nos habla como de la responsabilidad social, ¿no? Con las infancias, con adolescencias, con la gente joven, porque luego estamos muy habituados a pensar como, ah, pues, no sé, no sé qué sucedió con esas familias, ¿no? O el papá, la mamá, o sea, como que pensamos que no es una responsabilidad colectiva, que el cuidado pues es de progenitores o de cuidadores directos, y no lo tomamos como una tarea compartida de la sociedad.

¿Qué nos representa el tener infancias sanas, infancias felices, infancias seguras? Creo que también nos refleja, bueno, que vivimos en un mundo capitalista, ¿no? Que se sirve del sexismo, el racismo para organizar la vida de las personas, y a algunos sectores, algunas poblaciones las deja muy desprotegidas, así a su suerte, ¿no?

Con sus recursos que sobrevivan como mejor puedan, y naturalizamos eso y de pronto se vuelve parte de nuestro paisaje. Y creo que también a quienes tenemos mucho empeño, ¿no?, como en criar a nuestros hijos, hijas, hijes de una forma diferente, ¿no? O sea, que estamos muy enfocadas en, no sé, crianza, en una crianza distinta.

También es como un recordatorio de: podemos hacerlo con nuestra gente cercana y eso está bien, ¿no? Pero mientras el sistema siga excluyendo gente, siga posicionando a muchas personas por debajo de un umbral de sobrevivencia, enfrentando violencias muy crudas en el día a día, pues estamos con hoyos en nuestro barco, ¿no?

La canción tiene como varias estrofas así muy bonitas y dice eso, ¿no? Como “ensayar el canto y la alegría va a ser inútil en tanto que haya, pues, estas personitas en situación de calle, ¿no?, o en situación de guerra, o en situación genocida, ¿no?, como lo vemos actualmente”. Entonces, este, es una alerta, ¿no?

**Mónica:**  
Sol ha tenido experiencia de trabajo con niños y niñas en situaciones de mucho conflicto y pensaba como que te… bueno, ¿qué te lleva a pensar esta canción? Y ¿cómo ves esta reflexión que nos hace, Dani?

**Sol:**  
Desde lo que a mí me ha tocado experimentar en relación con las niñas, niños y niñes con los que he trabajado, algo que me parece importante decir —porque hay mitos alrededor de la niñez ¿no? “Los niños no se enteran, no se dan cuenta, no entienden”, etcétera—, hay toda una mirada alrededor de la niñez.

Y creo que más bien es todo lo contrario. Los contextos marcan la mirada de las niñas, los niños y les niñes, y entienden muy bien los contextos también. Y estos contextos como los que plantea Dani desde la canción, pues son contextos sumamente violentos, ¿no? Con mensajes muy fuertes de no existir, de no ser importantes en el mundo, de no ser valiosa la vida, etcétera. Y todo eso se va introyectando.

Entonces, ¿cómo queremos tener entornos y contextos pacíficos, respetuosos, sin opresiones, si pensamos que no se dan cuenta, si pensamos que esto no les impacta, si no hablamos de trauma en la niñez, etcétera? Hay muchos temas pendientes que hablamos para las personas adultas y que generalmente el tema de las niñas y los niños y les niñes queda fuera de la ecuación.

Y pocas veces les volteamos a ver, ¿no? Solo les volteamos a ver cuándo el tema es muy evidente, y solo volteamos a ver la parte de cómo protegerles de lo básico, y después se nos olvida que todo esto se va cultivando dentro de la persona. Que elles se dan cuenta y entienden, y que no hay espacios para que sean escuchades, para que puedan tener un diálogo y puedan hacer preguntas y puedan resolver la mirada que tienen del mundo y procesarla mejor, o de forma menos dolorosa, por lo menos.

**Fabiola:**  
Y una pregunta: en su experiencia, ¿cómo es que en la niñez se introyectan o se empiezan a permear en los cuerpos de las niñeces las opresiones? ¿Cómo ustedes se dan cuenta en el trabajo que dicen, “ah, alguien ya… uh, ya se le metió esa creencia hasta el corazón, y ahora para sacarla, siete años de trabajo personal? ¿O más”? En su campo de profesión han visto que incluso ya se quedó y entonces ya es una persona adulta que ve al mundo a través de ese dolor, ¿no?

