



**PLAN**  
INTERNATIONAL

**Opciones Reales**

**Vidas Reales**

**Informe final**

**Conclusiones de 18 años de investigación global  
con niñas desde su nacimiento hasta su adultez**

**Informe Resumido**

# Índice

<b>Introducción:</b> <b>metodología, desde el nacimiento hasta la adultez</b>	<b>6</b>
<b>Lo que nos están diciendo las niñas:</b> <b>educación, resistencia contra las normas de género, trabajo de cuidado no remunerado, empleo, salud, experiencias de violencia, participación y liderazgo y cambio climático.</b>	<b>9</b>
<b>Lo que aprendimos</b>	<b>34</b>
<b>Conclusión</b>	<b>36</b>
<b>Recomendaciones</b>	<b>37</b>

“ Esta entrevista [*Opciones Reales, Vidas Reales*] siempre amplía mi mirada. A veces, incluso llego a pensar cosas que no hubiera imaginado jamás.”

**Amelia, 17 años (2024), Uganda**

“ Me parece genial que puedan escuchar mi opinión sobre cosas de la sociedad y todo eso. Me gusta participar en este estudio”

**Juliana, 17 años (2023), Brasil**

Portada: Una joven de 16 años es líder del cambio en su comunidad en El Salvador © Plan International  
Esta página: Miembros del club de salud en una escuela primaria de Uganda © Plan International



# Prólogo

**Reena Ghelani Directora ejecutiva de Plan International.**

**Durante las últimas dos décadas, el mundo ha progresado en muchas áreas. La extrema pobreza se redujo a más de la mitad en una sola generación, y la brecha de género en educación a nivel global se redujo considerablemente: la inscripción de las niñas en la primaria y los primeros años de la secundaria ahora se está acercando a la paridad en la mayoría de las regiones.**

Sin embargo, este avance no tiene una distribución equitativa. En muchos sitios las niñas no se han visto beneficiadas y las cosas están empeorando. Es un panorama desafiante, pero sabemos que escuchar a las niñas a lo largo de su vida nos brinda las respuestas.

Durante dieciocho años, las niñas que son el corazón del informe *Opciones Reales, Vidas Reales* nos confiaron sus historias. Compartieron sus esperanzas, sus sueños y sus retos. También nos contaron qué apoyo las ayuda a avanzar. Este informe refleja lo que aprendimos de ellas en cada parte de su vida. Muestra los cambios reales y los logros notables que vivieron en comparación con las generaciones precedentes. También presenta una cohorte

de niñas que están luchando contra creencias largamente asentadas sobre lo que deben o no deben hacer y que están insistiendo en que sus voces son importantes.

Sin embargo, las barreras que condicionan la vida de las niñas persisten insistentemente. Las normas de género siguen limitando sus oportunidades. Los sistemas públicos destinados a protegerlas y apoyarlas se están reduciendo y cuentan con menos recursos. Y el progreso logrado hasta ahora es frágil. Los movimientos antiderechos están ganando fuerza al mismo tiempo que las comunidades enfrentan una presión económica en aumento, se intensifican los conflictos y empeoran los impactos climáticos.

Este informe comparte las historias de niñas que desafían las ideas que limitan sus oportunidades e insisten en que se escuchen sus voces. Cuando se les da el apoyo necesario, las niñas prosperan. Tenemos que actuar ahora; se lo debemos a ellas, y a todas las niñas que vendrán luego. Para proteger los logros por los que tanto se luchó, confrontar las amenazas emergentes y crear un mundo en el que cada niña pueda ejercer sus derechos y elegir su propio futuro.



# Las niñas de la cohorte 2025

cuando concluimos el estudio con ellos

El estudio se llevó a cabo en **9 países** Durante **18 años** Desde el nacimiento de las niñas **en 2006** Hasta que cumplieron los **18 en 2024**

## El Salvador

En 2024, cinco chicas habían terminado la secundaria y dos se habían graduado. Cuatro chicas habían abandonado la escuela.

«Quizás, si Dios quiere, estudiaré una carrera con muchas oportunidades y bien remunerada. [¿Qué te gustaría estudiar?] Se llama... relaciones internacionales». Gabriela, 14 años, 2021

## República Dominicana

Siete niñas se habían graduado de la escuela secundaria y cinco habían pasado a la universidad. Tres chicas se habían casado, pero esperaban reanudar sus estudios o aprender un oficio.

«Quiero ser psicóloga, porque sí, me gusta. Dicen que es como hablar con la gente sobre sus problemas... eso me hace feliz». Saïdy, 15 años, 2021

## Camboya

Cinco niñas estaban terminando la educación secundaria y una se había graduado y matriculado en la universidad.

«Me gustaría ser maestra (como mi tía) para compartir conocimientos con las generaciones más jóvenes». Nakry, 14 años, 2021.

## Vietnam

Las ocho niñas que permanecieron en el sistema educativo estaban terminando la educación secundaria y tenían sueños ambiciosos para su futuro.

«Quiero continuar mi educación [...] He elegido la Universidad de Economía de Da Nang». Kim, 17 años, 2024

## Benin

Seis niñas estaban terminando la educación secundaria, una había pasado a la educación superior y otra había comenzado una formación.

«Seré feliz cuando termine con éxito mis estudios y abra mi propia consulta [de partera]». Jacqueline, 12 años, 2019

## Brasil

Seis niñas estaban en la escuela secundaria y dos se habían graduado. Todas las niñas tenían planes de asistir a la universidad o claras aspiraciones profesionales..

«Me gustaría ser una persona fuerte y decidida, que no renuncie a sus sueños, que persista hasta conseguir lo que quiere». Bianca, 17 años, 2024

## Togo

Tres niñas estaban terminando la escuela secundaria. Cuatro niñas abandonaron la escuela, pero esperan volver o aprender un oficio, mientras que tres niñas estaban recibiendo formación profesional.

«Mi vida será diferente a la de mi madre porque tendré mi propia tienda, que yo misma administraré [...] Me casaré como mi madre, pero no tendré tantos hijos como ella». Djoumai, 11 años, 2017

## Uganda

Siete niñas estaban terminando la escuela secundaria y una haciendo un aprendizaje. Cuatro niñas dejaron los estudios con la esperanza de volver o aprender un oficio.

«Mis metas para el futuro no han cambiado, siempre he querido ser doctora desde que era niña y sigo soñando con lo mismo... Me gustaría ser pediatra». Justine, 17 años, 2024

## Filipinas

Once niñas estaban terminando la escuela secundaria y dos se habían graduado, y las trece compartían la firme esperanza de continuar con la educación superior. Una niña había abandonado la escuela debido a un embarazo, pero esperaba completar su educación.

«Quiero ser enfermera [...] para poder ayudar a otras personas». Jasmine, 14 años, 2020



# Introducción

« Es bueno que te escuchen.  
Saber que a la gente le importan  
las niñas. »

**Bianca<sup>1</sup>, 17 años (2023), Brasil**

Durante los últimos 18 años, el estudio *Opciones Reales, Vidas Reales* de Plan International siguió a una cohorte de niñas desde el nacimiento hasta la adultez. La investigación, que reunió datos anualmente tanto de las niñas como de sus personas cuidadoras o tutoras, ofrece la oportunidad de mirar de cerca el progreso hecho por estas niñas y los desafíos a los que se han enfrentado en diferentes etapas de su vida. Las niñas que fueron parte del estudio provienen de los contextos socioeconómicos más vulnerables, de nueve países diferentes: Benín, Brasil, Camboya, El Salvador, Filipinas, República Dominicana, Togo, Uganda y Vietnam. Proceden predominantemente de comunidades agrícolas rurales, y muchas familias dependen de la agricultura para su subsistencia. Muy pocos estudios se han dedicado a hacer un seguimiento de la vida del mismo grupo infantil durante tantos años, y *Opciones Reales, Vidas Reales* es el único de su tipo, ya que se enfoca solamente en las niñas.

- **142 niñas han participado en la investigación, y cuando ésta ha finalizado en 2024 aún contábamos con 92 niñas.<sup>2</sup>**
- **El 65 % de las niñas estaban completando o habían completado la educación secundaria en 2024.**
- **El 9 % estaba asistiendo a la universidad.**
- **El 13 % de las niñas de la cohorte estaban casadas o en una unión para cuando cumplieron 18.**
- **Las niñas pasaron un promedio de cinco horas y quince minutos por día haciendo trabajo de cuidado no remunerado.**
- **El 91 % de las niñas de la cohorte informaron haber sufrido violencia antes de los 11 años.**

Las voces de las niñas son el corazón del estudio *Opciones Reales, Vidas Reales*: **a medida que van creciendo, sus historias se van contando con sus**

- 1 Los nombres de todas las niñas fueron cambiados para proteger su privacidad.
- 2 A lo largo del estudio, algunas participantes eligieron retirarse, migraron a otros países fuera del área de estudio o, lamentablemente, murieron durante su infancia. Además, hubo cambios en el alcance geográfico cubierto por las oficinas de Plan International, lo cual también afectó la continuidad de la participación.

**propias palabras.** La participación en el estudio no implicaba solo responder preguntas, se trataba de que se expresaran, de que fueran escuchadas, de que reflexionaran sobre el mundo que las rodeaba y que contribuyeran a las conversaciones que determinan el progreso en favor de la igualdad de género.

« Estoy contenta con este estudio porque tengo la oportunidad de decir lo que nunca antes había dicho. »

**Kannitha, 17 años (2023),  
Camboya**

El estudio ofrece un acceso sin precedentes a sus experiencias durante la infancia y la adolescencia. Lo que escuchamos son las voces, las experiencias y las recomendaciones para el cambio de las propias niñas, lo que nos brinda un conocimiento sin igual de su vida, sus opiniones y sus esperanzas y sueños.

« Las chicas son] las que saben lo que quieren hacer con sus vidas y cómo lo van a hacer. »

**Rebeca, 18 años (2024),  
República Dominicana**

## Metodología

*Opciones Reales, Vidas Reales* se fundamenta en los principios de investigación feminista y desarrolló un abordaje participativo sólido: las recomendaciones de las niñas para el cambio y la justicia obtienen un lugar central y son amplificadas, no solo en este estudio, sino en el trabajo de Plan Internacional en general.

