

# 1

# RELACIONES SIN VIOLENCIA PARA LA EQUIDAD

Para mi  
la felicidad  
consiste en gozar  
de buena salud,  
en dormir sin miedo  
y despertarme  
sin angustia.  
(Francoise Sagan)



## Violencia contra las mujeres

La violencia ejercida contra las mujeres se le denomina también como violencia de género, ya que tiene como base las relaciones desiguales de poder entre hombres y mujeres y se caracteriza por el uso del poder masculino para intimidarlas y someterlas.

Las mujeres, por el hecho de ser mujeres, están expuestas dentro y fuera de su hogar a violaciones sexuales y mutilaciones genitales; a maltrato físico que en muchas ocasiones les conduce a la muerte,

violaciones maritales, acoso sexual y prostitución forzada, entre otras.

La violencia contra las mujeres ha sido legitimada desde los diferentes sectores de la sociedad. Sus múltiples manifestaciones se han justificado históricamente argumentando, que se da por la naturaleza violenta de los hombres o por pasiones incontrolables provocadas por situaciones de celos; dando en ese sentido un matiz de naturalidad. Actualmente se ha demostrado que la violencia es

resultado de la educación y/o socialización que estimula la agresividad, competencia y el dominio de unos sobre otros.

Se concibe como violencia hacia las mujeres cualquier acto que tenga o puede implicar daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para la mujer, inclusive las amenazas de tales actos, la coacción, o la privación arbitraria de libertad, tanto si se produce en la vida pública como en la privada.

### Formas de agresión comunes contra las mujeres:

Violación, acoso u hostigamiento sexual, violencia intrafamiliar o doméstica y abuso sexual a menores. Estos son los tipos más comunes de agresión contra las mujeres y tienen en común el mal uso del poder, principalmente por los hombres en contra de las mujeres para controlarlas. Los hombres agraden a las mujeres con el intento de ganar poder y control sobre ellas. Ellos aprenden a usar la violencia a través de los patrones de socialización de rol masculino, que ocurre en casi todas las sociedades.

#### ■ Violación o asalto sexual:

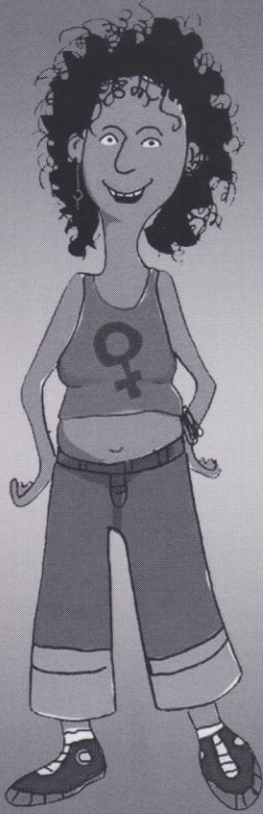
Una mujer agredida sexualmente es aquella que ha sido forzada a tener sexo sin desearlo, que incluye sexo oral, anal y/o penetración vaginal, usualmente con el pene del hombre, sus dedos, boca y/o otros objetos o tocándole sus áreas erógenas tales como pechos, nalgas y muslos sin su consentimiento. Puede ocurrir entre extraños pero lo más común es que suceda dentro del matrimonio o con un amigo durante una cita.

#### ■ Abuso sexual:

Es todo acto en el que una persona en una relación de poder involucra a una menor en una actividad sexual sin consentimiento, en la que el ofensor obtiene gratificación.

#### ■ Acoso u hostigamiento sexual:

Son conductas de tipo sexual, que se presentan en una situación de desigualdad de poder, ya sea por la posición jerárquica dentro de un ambiente laboral, escolar, universitario, religioso o bien por la situación de poder que le da su condición de género. Estas conductas tienen la intención de acosar, presionar, coercionar, intimidar a una persona. Son conductas no bienvenidas ni solicitadas por quien las recibe además de que implican una agresión sexual.



