

Una transición con libertad de expresión

Principios de
participación
para mujeres
periodistas



Laboratorio
de Paz

Una transición con libertad de expresión

Principios de participación para mujeres periodistas

Redacción y producción: Laboratorio de Paz

Ilustración de portada: José Luis Couto

(joseluiscoutoxxx@gmail.com)

Ilustraciones internas elaboradas con herramientas de inteligencia artificial.

Laboratorio de Paz (LabPaz) es un centro venezolano de investigación y pensamiento estratégico, fundado en 2012, que trabaja en la resolución de conflictos mediante enfoques de democracia, noviolencia y derechos humanos. Su labor se enfoca en comunidades vulnerables, promoviendo el derecho a la paz, el espacio cívico y el fortalecimiento de organizaciones sociales.

www.labpaz.org

Introducción

Las transiciones democráticas no solo se construyen. **También se cuentan.** El periodismo no es solo un canal. Es un espacio de poder.

En contextos autoritarios, mujeres periodistas, comunicadoras e influencers han sostenido el flujo de información: documentando abusos, denunciando violaciones, informando a la ciudadanía y creando espacios de participación, incluso bajo riesgo.

Pero su participación no ocurre en igualdad de condiciones. Existen censura, persecución, desinformación y violencia que limitan su trabajo y su capacidad de incidir.

Este documento propone principios para que su rol en una transición sea real, protegido y con impacto.

Participar como periodista, comunicadora o influencers en una transición implica distintas dimensiones: poder ejercer, hacerlo en igualdad, influir, sostenerse y tener voz en cómo se interpreta la realidad.

Porque no hay transición democrática sin información libre. Y no hay información libre sin mujeres periodistas participando en condiciones de igualdad.



1) ¿Quiénes son periodistas, comunicadoras e influencers en una transición?

Toda persona que informa, comunica, investiga o influye en la opinión pública ejerce un rol en el ecosistema de libertad de expresión.

Incluye:

- Periodistas
- Reporteros/as comunitarios
- Comunicadoras sociales
- Creadores de contenido
- Influencers con impacto público
- Medios independientes

En transición, su rol se vuelve aún más clave.

1.1. ¿Qué hacen en lo cotidiano?

- Informan sobre lo que ocurre
- Explican contextos complejos
- Visibilizan violaciones de derechos humanos
- Amplifican voces de víctimas y comunidades
- Generan debate público
- Combaten la desinformación