La metodología de investigación central de *Opciones Reales, Vidas Reales* se basó en entrevistas en profundidad semiestructuradas con las niñas y las personas a su cargo, realizadas anualmente, desde su nacimiento en 2006. Cada año entrevistamos a una persona responsable (madre, padre, persona cuidadora) de cada niña y luego, a partir de 2013, entrevistamos a las niñas. En el transcurso de esos 18 años, usamos métodos de investigación diferentes para garantizar que la participación de las niñas en nuestras entrevistas fuera atractiva y adecuada para la edad. Para más información sobre nuestros métodos de investigación, ver el informe completo [aquí](#) (en inglés).

## Desde el nacimiento hasta la adultez

« Estoy muy contenta porque puedo compartir muchas cosas [el estudio *Opciones Reales, Vidas Reales*] y mis testimonios pueden contribuir a la protección de los niños. »

**Sen, 18 años (2024), Vietnam**

Las niñas de *Opciones Reales, Vidas Reales* nacieron en una época más optimista: crecieron en un momento histórico en el que la igualdad de género era un área de acción clave para la comunidad internacional y los Gobiernos nacionales, y en el que los derechos de las niñas estaban empezando a recibir una atención específica. Podemos ver que este contexto influyó en la vida de las niñas participantes del estudio.

Hubo logros reales, por ejemplo en la educación, con más niñas- en comparación con generaciones previas- que siguen estudiando y van a la universidad. Esto también fue

así para las niñas de esta cohorte. Además, durante los últimos 18 años, la igualdad —o la desigualdad— de género fue un tema de debate público, y esta mayor conciencia también se refleja en la vida familiar y comunitaria de las niñas del estudio.

Hubo progreso, pero a menudo se vio limitado por los desafíos reales que impone la pobreza, el conflicto, el cambio climático, el recorte de los presupuestos asistenciales y un giro político global hacia valores conservadores que están remitiendo los derechos de niñas y mujeres. El progreso se logra con gran esfuerzo y está siempre bajo amenaza.

Este informe presenta 18 años de investigación. Durante ese tiempo, hablamos con las niñas sobre muchas áreas diferentes de la vida. Para examinar más de cerca el progreso y los desafíos que describieron dividimos su discurso con nuestras propias conclusiones en secciones claramente diferenciadas: educación, resistencia contra las normas de género, trabajo de cuidado no remunerado, salud, experiencias de violencia, participación y liderazgo, empleo y cambio climático. Subrayamos el progreso hecho para los derechos de las niñas —incluidas las situaciones

en las que desafían de forma activa las normas de género establecidas— y las problemáticas actuales que amenazan estos logros que tanto costó conseguir. Las niñas, ahora jóvenes mujeres, que participaron de este estudio nos muestran el camino que hay que seguir: dónde podemos construir sobre la base del progreso hecho, qué hay que cambiar y hacia dónde dirigir la acción a fin de mitigar las crecientes amenazas contra los derechos de las niñas.

La evidencia extraída de la cohorte de *Opciones Reales, Vidas Reales* muestra que el cambio es posible. Debemos movilizar los esfuerzos para garantizar que todas las niñas del mundo puedan ejercer sus derechos y desplegar todo su potencial.

« He aprendido muchas cosas diferentes [de *Opciones Reales, Vidas Reales*]... sobre las historias de muchas chicas de diferentes lugares. »


**Griselda, 18 años (2024), República Dominicana**



Las niñas de la República Dominicana disfrutan aprendiendo sobre salud menstrual durante una sesión educativa dirigida por sus compañeras © Plan International

# 1. Educación

La educación de las niñas es un área en la que las acciones internacionales generaron un progreso real. A lo largo del tiempo del estudio, las tasas globales de finalización de la primaria y la secundaria de las niñas aumentaron hasta alcanzar las de los niños.<sup>i</sup> No obstante, las experiencias de las niñas de la cohorte nos dicen que su acceso y su posibilidad de completar la educación aún se ve amenazada por la falta de recursos y las normas de género.<sup>ii</sup>



« La educación de las niñas es útil porque ellas también tienen derecho a aprender y a encontrar trabajo en el futuro, y como nuestros papás no fueron a la escuela, nosotros tenemos que ir. »

Essohana, 17 años (2023), Togo



**Casi todas las niñas, y la mayoría de las personas a su cargo, valoraron y apoyaron su educación.**

«Quiero que estudien, para que no terminen como yo, sin saber nada sobre estudiar. Quiero que sean profesionales y tengan una buena vida». Padre de Nicol, 2009, República Dominicana

La mayor parte de las niñas superaron el nivel educativo de su madre, lo que muestra un progreso intergeneracional positivo.



El **65%** de las niñas estaban completando o habían completado la educación secundaria.



El **9%** ya había accedido a la universidad.



**En todos los países, niñas y personas adultas a su cargo se mostraron preocupadas sobre la calidad de su educación.**

Escuchamos experiencias sobre escuelas sin recursos, docentes con salarios insuficientes y el uso de la violencia en el entorno escolar. Las niñas que sufrieron castigos físicos nos dijeron que estas experiencias influyeron en su interés por asistir a la escuela. «El maestro a veces me pega y eso me hace sentir mal». Ladi, siete años (2013), Togo

**El camino a la escuela fue un factor clave para la posibilidad de las niñas de asistir escuela clase de forma segura.**

En los primeros años, algunas madres y padres no podían invertir horas de su trabajo y otras responsabilidades en acompañar a sus hijas a la escuela, por lo tanto, no las inscribieron en el preescolar o el inicio de la primaria. Al crecer, las mismas niñas dijeron que el tráfico, (y mencionan específicamente quienes andaban en motocicleta de modo temerario) y el impacto de las condiciones meteorológicas extremas con frecuencia dificultaban su camino hacia la escuela.

«Hay [niños en edad escolar] que a veces tienen que cruzar ríos, cuando el río se desborda, es decir, no pueden cruzar debido a la corriente». Stephany, 16 años (2023), El Salvador

**Las responsabilidades en el hogar y las restricciones financieras fueron grandes obstáculos.**

Mientras que algunas familias redujeron las tareas domésticas de las niñas para facilitar su continuidad educativa, algunas niñas dejaron de estudiar debido a los costes de la educación y la necesidad de ayudar en su casa. En situaciones de necesidad, se prioriza la educación de los niños.

«Creo que tendrá que dejar la escuela en sexto o séptimo grado porque no puedo costearle más estudios. Si pudiera permitírmelo, la apoyaría para que siguiera estudiando».

Reaksmey, 16 años (2023), Camboya

Muchas niñas consiguieron un empleo remunerado para contribuir a los ingresos del hogar; algunas trabajaban media jornada y otras dejaron la escuela por completo.

«Tengo la responsabilidad de ganar dinero para mantener a mi familia después de que falleciera mi papá... Me siento muy triste porque quiero estudiar como las demás chicas». Reaksmey, 16 años (2023), Camboya



En 2023, las niñas nos contaron que las dificultades financieras de su familia y la escasez de alimentos afectaban su salud mental, y que estas preocupaciones tenían impacto en su desempeño escolar.

*No puedo concentrarme [en estudiar] porque estoy pensando en mi familia y en si estarán bien. También pienso en nuestras comidas diarias.» Christine, 17 años (2023), Filipinas*

### **Varias niñas dejaron la escuela como resultado de un embarazo no planificado y un matrimonio temprano.**

Muchas no lograron retomar sus estudios, debido en su mayor parte al **estigma** que sufren en estos casos y a la falta de ayuda para el cuidado de sus hijos e hijas.

*«Quiero estudiar, pero no tengo a nadie que cuide de mi hijo. Tengo muchas ganas de terminar la preparatoria.» Melanie, 17 años (2024), Filipinas*

## **La historia de Folami**

La historia de Folami no es extraña. Vive en un área rural en Togo. Su familia tuvo dificultades financieras durante toda su vida. Siempre les resultó difícil tener para comer y costear la escuela era imposible. Folami, la hija mayor, comenzó a hacerse cargo de las tareas del hogar a los nueve años, para que su madre pudiera buscar trabajo. A medida que sus responsabilidades domésticas crecieron, ir a la escuela se volvió cada vez más complicado. A los 15 quedó embarazada, y el estigma, combinado con las presiones económicas, hizo que abandonara sus estudios.

*«Ahora no voy a la escuela porque he tenido un bebé... Fue mi decisión porque me avergonzaba mi embarazo.»*

**Folami, 17 años, (2023), Togo**

Debido a su retraso educativo, Folami no podía hacer frente a la posibilidad de continuar sus estudios, pero exploró la opción de aprender un oficio. El dinero aún escaseaba. Como ilustra su historia, la pobreza, los cuidados no correspondientes con su edad y el estigma pueden desfavorecer la educación de las niñas y empujarlas a tomar decisiones que limitan sus oportunidades en la vida.



## 2. Resistencia contra las normas de género

Durante los últimos 18 años, hubo bastante debate sobre la igualdad de género. Lograrla es una de las metas tanto de los Objetivos de Desarrollo del Milenio como de los Objetivos de Desarrollo Sostenible. Hoy en día la igualdad de género sigue sin ser real en muchos aspectos la práctica, pero el debate público existe y esto en sí mismo animó el cuestionamiento, cambió comportamientos y arrojó luz al tema de los derechos de niñas y mujeres.

Esto tuvo un impacto en las niñas participantes del estudio y en su familia. A las niñas aún se les enseñan expectativas sobre roles y comportamientos de género

desde su infancia, a lo largo de la infancia y la adolescencia y en diferentes áreas de la vida: dónde deben ir, qué deben hacer y cómo deben verse. Pero estas “normas” ya no están libres de cuestionamiento. Mientras que algunas niñas cumplen con lo que se espera de ellas, otras lo desafían. Actualmente, las expectativas de género van en aumento: Los actores “antiderechos” están impulsando un giro político que vuelve a relegar a las niñas a los márgenes. En medio de esta creciente hostilidad hacia los derechos de niñas y mujeres, es esencial que las niñas reciban pleno apoyo para participar en las formas de resistencia que hayan elegido.



« [Mis amigos de la escuela] se burlan de mí, dicen que soy “marimacho”, que siempre estoy jugando a la pelota con los chicos... Entonces les digo que eso es sexista, porque una chica puede jugar a la pelota igual que un chico.»

**Juliana, 12 años (2019), Brasil**



**En el transcurso del estudio, la mitad de las niñas habían rechazado y cuestionado las expectativas de género.**

Las niñas de esta cohorte compartieron posiciones contundentes sobre la importancia de la educación, Enel acceso a la universidad y las perspectivas profesionales.