¿Cómo es que ustedes, en su experiencia, han visto que ese mensaje entra, se introyecta? Y la otra pregunta es, ¿cuál sería el proceso para poderlo sacar? Pero primero: ¿cómo se internalizan las opresiones en las niñeces?

**Daniela:**  
Las personitas, así desde bebés, desde que llegan a este mundo, tienen como esta ansia de conexión, ¿no? Venimos a este mundo a conectar con otras personas, y las personas adultas jugamos un papel fundamental. Un bebé no sobrevive sin una persona adulta.

Entonces, pues sí, de alguna manera, les nombramos el mundo, les introducimos a cada quien, a su lugar, y también desde muy tempranito, lamentablemente, les pasamos nuestras angustias. Porque todas las personas venimos con nuestras abolladuras propias desde nuestra infancia, como venían comentando.

Aunque muchas veces ponemos todo el empeño porque hay una criatura nueva que cuidar y estamos emocionadas, por lo general, no siempre podemos estar ahí, y menos en este mundo capitalista que controla ritmos, la velocidad en cómo se organiza nuestro día. Entonces no podemos estar siempre ahí con esa atención, y pues nuestras propias heridas también las transmitimos. Producto de sexismo, racismo, todas las opresiones van a informar también esa relación que establecemos con esa personita.

**Sol:**  
A lo largo de la vida de las niñas, niños y niñes, van recibiendo muchos mensajes —no conscientes— pero que están ahí y que les van dando una idea de quiénes son en el mundo, qué se espera de elles y cómo deben conducirse.

Algunos mensajes pueden ser muy sutiles dentro de la casa, etcétera, pero también estamos bombardeadas todo el tiempo de muchas expectativas: desde la escuela, lo que vemos en la televisión, en el internet, las amigas, los amigos, etcétera. Todo eso va construyendo nuestra mirada del mundo.

No podríamos mirar el mundo ni entenderlo si no tenemos estos referentes. El problema es que estos referentes muchas veces no son tan conscientes de lo que están transmitiendo. Entonces, de alguna manera necesito de esos referentes para yo tratar de construirme una identidad y de ir por el mundo, y moverme por el mundo con alguna certeza. ¿No?

Entonces, creo que de alguna manera es inevitable introyectar todo estoy de alguna manera necesario. Lo que creo es que hay pocos espacios para cuestionarlo sin terminar siendo violentades. Eso creo que es lo difícil. Cuando una persona, una niña o un niño empieza a cuestionar y no tenemos la disposición para responder a esos cuestionamientos, y no hay espacios para abrirnos a cosas diferentes porque nos resulta amenazante, creo que ese es el problema: que no hay espacios de diálogo.

**Mónica:**  
Claro. Y sobre todo porque se va creando esta doble idea de que, por un lado, como niña o niño, todo este mundo que vivo, estas experiencias no valen tanto ni son tan importantes, pero lo van a ser cuando sea adulta. Entonces, se empieza a crear esta idea de que cuando sea adulta —o la idea que se nos vende de la adultez— ahí es cuando todo va a ser válido.

Y llegas cargando todas estas experiencias, y ya que eres adulta dices: “Ahora sí, mis chicharrones van a tronar desde este momento en adelante”, y empiezas a darle con todo a que las niñas, los niños, les jóvenes y los demás adultos a tu alrededor te escuchen, ahora sí.

Es como eso de: “Ahora sí voy a ganar”, porque de niña no pude más que perder. Y creo que eso es bien duro. Imagínate entonces qué modelo de cooperación, de organización, cómo nos vamos a sentar a resolver desde, no sé, quién va por el mandado, quién saca la basura, hasta qué hacemos con el problema del agua, o cómo resolvemos la crisis de la violencia, de la guerra, o lo que quieran, teniendo esta idea de “ahora sí voy a ganar”. Y así vamos cada persona.

