



sumarse



Caja de herramientas para la comunicación digital

En alianza con:



## Contenido

### **Editorial**

Herramientas para comunicar este 8M

### **El lema del 8M 2026**

Derechos, justicia y acción por y para todas las mujeres y niñas

### **Comprender el lema**

Derechos, justicia y acción: una deuda pendiente con las mujeres

### **Check-List**

Semáforo de Coherencia Digital 8M

### **Aprender para transformar**

Formación digital en igualdad de género

# Herramientas para comunicar este 8M

## Isaías Cedeño

Director de Desarrollo Institucional  
Sumarse

Los mensajes que se emiten en el espacio público contribuyen a moldear percepciones, legitimar avances o profundizar brechas. Por ello, comunicar en el marco del 8M implica asumir un rol activo y consciente dentro de una conversación que sigue abierta, y en la que aún es posible incidir.

Las siguientes herramientas han sido diseñadas, en alianza con **FUNDAMORGAN** y **La Agencia**, con el objetivo acompañar a las organizaciones en un ejercicio de comunicación digital más consciente y alineado con el sentido del Día Internacional de la Mujer.

Más que cumplir un check list, hemos querido ofrecer criterios prácticos que ayuden a evaluar mensajes, formatos y narrativas antes de salir a lo digital. Desde la integridad del mensaje hasta la creatividad, proponemos un marco de apoyo para que contribuya de manera responsable a la conversación pública y fortalezca la credibilidad institucional.

Desde **Sumarse**, entendemos este esfuerzo como una invitación a construir un futuro donde la equidad y la justicia sean principios que se sostienen en el tiempo.

## El lema del 8M 2026

# “Derechos, justicia y acción por y para todas las mujeres y niñas”



Lee el artículo  
aquí



Al adentrarnos en el lema del Día Internacional de la Mujer 2026, es inevitable reconocer que la conversación sobre derechos y justicia sigue siendo tan necesaria como urgente. Más allá de los marcos legales existentes, persisten realidades que nos invitan a revisar cómo se protegen, garantizan y ejercen esos derechos en la práctica.

Comprender el porqué de este lema es un paso esencial para situar nuestras decisiones, mensajes y compromisos dentro de una conversación global que exige coherencia, responsabilidad y voluntad.

## Comprender el lema

# Derechos, justicia y acción: una deuda pendiente con las mujeres



**Por: Marina Pérez De Cárdenas,**  
Directora Ejecutiva | FUNDAMORGAN

Cada 8 de marzo nos volvemos a sentar a hablar sobre los derechos de las mujeres. Y es que, aunque estos derechos existen y están reconocidos en normas y tratados internacionales, la realidad es que muchas mujeres siguen sin poder ejercerlos en la práctica.

El lema propuesto por ONU Mujeres para el Día Internacional de la Mujer 2026: **“Derechos. Justicia. Acción. Para TODAS las mujeres y niñas”**, no plantea nada nuevo, sino que pone en evidencia una deuda que persiste. Nos hace reconocer estas realidades y comprender cómo impactan directamente en la sostenibilidad de nuestro país. El acceso a la justicia y el ejercicio pleno de los derechos continúan siendo un privilegio para algunas, y un terreno pantanoso y desigual para otras. Por ello, hablar de “todas las mujeres y niñas” nos obliga a reconocer que no todas enfrentan las mismas barreras. A esto lo conocemos como interseccionalidad.

Mujeres en situación de pobreza, sobrevivientes de violencia, mujeres rurales, indígenas, con discapacidad o con bajos niveles de escolaridad son quienes viven con mayor intensidad los efectos de la pobreza y de la desigualdad histórica que han enfrentado por el hecho de ser mujeres. Estas condiciones inciden directamente en su posibilidad real de participar plenamente en la sociedad y de ejercer sus derechos.

Además, estas desigualdades no son ajenas al sector empresarial: afectan la participación laboral, la productividad, la seguridad jurídica y la estabilidad de los entornos donde operan las empresas. Ignorarlas no solo perpetúa la desigualdad, sino que también debilita la cohesión social y la confianza institucional.