*«Esta es la era de la igualdad. Tanto los niños como las niñas pueden ir a la escuela. Ya no existe la discriminación del pasado, cuando los niños podían ir a la escuela y las niñas no.» Hang, 12 años (2017), Vietnam.*

**El 15 % de las niñas, en algún momento de su vida, o bien cuestionaron la división de tareas, o bien la rechazaron abiertamente.**

*«Mis papás prefieren que los chicos se concentren en el trabajo del campo y las chicas en las tareas domésticas. No me parece justo: los chicos también podrían hacer algunas tareas domésticas, ya que las chicas tenemos que ir al campo a ayudar con la siembra y la cosecha.» Essohana, 10 años (2016), Togo*

Otras propusieron que las tareas se distribuyeran de modo equitativo entre niñas y niños. A los 13 años, Griselda dijo que “¡Los niños deberían tener los mismos deberes que las niñas! [...] “[no lo hacen] porque son holgazanes” (2019).

**A medida que crecieron, las niñas desafiaron las expectativas basadas en constructos sociales de la “feminidad” y la “masculinidad” aceptadas.**

Muchas rechazaron las ideas de cómo debían comportarse las niñas, qué deportes debían practicar y qué ropa debían usar. Otra vez, al crecer, a las niñas se les prohibió relacionarse con niños. Muchas tuvieron relaciones secretas, censuradas por la familia. Esto supone una forma de rebelión en sí misma, pero no exenta de riesgo. Algunas niñas también tuvieron empleos sin el conocimiento de su madre, padre o persona a cargo.



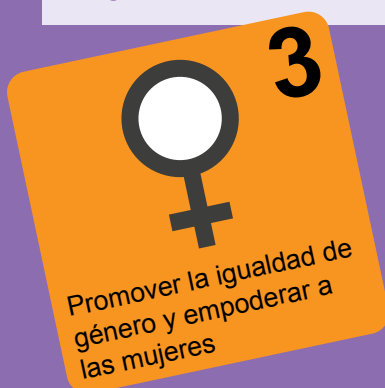
**Las normas de género están resultando complicadas de cambiar. El trabajo excesivo de cuidado no remunerado, la movilidad restringida y los embarazos no planificados siguen confinando a las niñas a los espacios domésticos.**

El acceso de las niñas a los espacios públicos y su movilidad es un área que está siendo particularmente difícil de desafiar. Padres, madres, personas a cargo y a menudo las mismas niñas perciben los espacios públicos como inseguros para niñas y mujeres.

**El actual clima político también está inhibiendo la capacidad de las niñas para desafiar las normas de género con las que crecieron.**

Un aumento de la hostilidad contra la igualdad de género y los derechos de niñas y mujeres está empujando un retroceso hacia roles claramente definidos de “lo masculino” y “lo femenino” y limitando las oportunidades de las niñas, una vez más.

**Con el paso de los años, la investigación indica que las familias, las madres en particular, con frecuencia se mostraron a favor de los derechos de las niñas y quieren que tomen otras decisiones y tengan una vida diferente a la de ellas, pero en la práctica esto se enfrenta a muchos obstáculos.**



### 3. Trabajo de cuidado no remunerado

El trabajo de cuidado no remunerado es un factor clave que impulsa la desigualdad. A medida que crecen, las niñas son cada vez más pobres en términos de tiempo, lo que restringe oportunidades educativas, formación ocupacional y momentos para socializar y descansar; todo ello va en detrimento de su

salud y bienestar. Es una norma de género que, como ilustran tanto las estadísticas globales como nuestras entrevistas, resulta difícil de desafiar. Nada indica en la investigación que existan opciones de cambio en este aspecto.



« Sería vergonzoso que se viera a un hombre barriendo el patio. »

Madre de Nini-Rike,  
2017, Togo.

**A lo largo del estudio, el 95 % de las niñas dijeron hacer trabajo de cuidado no remunerado. El tiempo promedio dedicado a ello es de 5 horas y 15 minutos por día, más que las mujeres adultas a nivel global.**

Esto no se aplica a los parientes varones de las niñas, a quienes se les asignan menos tareas que consumen menos tiempo.

*No creo que esté bien porque si las chicas las hacemos [las tareas domésticas], los chicos también deberían hacerlas». Raisa, 12 años (2018), República Dominicana*

A lo largo de la investigación, quedó claro que a las niñas se las prepara para su futuro como esposas y madres desde una edad muy temprana.

*«Me ayuda con las tareas domésticas, sobre todo a ir a buscar agua en un bidón de cinco litros y a lavar los platos con sus hermanas». Madre de Mirembe, Uganda, 2011*

La realización de las tareas domésticas implica que las niñas están siempre escasas de tiempo. Para muchas de ellas, compaginar la escuela con las responsabilidades domésticas resulta difícil de sostener.

*«Al final, la directora me expulsó porque no podía seguir el ritmo». Eleanor, 17 años (2024), Benín*

Las responsabilidades de cuidado excesivas también tienen impactos más amplios en su bienestar: muchas de las niñas de la cohorte parecen estar sacrificando su tiempo de ocio y no pueden dedicar tiempo a socializar con amistades y familiares.

*«No puedo salir a pasear y hablar con mis amigos. Ahora estoy ocupada con mis tareas escolares y cuidando a mis sobrinos y sobrinas». Reyna, 16 años (2023), Filipinas*

Cuando las niñas abandonaron la escuela, sus responsabilidades domésticas y de cuidado se multiplicaron; con lo cual tampoco tenían tiempo para desarrollar habilidades vocacionales para el futuro.

*«Quiero dedicar menos tiempo a las tareas domésticas y más tiempo a mi taller [porque quiero] dominar la costura». Nini-Rike, 17 años (2024), Togo*

**Algo revelador es que la carga de cuidado para las niñas de la cohorte que están casadas o en una unión y tienen uno o más hijos/as<sup>3</sup> es casi 1,5 veces más que la de las niñas que son madres solas (alrededor de 14 horas y media) y que la cantidad de trabajo de cuidado que hacen las madres solas es el mismo que las niñas casadas sin personas dependientes a su cargo (hijos/as) (8 horas cada una). Queda claro que los hombres no contribuyen en exceso a las tareas domésticas o al cuidado infantil.**

3 De la cohorte de *Opciones Reales, Vidas Reales*, siete niñas eran madres en 2023.



## 4. Salud y bienestar

La disponibilidad de vacunas y algunas mejoras de la salud pública vieron algún progreso durante los 18 años de la investigación. Las familias también dicen que las campañas de concientización sobre salud y nutrición son útiles, pero la pobreza, las normas sociales, el género y la edad determinan el acceso a una atención sanitaria oportuna y de calidad. En estos años, esto se puso de manifiesto en las niñas de la cohorte que enfrentaron algunos problemas de salud graves, como malaria, tuberculosis, dengue, malnutrición y anemia.



### Durante el estudio, vimos una acción proactiva y un mejor conocimiento sobre la salud y la nutrición de las niñas.

A pesar de los altos costes de los tratamientos, muchas de las familias de la cohorte expresaron claramente que la salud de sus hijas e hijos es una prioridad.

«Yo... llevo a los niños a hacerse pruebas con frecuencia, les hago chequeos regulares tres veces al año en el Hospital Militar». **Madre de Sen, 2015, Vietnam**



### El acceso a servicios de salud de calidad es, con frecuencia, insuficiente.

Algunas familias informaron que había clínicas cerca, pero la escasa calidad de la atención o los servicios limitados que ofrecían les obligaban a viajar largas distancias para conseguir una atención integral en hospitales o clínicas más grandes. Cuatro niñas murieron de malaria durante los primeros años de su infancia por no haber tenido acceso a tiempo al tratamiento.<sup>4</sup>

«La clínica está bastante lejos, a unas dos horas a pie desde aquí. Tenemos que llevar a los niños en brazos y, si hay personas muy enfermas, las transportamos en una hamaca». **Madre de Hillary, 2013, El Salvador.**

### Los costes de la salud son prohibitivos para algunas familias.

El 14 % de las niñas de la cohorte estaban afectadas por desnutrición y retraso del crecimiento, y muchas familias no pudieron costear el tratamiento en los primeros años. El índice de enfermedades durante la vida de las niñas que tenían desnutrición o peso insuficiente en la infancia fue mayor que entre el resto de la cohorte.

«No tenemos dinero para hacemos revisiones médicas... estamos esperando a tener dinero para que me puedan hacer una revisión». **Maricel, 16 años (2023), Filipinas**

El coste y la disponibilidad general de los medicamentos fue un obstáculo concreto para muchas de las familias de la cohorte, especialmente en Uganda.

«En la mayoría de los casos, no hay medicamentos en el hospital después de haber hecho cola desde la mañana hasta el mediodía y luego te dicen que no hay medicamentos. Así que tal vez ni siquiera tengas suficiente dinero, o ningún dinero, para poder comprar los medicamentos». **Madre de Amelia, 2018, Uganda**

La baja disponibilidad de medicamentos contra la malaria fue motivo de gran preocupación. En promedio, cada niña contrajo malaria nueve veces en sus primeros 18 años de vida. Diez niñas sufrieron de malaria más de una vez antes de los cinco años, incluso hubo casos de malaria convulsiva<sup>5</sup>

### Durante toda la cohorte se informó sobre falta de personal, equipos y medicamentos en clínicas y hospitales.

«El doctor nos tiene que mandar de vuelta a casa porque no hay medicinas, no hay tiritas para vendar las heridas». **Madre de Natalia, 2018, Brasil**

4 El riesgo de morir de malaria es mayor durante el primer día de la infección, por lo cual es urgente contar con un diagnóstico oportuno y el tratamiento adecuado: la OMS recomienda que el tratamiento debe darse en el primer día de los síntomas. La falta de acceso a instalaciones de salud es por ende un factor que pone en riesgo la vida en áreas propensas a la malaria.

5 Les convulsions sont un symptôme courant du neuropaludisme, mais elles peuvent également survenir dans d'autres formes de paludisme grave.



**El personal de salud está crónicamente infra capacitado.**

Los costes y la escasa calidad de la atención sanitaria provocaron que algunas familias usaran medicinas tradicionales y remedios caseros.

