08

DISCRIMINACIÓN:

CÓMO RECONOCERLA, DOCUMENTARLA Y BUSCAR AYUDA

Guía práctica para identificar posibles tratos discriminatorios, distinguirlos de otras injusticias, preservar evidencia y encontrar recursos de apoyo



Libresta
El Flautista

RMM
RED MUNDIAL MULTITALENTOS
UN MILLÓN DE ALMAS INTERCONECTADAS

¿Trato injusto o discriminación?

Una decisión desfavorable no demuestra por sí sola discriminación.

01 · Identifica el trato

No obtener empleo, recibir trato diferente o no acceder a un servicio admite varias explicaciones. La discriminación está vinculada, según la legislación, a características protegidas como origen, sexo, discapacidad, edad, religión, orientación sexual o identidad.

02 · Distingue resultado y motivo

“No me contrataron” demuestra una decisión, no su motivo. Busca hechos que puedan relacionarla con una característica protegida.

Pregunta antes de concluir

¿Por qué ocurrió y qué evidencia permite asociarlo con una causa protegida? No basta una intuición.

Discriminación directa e indirecta

Las reglas del país determinan la protección concreta.

03 · Discriminación directa

Trato desfavorable relacionado con una característica protegida. Ejemplo hipotético del documento: “No contratamos personas de ese origen”.

04 · Discriminación indirecta

Una regla aparentemente neutral puede perjudicar especialmente a un grupo sin justificación suficiente. Pregunta qué efectos produce y si es necesaria.

05 · Test de las cuatro preguntas

1. ¿Qué trato recibí? 2. ¿Con quién puedo compararlo? 3. ¿Qué característica protegida se relaciona? 4. ¿Qué evidencia apoya la relación?

Personas, patrones y cronología

No todas las situaciones son idénticas: documenta también el contexto.

06 · Comparadores relevantes

Compara experiencia, puesto, rendimiento y otras diferencias que pudieran justificar un trato. Las comparaciones ayudan a reconocer patrones.

07 · No siempre existe confesión

Observa comentarios, reglas aplicadas de modo desigual, estadísticas, explicaciones cambiantes, comparaciones y secuencias temporales.

08 · Crea una cronología

Ejemplo del Word: 15 marzo, se informa una situación; 20 marzo, comentario del supervisor; 2 abril, cambio de turno; 10 abril, solicitud rechazada. La secuencia puede ser significativa.

Palabras, repetición e impacto

Los registros concretos mejoran la precisión del relato.

09 · Anota las palabras exactas

Registra frase, fecha, lugar y asistentes. Si solo recuerdas el sentido, no lo presentes como cita literal.

10 · Identifica patrones

Pregunta si afectó a otras personas y si ocurrió en contratación, ascensos, horarios, acceso o sanciones. Un patrón no prueba automáticamente discriminación.

11 · Acoso discriminatorio

Según contexto y normativa, pueden ser relevantes insultos, burlas, comentarios degradantes, intimidación, conductas sexuales no deseadas o ambientes hostiles.

12 · Frecuencia e impacto

Registra qué ocurrió, cuántas veces, quién estaba presente y las consecuencias. La precisión es preferible a expresiones vagas.

Barreras y ámbitos

La desigualdad puede presentarse de distintas formas y contextos.

13 · Discapacidad y ajustes razonables

En numerosos marcos jurídicos existen adaptaciones posibles. Documenta necesidad, solicitud, respuesta y alternativas; busca orientación específica.

14 · Discriminación interseccional

Varias características pueden actuar a la vez. Documenta los hechos sin forzar una sola categoría.

15 · En el trabajo

Puede aparecer en contratación, salario, ascensos, formación, horarios, despido y condiciones. Guarda ofertas, evaluaciones, criterios y comunicaciones sin extraer información confidencial ilegalmente.

16 · Servicios, vivienda y espacios públicos

Las protecciones pueden abarcar vivienda, educación, transporte, comercios, hostelería y servicios públicos. Pregunta por el motivo de una negativa y solicita respuesta escrita cuando sea posible.

Explicaciones y expediente

Documenta cada cambio sin presuponer su causa.

17 · Explicaciones cambiantes

Guarda cada versión y fecha. Que primero digan “no hay plazas” y después otro motivo puede ser relevante, pero no demuestra discriminación por sí solo.

18 · Posibles represalias

Después de una queja, registra cambios de horario, funciones, sanciones, exclusión, amenazas o terminación. La sucesión temporal no constituye por sí misma una prueba.

19 · Expediente de discriminación

Organiza cronología, documentos, mensajes, comentarios, comparaciones, testigos, solicitudes, respuestas, consecuencias y reclamaciones, para que otras personas comprendan el caso.

Elige cómo actuar

En situaciones graves, confrontar directamente no siempre es adecuado.

20 · Recursos posibles

Según el caso: supervisores, recursos humanos, instituciones educativas, atención al cliente, sindicatos, asociaciones, organismos de igualdad, defensorías, inspecciones o asesoría jurídica.

21 · Resumen de una página

Incluye qué pasó, cuándo, quién intervino, posible característica protegida, comparación, evidencia, qué hiciste después y qué quieres conseguir.

22 · Qué puedes pedir

Detener la conducta, corregir decisiones, obtener adaptaciones, acceder a servicios, recuperar oportunidades, investigar, cambiar políticas o recibir compensación según corresponda.

Publicar no es reclamar

Protege la privacidad y los derechos de otras personas.

23 · No publiques precipitadamente

Antes de acusar públicamente, considera seguridad, privacidad, pruebas, procedimientos abiertos y derechos de terceros. Una reclamación formal es diferente.

24 · Test de indicios

Completa: trato diferente recibido; posible característica relacionada; tres indicios principales; información que falta; persona u organismo a consultar.

Objetivo de la herramienta

No confirmar una sospecha de forma automática, sino descubrir qué información necesitas para evaluarla seriamente.

Checklist y cierre

Investigar los hechos y reconocer barreras son responsabilidades compatibles.

25 · Checklist ante discriminación

Identifiqué el trato y la característica posible; busqué comparaciones; tengo cronología; anoté palabras y patrones; conservo mensajes, documentos y testigos; registro cambios tras reclamar; conozco posibles vías de ayuda.

26 · Igualdad y apoyo colectivo

No minimices exclusiones reales ni conviertas sin investigación cualquier conflicto en discriminación. Documentar, comparar, preguntar y apoyarse en redes comunitarias ayuda a reconocer barreras.

Pregunta final

¿Qué ocurrió, a quién afecta, por qué ocurre y qué podemos hacer para que no vuelva a repetirse?

Derechos, justicia y convivencia social

CIUDADANÍA, ESTADO, DEMOCRACIA Y PARTICIPACIÓN

Una guía practica para entender, participar y exigir tus derechos como ciudadano.

Entiende problemas que resuelve: no entender quién decide qué, sentirse impotente ante las instituciones, no saber reclamar, votar sin herramientas suficientes, desconocer cómo participar o vigilar lo público.



SÍGUENOS EN NUESTRAS REDES SOCIALES

@librestaelflautista
@librestaJovenesTalentos

Conoce más en: WWW.LIBRESTA.ORG

Libresta El Flautista

RMM