



# ¿Cómo puedo abogar?

**La abogacía es una de las formas más efectivas para aliviar el sufrimiento humano y construir un mundo más justo.** Juntos, tenemos la misión de abogar en nombre de nuestros hermanos y hermanas más vulnerables que viven en la pobreza en todo el mundo.

Tenemos el poder de influir en las políticas y hacer que las cosas sucedan. De hecho, la investigación muestra que las voces y las acciones de los residentes de un distrito electoral o estado tienen un gran impacto en los miembros del Congreso y en la toma de decisiones.<sup>1</sup> Hay muchas maneras de alzar la voz sobre los temas que te interesan.

**A continuación, hay algunas maneras de ser efectivo en tu mensaje:**

## ■ ESCRIBE A TUS SENADORES Y REPRESENTANTES

Los correos electrónicos y las cartas sobre un tema pueden influir en tus congresistas y es mejor hacerlos personales. Comparte quién eres tú y por qué te importa el problema: tu mensaje será 10 veces más efectivo.<sup>1</sup>

## ■ LLAMA EN MOMENTOS CLAVE

Si un proyecto de ley está ganando o necesita impulso, o se espera una votación, las llamadas telefónicas llaman la atención de tu congresista rápidamente. ¡Envía el mensaje **LIDERA AHORA al 306-44** para unirse a nuestra red móvil y así sabrás cuándo se necesita tu voz con urgencia!

## ■ DIFUNDE EL MENSAJE

Los artículos de opinión y las cartas al editor en tu prensa local dan a conocer los temas que te interesan y promueven el apoyo en tu comunidad. Los medios locales son monitoreados por las oficinas del Congreso y es una excelente manera de poner tu tema en el centro de la atención.

## ■ UTILIZA LAS REDES SOCIALES

Ya sea en Twitter o Facebook, las plataformas de redes sociales que utilizas pueden ser herramientas poderosas para contactar al Congreso. De hecho, la investigación muestra que solo 30 publicaciones o comentarios del electorado sobre un tema ayudarán a llamar la atención de las oficinas del Congreso.

## ■ ASISTE A UN EVENTO

¡Los miembros del Congreso regularmente organizan reuniones de ayuntamientos y otras reuniones en sus distritos o estados para escuchar a electores como tú! Asistir a un evento es una gran oportunidad para hacer preguntas sobre tus temas y conocer al personal del Congreso.

## ■ REÚNETE EN PERSONA

No hay *nada* más impactante que las reuniones en persona con tus congresistas.<sup>1</sup> Ya sea en Washington, DC o de regreso en casa en la oficina local, tus reuniones ayudan a desarrollar relaciones y pueden dar forma a la política.

**“ESTAMOS LLAMADOS A UNIR NUESTROS PRINCIPIOS Y NUESTRAS PREFERENCIAS POLÍTICAS, NUESTROS VALORES Y NUESTRO VOTO, PARA AYUDAR A CONSTRUIR UNA CIVILIZACIÓN DE LA VERDAD Y DEL AMOR”.**

Formando la conciencia para ser ciudadanos fieles: llamado de los Obispos Católicos de los Estados Unidos a la responsabilidad política

**Visita [crs.org/lideraelcamino](https://crs.org/lideraelcamino) para obtener guías prácticas sencillas sobre estas acciones, consejos y otras herramientas para abogar eficazmente.**

<sup>1</sup> Fitch, Bradford, Kathy Goldschmidt, and Nicole Folk Cooper. "Citizen-Centric Advocacy: The Untapped Power of Constituent Engagement." [congressfoundation.org](https://congressfoundation.org). Congressional Management Foundation, 2017. [congressfoundation.org](https://congressfoundation.org).