*«No suelo llevar a mis hijos al hospital porque es caro [y] sé qué hierbas se necesitan para tratarlos».*

**Madre de Eleanor, 2016, Benín**

Si bien algunas recurrieron a la medicina tradicional debido a los costes de las consultas en las clínicas, el comportamiento en materia de salud de otras se vio influenciado por el miedo o la desconfianza respecto a la atención sanitaria institucional. La carencia de educación en salud —especialmente en materia de salud mental— condujo a que algunas familias interpretaran los síntomas como “enfermedades tradicionales” o ataques demoníacos.

**A pesar de las campañas de salud pública, muchas familias de la cohorte tenían poca información y educación sanitaria.**

Hubo 15 casos de fiebre tifoidea entre diez niñas de la cohorte, todos en países focales de África y el Sudeste Asiático. En todos estos casos, las familias indicaron que obtenían agua de pozos y bombas sin tratar, y muchas no dijeron si hervían el agua antes de usarla.

**Muchos de los problemas de salud que afectaron a las niñas podrían haberse tratado antes o prevenido, pero las barreras personales y sociales siguen obstaculizando el acceso a la atención sanitaria.**

Una joven madre de 18 años en Camboya asiste a la inauguración de un nuevo centro de salud comunitario © Plan International



## 5. Salud y derechos sexuales reproductivos y MUITF

Globalmente, las tasas de matrimonios y uniones infantiles, tempranos y forzados (MUITF) cayeron, lo que también se refleja en la cohorte de la investigación. No obstante, la información sobre salud sexual y reproductiva es insuficiente. Las niñas necesitan, y así lo expresaron, información sobre menstruación, anticoncepción y salud sexual, pero el asesoramiento que reciben es principalmente mantenerse alejadas de los niños.

« [Mi mamá me dijo] que hay que cuidarse mucho, mucho, cuando te viene el periodo... [que] tenemos que tener cuidado con nuestro cuerpo por culpa de los hombres borrachos. »

Valeria, 11 años (2017), El Salvador



Tras su primera menstruación, las niñas son vistas como mujeres jóvenes; esto significa que las familias priorizaron su virginidad y controlaron su comportamiento para evitar embarazos. A las niñas se les dieron estrictas instrucciones sobre su relación con los niños, que debían comportarse “como señoritas” y que debían abandonar sus actividades infantiles.

*«Le dije a Nakry: “Ya eres mayor, así que tienes que cuidar tu cuerpo”. Le digo que use corpiño, pero no puede. Le dije que dejara de comportarse como una niña. Los aldeanos locales también les dicen a sus hijas que usen corpiño. Tengo miedo de que Nakry sea violada».*

**Madre de Nakry, 2017, Camboya**

La idea de las niñas sobre la salud sexual y reproductiva, que aprendieron de sus madres y padres, se centraba en evitar el contacto con hombres y niños para protegerse. La sexualidad se encuadraba como algo que debía controlarse y minimizarse. Se responsabilizó totalmente a las niñas de su protección frente a embarazos no planificados e incluso de la violencia sexual.

Muchas de las niñas de la cohorte no habían recibido ningún tipo de educación formal sobre salud sexual, y solo el 10 % había recibido educación integral en sexualidad.

Aunque las niñas querían información sobre salud sexual, en todos los países las personas adultas a su cargo se sentían **incómodas, desinformadas y poco preparadas** para tener conversaciones con sus hijas sobre estos temas más allá de la abstinencia, y se consideraba que era vergonzoso que los padres se involucraran.

*«La mayoría de los papás son tímidos cuando se trata de esos temas y otros papás tienen menos información que compartir con sus hijas [...] estamos menos informados sobre esos temas».*

**Mamá de Justine, 2021, Uganda**

*«Me gustaría recibir más información sobre sexualidad, me ayudaría cuando empiece a salir con chicos. Sabría cómo evitar el embarazo y las enfermedades de transmisión sexual».*

**Thea, 15 años (2021), Benín**

**La salud y los derechos sexuales y reproductivos es un área crucial para las niñas y es vital que haya más información y menos estigma sobre estas cuestiones para sostener el progreso en los derechos de las niñas y para proteger sus oportunidades y su salud.**

## Temas de conversación: Radio comunitaria en Benín

Las niñas de la cohorte nos dijeron que querían recibir por parte de su familia más información sobre su cuerpo y sobre relaciones sanas. Sin embargo, muchas personas adultas no estaban seguras de cómo abordar esos temas y carecían de confianza en sus propios conocimientos sobre salud sexual y reproductiva.

En respuesta a esta demanda, en 2023, en alianza con la Universidad de Cardiff, buscamos diseñar y transmitir programas de radio para promover el diálogo positivo entre las niñas y su familia en torno a la salud y los derechos sexuales y reproductivos en la adolescencia, a partir de las recomendaciones de las niñas.

El programa de radio, destinado a una audiencia familiar, alentaba a las personas adultas a hablar con jóvenes y adolescentes sobre estos temas para “permitir que tengan una educación sexual y reproductiva responsable”.

Los aprendizajes de este programa, lanzado en Benín, nutrió de información a futuras iniciativas similares para favorecer el diálogo intergeneracional sano y positivo sobre salud sexual y reproductiva. Compartimos estas conclusiones en nuestra [Nota orientativa](#).

*« Je comprends mieux maintenant les règles d'hygiène à respecter pendant les règles. »*

**Participante à l'atelier, âgée de 14 ans (2023), Bénin**

## Progreso generacional en materia de MUITF

La disminución global de los índices de matrimonio infantil es uno de los pocos avances relevantes en el área de salud y derechos sexuales y reproductivos. Las leyes ayudaron, pero en muchas de las comunidades de la cohorte parece ser que son las mujeres mayores las que están liderando el cambio. Las personas a cargo de las niñas, especialmente las madres, se oponen al matrimonio infantil con frecuencia debido a sus propias experiencias, de las que se lamentan.

**El 13 % de las niñas de la cohorte estaban casadas o en una unión antes de los 18 años, en comparación con el 46 % de sus madres.**

Las adultas se refirieron al matrimonio infantil como un abuso y reconocían dónde quebraba la legalidad en sus comunidades.

Querían algo mejor para sus hijas y veían el matrimonio como un obstáculo para su educación y su futuro profesional.

*«Si [Margaret] se apresura a casarse sin encontrar primero un trabajo, sufrirá enormemente... Su vida será diferente a la mía, no quiero que sufra como yo».*

**Madre de Margaret, 2020, Benín (edad del matrimonio no revelada)**

*«Es un gran error [casar a tu hija a los 14 años], porque una persona que se casa a los 14 años... prácticamente está acabando con su vida».*

**Madre de Bianca, 2021, Brasil (se unió en matrimonio a los 14 años)**

Las niñas también se oponían al matrimonio infantil, particularmente cuando implicaba abandonar la educación o ser obligadas a la unión por razones económicas.

*«Creo que mi vida será diferente [a la de mi mamá] porque no voy a empezar a salir con chicos pronto, no lo creo».* **Fernanda, diez años (2017), Brasil**

*«Quiero decir, no quiero terminar como ella, que solo estudió hasta el octavo grado; a diferencia de ella, yo quiero una carrera, una buena vida, etc.».*

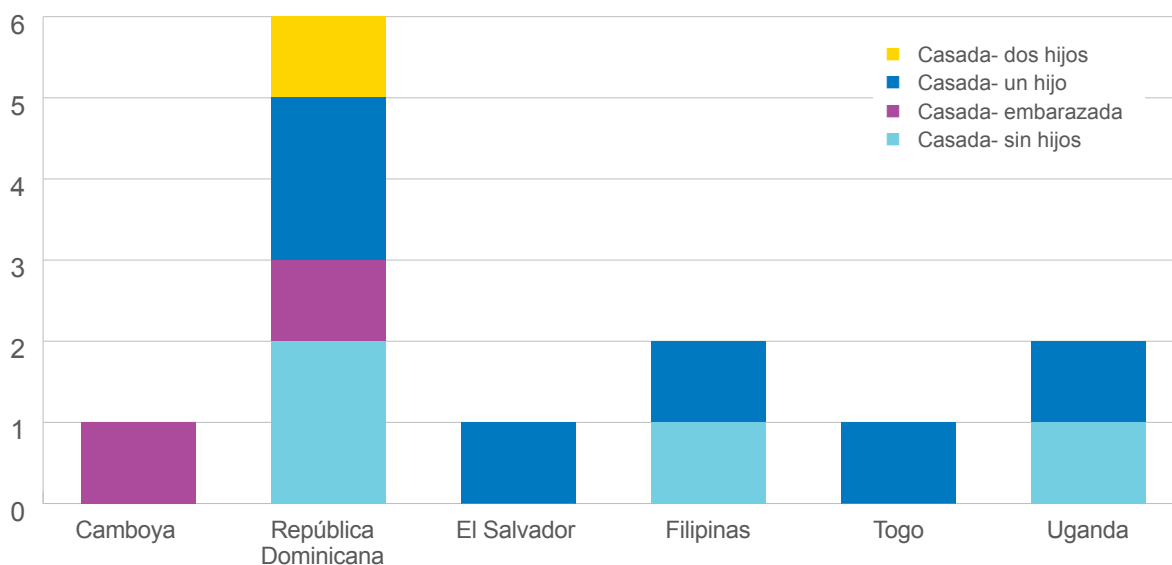
**Leyla, once años (2018), República Dominicana**

Para mediados de 2024, cuando las niñas de la cohorte tenían 17 y 18 años, 12 estaban casadas o en una unión.<sup>6</sup> Siete de las niñas eran madres, y dos niñas más dijeron estar embarazadas. Una niña ya había sido madre por segunda vez en 2024.

*«La gente dice que sus hijos fueron un error, pero los míos no lo fueron [...] Mientras mis hijos lo tengan todo, no tengo nada de qué preocuparme».*

**Katerin, 18 años (2024), República Dominicana (se casó a los 15 años).**

### Niñas casadas en la cohorte, incluido el número de hijas e hijos



<sup>6</sup> Las siguientes niñas estaban casadas o en una unión antes de los 18 años: Chantal, Griselda, Katerin, Leyla y Valerie en República Dominicana, Reasmey en Camboya, Hillary en El Salvador, Melanie y Rubylyn en Filipinas, Ayomide en Togo y Namazzi y Joy en Uganda; 12 de 93 niñas. En 2024, 92 niñas participaron de la colección de datos. Una niña no pudo ser contactada, pero su familia proporcionó una actualización informal al equipo de Plan International en el país. Informaron que su hija había entrado en una unión y estaba viviendo con su pareja. Es posible que otras niñas de las 155 que participaron en algún momento durante los 18 años del estudio se hayan casado antes de haber cumplido los 18. Sin embargo, una vez que las niñas migraron o perdimos el contacto con ellas, ya no pudimos recolectar información sobre sus circunstancias de vida.