Es bien sabido que las leyes, aun cuando sean de avanzada, no resuelven los problemas por sí solas: requieren acciones efectivas a través de políticas públicas, programas, personal técnico, presupuestos adecuados y por supuesto, voluntad. En este sentido, el sector privado cumple un rol clave: como empleador y como actor con capacidad de incidir en la construcción de prácticas más justas e inclusivas. Para las empresas esto se traduce en compliance, debida diligencia y estándares ESG, particularmente en sus componentes social y de gobernanza. Promover entornos laborales libres de violencia y discriminación, garantizar mecanismos internos de denuncia eficaces y adoptar políticas de igualdad no es únicamente una cuestión ética; constituye también una gestión responsable de riesgos legales, reputacionales y operativos y, sobre todo, una exigencia vinculada al respeto y la garantía de los derechos humanos.

Hablar de derechos y justicia solo tiene sentido cuando se traduce en acción; de lo contrario, seguiremos hablando de igualdad sin hacerla realidad. Por eso el 8 de marzo no es solo una fecha simbólica. Es un recordatorio de que los derechos deben garantizarse, la justicia debe funcionar y la acción debe sostenerse en el tiempo. Se requiere coherencia entre el discurso y la práctica, una inversión sostenida y progresiva, y asumir la sostenibilidad empresarial como una forma de contribuir a sociedades más justas y equitativas donde todas las personas prosperen y nadie se quede atrás.

## Check - List

# Semáforo de Coherencia Digital 8M

Por: La Agencia

Antes de publicar, haz el check.

El activismo digital corporativo requiere responsabilidad. Utiliza esta lista de verificación para asegurar que tus mensajes en redes sociales aporten valor real a la conversación, respeten la diversidad y eviten el purple washing.

Si respondes "NO" a alguna de las preguntas en te recomendamos replantear la publicación.

## Integridad y Mensaje

El objetivo es conmemorar derechos, no reforzar estereotipos.

**¿El mensaje está libre de estereotipos de belleza o delicadeza?**

Evita frases como "la flor más bella" o "la musa de la oficina". Enfócate en capacidades, liderazgo y derechos.

**¿Estamos "Conmemorando" en lugar de "Felicitar"?**

Recuerda: El 8M es una fecha de lucha histórica y reivindicación de derechos, no una festividad comercial.

**¿La imagen representa la diversidad real?**

Asegúrate de incluir mujeres en toda su diversidad: etnia, edad, discapacidad, evitando el uso exclusivo de imágenes de stock genéricas.

**¿Tenemos respaldo interno para lo que estamos diciendo?**

Evita el purple washing: no comuniques acciones de igualdad hacia afuera si no existen políticas o compromisos reales hacia adentro.



## ZONA DE ACCIÓN: Activismo e Impacto

Pasar del "Decir" al "Hacer" en redes sociales.



- ¿La publicación incluye un Llamado a la Acción (CTA)?**

Ejemplo: "Descarga nuestro protocolo", "Inscríbete en el conversatorio", "Lee la política de género".

- ¿Estamos dando voz a las protagonistas?**

Prioriza testimonios de colaboradoras, líderes o aliadas estratégicas sobre la voz institucional de la marca.

- ¿Estamos conectados con la conversación global?**

Usa los mensajes oficiales de este año e interactúa con las campañas de ONU Mujeres.

## ZONA CREATIVA: Formatos y Experiencia

¿Cómo contamos la historia? Creatividad al servicio del mensaje.

- ¿Estamos usando el poder del Storytelling real?**

En lugar de decir "apoyamos a las mujeres", ¿estamos contando la historia específica de una colaboradora en un puesto de liderazgo o en un rol no tradicional? Las historias conectan más que los comunicados.

- ¿El formato educa o solo decora?**

¿Estamos aprovechando formatos como Carruseles o Reels para explicar conceptos complejos como la "brecha salarial" o la "historia del 8M", en lugar de subir solo un post estático con una frase bonita?.