## Violencia intrafamiliar (VIF)/Doméstica/ Pareja:

Generalmente en esa se incluyen todas las relaciones familiares, en la realidad el 70% de los casos se refieren a violencia de pareja: o sea que el hombre abusa de su poder frente a la compañera de vida o esposa, con la finalidad de controlar y ejercer coerción. Después de investigaciones con mujeres que enfrentan violencia se conoce que en la dinámica de la violencia, se produce y reproduce el ciclo de la violencia, en el que identifican cuatro etapas:

### Acumulación de tensión:

Se enfrentan a agresiones menores, en donde la mujer trata de calmar al agresor, siendo condescendiente, adivinando sus deseos, alejándose, siguiendo la corriente. Justifica al agresor con situaciones externas: no cocino bien, lo despidieron, no es el hombre el responsable, sino las "circunstancias".

### Distanciamiento:

Período de calma, comportamiento cariñoso y de arrepentimiento de parte del agresor; promete que va a cambiar y que no lo volverá a hacer.

### Explosión:

Fuerte e incontrolable descarga de violencia física y emocional. El agresor se siente engeguado por su rabia. Las mujeres reconocen esta fase que se acerca y les genera ansiedad, depresión y síntomas psicossomáticos.

### Negociación:

Negociar relaciones, roles diferentes.

## Existen diferentes tipos de violencia y estos son:

### Física:

Expresada por medio de apretones, empujones, bofetones, golpes, puñetazos, jalones de pelo, pellizcos, mordeduras, estrangulamiento, quebraduras, quemaduras, patadas, lesiones internas o externas con armas y/o con otros objetos que provoquen lesiones y ponen en peligro la salud de las mujeres.

### Psicológica o emocional:

Se manifiesta por medio de insultos, humillaciones, amenazas, falta de atención afectiva, desvalorización de la mujer, de su cuerpo, de sus opiniones, gritos, ofensas, regaños, gestos de amenazas, chantaje, burlas, toda acción que afecte los sentimientos de las mujeres. El propósito de este tipo de violencia es que las mujeres se sientan inferiores, culpables, que pierda la autoestima, puede llegar a sentirse loca, puede llegar a agredirse.

### Sexual:

Es toda imposición o agresión de actos de orden sexual en contra de la voluntad de la mujer, desde caricias, besos, obligarla a la masturbación, tocamientos, que la fuercen a realizar el sexo ya sea anal, vaginal y/o oral; obligar a la mujer a tener relaciones sexuales de tipo coital con otros hombres, etc.

### Económica y/o patrimonial:

Esta se manifiesta por medio de toda acción que atente o dañe el patrimonio de una mujer, el control de todo el dinero del hogar por parte del hombre, no permitir que la mujer tenga su propio dinero, que estudie, trabaje y si trabaja le quita todo el dinero. Apropiarse de los bienes de la mujer por medio de engaños, amenazas, maltrato y/o destrucción de objetos personales, etc.

## La violencia en cifras:

## A nivel latinoamericano...

**Más del 25%** de las mujeres sufre algún tipo de violencia de pareja.

**En una de cada cinco** parejas hay violencia.

**16** mujeres por día son violadas en la ciudad de Buenos Aires, Argentina.

**Más del 40%** de los asesinatos a mujeres, fueron realizados por su pareja o ex pareja.

**La mitad** de las mujeres durante su vida experimentará alguna forma de violencia sólo por el hecho de serlo.

## Cada una de estas formas de agresión tienen su propia dinámica, y sus propios mitos con los cuales se sustenta y se perpetúan en la sociedad

**Se dice que ...” La agresión contra las mujeres, es un problema de las mujeres”, pero, la realidad es....**

- La violencia contra las mujeres es un problema social, de toda la humanidad, es por eso que el Estado debe asumir el comportamiento de enfrentar esta problemática y debemos denunciarla. Si nos quedamos en silencio, sin hacer nada, estamos siendo cómplices de una injusticia social.