## 6. Violencia y protección

Se calcula que 840 millones de mujeres — casi una de cada tres— fueron sometidas a violencia física y/o sexual por una pareja, por parte de alguien que no era su pareja, o ambas, por lo menos una vez en la vida; esto es el 30 % de las mujeres mayores de 15 años. Esta cifra, que no incluye el acoso sexual, se mantuvo estable en las últimas dos décadas. Las mujeres que sufrieron violencia tienen más probabilidades de padecer depresión, trastornos de ansiedad, embarazos no planificados, infecciones de transmisión sexual y VIH, con consecuencias a largo plazo.<sup>iii</sup> Las niñas que participaron de este estudio hablaron de la violencia que vivieron, y la violencia online se manifestó como una amenaza emergente.



Un abrumador **91%** de las niñas informaron haber sufrido violencia para cuando cumplieron 11 años.

« Tenemos derecho a expresarnos y tenemos motivos suficientes para hacerlo. »

Davy, 17 años (2024), Camboya

Una joven de 19 años de la República Dominicana dejó la escuela antes de tiempo debido a su embarazo y ahora trabaja en un hotel tras participar en un programa de capacitación laboral © Plan International



**Las niñas están alzando la voz y reconociendo que la prevalencia de la violencia es inaceptable.**

Muchas comentaron que hombres y niños suelen ser socializados en la violencia y la agresividad, pero que estos comportamientos pueden desaprenderse.

*«Porque la forma en que los padres tratan a sus hijos influye en su forma de pensar, en su forma de actuar, en su forma de sentir, en cómo pueden desarrollarse durante su infancia y a lo largo de sus vidas».* **Gabriela, 17 años (2024), El Salvador**

Al ir creciendo, las niñas de la cohorte exigieron el mismo derecho a la libertad y al acceso al espacio público que los niños, y reconocieron que la responsabilidad por su seguridad no depende solo de ellas.



**La violencia es estructural**

La violencia se da en la escuela, en el hogar y en la comunidad. Puede que existan nuevas leyes en muchos de los países de la cohorte, pero no tienen impacto real en la vida de las niñas.

La escuela fue el lugar mencionado más común en cuanto a las experiencias de violencia de las niñas, que por lo general supone acoso y abuso por parte de sus pares varones.

*«No tengo amigos varones porque son tontos y les gusta levantarles la falda a las chicas. No voy a hacer amigos varones porque me ponen nerviosa y les tengo miedo».* **Nakry, 11 años (2016), Camboya**

La violencia en el hogar también fue generalizada. Las niñas enfrentan castigos por comportamientos considerados inapropiados, como jugar con niños o salir de casa, por lo general bajo el argumento de que se las está protegiendo de amenazas externas.

Al entrar en la adolescencia, relataron cada vez más frecuentemente experiencias de violencia sexual en la comunidad.

*«Cuando era pequeño... volví solo a casa [del colegio]... Era de día. Fui a un puente y se me acercó un hombre. Se bajó de su motocicleta y me habló con voz seductora: «Súbete a mi motocicleta y te llevaré a casa». Cuando se bajó de la moto, corrí rápidamente a casa... Por eso, [ahora] rara vez camino sola».*

**Sen, 15 años (2021), Vietnam**

Al crecer y tener acceso a redes sociales, muchas vivieron violencia online, como ver contenido inquietante o recibir comunicaciones e imágenes y videos no deseados. Aunque internet puede ser una fuente de protección, también es otro espacio más en el que las niñas son maltratadas y acosadas sexualmente.

*«Hay un desconocido que me habló y utilizó una palabra grosera [...] y me envió una foto desagradable. Me enfadé».*

**Lina, 14 años (2021), Camboya**

Las entrevistas con las niñas de la cohorte revelan un panorama desalentador: las familias, con la intención de controlar la sexualidad de las niñas, imponen restricciones severas que limitan su vida. Con el paso de los años, la exposición a la violencia de género —junto con las normas sociales dominantes— llevaron a la mayoría de las niñas a culparse a sí mismas por la violencia ejercida por los varones y a internalizar la creencia de que es su propia responsabilidad protegerse del abuso. Muchas evitan salir solas, se abstienen de mantener amistades con niños y adoptan comportamientos que esperan que minimicen su riesgo de sufrir violencia. En definitiva, muchas sintieron que no tenía más opción que sacrificar la libertad para tener seguridad, lo que supone una limitación de sus oportunidades y un riesgo para su bienestar general.





**Muchas expresaron sentirse decepcionadas por las instituciones que se supone que deben protegerlas.**

*«Por supuesto que es ella quien tiene que protegerse, porque si no lo hace, nadie más lo hará».* **Katerin, 15 años (2021), República Dominicana**

El conflicto, el desplazamiento y la pobreza aumentarán la violencia contra mujeres y niñas, y la reacción adversa contra los derechos de niñas y mujeres favorece comportamientos - tanto en el ámbito privado como en el público- que sitúan a niñas y mujeres en mayor riesgo de violencia emocional, física y mental.

## La historia de Gabriela

Gabriela es de Brasil, está en su último año de la secundaria y quiere estudiar veterinaria. Vive con su madre, sus hermanas y una sobrina de dos años a la que ayuda a cuidar.

Al residir en la ciudad de Codó, con altas tasas de robos, violencia ejercida por las pandillas y asesinatos, la criminalidad y la violencia son algo habitual en la vida de Gabriela. Su madre es la única persona adulta de la cohorte en Brasil que se negaba a asignar a las niñas la responsabilidad de protegerse: su actitud fue una gran influencia para Gabriela. Mientras otras personas esperaban que las niñas cambiaran su comportamiento para mantenerse a salvo, la madre de Gabriela insistía en que: **“Creo que todo el mundo es responsable [de la protección de las niñas]”**.

Gabriela era consciente de los riesgos que las niñas enfrentan en su comunidad y, como su madre, se oponía firmemente a las normas de género en torno a la violencia y protección. Rechazaba la idea de que los niños están naturalmente inclinados a la violencia y la agresión.

**«Depende de cómo se les haya educado. [Los chicos] pueden ser agresivos. Si se les enseña a ser así, lo serán. Pero no todos los chicos son así, incluso las chicas pueden ser agresivas.»**

**Gabriela, 18 años (2024)**

También estaba abiertamente en contra de la retórica de culpabilización de la víctima que responsabiliza a las niñas y mujeres en lugar de a los agresores.



# 7. Agencia, liderazgo y participación

A nivel global, el liderazgo político y la representación siguen estando predominantemente en manos de los varones.<sup>iv</sup> Esto en sí mismo hace que sea mucho más difícil que niñas y mujeres, en todo el mundo, se vean a sí mismas como líderes.

En enero de 2025, a nivel global, las mujeres representan el 22,9 % de integrantes de gabinetes que encabezan ministerios. Hay solo nueve países en los que las mujeres cuentan con el 50 % o más de los cargos ministeriales que lideran áreas de políticas.<sup>v</sup>



« Cuando sé que tengo razón, no lloro. También aprendí de mis papás que si lloras, te oprimirán una y otra vez, y que debes tener el valor de defenderte ante los demás. »

**Christine, 16 años (2022), Filipinas.**

En todas partes las niñas enfrentan grandes obstáculos para involucrarse en la vida pública; por ejemplo:

- normas sociales y de género que desalientan la participación política de las niñas;
- no ser escuchadas o tomadas en serio;
- el miedo a las repercusiones si tienen un perfil público;
- muchas plataformas públicas son inaccesibles.

A pesar de las barreras, muchas de las niñas de la cohorte están decididas a hacer oír su voz.

« Cuando sé que tengo razón, no lloro. También aprendí de mis papás que si lloras, te oprimirán una y otra vez, y que debes tener el valor de defenderte ante los demás. »

**Christine, 16 años (2022), Filipinas**

### Las niñas en el estudio manifestaron interés en la política y dijeron que tenían la intención de votar tan pronto como pudieran.

«Vi [online] lo que está pasando en nuestro país, los temas políticos sobre quién es el candidato más fuerte para la presidencia... y lo que está pasando en la guerra entre Rusia y Ucrania».

**Chesa, 16 años (2022), Filipinas**

Las niñas en toda la cohorte contribuyen activamente a la vida comunitaria a través de campañas ambientales, sindicatos juveniles y acciones de respuesta contra la pandemia de COVID- 19; todo ello fortalece su confianza en su capacidad de participar activamente en la comunidad.

Algunas, como Thea de Benín, mostraron comprender sus derechos y cómo ejercerlos para influir en la toma de decisiones local.

«Sí, en la escuela nos enseñaron que también tenemos derechos. Por lo tanto, puedo acudir al delegado para dar mi opinión sobre una decisión que tengamos que tomar... Si acudo al delegado y él no me escucha, puedo buscar a otros compañeros que tengan las mismas preocupaciones que yo y acudiremos juntos al jefe del distrito».

**Thea, 16 años (2022), Benín**

Si bien la mayoría de las niñas inicialmente no se veían como futuras líderes políticas, quienes sí lo hacían expresaron un fuerte deseo de usar su liderazgo en beneficio de su comunidad.

«Me gustaría ser una persona fuerte y decidida, que no renuncie a sus sueños, que persista hasta conseguir lo que quiere».

**Bianca, 17 años (2024), Brasil**

«Quiero convertirme en líder... cuando tenga la edad adecuada para ser elegida. Quiero poder satisfacer las necesidades de la gente y ayudar a los enfermos. Pondré en marcha la distribución gratuita de medicamentos a los enfermos».

**Rubylyn, 15 años (2022), Filipinas**

Para Essohana, que deseaba ser concejala, los aportes de una mujer líder eran particularmente importantes:

«Para ayudar a mi comunidad y hacer que mi país evolucione; y porque cuando una mujer toma la iniciativa en algo, siempre sale bien y es bueno saber que se la valora y se la respeta».

**Essohana, 16 años (2022), Togo**



**La mayoría de las niñas de la cohorte de *Opciones Reales, Vidas Reales* no tenían experiencia en torno a la participación política formal.**

Las niñas nos dijeron que se sentían excluidas de la política debido a su edad y género: la toma de decisiones con frecuencia es vista como un dominio masculino, y las mujeres están relegadas a las cuestiones domésticas. Esta división refuerza la idea de que los hombres son más activos e influyentes en los asuntos de la comunidad, lo que determina la percepción de las niñas con respecto a su propio futuro rol y desanima su ambición política.

