



# PODER

## EN NUESTROS CORAZONES

*Cómo hablar sobre el aborto  
autoinducido con tus seres  
queridos y tu comunidad*





# EL ABORTO AUTOINDUCIDO:

cómo interrumpir un embarazo fuera del sistema de cuidado de salud formal. En los EE. UU., las personas usualmente hacen esto con pastillas abortivas, ¡lo cual es seguro! \* Las personas se han realizado abortos durante miles de años y siempre lo harán. Todas las personas merecen recursos para cuidar de sus cuerpos, no merecen vergüenza ni castigo.

*\*La Organización Mundial de la Salud le ha dado su respaldo a las pastillas abortivas como seguras y efectivas.*



Se ha vuelto normal criminalizar a nuestras comunidades debido a nuestra raza, discapacidades, historia migratoria, clase, género, sexualidad, uso de drogas, etc. Nos enseñan a juzgar a las personas que toman decisiones acerca de sus cuerpos sin “permiso”.



*Las personas estamos supuestas a quedar atrapadas en esta red de control, pero no tenemos por qué hacerlo.*



La mayoría de las personas arrestadas por los resultados de sus embarazos: abortos espontáneos o sospechas de abortos autoinducidos, son personas Negras, Indígenas y de color, y gente pobre de clase trabajadora, quienes son reportadas por alguna persona que conocen o une proveedore de cuidado.

*Vamos a preguntar:* ¿Yo, o la gente que conozco, contribuimos a una cultura de vigilancia? ¿Cómo puedo normalizar el aborto y practicar el cuidado y la empatía?



Las conversaciones sobre el cuidado son excelentes herramientas para derribar estigmas profundamente arraigados. Comienza conociendo tus propios valores, desencadenantes y desafíos. Piensa acerca de tu audiencia, los obstáculos potenciales y las maneras de dar un giro.

*Habla con honestidad,  
escucha abiertamente.*



# CÉNTRATE en tu objetivo.

(por ejemplo: cambia la mentalidad de tu interlocutore del castigo a la empatía)

**HAZLES PARTICIPAR.** Pregunta sobre sus posturas con relación a la autonomía reproductiva. ¿Qué informa dichas posturas? Entonces, comparte tus perspectivas.

**PÍDELES** que consideren apoyar a los fondos de aborto y a los movimientos conectados.

**RECONECTA.** Haz un plan para darle seguimiento en el futuro.



**AGRADECE** a tu compañere de conversación por compartir, escuchar, por la vulnerabilidad y la confianza.

Nuestras historias de acción colectivas y supervivencia, nuestros ancestros del movimiento, y nuestros espíritus nos conectan. Necesitamos profundizar nuestras relaciones y forjar la confianza unes con otros. En las palabras de Assata Shakur,

**"DEBEMOS AMARNOS UNES A OTRES Y APOYARNOS UNES A OTRES. NO TENEMOS NADA QUE PERDER, SOLO NUESTRAS CADENAS"**



*\*Desde los movimientos por la Justicia de discapacidad en los EE. UU., los Zapatistas luchando por los derechos indígenas en México, hasta las luchas por el Poder Negro, la resistencia es natural y necesaria.*



*¡Escanea este código para  
obtener más recursos sobre  
el aborto autoinducido,  
conversaciones sinceras,  
criminalización y abolición,  
seguridad comunitaria y  
cómo encontrar tu fondo  
local para el aborto!*



**NATIONAL NETWORK OF  
ABORTION FUNDS**