**Se dice que...”Las mujeres que son agredidas, no se separan porque les gusta”, pero, la realidad es...**

- A ninguna mujer le gusta recibir maltrato ni ser agredida. Los estudios demuestran que hay una gran cantidad de situaciones que impiden que la mujer pueda separarse del agresor. Las más comunes son: la sociedad e instituciones la culpabilizan, no la apoyan y se le obliga a salir por sí sola del ciclo de violencia, dependencia económica, baja autoestima, miedo, sentimientos de culpabilidad, temor a romper el hogar si hay hijos.

**Se dice que...”La agresión contra las mujeres solo se da en las clases económicamente más bajas y entre personas con menos educación”, pero, la realidad es...**

- Un hecho comprobado es que las mujeres de todas las clases sociales sufren de violencia en el hogar o fuera de él. Lo ejercen tanto hombres cultos como analfabetos, acomodados como pobres.

**Se dice que...”La persona agresora es enferma mental, alcohólica, etc.”, pero, la realidad es...**

- Del total de agresores, un porcentaje muy pequeño es enfermo mental; el estimado de agresores alcohólicos es mayor, pero no solo alcohólicos son los que agraden. Las estadísticas demuestran que los agresores son hombres comunes sin problemas psicológicos.

**Se dice que...”Las violaciones son cometidas por extraños en lugares oscuros”, pero la realidad es...**

- El número de agresiones sexuales cometidas por extraños o desconocidos solo alcanza una cifra aproximada del 20%, siendo las violaciones de familiares y parientes cercanos superior al 80%<sup>1</sup>. Igualmente, las agresiones suceden en su mayoría en la casa o en espacios conocidos por la víctima y a plena luz del día.

**Se dice que...”Las mujeres son culpables de las violaciones, pues con sus ropas y gestos incitan al violador”, pero, La realidad es...**

- La ropa y los gestos no son los que incitan, es la voluntad del agresor quien define a quien viola y se da en personas que visten largo, en mujeres ancianas, niñas.

<sup>1</sup> Mujer, sexualidad y religión, ¿Hasta cuándo, Señor? Compiladoras: Nidia Fonseca y Cora Ferro Calabrese. Ecuador, marzo 1998.



**NI ESTADO, NI HOMBRE MACHO**

**NO VIOLENCIA**  
SOCIAL CONTRA LAS MUJERES

**LAS DIÑAS**



## Formas o alternativas desde las mujeres para salir de relaciones violentas:

Reconoces que vives algún tipo de maltrato, así como reconocer tus propias habilidades y capacidades.

Descubrir obstáculos personales y externos que dificultan la salida del ciclo de violencia.

Tomar conciencia de que no quieren seguir en el ciclo de violencia con el agresor.

Reconocer y conectarse con sus sentimientos.

Descubrir que la violencia es un problema social y no personal.

Aprender a poner límites

Compartir las estrategias que implementan para enfrentar y salir de la violencia.

Buscar orientaciones procedimientos y requerimientos legales.

## VOCABULARIO

### Agresión:

acto de embestir a una persona para matarla o hierla. Forzar la voluntad.

### Ansiedad:

condición emocional que se encuentra íntimamente relacionada con la emoción básica de miedo.

### Autoestima:

valoración que cada persona tiene de ella misma.

### Coerción:

acción de contener, detener.

### Psicosomáticos:

expresión de un conflicto emocional a través de sintomatología física.

**Víctima:** persona que padece daño por culpa ajena o por causa fortuita.

**Violencia:** abuso de fuerza, coacción ejercida de una persona sobre otra.

#### LAS DIGNAS

Av. Bernal, No. 16-S,  
Col. Satélite, San Salvador,  
El Salvador, C.A.  
Tel.: (503) 2284-9550.  
Fax: (503) 2284-9551  
[www.lasdignas.org](http://www.lasdignas.org)



**LAS DIGNAS**



**ACSUR**  
LAS SEGOVIAS



**aacid**

CENTRO MUNICIPAL PARA EL  
DESARROLLO DE LA MUJER  
Distrito V  
Tel.: 2280-1233

PNC  
Delegación San Jacinto  
Tel.: 2270-6765

CENTRO LAS DIGNAS  
Tel.: 2284-9550