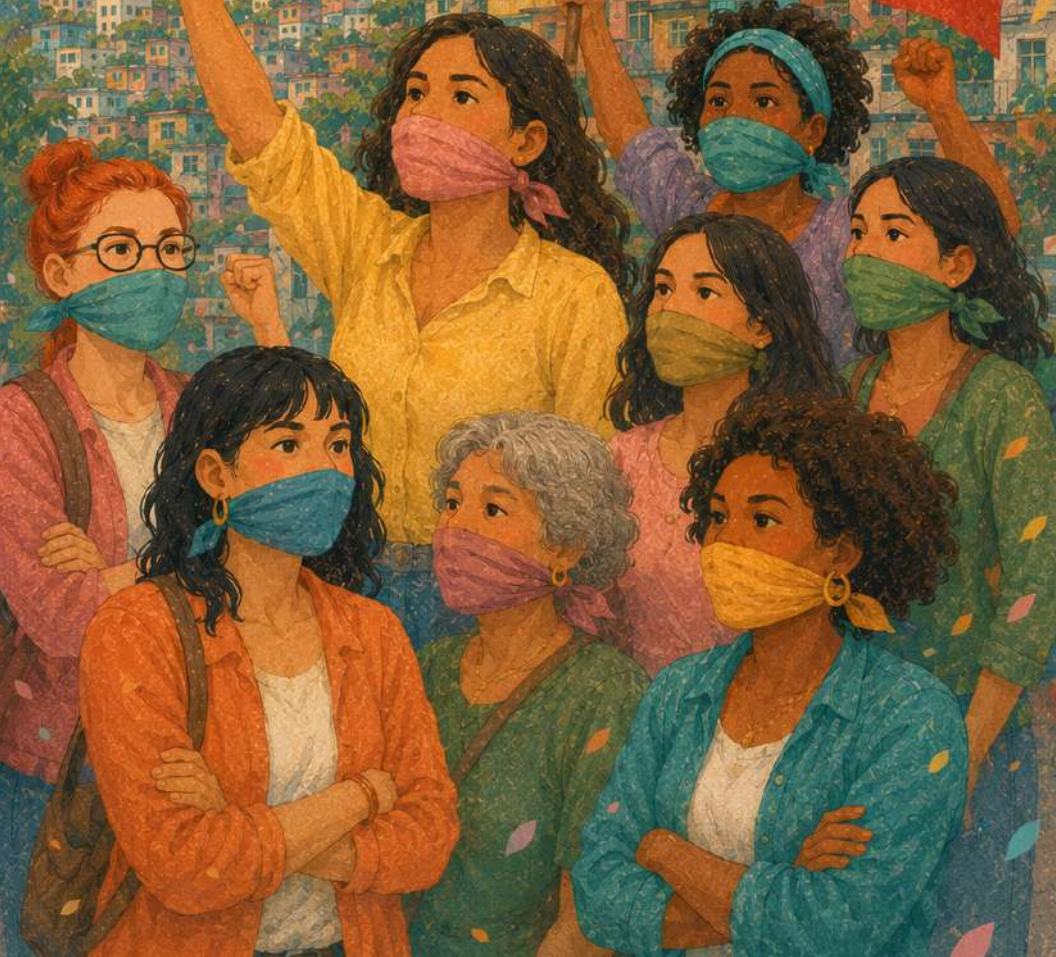
1.2. ¿Qué necesitan para participar?

- Libertad de expresión sin censura
- Acceso a información pública
- Seguridad física y digital
- Protección frente a represalias
- Independencia editorial
- Acceso a plataformas y audiencias

1.3. ¿Qué riesgos enfrentan?

- Detenciones arbitrarias
- Amenazas y hostigamiento
- Estigmatización (“enemigos”, “traidores”)
- Censura y bloqueo de medios
- Vigilancia digital
- Violencia de género
- Ataques coordinados en redes

Libertad
de
expresión



2. Condiciones mínimas para la participación en libertad de expresión

Basado en estándares internacionales (ONU, CIDH):

- Garantía plena de libertad de expresión
- Prohibición de censura previa
- Acceso a información pública
- Protección a periodistas y comunicadores
- Investigación de ataques
- Independencia de medios
- Diversidad y pluralismo informativo
- Acceso a internet libre y abierto

Condición transversal clave: Abrir el espacio informativo. Sin flujo libre de información, la participación es limitada o manipulada.

2.1. Riesgos si estas condiciones no existen

- Desinformación masiva
- Narrativas oficiales sin contrapeso
- Invisibilización de abusos
- Autocensura
- Procesos sin legitimidad democrática



3) Rol de la periodista, la comunicadora, y la influencer en una transición

3.1. Informar y documentar la verdad

- Investigar violaciones de derechos humanos
- Registrar hechos y testimonios
- Evitar el borrado de la memoria

3.2. Garantizar el derecho a saber

- Informar a la ciudadanía
- Explicar procesos políticos
- Facilitar decisiones informadas

3.3. Visibilizar a las víctimas

- Amplificar sus voces
- Humanizar los casos
- Evitar su invisibilización

3.4. Incidir en la opinión pública

- Generar debate
- Construir narrativas democráticas
- Combatir la propaganda

3.5. Alertar sobre riesgos y retrocesos

- Identificar patrones de abuso
- Denunciar simulaciones de cambio
- Exponer discursos autoritarios

3.6. Sumar a la reconstrucción democrática

- Promover cultura de derechos
- Facilitar diálogo social
- Fortalecer confianza pública



4) Periodistas, comunicadoras e influencers como garantes de la transición

Los estándares internacionales señalan que:

- La libertad de expresión es esencial para la realización de elecciones libres
- El periodismo independiente fortalece la rendición de cuentas por parte de las autoridades.
- La información plural aumenta la legitimidad del proceso y el acceso por parte de la ciudadanía.

