



MoMs

MOTHER MATTERS

El derecho a la maternidad de las mujeres con discapacidad

Proyecto Erasmus plus nº 2023-1-IT02-KA220-ADU-000153664

PÍLDORAS INFORMATIVAS

Las píldoras informativas ofrecen explicaciones breves relacionadas con los estudios sobre discapacidad, la accesibilidad para los profesionales sanitarios y la maternidad para las mujeres con discapacidad. Se basan en un enfoque de microaprendizaje, una metodología de aprendizaje que divide el contenido en unidades cortas centradas en un solo tema o habilidad.

- RIESGOS Y ASISTENCIA -

Reconocer la doble discriminación

La discriminación por motivos de género y discapacidad puede adoptar muchas formas. La doble discriminación se produce cuando una persona es objeto de más de una forma de discriminación. Se estima que aproximadamente una de cada cinco mujeres vive con alguna discapacidad. Las mujeres con discapacidad sufren diversos tipos de impedimentos, entre ellos físicos, psicosociales, intelectuales y sensoriales, que pueden o no ir acompañados de limitaciones funcionales. Cuando una mujer se enfrenta a este tipo de discriminación, puede tomar medidas que le ayuden a sobrellevarla sola o con su familia o amigos más cercanos.



momsproject.eu



Mother Matters



[moms.mothermatters](https://www.instagram.com/moms.mothermatters)



[MoMs_MotherMatters](https://www.youtube.com/MoMs_MotherMatters)



Se recomienda a todas las mujeres que hayan sufrido cualquier tipo de discriminación que hablen con un amigo o una persona de confianza. Si aún se pregunta si esto está afectando a su vida, hablar con alguien sobre su experiencia puede aclarar la cuestión. La mujer puede acudir a sus padres, familiares o terapeutas para confirmar si existe algún tipo de discriminación, procesar todas sus preocupaciones y encontrar apoyo.

Cabe señalar que las mujeres suelen enfrentarse a prejuicios de todo tipo. Una buena opción es unirse a un grupo de apoyo que comprenda lo que es la doble discriminación y permita a las participantes compartir sus experiencias con otras personas que hayan sufrido un trato similar. Existen muchos grupos, tanto online como offline, que pueden ofrecer orientación y asesoramiento. Esto es adecuado para mujeres con discapacidad que tienen dificultades de movilidad o para aquellas que se sienten avergonzadas de hablar cara a cara sobre sus problemas. Se puede buscar un defensor o asesor con experiencia en comunidades que necesitan apoyo adicional. Puede ser un trabajador social, un abogado, un médico, un consejero, etc. Hay empresas que colaboran en la búsqueda de personas con la experiencia adecuada, que incluso han luchado personalmente para encontrar la atención que necesitan para su condición.

Compartir conocimientos e intercambiar prácticas prometedoras en diferentes grupos en las redes sociales también puede ser una herramienta para reconocer la doble discriminación. Hablar con personas que se encuentran en la misma situación ayuda a identificar si existe o no discriminación, qué consejos darían, qué decisión tomaron en una situación similar y cuál fue el resultado. Este intercambio informal de buenas prácticas es fácil y accesible.