*«Los hombres son los que veo más activos en lo que respecta a los asuntos políticos aquí, en nuestra zona.»*

**Mahalia, 15 años (2022), Filipinas**

También son conscientes del estándar injusto y mucho más alto con el que se juzga a las mujeres políticas en comparación con los hombres: este doble rasero significa que algunas niñas se vieron desanimadas de participar en la política porque temían por su seguridad.

*«Si un líder hombre y una líder mujer cometen el mismo error, se culpará más a la líder mujer.»*

**Hang, 16 años (2022), Vietnam**

Las niñas sienten que sus opiniones no serían valoradas y que los sistemas políticos no están diseñados para incluir voces jóvenes: que no podían participar en procesos políticos formales porque era difícil acceder a los espacios donde tienen lugar esos procesos. Están convencidas de que no se le va a prestar atención a ninguna petición hecha por la juventud.

*«Creen que somos demasiado jóvenes para hablar de ello, que no sabemos nada.»* **Gabriela, 15 años (2021), Brasil**

**Las niñas y las mujeres tienen derecho a ser escuchadas, y una investigación más amplia indica que involucrar a las mujeres en los procesos decisivos redundaría en mejores decisiones. Es desalentador ver que las niñas se están retirando de la participación en la vida pública, con consecuencias que se extenderán a su etapa adulta. En un contexto en el que el espacio cívico se reduce y los derechos de niñas y mujeres se están revirtiendo en todo el mundo, es esencial que se proteja y se fomente la visibilidad de las niñas en la vida pública.**



Niñas en Vietnam participando en una actividad de trabajo en equipo para mejorar sus habilidades de liderazgo © Plan International

# 8. Aspiraciones y caminos hacia un empleo digno

A medida que iban cumpliendo años, hablamos con las niñas participantes en el estudio sobre sus sueños y esperanzas para el futuro. La ambición no falta en el grupo, lo cual resulta alentador en sí mismo. . Muchas tenían un compromiso auténtico de construir un proyecto de vida y ayudar a la comunidad . Querían seguir estudiando; ser psicólogas, abogadas, fotógrafas, traductoras; trabajar en salud, educación, relaciones internacionales; desarrollar capacidades en oficios como sastrería, peluquería, agricultura.

Si persistimos en frenar el desarrollo de las niñas, perdemos una generación de líderes y agentes del cambio. El coste para la sociedad es impactante: un reciente informe, Panorama de género de la ONU.<sup>vi</sup> estima que la desigualdad de género está costando a la economía global 10 billones de dólares, pero la pérdida personal que suponen los sueños no realizados es incalculable.



« «Si saco buenas calificaciones en la escuela, podré ser comadrona, ese es mi sueño». »»

**Fezire, 17 años (2023), Togo**



Muchas niñas nos dijeron que pueden imaginarse en carreras poco habituales para las mujeres.



El **39%** de las niñas expresaron que aspiraba a una carrera en CTIM<sup>7</sup>; por ejemplo, seis querían ser médicas.<sup>8</sup>

**El trabajo de los sueños de las niñas:**

- En 2022, Nhi de Vietnam quería ser fotógrafa y percibía lo siguiente: “Tendré un trabajo estable... Podré convertirme en líder y mucha gente me admirará”.
- Gabriela de El Salvador quería estudiar relaciones internacionales e inglés para poder convertirse en traductora o trabajar en asuntos internacionales.
- Azia de Togo nos dijo en 2022 que quería ser Ministra de Salud: “[Deseo] ayudar y cuidar a las personas de mi comunidad y mi país”.
- En Brasil, las aspiraciones profesionales de Bianca giraban en torno a ayudar a las personas:

«[Dentro de cinco años estaría] trabajando, yendo a la universidad, viviendo con mi mamá... tendría una bicicleta, una casa mejor... El hecho de que quiera especializarme en psicología... desde hace tiempo tengo el sueño de ayudar a las personas [que] tienen problemas de autoestima, ansiedad...». **Bianca, 15 años (2021), Brasil.**

Las historias de las niñas mostraron que, para que percibieran sus aspiraciones como alcanzables, requerían apoyo para priorizar la educación, ejemplos femeninos cercanos y la posibilidad de decidir deliberadamente cómo utilizar su tiempo. .



**Las expectativas de género determinan —y limitan— las aspiraciones de las niñas.**

Como las niñas son motivadas desde temprana edad a realizar trabajo de cuidado no remunerado y crecen con normas que dictan que cuidar de los demás es parte de ser niña, ayudar se percibe tanto como un comportamiento central que deben mostrar como una opción profesional apropiada. .

Para 2024, por lo menos el 20 % de las niñas querían ser maestras, comadronas o enfermeras.

«Quiero ser enfermera [...] para poder ayudar a otras personas».

**Jasmine, 14 años (2020), Filipinas**

Cuando las niñas abandonan la escuela o no pueden enfocarse en su educación por la carga de trabajo de cuidado no remunerado, suelen disminuir sus ambiciones, adaptándolas a lo que consideran factible ahora.

«Me siento mal porque a veces mis clientes necesitan algo, como un diseño, de lo que no tengo ni idea, pero si estuviera en la escuela podría aprenderlo».

**Namazzi, 17 años (2024), Uganda**

7 Ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas

8 El 40 % de la fuerza laboral global en CTIM son mujeres, también. (OIT, 2023)

## La historia de Rebecca

Rebecca es de Uganda. A los 11 años, su sueño era ser enfermera y más tarde, a los 15, quería ser abogada. La familia tenía dificultades económicas, y la madre de Rebecca la incitaba a abandonar la escuela. Rebecca resistió durante unos años, pero dejó de estudiar a principios de 2024 cuando para su familia se hizo imposible seguir pagando las cuotas escolares. Posteriormente, intentó formarse como peluquera, pero otra vez tuvo que renunciar porque también era demasiado caro.

Su madre restringía su movilidad por miedo a que quedara embarazada, y a los 18 años, Rebecca pasaba cerca de 11 horas haciendo trabajo de cuidado no remunerado, como determinaban *“tanto mi madre como mi padre [...] decidían cómo iba a ser mi día”*. A pesar de eso, aún espera abrir una peluquería y practica con sus familiares. Su historia pone de relieve cómo la pobreza y las normas de género pueden en definitiva limitar las aspiraciones que una niña puede perseguir de forma realista.



El proyecto «Adolescent Girls in Crisis» (Niñas adolescentes en situación de crisis) de Plan Internacional apoya a niñas y mujeres jóvenes en Uganda a través de programas de formación empresarial © Plan Internacional

## 9. Cambio climático e inseguridad alimentaria

El cambio climático ha tenido un enorme impacto en la vida de todas las sociedades en los últimos 18 años, pero en particular en aquellas que luchan por su subsistencia diaria. El efecto sobre las niñas, en la mayoría de los países incluidos en nuestro estudio, puede ser abrumador.

De las niñas de la cohorte de *Opciones Reales, Vidas Reales*, surge la evidencia de que el cambio climático y la inseguridad alimentaria alteró su educación, socavó su salud y bienestar y aumentó su exposición al daño.



« Se supone que debemos cosechar, pero debido a las fuertes lluvias de los últimos días, el arroz que tenemos está vacío. Estamos perdiendo dinero porque el fertilizante es caro. Es triste... Lo estamos intentando. Por supuesto, es difícil cuando no hay dinero para pagar tus necesidades, hagas lo que hagas, y eso es todo. Lo único importante es tener algo que comer. »

**Rosamie, 16 años (2022),  
Filipinas**

La mayoría de las familias de la cohorte dependen de la agricultura y la pesca como fuente de ingresos y alimentos. Las niñas nos dijeron que la escasez de comida y las dificultades financieras de su familia afectaban su salud mental, y que el hambre les impedía concentrarse cuando estaban en la escuela.

*«Sin diversión, sin descansos y sin suficiente comida, me frustró, me cierro en banda, frunzo el ceño y no soy feliz.»* » **Annabelle, 14 años (2021), Benín**

Además, inundaciones y tormentas —provocadas por el cambio climático— destruyeron caminos y dañaron las instalaciones escolares.

*«El clima cambiante afecta mis estudios. Siempre está lloviendo... hemos perdido muchas clases.»*  
**Darna, 17 años (2023), Filipinas**

Algunas escuelas están tomando medidas para adaptarse al cambio climático. A pesar de que las escuelas tienen que cerrar cuando hay condiciones meteorológicas extremas, las niñas informaron que compensaban el aprendizaje perdido con clases presenciales adicionales o en línea.

*«Cuando llueve y hay muchos ausentes en clase, los maestros repiten las lecciones porque saben que el camino no está en buenas condiciones para que los estudiantes lo usen cuando llueve.»*  
**Alice, 16 años (2023), Benín**

Las niñas están muy motivadas para hacer lo posible por combatir el cambio climático. Algunas están aprendiendo sobre las capacidades de adaptación en el aula y las están aplicando en su comunidad. No obstante, varias de ellas manifestaron no estar satisfechas con el nivel de la educación sobre cambio climático que están recibiendo.

*«Quiero que aprendamos sobre el daño que se puede causar y también sobre muchas de las cosas que provoca el cambio climático, pero en las clases de la escuela no las tratamos en profundidad.»*  
**Annabelle, 17 años (2023), Benín**

Las niñas también reconocieron, como dijo Juliana de Brasil, que “*mis acciones no pueden resolverlo [el cambio climático]*”. Hay cosas que pueden hacer, pero deberían también llamar al cambio por parte de quienes toman las decisiones

A pesar de las dificultades que enfrentan, muchas de las niñas en el estudio demuestran resiliencia y constancia para ayudar. No obstante, a partir de las entrevistas queda claro que el cambio climático podría ser un punto de inflexión añadido que hace retroceder lo conseguido para las niñas. Trae consigo aumentos en la pobreza y el potencial colapso de las comunidades. Cualquier progreso hecho —en educación, en el desafío de las normas de género, en la reducción del índice de MUITF y en la lenta superación de tabúes en torno a la sexualidad, la salud sexual y la salud mental— estará bajo amenaza.

## La historia de Reyna

Reyna creció en una familia agrícola en el área costera de las Filipinas. Con los años, el ingreso conseguido a través de la granja de su familia disminuyó debido a que las cosechas se vieron afectadas por los patrones meteorológicos cada vez más extremos e impredecibles.