Sin información libre:

- No hay participación informada.
- No hay control del poder
- No hay transición creíble



5) Mujeres periodistas y comunicadoras en la transición

5.1. ¿Por qué son clave?

Porque incorporan perspectivas invisibilizadas y sostienen el flujo informativo incluso en condiciones de mayor riesgo.

5.2. Riesgos específicos

- Violencia digital y sexualizada
- Ataques a su reputación
- Exclusión de espacios mediáticos
- Sobrecarga y precarización

5.3. Qué debe garantizar una transición

- Protección diferenciada
- Participación en espacios mediáticos y de decisión
- Entornos libres de violencia
- Reconocimiento de su liderazgo



6) 5 Principios para una transición con libertad de expresión

PRINCIPIO 1

Libertad y condiciones para ejercer el periodismo

Las mujeres periodistas no pueden participar si no pueden ejercer su trabajo con garantías.

La libertad de expresión y el acceso a la información no son abstractos. Son condiciones concretas para poder informar, investigar y publicar sin miedo.

En contextos autoritarios o de cierre del espacio cívico, estas condiciones suelen estar restringidas por la censura directa o indirecta, obstáculos para acceder a información pública, presiones políticas o económicas o por la precarización del trabajo periodístico

Esto no solo afecta el trabajo periodístico. Define quién puede participar y quién queda fuera.

Una transición democrática debe garantizar:

- Libertad de prensa efectiva
- Acceso a información pública
- Condiciones laborales dignas
- Protección frente a represalias

Sin condiciones para ejercer, no hay participación real posible.

PRINCIPIO 2

Participación en igualdad dentro del ejercicio periodístico

Participar no es solo estar. Es poder hacerlo en igualdad de condiciones.

Muchas mujeres periodistas están presentes en el

ejercicio del periodismo, pero enfrentan desigualdades dentro de los espacios donde trabajan:

- Menor reconocimiento
- Asignación a ciertos temas o roles
- Menor acceso a oportunidades
- Mayores exigencias para validar su trabajo

Esto limita no solo su participación, sino su desarrollo profesional.

Una transición democrática debe promover:

- Igualdad de oportunidades dentro de medios
- Acceso equitativo a roles y coberturas
- Reconocimiento del trabajo en igualdad de condiciones para hombres y mujeres.

Porque no se trata solo de cuántas participan. Se trata de en qué condiciones lo hacen.

PRINCIPIO 3

Presencia en los espacios donde se interpreta la transición y se construye la agenda pública

El periodismo no solo informa. Define qué temas importan y cómo se entienden. Decide qué se cubre, qué se prioriza y qué se invisibiliza

Sin embargo, muchas mujeres periodistas participan en coberturas, pero no en las decisiones editoriales. Esto genera una brecha: muchas informan, pero pocas influyen en la agenda.

Existen espacios donde se construye el sentido de lo que está ocurriendo: programas de análisis, columnas de opinión, entrevistas a “expertos”, coberturas internacionales y foros y debates públicos.

En estos espacios no se decide qué se cubre. Se decide cómo se entiende lo que ocurre.

Allí se construyen ideas como:

- Qué es la transición
- Quién tiene legitimidad
- Qué escenarios son posibles
- Qué actores son relevantes

¿Quién está explicando la transición? **Si las mujeres periodistas no están presentes sus perspectivas quedan fuera**, se reduce la diversidad de interpretaciones y se consolidan miradas únicas sobre el cambio político

Una transición democrática debe promover:

- Presencia de mujeres en espacios de análisis y opinión de medios de comunicación y foros públicos.
- Reconocimiento como voces expertas
- Acceso a espacios de interpretación pública

Porque no basta con contar lo que pasa. También importa quién explica lo que significa. La pregunta es si pueden hacerlo en igualdad... y con capacidad de influir.