**Fabiola:**  
Además de eso, reforzando esta idea de “yo tengo todo bajo control, yo tengo todo bien”, porque tenemos la creencia —la máscara que utilizamos— de que está todo bien, de que yo coopero, yo hago todo bien, pero atrás está la creencia de “no soy suficiente, porque me hicieron sentir que no era suficiente”. Para que no se den cuenta que no soy suficiente, utilizo el mecanismo del enojo, de la ira, de la reactividad, para que se vea que yo estoy en permanente control.

Y cuando trabajo temas de cambio social y tengo que abrir espacios de vulnerabilidad, y tengo que bajar lo que hablábamos en podcasts anteriores sobre cómo me correlaciono con la defensividad, si me tocan esa niña herida —que además las emociones no envejecen: puedes tener 80, 100 años y tener a la niña intacta con la misma herida que cuando tuvo 5—, ¿cómo me pides que me ponga vulnerable cuando tengo a una niña que tiene mucho dolor y muy pocos espacios para trabajar ese dolor, que no los tuvo de pequeña y los sigue sin tener de grande?

**Daniela:**  
Yo señalaría esto que también ya mencionó Sol: que como personas adultas necesitamos trabajarnos internamente, necesitamos visitar nuestras heridas, encontrar esos espacios donde podemos hacerlo, donde podemos desahogar esas emociones que se quedaron asociadas a angustias, dolores, traumas. Eso nos permitirá también tener una mente más despejada, poder poner atención ahí donde se requiere, e intervenir de una forma más inteligente, más acorde al reto que se nos presenta, y no estar nada más jalando una angustia del pasado que a lo mejor nada que ver con el reto actual.

Entonces sí implica un trabajo interno, individual y colectivo hacerlo así. También siento que toca, como dice Sol, ¿no? O sea, sí ha habido muchos avances, sí hay una mirada crítica y propositiva sobre acciones para las infancias y adolescencias en varias ramas, y yo creo que eso es súper, porque nos brinda recursos. Pero todavía hay un estilo de crianza muy en soledad, ¿no? Se siente muy en aislamiento, es una responsabilidad muy grande.

Y como todavía no tenemos esta idea de un cuidado colectivo hacia la gente joven, entonces lo hacemos mamás, papás o tutores. De pronto a la abuelita le toca criar a la pequeña o la tía; no necesitan ser progenitores, pero se cría en soledad con este sentimiento. Y entonces tenemos que fortalecer mucho las redes de conexión y cuidado en torno a la crianza, con personas aliadas, ni siquiera tenemos que estar emparentadas.

El poder convivir, pasar tiempo con gente joven, es una oportunidad muy grande. Como dicen, no nada más en beneficio de esa persona, sino en beneficio propio, porque nos va a obligar a voltearnos a ver internamente. Entonces, estas redes, para mí, eso es como mi activismo: lo que hago con esta metodología de escucha, es tratar de generar redes para las personas que son cuidadoras o aliadas de gente joven, y que se haga de forma colectiva.

**Mónica:**  
Creo que esto nos va a dar muy buena entrada al siguiente bloque donde queremos hablar sobre cómo lo estamos haciendo y qué podemos hacer y por qué hablar de esto, ¿no? Y creo que además nos deja esa pregunta, pensaba con lo que dices Dani y Sol: toda esta gente que decimos o dicen “a mí no me gustan los niños, yo mejor sin niños, donde no haya niños, es que me molestan los niños, o las niñas, les niñes” …

Creo que eso refleja mucho de qué nos pasó. Es una pregunta más de “¿qué te pasó que no te gustan los niños?”. Qué interesante.

Nos vamos a un corte y nosotros escucharemos aquí la propuesta que nos trajo Sol: se trata de Yuri con su canción *Tiempos Mejores*.

**Gabriela:**  
Estás escuchando *Las Estructuras que Llevamos Dentro*, un podcast sobre cómo la opresión, y en especial la opresión racista, nos desorganiza la vida.