- ¿Es contenido digitalmente accesible?**

Si hablamos de mujeres en toda su diversidad, nuestro contenido debe ser consumible por todas. ¿El video tiene subtítulos para personas con discapacidad auditiva? ¿Las imágenes tienen texto alternativo?



## Tips de Activismo Digital para el 8M

Aquí tienes 3 claves para potenciar tu estrategia digital más allá del post del día:

### 1 La Regla de la Continuidad

No limites tu comunicación al mes de marzo. El compromiso con la igualdad debe ser visible todo el año. Usa el 8M como "lanzamiento" o "hito", pero programa contenidos de seguimiento (ejemplo: avances de indicadores, nuevas contrataciones, mentorías) para los meses siguientes. La constancia genera credibilidad.

### 2 Amplifica, no solo publiques

El activismo digital también es dar espacio a otros. Usa tus Stories para compartir contenido de organizaciones expertas o iniciativas locales. No necesitas crear todo el contenido desde cero; compartir recursos educativos valiosos es una forma de activismo.

### 3 Coherencia Visual Off/On

Si en tus redes muestras diversidad, asegúrate de que tu sitio web corporativo y tus paneles de reclutamiento también la reflejen. La audiencia digital revisa la coherencia entre lo que posteas en Instagram y lo que ven en LinkedIn o en tu página de "Quiénes Somos".



## Ideas de Contenidos Creativos



- **Carrusel "Mitos vs. Datos":** Combate los estereotipos de género utilizando la estadística real de tu organización. Pasa de la opinión a la evidencia.

*Ejemplo: Mito El liderazgo en sectores técnicos es cosa de hombres. Realidad: En nuestra organización, 15 equipos de ingeniería y operaciones están liderados hoy por mujeres.*

- **Reel Un día en la vida de....** Video corto y dinámico acompañando a una mujer en un rol operativo especializado (ej. ingeniera, conductora, directiva financiera). Muestra su talento y competencia técnica.
- **Post infografía "Esto también cuenta":** Iniciamos con una frase base como "Esto también cuenta, esto también suma, esto también importa" y enumeramos situaciones, decisiones o prácticas que impactan en la equidad.
- **Historias con preguntas abiertas:** Cajas de preguntas invitando a seguidores a comentar: ¿Qué tendría que cambiar para que esto fuera justo? ¿Qué aprendimos tarde? ¿Qué acciones no deberíamos seguir normalizando?
- **Campaña de Visibilidad: Mujeres que Inspiran In House.**

*Objetivo: Resaltar mujeres en roles no tradicionales y liderazgo. Perfiles de colaboradoras que rompen el molde, alineado con la recomendación de visibilizar mujeres en puestos masculinizados.*

## Aprender para transformar

# Formación digital en igualdad de género

Como complemento a las herramientas de comunicación, esta sección reúne cursos en línea gratuitos de la **Red IntegraRSE** que permiten profundizar en temas clave de igualdad de género, liderazgo inclusivo y sesgos inconscientes. Estas propuestas formativas permiten avanzar del mensaje a la acción, fortaleciendo capacidades internas y acompañando el compromiso organizacional más allá del 8M.




Este curso en línea es una iniciativa desarrollada por Sumarse - Pacto Global Panamá con el financiamiento de la Konrad Adenauer Stiftung.

**Empieza ahora** 



El programa "Ganar-Ganar: La igualdad de género es un buen negocio", creado en asociación entre ONU Mujeres, la Organización Internacional del Trabajo y la Unión Europea.

**Empieza ahora** 



# sumarse

En alianza con:



Si necesitas acompañamiento, contáctanos dándole clic a nuestros logos

#### **Equipo editorial:**

Isaías Cedeño  
Director de Desarrollo Institucional  
Sumarse

Karla Mola  
Directora Ejecutiva  
Sumarse

Marina Pérez De Cárdenas  
Directora Ejecutiva  
FUNDAMORGAN

Maria Alejandra Marulanda  
Directora de La Agencia