PRINCIPIO 4

Protección frente a la violencia y el hostigamiento

La violencia contra mujeres periodistas no es un hecho aislado. **Es un mecanismo que limita su participación.** Se expresa de distintas formas: acoso digital, campañas de desprestigio, ataques basados en género, amenazas, vigilancia o persecución

En contextos como el venezolano, estos riesgos se agravan por la represión estatal, por la criminalización del trabajo periodístico, por la exposición de fuentes y por la falta de garantías institucionales. Esto tiene un efecto directo: el miedo limita qué se investiga, qué se publica y cómo se participa.

Una transición democrática debe garantizar:

- Mecanismos de protección para periodistas
- Reconocimiento de la violencia de género en el

ámbito periodístico

- Rutas de denuncia accesibles
- Cero tolerancia a la impunidad

Donde hay miedo, el periodismo se silencia.

PRINCIPIO 5

Condiciones para mantener el ejercicio periodístico por parte de las mujeres

Participar no es solo poder empezar. Es poder sostenerse en el tiempo.

El ejercicio del periodismo depende también de condiciones materiales y de vida que no siempre son visibles.

Muchas mujeres periodistas enfrentan:

- Sobrecarga de cuidados domésticos y de otros
- Falta de flexibilidad para compatibilizar el trabajo con la maternidad
- Jornadas extendidas y horarios irregulares
- Precariedad laboral
- Agotamiento emocional
- Falta de redes de apoyo

En contextos de crisis, como el que se vive en Venezuela, estas condiciones se intensifican.

Esto no solo limita la participación. También afecta su continuidad, su crecimiento profesional y su capacidad de incidir.

Una transición democrática debe garantizar:

- Condiciones laborales más justas
- Reconocimiento del impacto del cuidado en la posibilidad de la participación
- Espacios de trabajo más equitativos
- Medidas que permitan sostener el ejercicio periodístico en el tiempo

No puede haber participación sostenida si no hay condiciones para mantenerla.

Estos cinco principios no son aspiraciones abstractas: son condiciones concretas para que la participación de las mujeres periodistas en una transición sea real, segura y con impacto. Juntos, trazan un marco que permite pasar de la presencia a la incidencia, del riesgo a la protección, de la desigualdad a la equidad. Garantizarlos no solo fortalece el ejercicio periodístico, sino que amplía las posibilidades de una transición democrática auténtica, donde la información circule libremente, las voces diversas sean escuchadas y el poder pueda ser verdaderamente observado y cuestionado.




7) Decálogo: Periodismo y transición democrática

- 1.** Sin información libre no hay transición real
- 2.** El periodismo protege la verdad
- 3.** Informar es una forma de participación democrática
- 4.** Visibilizar víctimas es una forma de justicia
- 5.** La narrativa define el rumbo de la transición
- 6.** Combatir la desinformación es proteger la democracia y la Constitución
- 7.** La libertad de expresión limita el poder
- 8.** Periodistas, comunicadoras e influencers también son actores de incidencia
- 9.** Su trabajo debe ser protegido, no perseguido
- 10.** Una transición con la población informada es una transición legítima.

En este momento de incertidumbre, el trabajo de las mujeres periodistas venezolanas no es secundario: es indispensable. Son ustedes quienes sostienen la posibilidad de que el país entienda lo que ocurre, de que las víctimas no queden en el silencio y de que el poder no quede sin escrutinio. En contextos donde informar implica riesgo, su presencia no solo comunica hechos: construye ciudadanía, memoria y futuro. Cada cobertura, cada historia contada, cada dato verificado es una forma concreta de abrir espacio democrático.

Una transición no comienza el día en que se anuncia: empieza cuando alguien decide no callar, cuando alguien insiste en preguntar, cuando alguien se niega a normalizar lo que no debe normalizarse. Allí, el rol de las mujeres periodistas es insustituible. Defender su derecho a ejercer, a participar en igualdad y a incidir no es solo una demanda sectorial: es una condición para que Venezuela pueda reconstruirse con verdad, justicia y dignidad.





Para mayor información sobre participación en contextos de transición: www.labpaz.org

Laboratorio
de Paz