**Monica:**  
Sol, ¿nos cambiaste la tonada o qué?

**Fabiola:**  
Me recordé a mi infancia de la OTI, ¿no? ¿Esa canción era de la OTI o no? Sí, sí era de la OTI.

**Fabiola:**  
Cuéntanos sobre esa canción.

**Sol:**  
Pues, por un lado, es una canción que, en mi casa jamás se oía este tipo de música, pero fue una canción que alguna vez escuché por accidente de niña y me resultó muy fuerte.

Y fue curioso porque alguna vez mi mamá, oyéndola en el coche, me decía: “Esa es tu canción”. Cuando yo era niña me decía: “Esa es tu canción”. Y sí, me conmovía muchísimo. Siempre que escuchaba esa canción de niña lloraba.

Y por eso decía hace rato que creo que las niñas, niños y niñes nos damos cuenta de lo que está pasando, ¿no? No somos indiferentes a lo que nos rodea y a las búsquedas básicas. Lo que les decía: el amor, todos queremos ser amados, ¿no?

Y es como una búsqueda constante a lo largo de la vida, que nos entrenamos muy bien desde que somos niñas. Entonces, por eso la elegí: primero, porque me marcaba mucho. Me costaba incluso de niña escuchar esa canción, me costaba trabajo, pero al mismo tiempo era eso, así.

Y por otro lado, lo que dice la canción, que también a mí me hace mucho sentido, es que creo que así como la crianza puede ser muy solitaria, también ser niña puede ser muy solitario. Porque finalmente no son vistas, no son escuchadas, no tienen voz y voto en la toma de decisiones; nos llevamos, las traemos. Creo que hay contextos donde eso empieza a cambiar, pero hay otros donde siguen siendo invisibles.

Entonces también puede ser un proceso de muchísima soledad, y por eso para mí el tema de la salud mental es muy importante, porque tenemos muchas niñas, niños y niñes deprimidos, con niveles de ansiedad terribles, con unos niveles de exigencia tremendos, sin dejar de hablar de los diferentes contextos. Hay niños que trabajan, estudian, que viven en la calle, que no están en las mejores condiciones para poder crecer y cuestionarse cosas y plantearse otras realidades. Entonces, pues por eso elegí esa canción.

**Mónica:**  
Sí, me parece muy significativa, porque es esperanzadora y al mismo tiempo te rompe el corazón, ¿no? Es como de: ¿por qué tendrías que estar pensando que va a llegar un tiempo mejor? ¿Y qué te está pasando que quieres que te llegue un tiempo mejor?

Creo que he escuchado mucho en las reflexiones sobre el adultismo que hay una sensación y una experiencia cuando somos pequeños en que nos sentimos efectivamente chiquititos, que somos efectivamente pequeños, pequeñas, que a nadie le importamos y que además no podemos. Y seguramente estas tres cosas, pues a lo mejor en diferente grado nos pasan, porque cuando somos pequeños necesitamos a otras. Esa conexión de la que hablabas, Dani, es súper importante.

Salimos queriendo tener esas conexiones y no podemos. Entonces esas experiencias se pueden efectivamente convertir después en sentirnos aislados, impotentes, insignificantes, ¿no? Y cómo se va traduciendo eso en la vida: que esperamos entonces que se mejore.

O no, seguimos encapsulados en esas experiencias de las que no nos podemos zafar, o que continúan organizándonos, organizando nuestra vida.

Dani, ¿tú cómo oyes *Tiempos Mejores*?

**Daniela:**  
Pues sí, o sea, idealmente necesitaríamos transmitir ese mensaje a cada persona joven, de que estamos contentas con su existencia, que su existencia tiene sentido, o sea, que tiene completo sentido estar en este mundo y lo que puedan hacer con él. Necesitamos transmitir ese mensaje, y es un mensaje que necesitan escuchar diario, ¿sabes? No es suficiente una vez, no. Necesita ser un mensaje reiterado para que verdaderamente tengan presente que tienen un lugar y que no están soles.