*«A veces no puedo comer porque los productos se echan a perder debido al mal tiempo.»* **Reyna, 16 años (2023), Filipinas**

Lidiando con la dificultad de pagar la comida, su madre y su padre tuvieron que realizar trabajo extra. Reyna quedó como responsable de las tareas domésticas y de cuidar a cinco sobrinos. Faltaba a clase con frecuencia y tenía poco tiempo para estudiar en casa.

En la escuela, Reyna aprendió cómo actuar para soportar los efectos del cambio climático, pero sentía que era insuficiente para apoyar a su familia. Apeló al Gobierno para que ayudara a las familias granjeras pobres a soportar los desafíos climáticos.

*«Creo que la mejor solución en este momento para prevenir mejor las malas cosechas es tener dinero. Porque si hay dinero, hay más fertilizante, hay más riego y hay fondos suficientes para satisfacer las necesidades en casa y en la escuela mientras se espera la cosecha.»*  
**Reyna, 16 años (2023), Filipinas**

# Lo que aprendimos

A pesar de todos los esfuerzos hechos en favor de la igualdad de género en los últimos 18 años, está claro que a las niñas aún se las deja atrás. Puede ser que su situación general sea más positiva que la de sus madres, pero, en cada etapa de su vida, las normas de género continuaron siendo difíciles de cambiar y siguen restringiendo sus derechos y oportunidades. Las niñas participantes en este estudio demostraron, en múltiples ocasiones, capacidad y disposición para afrontar los retos. Sin embargo, no pueden hacerlo solas.

## Educación

Las niñas superaron el nivel educativo de sus madres, lo que constituye un gran progreso intergeneracional. Sin embargo, aún enfrentan enormes obstáculos para completar la secundaria. La falta crónica de recursos financieros de su comunidad significa que muchas asistan a escuelas con recursos insuficientes y se trasladen a clase en condiciones inseguras, lo que pone en riesgo su educación.

Las niñas nos dijeron qué es lo que funciona: invertir en escuelas e infraestructura local, reforzar la capacitación docente, que haya opciones disponibles para mitigar el aprendizaje perdido.

## Trabajo de cuidado no remunerado

Nuestras conclusiones cuentan una historia conocida: cuando los medios de subsistencia disminuyen, las niñas, y no los varones, cargan con aún más responsabilidades domésticas; con frecuencia desde muy temprana edad. Esta sobrecarga desigual deja a las niñas con poco tiempo para estudiar, hasta que ya no parezca que valga la pena que su familia pague el coste de su educación, y finalmente abandonan la escuela.

Las niñas nos dijeron qué es lo que funciona: apoyar a las familias mediante programas que promuevan el valor de la educación; opciones de aprendizaje flexible para que puedan seguir estudiando; transferencias de dinero gubernamental para reducir las barreras financieras; y la libertad de decidir cómo equilibrar la educación, la formación profesional y otras actividades que determinarán su futuro.

## Salud

A lo largo del estudio, fueron comunes varios problemas graves de salud, como malaria, fiebre tifoidea y malnutrición. En su mayor parte eran evitables: se derivan del acceso limitado a la atención sanitaria necesaria debido a obstáculos físicos y financieros, y la salud de las niñas se valora menos importante que la de los varones. Mientras que la salud global mejoró y algunas familias adoptaron comportamientos positivos, la pobreza, las normas sociales, el género y la edad siguen socavando considerablemente la salud de las niñas. El último año que entrevistamos a las niñas, 11 -cerca de una cada ocho- dijeron tener problemas relacionados con la salud mental.

Las niñas nos dijeron qué es lo que funciona: iniciativas de sensibilización de la comunidad para brindar educación para la toma de decisiones informada sobre la salud y centros de atención locales, accesibles y asequibles.

## Salud y derechos sexuales y reproductivos

Algo similar sucede en torno a la salud sexual, para la que también faltan servicios accesibles y las actitudes giran en torno a normas de género restrictivas. Las niñas nos dijeron que quieren más información sobre salud sexual y que no saben dónde encontrarla. Las familias, que con frecuencia creen que es demasiado pronto para hablar de estos temas y sienten que no cuentan con suficiente conocimiento, no pueden dar orientación más allá de advertirles que no salgan con niños.

Las niñas nos dijeron qué es lo que funciona: servicios y programas comunitarios accesibles y adaptados en función de la edad, dirigidos a familias y jóvenes, para promover un diálogo intergeneracional positivo y abierto sobre salud sexual y reproductiva.

## MUITF

Las tasas de MUITF descendieron globalmente, y esto también se refleja en la cohorte del estudio. Entre las que se casaron antes de los 18, el MUITF fue una causa o una consecuencia del abandono escolar. Siete niñas eran madres y descubrimos que no podían regresar a la escuela debido a la falta de servicios de cuidado infantil, a las limitadas opciones de aprendizaje alternativo y al estigma social.

Las niñas nos dijeron qué es lo que funciona: marcos legales integrales e implementados que fijen la edad mínima de matrimonio a los 18 años; acceso para las niñas a la justicia y la educación, incluida la educación integral en sexualidad; programas comunitarios holísticos que aborden las causas del MUITF.

« Con el paso de los años, he adquirido más conocimientos. Y estoy dejando atrás mi timidez. Mi participación en este estudio también le da a Plan Togo la oportunidad de escucharme. »

Nini Rike, 17 años (2024), Togo

## Violencia y protección

La violencia contra mujeres y niñas tienen consecuencias profundas y prolongadas. Ocurre en la escuela, en el hogar y en la comunidad. Con demasiada frecuencia es el miedo por su seguridad lo que frena a las niñas: las familias se preocupan, las niñas mismas a menudo tienen miedo de salir cuando llegan a la pubertad y muchas terminan aisladas. A las niñas se les enseña que es su propia responsabilidad protegerse de la violencia y el abuso, que de alguna manera es culpa suya.

Las niñas nos dijeron qué es lo que funciona: iniciativas que desafíen el aprendizaje por parte de las niñas de normas sociales dañinas, así como de la defensa de las normas de género por parte de instituciones y sociedad civil, revertir la culpa/carga de protección y promover la consciencia sobre la violencia de género.

## Participación

Las niñas quieren estar más involucradas en la política y la organización de la comunidad, pero hay pocas oportunidades para ellas en la toma de decisiones y con frecuencia sus opiniones no son escuchadas. Tienen intención de cambiar las normas de género que las rodean y están resistiendo de diversas maneras. Sin embargo, la creciente hostilidad contra los derechos de las niñas las pone en riesgo real. Su deseo de hablar está mitigado por el miedo: sienten preocupación de convertirse en un objetivo de violencia, tanto en la comunidad como en el ámbito digital, si se hacen demasiado visibles.

Las niñas nos dijeron qué es lo que funciona: oportunidades de liderazgo, espacios de toma de decisión que sean accesibles y seguros, referentes de mujeres visibles.

## Aspiraciones

A pesar de los contextos socioeconómicos desafiantes, más de un tercio de las niñas dijo querer seguir una carrera relacionada con CTIM. Sin embargo, con el paso de los años, también hubo muchos casos en los que las expectativas de género y el trabajo de cuidado no pagado estaban restringiendo sus ambiciones y definiendo lo que veían como factible.

Las niñas nos dijeron qué es lo que funciona: esta desaparición de las aspiraciones señala que es necesario cuestionar las normas de género que siguen prevaleciendo, trabajar con las madres, padres, familias y líderes de la comunidad para cambiar actitudes y crear consciencia sobre el impacto de las responsabilidades domésticas en el futuro que las niñas eligen.

## Cambio climático

Los fenómenos meteorológicos resultado del cambio climático están teniendo un impacto cada vez mayor en la vida de las niñas: más responsabilidades domésticas y cierre de escuelas, con el agravante de que éstas a menudo carecen de los recursos para brindar clases de recuperación o aprendizaje a distancia. Además, la pobreza también puede llevar a las familias a adoptar estrategias como el matrimonio temprano para sus hijas a fin de aliviar las demandas en los ingresos familiares. En los distintos países, las niñas quieren aprender a adaptarse a patrones meteorológicos impredecibles al ver que los medios de subsistencia de su familia disminuyen con cada estación, pero la educación sobre el cambio climático en la escuela es insuficiente.

Las niñas nos dijeron qué es lo que funciona: apoyo gubernamental para el ingreso familiar, mejores programas de estudio sobre clima en las escuelas, oportunidades para la acción climática colectiva en las comunidades como reciclaje, plantado de árboles e incidencia.

« Estoy contenta porque [Real Choices, Real Lives] se preocupa por mí, me pregunta cómo estoy y si me encuentro bien. »

Melanie, 17 años (2023), Filipinas

# Conclusión: Mirar hacia atrás y avanzar

**Opciones Reales, Vidas Reales nos muestra cómo una vida de exclusión social, servicios públicos saturados y normas de género interactúan y limitan las oportunidades y los recursos que las niñas necesitan para lograr sus aspiraciones. A pesar del gran progreso intergeneracional —como más educación y menos matrimonio infantil—, los derechos de las niñas siguen siendo frágiles y desiguales. La investigación muestra que las brechas sistémicas en los servicios a lo largo de su vida están dejando atrás a muchas niñas. Y lo más crítico es que todos los logros pueden ser anulados. Las crecientes presiones económicas, la escalada de los shocks climáticos y un giro global hacia el conservadurismo están reduciendo la financiación y la voluntad política de defender los derechos en declive de las niñas. Es cada vez más difícil protestar y manifestarse y, si bien las niñas demuestran resiliencia y ambición, la cohorte de *Opciones Reales, Vidas Reales* —y las futuras generaciones— enfrentan obstáculos reales que impiden todo progreso hacia la igualdad de género, pese a los compromisos internacionales y la legislación nacional.**

Investigaciones longitudinales y en varios países, como *Opciones Reales, Vidas Reales*, brindan valiosos conocimientos sobre qué se necesita para que la próxima

generación de niñas pueda tener una vida plena y fructífera. Más iniciativas como ésta ayudarían a proteger el progreso hecho y mantener el enfoque de las políticas gubernamentales, así como de los programas e iniciativas internacionales, en los derechos de las niñas. .