También nos toca mucho trabajarnos. Yo soy muy compasiva con las personas adultas, yo soy mamá, entonces vivo las dificultades de eso. A mí hay veces que digo “chin”, ¿no? O sea, vivo esa parte de la adultez. Pensamos que ya nuestros chicharrones van a tronar de adultas y nos damos cuenta de que no, de que la adultez es una frustración constante. Vivimos con la deuda, con que no te alcanza, y tampoco es así como pensábamos. Entonces vivimos con mucho estrés y muchas veces descargamos ese estrés sobre las personas jóvenes.

En esta parte de trabajarnos, también algo que esta metodología de escucha te hace tener presente es que a la gente joven tampoco le gusta estar junto a personas que se sienten miserables todo el tiempo. Entonces necesitamos mucho trabajar nuestro propio sentido de pertenencia y conexión a este mundo. Necesitamos trabajar nuestros motivos para ser personas plenas, felices, gozosas, cooperativas, como adultas. Porque si no transmitimos eso, si no podemos modelar eso, ¿por qué le voy a exigir o cómo la personita lo va a hacer, ¿no? Si no tiene a alguien que modele eso.

**Fabiola:**  
Quiero decir una cosa que me recordó el comentario que estabas haciendo, de cosas que he escuchado de mujeres que están en la disyuntiva entre separarse de sus parejas o no. Uno de los argumentos que se da es: “por mis hijos, por mis hijas, no quiero separarme”.

Y hay mucha infelicidad, mucha convulsión en el proceso, pero todavía está metida esta programación, esta opresión internalizada que se vivió hacia atrás, de las antepasadas, que así lo hicieron: el sacrificio por mis hijes. Eso genera estados emocionales muy dolorosos que se transmiten, porque esas cosas son por vibración.

Me parece que una de las cosas que estamos diciendo acá es: las niñas se dan cuenta, nos damos cuenta, y además no tiene que ver con las palabras, tiene que ver con las vibraciones y la resonancia. Tú puedes decirle a alguien, a una niña: “sé feliz, sé plena”, pero si tú misma no estás en esas condiciones y no te lo proporcionas a ti, no te lo cree. No pasa.

Y pensando también en esta parte de la crianza colectiva, así como hablábamos al principio de las cifras sobre bullying en México, también está la tasa altísima de madres solteras en México y la enorme responsabilidad hacia las mujeres sobre los cuidados. Eso es fuertísimo. Y además existe la exigencia de: “lo tengo que hacer bien, estoy en estas circunstancias tan complejas, yo de niña viví todas estas cosas que marcaron mi vida, ¿y qué hago con todo eso para criar niñas e infancias?”. Se va complejizando.

Y más aún si metemos la variable interseccional: si eres una persona indígena, una persona afrodescendiente, si estás en la comunidad, pasan distintas cosas. Cómo la estructura societaria mexicana no está preparada para sostener a tantas niñeces. Y, por tanto —esto yo lo platicaba con Mónica— esta cifra del bullying a mí me impacta muchísimo, porque pienso: en 25 años, como sociedad mexicana, vamos a estar viendo qué significó haber consumido la serie de Netflix de narcos y narcos latinoamericanos, del Chapo y demás, durante tanto tiempo, y qué significó ser una sociedad tan violenta y donde la violencia está tan normalizada. No sé ustedes cómo lo vean, pero…

**Mónica:**  
Pensaba que también, uniendo a esta pregunta de Fabiola, podría ser bueno preguntarles cómo estas estrategias que están ustedes usando, pensando, y sobre todo cómo volver al gran marco de este programa, que es apoyar los procesos organizativos para construir una buena vida y transformación social. Alguna vez, alguna persona estará dieciendo: bueno, ¿y para qué estamos viniendo a todo esto? Todo esto qué tiene que ver con combatir el racismo, por ejemplo, o pensar en la crisis del agua, o pensar en la violencia de la que hablaba Fabiola.

Quisiera pedirles que nos ayudaran, por un lado, contándonos sus estrategias para pensar en el adultismo, para trabajarlo, pero también en relación a las consecuencias que tendría no hacerlo, pensando en nuestra vida, en este mundo en el que estamos y en estos contextos.