Plan International tiene el compromiso de proteger los derechos y las libertades de las niñas, con un abordaje holístico para que completen su educación, accedan a la salud, ejerzan su autonomía corporal, vivan libres de violencias, accedan a oportunidades de empleo digno y tengan voz en las decisiones que afectan su vida. Nos sentimos honrados de que 142 niñas de nueve países hayan participado en nuestro estudio. A cambio, nos comprometemos a proteger el progreso logrado en sus comunidades y a garantizar que sus voces y experiencias den forma a nuestro trabajo futuro, a fin de dejar un legado duradero.

« Estoy feliz de participar [en *Opciones Reales, Vidas Reales*] porque antes no podía expresarme, pero al responder a sus preguntas, ahora puedo hablar delante de un adulto.»

**Thea, 17 años (2023), Benín**

Una joven de 16 años utiliza la máquina de coser que le ha proporcionado el programa de formación profesional de Plan en Benín © Plan International



# Recomendaciones

Las siguientes recomendaciones están basadas en las experiencias de las niñas que participaron del estudio y en lo que ellas nos dijeron.

## Para todos los actores

- **Financiar e implementar acciones y políticas multisectoriales en favor de la igualdad de género:** desarrollar programas comunitarios con recursos suficientes que aborden las causas del MUITF, reconozcan el trabajo de cuidado no remunerado que hacen las niñas, inviertan en el sector de los cuidados y muestren diversas formas de ser mujer.
- **Involucrar a las niñas de forma real en el diseño y la implementación de políticas y programas:** estos deben abordar las problemáticas que las afectan en sus comunidades, escuelas, Gobiernos, organizaciones de la sociedad civil, organizaciones internacionales no gubernamentales y otros organismos internacionales.
- **Invertir financiación y realizar futuras iniciativas de investigación longitudinal con niñas:** asegurar que sus voces se escuchen y que las conclusiones nutran directamente de información a políticas y programas futuros en todos los niveles.

## Para los Gobiernos

- **Contrarrestar la regresión de los derechos de las niñas:** garantizar la igualdad de género y los derechos humanos en las políticas legislativas y ejecutivas, derogar leyes religiosas o consuetudinarias discriminatorias, especialmente aquellas que permiten el matrimonio antes de los 18 años.
- **Adoptar un enfoque multisectorial:** coordinar las acciones de los sectores de salud, educación, protección social y adaptación climática para abordar las causas de los resultados insuficientes en salud y educación, al:
  - invertir en centros de atención sanitaria geográficamente accesibles que cuenten con personal y recursos adecuados;
  - asegurar una educación accesible y de calidad que brinde una EIS sólida;
  - priorizar las acciones de planificación ante desastres y las inversiones en infraestructuras escolares y rutas de acceso seguras;
  - apoyar iniciativas que mitigan el aprendizaje perdido debido a impactos de fenómenos meteorológicos u otras interrupciones.
- **Otorgar suministros y subvenciones a las escuelas:** para apoyar el acceso a la educación y brindar apoyo financiero a familias cuyos ingresos se vieron afectados por el cambio climático.
- **En alianza con la sociedad civil, ONG, autoridades locales, escuelas y líderes de la comunidad, los Gobiernos deben organizar iniciativas de sensibilización y campañas públicas para desafiar las normas de género y abordar las brechas en el conocimiento:** por ejemplo, financiando e implementando iniciativas de concientización que destaquen comportamientos seguros e informados en favor de la salud en la comunidad, fortalezcan la relación entre las niñas y su familia, hagan énfasis en que la educación de las niñas tiene igual valor y promover que hombres y niños se involucren más en las tareas de cuidado.

## Para ONG y organizaciones de la sociedad civil

- **Crear conocimiento comunitario:** implementar talleres y programas que generen conocimiento para madres, padres y personas encargadas, promuevan métodos disciplinarios no violentos y fomenten el diálogo intergeneracional para desafiar las normas sociales y de género perjudiciales. Estas acciones también deben involucrar a los niños y los hombres en las tareas de cuidado y en la prevención de la violencia para apoyar la seguridad de las niñas en el espacio público.

## Para autoridades locales y líderes de la comunidad

- **Reforzar los servicios públicos para dar apoyo a niñas en riesgo, en particular en educación y salud:** las autoridades locales deben ampliar las opciones de educación alternativa de calidad y promover las iniciativas comunitarias de aprendizaje para que las niñas tengan más oportunidad de

continuar su educación. En paralelo, las autoridades sanitarias deben diseñar en conjunto con la comunidad programas de educación para la salud que sean inclusivos y adecuados a la edad, a fin de mejorar el alcance y el intercambio de información.

## Para las escuelas

- **Hacer que las escuelas sean inclusivas en cuanto al género y que defiendan el liderazgo de las niñas:** capacitar al personal y diseñar planes de estudio que respondan a las necesidades diversas del alumnado y preparar al alumnado para que comprenda y ejerza sus derechos civiles, en un ambiente inclusivo.

- **Incorporar planes de estudio que atiendan las necesidades de las niñas:** brindar educación sobre el cambio climático, y capacitar al personal para que la impartan con eficacia. La educación integral en sexualidad (EIS) debe contar con todos los recursos, ser culturalmente pertinente e interpelar a madres, padres y personas encargadas para crear y alentar

## Endnotes

- i. World Bank (2024) Primary completion rate, female (% of relevant age group). Disponible en: [https://data360.worldbank.org/en/indicator/WB\\_WDI\\_SE\\_PRM\\_CMPT\\_FE\\_ZS?view=datatable](https://data360.worldbank.org/en/indicator/WB_WDI_SE_PRM_CMPT_FE_ZS?view=datatable)
- ii. Plan International (2020) Overview: Inclusive Quality Education. Disponible en: <https://plan-international.org/publications/overview-inclusive-quality-education/>
- iii. UN Women (2025a) Facts and figures: Ending violence against women. Disponible en: <https://www.unwomen.org/en/articles/facts-and-figures/facts-and-figures-ending-violence-against-women>.
- iv. Plan International (2022) Equal Power Now: Girls, Young Women and Political Participation. Disponible en: <https://plan-international.org/publications/equal-power-now/>
- v. UN Women (2025b) Facts and figures: Women's leadership and political participation. Disponible en: <https://www.unwomen.org/en/articles/facts-and-figures/facts-and-figures-womens-leadership-and-political-participation>
- vi. UN Women (2024) Progress on the Sustainable Development Goals: The Gender Snapshot 2024. Disponible en: <https://www.unwomen.org/en/digital-library/publications/2024/09/progress-on-the-sustainable-development-goals-the-gender-snapshot-2024>.



## Agradecimientos

Extendemos nuestro más sincero agradecimiento a las niñas, familiares e integrantes de la comunidad que contribuyeron al proyecto de investigación *Opciones Reales, Vidas Reales* a lo largo de su historia. Sin sus perspectivas y su tiempo, este estudio no habría sido posible. Las oficinas de Plan International en Benín, Brasil, Camboya, República Dominicana, El Salvador, Filipinas, Togo, Uganda y Vietnam supervisaron el proceso de recolección de datos. A lo largo de los años, muchas personas estuvieron involucradas en la recolección de datos, un especial agradecimiento a nuestros puntos focales en el estudio: Roland Djagaly en Benín; Ana Lima en Brasil; Vannara Ouk en Camboya; Olga Figuereo en la República Dominicana; Julia Brenda López y Celina Rosales en El Salvador; Romualdo Codera Jr. y Manny Madamba en Filipinas; Joseph Badabadi en Togo; David Aziku en Uganda; y Trung Truong Vu en Vietnam.

Este informe resumido ha sido redactado por la Dra. Keya Khandaker y editado por Sharon Goulds.

El [informe completo](#) ha sido redactado por el Dr. Kit Catterson, Dr. Keya Khandaker y Adèle Pavé.

Muchas gracias a nuestro comité editorial y asesor: Awa Faly Ba, Dr Jacqueline Gallinetti, Anna MacSwan, Danny Plunkett, Damien Queally, y Charlotte Stemmer.

Por sus comentarios y aportaciones sobre los resultados y recomendaciones, queremos expresar nuestro agradecimiento adicional a Anya Gass, Consuelo Laso, Mishka Martin, Johanne Westcott-Simpson, Emebet Wuhib-Mutungi, Tendai Manyozo, Geeta Davi Pradhan, Tinotenda Hondo, María Paula Suárez, Stu Solomon, Yona Nestel, Barbara Scettri, Andina Syifa, Belén Estefanía García Gavilanes y Smarika Pokhrel.

Traducción al español revisada por Plan International España.

Desde 2021, el estudio ha sido generosamente financiado por las organizaciones nacionales de Plan en Canadá, Dinamarca, Finlandia, Francia, Alemania, Irlanda, Suecia, Suiza y el Reino Unido, y gestionado por Plan International Global Hub. Antes de 2021, el estudio era gestionado y financiado por Plan International UK.



**Hasta lograr la igualdad**

## Acerca de Plan International

Plan International es una organización independiente de desarrollo que promueve los derechos de la niñez y la igualdad para las niñas. Creemos en el poder y el potencial de cada niña y niño, pero sabemos que a menudo se ven reprimidos por la pobreza, la violencia, la exclusión y la discriminación. Y son las niñas las más afectadas.

En colaboración con niñas, niños, jóvenes, seguidores y socios, luchamos por un mundo justo, abordando las causas profundas de los problemas a los que se enfrentan las niñas y los niños en situación más vulnerable. Apoyamos a la niñez desde su nacimiento hasta la edad adulta y los capacitamos para prepararse y responder a las crisis y a la adversidad. Impulsamos el cambio de prácticas y políticas a nivel local, nacional y global gracias a nuestro alcance, experiencia y conocimientos.

Durante más de 85 años, hemos reunido a otros optimistas determinados para transformar la vida de todas las niñas y niños en más de 80 países.

**No nos detendremos, hasta lograr la igualdad.**

.....

### Plan International

Global Hub

Dukes Court, Duke Street, Woking,  
Surrey GU21 5BH, United Kingdom

Tel: +44 (0) 1483 755155

Fax: +44 (0) 1483 756505

E-mail: [info@plan-international.org](mailto:info@plan-international.org)



[plan-international.org](http://plan-international.org)



[facebook.com/planinternational](https://facebook.com/planinternational)



[twitter.com/planglobal](https://twitter.com/planglobal)



[instagram.com/planinternational](https://instagram.com/planinternational)



[linkedin.com/company/plan-international](https://linkedin.com/company/plan-international)



[youtube.com/user/planinternationaltv](https://youtube.com/user/planinternationaltv)