**Sol:**  
No tengo una respuesta de qué hay que hacer, para empezar. Solo puedo decir lo que estoy intentando hacer yo. En este proyecto que estuvimos 10 años en la Sierra Mazateca, lo que intentábamos hacer era construir puentes.

Primero, crear espacios para que las niñas y los niños tuvieran voz y pudieran tomar decisiones, que tuvieran la experiencia de cómo es asumir una decisión, ver el resultado y lidiar con eso también, porque esa toma de decisiones tiene sus consecuencias. Pero eso implicó un trabajo personal muy fuerte, porque abrir espacios para que las niñas, los niños y les niñes puedan hablar de lo que les molesta, de lo que les gusta, de lo que les da miedo, implica estar dispuesta a escucharlo. Implica sostenerme incluso cuando me hacen una crítica desde ese lugar.

Era una experiencia distinta, donde podían hablar de lo que sentían y pensaban sin ser juzgados, y donde además buscaban ellas mismas sus soluciones, involucrando a sus mamás, papás y familias en general. Era un lugar a cargo de ellas, donde las personas adultas éramos invitadas, y se podía dialogar desde otro lugar porque ellas estaban a cargo de las reglas del diálogo.

Eso tratábamos de hacer: abrir esos espacios y crear puentes con las personas adultas, y también darles sostén, porque podemos escuchar cosas muy fuertes. Y como decía antes, hay que estar dispuestas a escuchar, a recibir y sostener el diálogo. No es fácil sostenerlo con compasión y de forma amorosa. No es fácil controlar el poder que sé que tengo sobre esas personas y evitar ejercerlo para oprimirles, porque es sencillito ejercer ese poder.

Por eso implica un acompañamiento importante para que estos puentes sean productivos y nutritivos. Y también dejar de responsabilizar a las niñas y niños de nuestras decisiones. Esto que decía Fabiola de “no me divorcio por mis hijos o mis hijas” termina cargando una responsabilidad muy fuerte, porque si eso fracasa y mi madre o mi padre son infelices, siento que es por mí. Entonces también necesitamos dejar de responsabilizar a las niñas de nuestras decisiones.

Una cosa es incluirles en las decisiones; otra, responsabilizarles de lo que yo decido sin consultarles.

**Daniela:**  
Yo puedo compartir también lo que estoy haciendo actualmente, que es acompañar más a personas adultas que quieren ser aliadas de gente joven. Porque en realidad cualquier persona adulta —incluso jóvenes mayores— puede ser aliada de niñas y adolescentes.

Trabajamos mucho esto de aprender a escuchar las emociones de las infancias, que no es fácil. No es fácil escuchar, por ejemplo, el enojo de una personita y dejarla patalear, dar ese espacio a que se exprese. Normalmente tenemos rigideces para escuchar, sobre todo en esas situaciones difíciles.

Entonces lo que hacemos es un entrenamiento que involucra revisar nuestras propias infancias, desahogar nuestras emociones congeladas, nuestras angustias, para poder estar más listas y receptivas cuando una personita se desahoga. En eso estoy concentrando mis energías actualmente.

Y sí, creo que hay muchas personas que están haciendo cosas interesantes y todos esos esfuerzos son bien valiosos. Todas las personas tenemos algún tío o tía que estuvo ahí, que me puso atención, que me invitó a algo; alguna maestra que sí me escuchó, que me abrazó cuando llegué llorando.

Son gestitos, lo más pequeños y efímeros, pero marcan una diferencia cuando vamos creciendo.

Es muy importante saber que hay esperanza, que hay gente aliada, que el mundo no nos va a devorar.

**Mónica**:  
Claro, que van a llegar tiempos mejores, que ya están por acá. Yo quisiera pedirles que, para ir cerrando, puedan mover esta reflexión que ustedes han hecho hacia la pregunta sobre el trabajo colectivo, el activismo, la organización social.

¿Por qué creen que sería importante hablar del adultismo para eso? Si lo pudiéramos resumir, ¿de qué nos sirve pensar en el adultismo, en estas formas en las que hemos sido oprimidas como niñas y oprimimos como adultas, para pensar en estos procesos de justicia social? ¿Qué creen que podría hacernos útil de esta conversación sobre el adultismo?

**Daniela:**   
Yo creo que, así como… no es un resumen, pero a mí me gusta más bien apuntalar que nos va a hacer recuperar nuestro gozo por la vida, lo aseguro. Nos va a hacer tener una mirada esperanzadora. La gente joven, cuando no está muy golpeada, son maestros de la esperanza, porque no tienen esa bolsa tan grande de angustias que hemos acumulado las personas adultas.

Entonces nos puede permitir acercarnos a un gozo genuino con la vida, que en todas las luchas es importante tener.

**Sol:**   
Yo creo que también hacer este ejercicio de romper con el adultismo y con esa mirada nos lleva a imaginar realidades diferentes. En la medida en que las niñeces y adolescencias sean realmente escuchadas y tengan un espacio de participación, se abre la posibilidad de dejar de repetir lo que siempre hacemos como adultas y empezar a incluir esas otras miradas.

Que si, que, en muchas ocasiones, como dice Daniela, son de gozo, de juego. Y cuando dejamos de jugar, dejamos de ser creativos y dejamos de imaginar. Hay muchas cosas que desde la niñez y la adolescencia podemos recuperar para crear otras realidades. Finalmente, de eso se trata, de transformar estas realidades violentas.

Creo que nos llevaría hacia esas otras miradas que incluso pueden parecer una locura, algo imposible, algo que da risa, pero que finalmente pueden ser grandes ideas y que podemos encontrar el camino para hacerlas realidad. Entonces creo que necesitamos esa mirada en todos los espacios. No como un chipote que impones porque “hay que incluir a las niñeces”—, sino como parte de los procesos colectivos de toma de decisiones y de construcción de la realidad. Nos hace falta esa mirada.

**Mónica**:  
Yo siempre me imagino o quiero pensar cómo sería la vida, o cómo sería mi vida o la vida de tal proceso, si no nos sintiéramos solas, aisladas, si no sintiéramos que no le importamos a nadie. Y esas experiencias sí vienen de nuestras niñas y niños heridos, de que nos ha ido mal.

Y es importante decir que esto no es personal, no es solo yo, no solo me pasa a mí. ¿Qué pasaría si colectivamente reconociéramos que venimos de estas diferentes historias? Y, obviamente —y aquí quiero aclarar— no para culpar a papás, mamás o progenitores y decir “es su culpa”. Ese es un modelo estatal muy fácil: echarle la culpa a quienes no hicieron “bien” su trabajo.

No. Lo que quiero decir es que llevamos generaciones y generaciones de pequeñes lastimades, y esos pequeños y pequeñas lastimadas luego están a cargo de la política social o quieren hacer algo bueno y lo hacen de una forma violenta.

Entonces es tener esta otra perspectiva. Y creo que es un trabajo muy difícil, como ustedes lo han dicho. Es un trabajo muy difícil y les agradezco que nos compartan esas perspectivas desde las que han ustedes querido intervenir en esta dinámica.

**Fabiola**:  
Recordaría lo que se dijo también en el podcast anterior sobre la importancia de entrenarnos, entrenarnos frente a la rigidez, entrenarnos para poder escuchar las emociones. Y esta palabra —entrenarnos— creo que es básica, porque significa que no es una habilidad que se da, así como ¡pum!, ni en las organizaciones ni a nivel personal, sino que forma parte de estas conversaciones sobre cómo realizar procesos de cambio personal y colectivo, procesos de justicia.

Tiene que ver con un entrenamiento y, por tanto, con una decisión de tomar conciencia de eso que nos impide —todas estas rigideces, dolores, etcétera—. Y cómo tener esta disciplina para lograr esta verdadera escucha de las emociones, con todos los estados de incomodidad que nos produce. Es decir, cómo vamos a sacarle jugo a estos procesos de incomodidad.

Y ya estamos, vamos a cerrar. Yo solo quisiera añadir un comentario más que me parece importante. En mi experiencia desde Comparte una Ola, con las niñas de casa hogar llevándolas al mar, encuentro que parte de la sanación también tiene que ver con una ruptura del antropocentrismo. Es decir, sí ayuda a los seres humanos conversar con otros seres humanos, pero también —y con la misma relevancia— ayuda mucho poder establecer vínculos emocionales y afectivos con el resto del planeta, con el resto de lo que nos rodea.

Yo he visto procesos de sanación emocional profunda con niñas que van por primera vez al mar y juegan con la arena, con la espuma. Se les devuelve toda esa bendición, una bendición que impregna de inocencia, porque lo hace algo más grande: las fuerzas de la naturaleza, el agua, el sol, el mar.

Entonces, a veces, en parte del trabajo con las niñeces dejamos fuera todos estos elementos y seres vivos que ayudan mucho en los procesos de sanación, no solo de la infancia, sino también de la humanidad. Bueno, yo cerraría con eso.

Mónica, te doy la palabra. Daniela, Sol, muchísimas gracias por compartirse y compartirnos sobre las estructuras que llevamos dentro.

**Mónica**  
Sí, ¿no sé si tengan una última cosa que quieran decir, algo que digan “ay, se me pasó decir esto, mencionar esto antes del cierre?”.

**Daniela**:  
Pues yo solamente coincidir con Fabiola en que niñas, niños y niñes son maestres de la conexión. Y la conexión se entabla con el suelo, con la tierra, con los perritos. Es muy ilustrativo cómo se intercambian afectos, cómo sucede esa magia de la conexión.

Y es una magia, no encuentro otra manera de describirlo. Entonces, también nos pueden encaminar a las personas adultas —que de alguna manera nos vamos despegando de esas magias— a sentirnos conectados de múltiples maneras.

**Monica**:  
Gracias Dani. Sol.

**Sol**:  
A mí me gustaría decir nada más que creo que darle el espacio que merecen las niñas, niños, niñes y adolescentes, también es un acto de resistencia. En un sistema capitalista donde, si no eres “útil” para algo, no vales, te vuelves un gasto, la niñez muchas veces se percibe como algo en lo que hay que gastar y, por lo tanto, tiene que justificar su existencia.

Entonces, o van a vender, o traen la leña, o cumplen mis deseos narcisistas de ser el mejor estudiante, etcétera. Pero desde una mirada muy utilitaria, donde la niñez es tratada como objeto que se mueve, se lleva, se trae.

Por eso creo que cambiar esta mirada y hacer este ejercicio implica resistirnos a un sistema muy violento e injusto. Es un acto revolucionario darle a la niñez el espacio que le corresponde.

**Mónica**:  
Pues muchísimas gracias a Sol, a Dani y a Fabiola por estar hoy en Las estructuras que llevamos dentro. Nos vamos con esta invitación a conectarnos, a resistir, a pensar en el adultismo como algo que cruza todas las clases sociales, todas las identificaciones racializadas, todos los géneros y orientaciones sexuales.

Es decir, todas y todos llevamos niñas y niños dentro, llevamos experiencias y desconexiones que necesitamos volver a hilvanar. La invitación queda muy clara y les agradezco mucho.

Nos vemos en el próximo programa de Las estructuras que llevamos dentro. Muchísimas gracias por acompañarnos el día de hoy. Hasta luego.

**Gabriela:**  
Gracias por escuchar *Las estructuras que llevamos dentro*. Un programa producido por la Universidad de Cambridge, el colectivo Copera y la agencia de comunicación 11.11 Cambio Social, y financiado por la Academia Británica, los Fondos Oficiales Británicos de Ayuda al Desarrollo y la Fundación Kellogg.

Acompáñanos en nuestro siguiente episodio.

***El podcast Las Estructuras que Llevamos Dentro fue imaginado por Mónica Moreno Figueroa y producido por Fabiola Fernández Guerra Carrillo y Arfaxad Ortiz. La voz de las cortinillas es de Gabriela García.***